



UNIVERSIDAD RICARDO PALMA
FACULTAD DE PSICOLOGÍA
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN

El Uso de la Máscara Teatral como recurso didáctico
para mejorar la autoestima de estudiantes de Educación Secundaria

TESIS

Para optar el título profesional de Licenciada en Educación con mención en Arte

AUTORA

Correa Benites, Débora Sara (0000-0002-0432-4307)

ASESOR

Reyes Romero, Carlos Antonio (0000-0001-7446-9467)

Lima, Perú

2023

Metadatos Complementarios

Datos de autor

AUTORA: Correa Benites, Débora Sara

Tipo de documento de identidad de la AUTORA: DNI

Número de documento de identidad de la AUTORA: 07712821

Datos del jurado

JURADO 1: Córdova Cadillo, Alberto. DNI 08458178. ORCID 0000-0002-8221-3960

JURADO 2: Rodriguez Michuy, Alcides Ismael. DNI 07951127. ORCID 0000-0003-1067-7253

JURADO 3: Cangahuala Matos, Amanda Sara. DNI 08857583. ORCID 0000-0002-1553-2881

JURADO 4: Reyes Romero, Carlos Antonio. DNI 25836251. ORCID 0000-0001-7446-9467

Datos de la investigación

Campo del conocimiento OCDE: 5.01.00

Código del Programa: 313687

ANEXO N°1

DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD

Yo, Debora Sara Correa Benites
con código de estudiante número 200713177, con DNI N° 07712821,
con domicilio en Jr. Echenique 593, mt 12
distrito de Magdalena del Mar, provincia y departamento de Lima,
en mi condición de bachiller en Educación de la pedagogía ^{complementación} de la Facultad
de Psicología, declaro bajo juramento que la presente tesis titulada:
"El uso de la máscara teatral como recurso didáctico para mejorar la autoestima de estudiantes de educación secundaria"
es de mi única autoría, bajo el asesoramiento del docente Mg. Carlos Antonio Reyes Romero
y no existe plagio y/o copia de ninguna naturaleza, en especial de otro documento de
investigación presentado por cualquier persona natural o jurídica ante cualquier institución
académica o de investigación, universidad, etc; La cual ha sido sometida al antiplagio Turnitin y
tiene el 17% de similitud final.

Dejo constancia que las citas de otros autores han sido debidamente identificadas en la tesis, el contenido de estas corresponde a las opiniones de ellos, y por las cuales no asumo responsabilidad, ya sean de fuentes encontradas en medios escritos, digitales o de internet.

Asimismo, ratifico plenamente que el contenido íntegro de la tesis es de mi conocimiento y autoría. Por tal motivo, asumo toda la responsabilidad de cualquier error u omisión en la tesis y soy consciente de las connotaciones éticas y legales involucradas.

En caso de falsa declaración, me someto a lo dispuesto en las normas de la Universidad Ricardo Palma y a los dispositivos legales nacionales vigentes.

Surco, 06 de Diciembre de 2022.

Debora Sara B

Nombres y Apellidos: DEBORA SARA CORREA BENITES
DNI Nro. 07712821

El Uso de la Máscara Teatral como recurso didáctico para mejorar la autoestima de estudiantes de Educación Secundaria

INFORME DE ORIGINALIDAD

17%
INDICE DE SIMILITUD

17%
FUENTES DE INTERNET

1%
PUBLICACIONES

10%
TRABAJOS DEL ESTUDIANTE



FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	1%
2	repositorio.usanpedro.edu.pe Fuente de Internet	1%
3	repositorio.unap.edu.pe Fuente de Internet	1%
4	repositorio.uchile.cl Fuente de Internet	1%
5	hdl.handle.net Fuente de Internet	1%
6	repositorio.une.edu.pe Fuente de Internet	1%
7	Submitted to Universidad Ricardo Palma Trabajo del estudiante	1%
8	repositorio.uncp.edu.pe Fuente de Internet	1%
9	archive.org Fuente de Internet	



Mg. Leslie Denise Tantaleán Oliva
Unidad de Grados y Títulos
JEFA

AGRADECIMIENTOS

A mi padre celestial porque me sostiene en todo momento.

A mi esposo Juan por su cariño, su confianza y apoyo incondicional

A Segundo Rojas, Janet Huerta, Raquel Gargatte y Pamela Cárdenas por su acompañamiento en el Taller del uso de la máscara teatral.

A las alumnas del 4to grado C por su participación y dedicación en el Taller; a la Profesora de aula Mónica Sicchar y Directora Gladys García por su apoyo y acompañamiento.

A la Dra. Dora Canales por su cariño y apoyo en la corrección de mi tesis

A mi grupo de teatro Yuyachkani con el cual he aprendido el arte del teatro y el uso de la máscara.

A mi asesor Mg. Carlos Reyes Romero por su paciencia y asesoría.

DEDICATORIA

A niños, niñas y jóvenes de nuestro país con quienes he compartido talleres a lo largo de mi vida artística y con los que he aprendido mucho.

A los profesores y profesoras de arte para que les llegue esta herramienta pedagógica y puedan usarla con sus educandos.

Resumen

El diseño de la presente investigación, consideró como recurso metodológico, la realización de un Taller Pedagógico. Y como recurso didáctico principal el uso de la Máscara Teatral. Esto fue posible con un grupo de estudiantes de secundaria de una Institución Educativa del Estado en la ciudad de Lima.

El diseño de investigación fue Cuasi Experimental, con un método de investigación mixta y de carácter aplicativo.

Durante el desarrollo del Taller Pedagógico, aplicamos tanto un Cuestionario de entrada como uno de salida, con el propósito de registrar datos y su posterior análisis. Paralelamente, recurrimos a observaciones externas y el registro de experiencias usados, como instrumentos de evaluación. Importante la recopilación de tipo documental, fotos y video, en cada una de las sesiones durante todo el proceso.

En conclusión, confirmamos que la utilización de la máscara teatral ayuda a las participantes, a desinhibirse, relajarse y empoderarse, mejorando su autoestima.

Palabras claves: Máscara teatral, Taller Pedagógico, Autoestima,

Abstract

The design of the present investigation, considered as a methodological resource, the realization of a Pedagogical Workshop. And as the main didactic resource, the use of the Theatrical Mask. This was possible with a group of high school students from a State Educational Institution in the city of Lima.

The research design was Quasi-Experimental, with a mixed and applicative research method.

During the development of the Pedagogical Workshop, with the purpose of recording data and its subsequent analysis, we applied both an entry Questionnaire and an exit Questionnaire. At the same time, we resort to external observations and the record of experiences used as evaluation instruments. The collection of documentary type, photos and videos, in each of the sessions throughout the process was important.

In conclusion, we confirm that the use of Theatrical Mask helps the participants to lose inhibitions, relax and empower themselves, improving their self-esteem.

Keywords: Theatrical Mask, Pedagogical Workshop, Self-esteem,

INTRODUCCIÓN

Como actriz y profesora he investigado y recorrido por diversos territorios del Perú, conociendo variedad de fiestas tradicionales donde se usa la máscara como parte de las comparsas de “actores danzantes”, con una historia, un vestuario, una coreografía, una música y una presencia.

En todas estas experiencias se ha testificado la transformación de los participantes hacia los personajes, por lo que se decidió profundizar y conocer más de cerca este mágico mundo de la máscara.

Con una amplia práctica de 42 años en el uso de la máscara en diferentes espectáculos, así como el enseñar su técnica en diversos talleres tanto para actores, actrices; niños, niñas, adolescentes y personas en general; se ha visto que es un recurso que ayuda mucho a encontrar la identidad cultural y a mejorar la estima personal.

A través de la experiencia adquirida como Profesora de Educación Artística y concedora de la realidad de niños, niñas y adolescentes en nuestro país, he visto la necesidad de ayudar a mejorar su autoestima ya que es fundamental para sus vidas.

Es así que se decidió realizar esta investigación con alumnas de secundaria de una Institución Educativa Estatal a través de un Taller pedagógico usando la máscara como vehículo para mejorar su autoestima, combinando tanto la labor artística como educativa.

Este documento está dividido en seis capítulos, el primero de ellos se enfoca en relatar el problema de investigación, así como en los objetivos, importancia y limitaciones del mismo.

El segundo capítulo, se enfoca en el marco teórico en el cual se desarrolla este estudio, en las investigaciones presentadas, donde se profundiza sobre el conocimiento y la riqueza de la máscara en nuestro país, así como su uso variado: en teatro, en danza, en representaciones culturales e inclusive en terapias.

En el capítulo III se presentaron la Hipótesis general y específicas planteadas de la investigación y variables de estudio.

En el capítulo IV, se presenta el Método, la Población, muestra. El tipo y diseño de investigación, así como las técnicas e instrumentos de recolección de datos. Además de la presentación del Taller Pedagógico del uso de la máscara.

En el capítulo V, se presentan y analizan los resultados, reflexionando en los efectos positivos sobre las participantes. La revisión consta del análisis sobre datos cuantitativos sacados del Cuestionario de entrada, Cuestionario de salida y Registro de los logros de las alumnas, así como datos cualitativos que se desprenden de la Observación externa y la Apreciación evaluativa de parte de la Dirección de la Institución Educativa. Además, el análisis y discusión de los mismos.

Finalmente, en el capítulo VI se exponen las conclusiones acompañadas de las recomendaciones.

Así se concluye presentando los datos obtenidos en esta investigación, y brindando esta herramienta pedagógica a fin de que pueda servir de inspiración a futuros trabajos.

En los anexos se encuentran de manera integral la descripción a profundidad de las sesiones del Taller del uso de la máscara teatral realizadas, donde de manera innovadora y creativa se usa el objeto máscara como un recurso didáctico realizando una variedad de actividades, compartiendo ejercicios de entrenamiento corporal, vocal, el uso del objeto, y la creación de personajes e improvisación de escenas teatrales creadas por ellas mismas. Dando la posibilidad a través del juego de roles, la representación de alguien que uno no es, a desinhibirse, y expresar sentimientos, actitudes que sin ella no se atreverían a manifestar.

ÍNDICE

	PÁG.
CAPÍTULO I	
Planteamiento del estudio	1
1.1. Formulación del problema	1
1.2. Objetivos	3
1.2.1. General	3
1.2.2. Específicos	3
1.3. Importancia y justificación del estudio	4
1.4. Limitaciones del estudio	6
1.4.2. Limitaciones	6
a) Relación con la institución	6
b) Relación con las alumnas	7
CAPÍTULO II	
Marco teórico	8
2.1. Investigaciones relacionadas con el tema	8
2.1.1. Antecedentes de la investigación respecto a la máscara	8
a. Antecedentes a nivel nacional	8
b. Antecedentes nivel internacional	9
2.1.2. Antecedentes de la investigación respecto a la autoestima	9
a. Antecedentes a nivel nacional	9
b. Antecedentes a nivel internacional	10
2.2. Bases teórico-científicas del estudio	11
2.2.1. Sobre la máscara	11
a. Definición de la máscara	11
b. Historia de la máscara en el Perú	12
c. La máscara teatral	16
d. Creación de un personaje enmascarado	17
e. La máscara como terapia en el psicodrama	19
f. La máscara como recurso didáctico	21
2.2.2. El taller como recurso pedagógico	21
2.2.3 Autoestima	23
a. Definiciones de autoestima	23

b. Formación de la autoestima	26
c. Importancia de la autoestima	26
d. Bases de una buena autoestima	28
e. Dimensiones de la autoestima	29
f. Niveles de autoestima	30
g. Claves para alcanzar una buena autoestima	33
2.3. Definición de términos básicos	33
2.3.1. Institución educativa estatal	33
2.3.2. Expresión corporal	34
2.3.3. Expresión vocal	34
2.3.4. Improvisación	35
2.3.5. Tipos de Máscara	35
a. Máscara entera	35
b. Máscara neutra	36
c. Media máscara o máscara parlante	37
d. Cuarto de máscara	37
2.3.6. Mascarilla al rostro	38
2.3.7. Uso de la máscara	39
CAPÍTULO III	
Hipótesis y variables	40
3.1. Supuestos científicos básicos	40
3.2. Hipótesis	42
3.2.1. General	42
3.2.2. Específicas	42
3.3. Variables de estudio	43
3.3.1. Variable independiente	43
3.3.2. Variable dependiente	44
CAPÍTULO IV	
Método	45
4.1. Población, muestra de participantes	45
4.2. Tipo y diseño de investigación	45
4.3. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	46

4.3.1. Criterios e indicadores para Diagnóstico y Evaluación	49
4.4. Procedimientos y técnicas de procesamiento de datos	49
4.5. Desarrollo del Taller Pedagógico del uso de la máscara	51
CAPÍTULO V	
Resultados y discusión	52
5.1. Presentación de datos cuantitativos	52
5.2. Presentación de datos cualitativos	57
5.3. Análisis y discusión de los resultados	64
5.3.1. Análisis y discusión de los resultados del Cuestionario de Entrada	64
5.3.2. Análisis y discusión de los resultados del Cuestionario de Salida	66
5.3.3. Análisis y discusión de la observación externa	72
5.3.4. Análisis y discusión de la apreciación institucional	80
CAPÍTULO VI	
Conclusiones y recomendaciones	86
6.1. Conclusión general y específicas	86
6.2. Recomendaciones	87
Referencias bibliográficas	90
Anexos	94

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 01: Matriz de Aspectos Socioafectivos del Inventario de Autoestima de Coopersmith	48
Tabla 02 Resultados del Cuestionario de Entrada	53
Tabla 03 Resultados del Cuestionario de Salida	54
Tabla 04 Cuadro Comparativo de los cuestionarios de entrada y de salida	55
Tabla 05 Datos del Registro Logros según la responsable de la investigación	56
Tabla 06 Resultados de la Observación Externa del Taller Pedagógico acorde a fases del proceso	57
Tabla 07 Resultados de la Evaluación de la directora	62
Tabla 08. Evaluación de la Profesora de aula	63

ÍNDICE DE FIGURAS

1. El arte rupestre del antiguo Perú, Jean Guffroy	13
2. Distintas etnias Wari enmascarados en Toro Muerto Arequipa (1955)	14

ÍNDICE DE FOTOS

1. Máscara Caporal	35
2. Máscara neutra	36
3. Media máscara parlante	37
4. Cuarto de máscara	37
5. Mascarilla al rostro	38

CAPITULO I

1. Planteamiento del estudio

1.1. Formulación del problema

En el Currículo Nacional de la Educación Básica del MINEDU (2016), se señala que uno de los objetivos principales de la educación en el Perú, es obtener el cambio de la sociedad en su conjunto, en la familia y- sobre todo- en el sistema educativo a fin de lograr estudiantes con actitudes positivas, proactivas, solidarias, asertivas, cooperativas, con valores, y con una práctica constante de autoestima.

Dentro del perfil del egresado, el estudiante se reconoce como una persona valiosa, y se identifica con su cultura en diferentes contextos. Propicia la vida en democracia, a partir del reconocimiento de sus derechos, responsabilidades y de la comprensión de los procesos históricos - sociales de nuestro país, entre otros. (Currículo Nacional de la Educación Básica del MINEDU, pág. 45)

Siendo este modo, una alternativa posible, a través de la cual, formarse como personas capaces de lograr su realización ética, intelectual, artística, cultural, afectiva y física, que promuevan su formación, consolidación de su identidad y autoestima, así como su integración adecuada y crítica analítica a la sociedad, para el ejercicio de una ciudadanía en armonía con su entorno.

Lo dicho anteriormente permite observar que la educación básica juega un rol muy importante como herramienta que permite potenciar o favorecer el desarrollo de la autoestima en los estudiantes. A partir de aquí los educadores reciben la oportunidad de incorporar en su quehacer pedagógico, estrategias metodológicas y recursos didácticos que permitan favorecer el desarrollo integral de los mismos.

La autoestima se crea y refuerza en las personas desde temprana edad, a nivel de sentimientos, pensamientos, aprendizajes y creatividad; en los valores, comportamientos y relaciones con la familia y sociedad. También, en el cómo se considera a sí mismo/a en todos estos aspectos. Por eso, es necesario construir un ambiente adecuado para que desde niñas y niños crezcan fortalecidos, seguros,

valorados y felices posibilitando así, el desarrollo de una autoestima, que los nutra y acompañe en la adultez a sentirse bien consigo mismos y con los demás.

Yamamoto, (2016), sostiene que, uno de los principales problemas a nivel de salud mental en los países de Sudamérica, es la errática percepción que se tiene sobre autoestima en su población, la cual se manifiesta en infelicidad y complejo de inferioridad. Continuando con lo expuesto por Yamamoto es ahí donde emerge la violencia y la prepotencia, características de una sociedad no saludable, como ocurre en gran parte del mundo. En el ámbito latinoamericano la sociedad peruana destaca por altos niveles de violencia doméstica e inseguridad ciudadana.

Concordando con lo expresado por Branden, (1995), que los factores externos aluden específicamente a mensajes transmitidos como lo son las experiencias provocadas por los padres, los educadores, las compañeras, las amigas, pero, sobre todo, por el ambiente social significativo donde se desarrolla la persona.

Ante lo expuesto se puede encontrar muchas formas de precisar la valoración de la autoestima tan necesaria en los seres humanos, se puede decir que básicamente se trata de la autoimagen, ¿cómo nos vemos?, ¿cómo nos definimos?, ¿cómo nos sentimos? Desde que nacemos, vamos reuniendo sentimientos, emociones, pensamientos, actitudes, comportamientos y experiencias sobre nosotros mismos. En base a todo ello se construye la autoestima”, la cual puede ser más fuerte, es decir haber sido suficientemente reforzada durante nuestro proceso de crecimiento, o más frágil, si no vivimos suficientes experiencias que la construyan y fortalezcan o refuercen.

De acuerdo con Galván (2016) en el II Congreso de Arte Educación. Alfabetización y Mediación en Artes como Estrategia Formativa, señala que una de las conclusiones a las que se arribó en dichas jornadas, fue la necesidad urgente de incorporar el arte en la educación de los jóvenes, por tratarse de una pieza fundamental para su desarrollo en la sociedad.

Así mismo Galván (2016), sostuvo que “el arte permite a los educandos darse un valor a sí mismos como personas”, y “humaniza la educación, ya que las diferentes

experiencias artísticas pueden emplearse en otras materias al incluirlas en su metodología”. (Plataforma digital única del estado peruano)

En las Instituciones Educativas estatales se puede constatar las pocas horas contempladas al curso de arte a la semana, así como también los pocos especialistas para dedicarse a este campo, teniendo como resultado que los estudiantes no tengan la oportunidad de aprender y practicar las diversas artes como la danza, la música, el teatro o las artes plásticas, entre otras especialidades que serían de gran ayuda y aporte significativo para sus vidas.

Es así entonces, como el presente trabajo nace de la intención de aportar a esta carencia, mediante la realización de una investigación dirigida a estudiantes de secundaria a fin de comprobar, desde la experiencia, ¿En qué medida el uso de la máscara teatral como recurso didáctico mejora la autoestima de estudiantes del 4to de secundaria de una I.E. en Lima? Siendo el público objetivo seleccionado para la presente investigación, aplicada a partir de la modalidad de Taller Pedagógico.

I.2. Objetivos

1.2.1. General

Determinar la influencia del uso de la máscara teatral, como recurso didáctico en la mejora de la autoestima de estudiantes del 4^o de secundaria de una Institución Educativa de la ciudad de Lima.

1.2.2. Específicos

- Conocer el diagnóstico socio-afectivo del nivel de autoestima a través de los cuestionarios de entrada y salida.
- Identificar los registros de logros de la aplicación del uso de la máscara teatral como recurso didáctico para mejorar la autoestima de estudiantes del 4to de secundaria de una I.E. de Lima.

- Contrastar los registros de logros de la aplicación del uso de la máscara teatral como recurso didáctico para mejorar la autoestima de estudiantes del 4to de secundaria de una I.E. de Lima.
- Evaluar las fases del proceso del uso de la máscara teatral como recurso didáctico para mejorar la autoestima, a través de la observación externa de estudiantes del 4to de secundaria de una I.E. de Lima.
- Conocer la apreciación institucional (directora y profesora de aula) del uso de la máscara teatral como recurso didáctico para mejorar la autoestima de estudiantes del 4to grado de secundaria en una I.E. de Lima.

1.3 Importancia y Justificación del estudio

La elección del tema de investigación se presenta como una oportunidad para explorar en el ámbito educativo la importancia de lo artístico para el desarrollo de algunas competencias propuestas por el MINEDU (2016) que fueron puestas de modo más específico en el documento *“Rutas de aprendizaje, ¿Qué y cómo aprenden nuestros niños y adolescentes? - Desarrollo de la expresión en diversos lenguajes*. En el medio educativo nacional se encontró un gran vacío respecto del conocimiento de la aplicación didáctica de lo artístico teatral de acuerdo al planteamiento plástico, humano y social.

Considerando que en la educación escolar los principales roles activos le corresponden al docente y al estudiante; se debe considerar también la importancia de los recursos didácticos ya que también son elementos imprescindibles para poder realizar la práctica educativa.

Con lo previamente expuesto, se puede apreciar que la formación no es única. El docente emplea diversos lenguajes como estrategias y, una de ellas puede ser el teatro. Sin embargo, en la mayoría de instituciones educativas cuentan con pocos profesores de arte especializados, suele haber profesores de artes plásticas y/o danza, y son muy pocos los que conocen las artes escénicas o el teatro, y en especial el uso de la máscara que es una técnica rica y poco difundida.

Por otro lado, el aprendizaje vivencial también recobra importancia como una estrategia metodológica desde el ámbito del teatro profesional que desafía a la educación. Boal (2018), plantea en su método del Teatro del oprimido: *“Todos debemos hacer teatro para averiguar quiénes somos y descubrir quiénes podemos llegar a ser”*.

El teatro ofrece un espacio lúdico, donde su práctica plantea alternativas de desarrollo emocional para proponer alternativas de preparación para el futuro. Donde se sabe que el objetivo final del teatro es manifestar al personaje que llevamos dentro cada uno de nosotros. (Baraúna y Motos, 2009) y para ello la máscara es nuestra mejor aliada.

Acorde a la experiencia propia como actriz y docente de arte desde 1997 en diversas instituciones educativas, en escuelas de teatro y en el ámbito escolar a nivel nacional e internacional, resultó importante pensar en la utilidad de la máscara como recurso didáctico.

Al realizar las clases y talleres se observó que el uso de la máscara ayuda a que las personas pierdan el miedo, se desinhiban, superen la timidez, se manifiesten con mayor seguridad, es decir, incide positivamente en el desarrollo y mejora de la autoestima.

La máscara es un objeto muy importante del lenguaje escénico, no obstante, fuera del ámbito teatral podemos constatar que sirve como herramienta de autoexploración, autoaprendizaje y para el mejoramiento de la autoestima.

A partir de aquí entonces queda un amplio horizonte para el desafío del uso de la máscara como recurso didáctico en el ámbito de la educación. A través del juego con la máscara, los estudiantes pueden lograr la autoconfianza, la desinhibición, la seguridad, pueden desarrollarse mejor en sus actividades diarias, sin temor a la participación, a la exposición frente a sus pares o a los docentes.

Según Branden (1995) la autoestima está conformada por factores internos y externos. Se entiende por factores internos a los que están en la persona, como, por ejemplo, ideas, pensamientos, creencias, hábitos y comportamientos.

En lo que se refiere al estudio del uso de la máscara como recurso didáctico, considero que involucra una serie de temáticas y problemas en relación con las nuevas pedagogías y la producción de recursos pedagógicos dentro de la escuela. Esta permite abordar aspectos teórico-pedagógicos, histórico-culturales y de los procesos psicológicos de las estudiantes.

En esta investigación pedagógica, se abordaron los fenómenos educativos, entendiendo el aula como escenario donde el/la estudiante es protagonista del aprendizaje.

El tema de esta investigación propone, mediante el diseño e implementación de un Taller Pedagógico, que toma como recurso didáctico el uso de la máscara teatral, mejorar la autoestima de las estudiantes del 4to año de secundaria de una Institución Educativa en la ciudad de Lima – Perú.

1.4. Limitaciones del estudio

1.4.1. Limitaciones

a. Relación con la institución

En un inicio, el Taller Pedagógico del uso de la Máscara teatral, se planificó con una duración total de 7 sesiones con 3 horas de duración cada una, en una frecuencia semanal de 2 sesiones. Sin embargo, al coordinar con las autoridades del centro educativo se conoció la realidad de la institución y de las alumnas por lo que se decidió conjuntamente con la directora realizar el taller en 6 sesiones de 2 horas académicas cada una.

Fue necesario tener que adaptarse a las actividades y tiempos de la institución. En dos ocasiones se postergaron las clases y se tuvo que esperar a que terminaran una actividad cívica. Además, se realizó una sesión extra fuera de la programación debido

a la ausencia de varias de las alumnas a la primera clase, ya que nos interesaba mucho que todas pasaran por la experiencia y tuvieran su mascarilla personal.

b. Relación con las alumnas

La muestra se inició con 18 alumnas del 4to grado C, sin embargo, no pudo tener la asistencia total del alumnado de manera continua, debido a temas de salud y/o problemas familiares que fomentaban una asistencia irregular.

No obstante, ante todas las dificultades presentadas, se buscó alternativas para adaptarse, por lo cual se les enseñó a confeccionar su mascarilla y a participar en alguna sesión del Taller Pedagógico. Debido a esto, el taller se concentró en trabajar con 12 de ellas que fueron las que se mantuvieron de manera constante.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Investigaciones relacionadas con el tema

2.1.1. Antecedentes de investigaciones relacionadas con el tema de la Máscara

a. Antecedentes a nivel nacional

Con respecto a la investigación sobre “El uso de la máscara teatral como recurso didáctico para mejorar la autoestima de estudiantes del 4to de secundaria de una Institución Educativa de la ciudad de Lima”, no existen trabajos en las bibliotecas de diferentes universidades tanto nacionales como fuera del Perú, que antecedan a esta investigación; pero sí fue posible encontrar investigaciones afines, como por ejemplo las siguientes:

Rojas (2020) determinó cómo el trabajo con la máscara neutra que desarrolló Jacques Lecoq permite integrar el trabajo de análisis de texto (profundizado por Konstantin Stanislavski en su obra El arte del Actor) con el trabajo físico, entendiendo este último como la partitura escénica en la interpretación del actor.

Para hacer esto posible, el autor describió en qué consiste el uso de la máscara neutra detallando los pasos que se deben realizar para integrar los trabajos mencionados, lo cual se lleva a cabo mediante la aplicación de una metodología de investigación en las artes escénicas basada en la práctica artística.

Condori (2018) en su tesis propuso que las máscaras son un medio que permiten que las sociedades transmitan conocimiento en las civilizaciones más avanzadas.

Se planteó como objetivo general identificar los elementos simbólicos de la máscara del diablo de Puno (altiplano peruano), que dan origen a la creación obras artísticas bidimensionales (con dimensión largo-ancho). En términos de meta más específicas de su trabajo procura determinar el origen y significado de los elementos simbólicos de la máscara del diablo y. en segundo lugar, aplicar los elementos simbólicos de la máscara del diablo para la creación de tres obras bidimensionales a modo de cuadros

pictóricos que tituló como: Guerrero Ecológico del Titicaca e intercesión con los Apus, Diablo del Titicaca, Diablo Ecológico.

Respecto de los resultados de su investigación ella llega a la conclusión de que el origen de la máscara de Diablo puede ser aproximado desde dos ángulos:

- a) la máscara del diablo es de origen andina – altiplánica y
- b) la máscara como producto del sincretismo cultural, ya que a partir de los años 50 se mezclan elementos andinos, europeos y asiáticos.

b. Antecedentes a nivel internacional

Cousins (2020) en su tesis buscó estudiar expresiones artísticas de mujeres en el contexto actual, específicamente en el espacio urbano de Santiago de Chile, haciendo trabajo de campo bajo el paradigma fenomenológico con perspectiva feminista, abarcando movilizaciones urbanas, círculos de mujeres, realizadoras de máscaras, talleres, comparsas y el caso en que más se concentra es en: El cuerpo de figurinas del Colectivo Hierba Mala.

Además, hace un rescate de la información recabada, para poner en valor el oficio de las mujeres figurinas y todo lo que conlleva el acto de enmascararse/encapucharse a través de un proyecto audiovisual que busca dejar registro de la historia reciente de Chile.

2.1.2. Antecedentes de la investigación relacionadas con el tema de Autoestima

a. Antecedentes a nivel nacional

Fernández (2019), trabajó en su investigación con el objetivo de mejorar la autoestima en el desempeño de las actividades dentro del aula con estudiantes de secundaria en el distrito de Los Olivos, ciudad de Lima.

A través de esta técnica artística y recurso didáctico, los estudiantes pudieron trabajar la mejora de su autoestima, desde el conocimiento, aceptación y valoración de sus propias habilidades, hasta la integración de las mismas con sus compañeros dentro del ambiente escolar.

Luego de la aplicación del Taller de drama creativo, se obtuvo en los estudiantes una mejora significativa. Motivó a estos a conocer y valorar sus potencialidades como creadores, teniendo como efecto principal en ellos, desprenderse de pensamientos o comentarios negativos que tenían sobre ellos mismos y el trabajo que realizaban. Resultados que validan su propuesta.

Porturas (2018) en su investigación tuvo como objetivo determinar los niveles de autoestima, tanto en el ámbito general, como en sus dimensiones de la percepción de sí mismos, del entorno social y ámbito familiar por parte de los estudiantes de secundaria de dicha institución educativa.

El nivel encontrado en la escala general fue de categoría “Promedio”, del mismo modo, en la dimensión de “Sí mismo o Yo General” se obtuvo la misma categoría diagnóstica, mientras que, las dimensiones sociales y familiares, arrojaron la categoría de “Baja Autoestima”.

b. Antecedentes a nivel internacional

Chávez (2019) tuvo como objetivo principal medir la asociación existente entre la percepción de clima escolar y la cantidad de horas de educación musical de los estudiantes de primer ciclo básico de una escuela municipal de la comuna de Huechuraba, en Santiago de Chile.

Para medir la percepción de clima escolar, se adaptó el CECSCE (Cuestionario de Clima Social del Centro Escolar) para niños y niñas de temprana edad. En cuanto a la cantidad de horas, se sumaron las horas totales anuales de educación musical de cada estudiante. Para finalizar, se hizo una correlación utilizando el coeficiente de Pearson, cuyo resultado arrojó una correlación positiva leve. Este estudio dejó ver la importancia del clima escolar y de la educación musical en las escuelas, para crear comunidades escolares más íntegras, con mejores relaciones sociales, que trasciendan de lo académico.

Alcántara y Facundo (2020), partieron de una encuesta de elaboración propia con un diseño no experimental de 221 adolescentes de entre 12 y 17 años, de un colegio de Córdoba Capital.

En sus resultados, fue posible reunir la evidencia necesaria para afirmar que las redes sociales podrían tener diversos efectos sobre la autoestima de los adolescentes. Dadas las características de la muestra, las conclusiones no son definitivas y por tanto no es posible generalizar los resultados a toda la población. No obstante, se pretende generar las condiciones necesarias para un primer acercamiento en vistas a futuras líneas de investigación.

2.2. Bases teórico-científicas del Estudio

2.2.1. Sobre la Máscara

a. Definición de la máscara

La máscara es un objeto que se usa para cubrir el rostro y parte de la cabeza transformando a la persona momentáneamente en otra. Forma parte de la cultura universal, usada desde tiempos muy antiguos para la realización de rituales, celebraciones festivas, mortuorias, teatro, entre otras.

Según Corominas y Pascual (1980) en su Diccionario crítico y etimológico indicaron que el origen de Máscara proviene de un conglomerado de vocablos de significados distintos pero que se conectan entre sí. Ante lo cual, se deja en manifiesto que hay una variedad de antecedentes que podrían ser su origen, a pesar de diferenciarse en su significado y pueden estar conectadas.

Los autores han indicado que existen tres posibilidades originales diferentes para máscara, que, si bien tienen un origen semántico común, el autor duda que compartan la misma etimología: La primera es máscara: “careta, disfraz”, presente en el italiano antiguo, el catalán y en otras lenguas europeas mediterráneas, cuya etimología se encontraría en el árabe *mashara*: “bufón, payaso, personaje, risible,” que a su vez deriva de *sahir*: “burlarse de alguien”. Esta noción árabe sería de una gran influencia transversal en el significado como llega hasta nuestros días, generando una etimología intercultural del vocablo máscara. Luego se encuentra la etimología mascarar: “tizne”, en el lenguaje occitano, catalán y presente también en francés, castellano y portugués. Finalmente *masca*, que significa “bruja,” arraigado en el norte

de Italia desde la alta Edad Media, cuyo origen podría ser germánico o céltico. Corominas conecta estas dos últimas posibilidades explicando que “la bruja se tizna al salir por la chimenea, y lo hace también con el doble objetivo de causar miedo y de disfrazar o disimular su identidad, mientras que la forma más elemental de disfraz carnavalero consiste en tiznarse la cara” (Corominas y Pascual, 1980, pp. 870)

Para la revista Carnivaland “las máscaras son el objeto más sagrado en muchas de las civilizaciones a lo largo de la historia” y, para entender lo que son hoy, hace falta ver lo que fueron algún día.

Las máscaras se han utilizado desde que el ser humano tiene conciencia de sí mismo con diferentes fines dependiendo de la época en la que se encontraban. Una máscara puede revelar si la sociedad que usaba esas máscaras era temeraria o temida, si eran agresivas o amigables, su ética y su moral. Había diferencias y muchas cosas en común en el uso de máscaras en todas las civilizaciones.

La palabra máscara viene del latín *mascus* y *masca* que significa fantasma y del árabe *maskharah* que significa bufón y hombre con máscara. (Guía de Carnavales del mundo, 2021. pp. 1)

Jiménez (1996) sostiene que la máscara parece un recurso utilizado por el ser humano desde el paleolítico hasta nuestros días. Es evidente que la máscara forma parte del patrimonio cultural de la humanidad y no se ha desprendido de ella hace miles de años.

“La función de la máscara a través del tiempo no es siempre la misma, va de lo sagrado a lo profano. Desde la máscara del hechicero hasta la máscara de carnaval de nuestros días. La principal función de la máscara es transfigurar. Es decir, producir un efecto ilusorio, engañoso, intrigar y atemorizar. Cubre al sujeto y lo convierte momentánea y rápidamente en algo distinto. Muestra y oculta a la vez”. (pág. 9)

b. Historia de la máscara en el Perú

El enmascaramiento se da desde épocas muy antiguas, cuando las personas se pintaban, se maquillaban con tintes naturales y se colocaban adornos y colgantes en el cuerpo que ahora los conocemos como piercing. También se camuflaban

poniéndose pieles de animales, ramas, y se grababan tatuajes en diversas partes de su cuerpo.

Perú, al igual que la mayoría de las culturas originarias se caracterizó por ser una cultura oral, motivo por el cual no es posible rastrear documentos escritos respecto de la máscara en tiempos pasados. Sin embargo, si podemos encontrar vestigios a través de una escritura particular que se expresa por medio de telares, esculturas y pinturas en piedras, lo que posibilita que hoy podamos encontrar testimonios de la existencia de máscaras desde épocas muy antiguas.

En el caso particular de las pinturas sobre piedra, una de las más conocidas e importantes se encuentran en las cuevas de Toquepala, en el distrito de Ilabaya en el departamento de Tacna, al sur de Perú que tiene una data de 10.000 años de antigüedad. En sus paredes se encontraron pinturas rupestres con diversas escenas de cacería o chaco, en las que se representa a cazadores enmascarados acorralando y matando a un grupo de guanacos.

El Dr. Muelle (1969), arqueólogo, antropólogo y docente peruano, al mando de un grupo de alumnos, entre 1963 y 1964 realizó estas excavaciones y exploraciones, y sobre esto dice lo siguiente: *“Aunque de formas variadas, ninguna de sus cabezas tiene rasgos claramente humanos. Al contrario, la representación de orejas y de hocicos de animales parece bien marcada sobre varias de ellas. Podría tratarse de figuraciones de máscaras o de atributos sobrenaturales”* (Open Edition books)

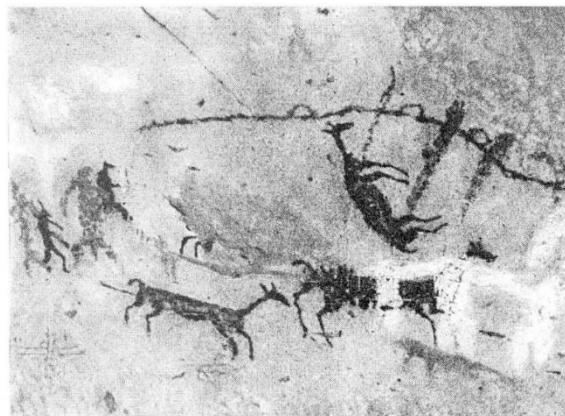


Figura 1. El arte rupestre del antiguo Perú, Jean Guffroy

Si observamos bien estas pinturas, podríamos decir que estos hombres están en estado de representación. Tomando en cuenta que no usaban simples disfraces,

tuvieron que usar su cuerpo de una manera diferente al de la vida cotidiana y ponerse una máscara de animal sobre el rostro y cabeza que posiblemente les otorgaba cualidades especiales del mismo animal y los hacía desplazarse y danzar de una manera también diferente a la que estaban acostumbrados.

Podemos encontrar otros testimonios en El alto de la guitarra en Trujillo. En la zona de Toro Muerto, pinturas rupestres de Sumbay en el departamento de Arequipa, donde aparecen grabados sobre tufo volcánico, de variedad de máscaras, de figuras de mujeres y hombres enmascarados bailando, investigados y estudiados por el Dr. Eloy Linares Málaga.



Figura 2. Distintas etnias Wari enmascarados en Toro Muerto Arequipa (1955)
Eloy Linares Málaga

A lo largo de la historia del Perú, esta presencia de la máscara se consolida en las culturas prehispánicas llegando a usar tanto en los rituales funerarios, religiosos, en las fiestas populares, como en los rituales de guerra.

Otro antecedente lo ofrece Jiménez (1996) en su observación de la cerámica de la Cultura Moche, una de las culturas prehispánicas más importantes de Perú. El constata que este tipo de cerámicas ofrece muchas imágenes de personajes enmascarados. Para él, algunas *“nos dejan dudas, otras pudieran ser personajes mitológicos, o aislados de narraciones populares a modo de cuentos...”* (pág. 224)

Durante la invasión española - que se manifestó en violencia e intolerancia contra nuestra cultura y sus costumbres, siendo la extirpación de idolatrías su máxima expresión- trajo consigo la quema de numerosas figuras de deidades, de momias extraídas de sus cuevas funerarias, vestidos, telares, *q'elqas* (pictografías), vajillas, instrumentos de música y también máscaras.

Fray Gonzáles Holguín, cronista español pudo constatar a su llegada a nuestro país que existían muchas máscaras. Y escribe: “Saynatya mascara çaynata runa. Enmascarado, dançante. Saynatacuni çaynatani. hazer dança, o sacar inuencion con mascara.” (Vocabulario de la lengua general de todo el Perú llamada Lengua quechua, pp. 214-215)

A partir de estos conceptos testimoniados por Gonzáles Holguín los cronistas registraron la palabra Máscara en quechua como *Saynata*. De allí se derivaron las palabras *saynatacuna*, o *Huacones*, para indicar a los enmascarados. También se utilizó la palabra *Sayñata* como equivalente a “máscara o carátula”

Con la imposición de los santos católicos y el sincretismo religioso que se produjo en nuestro país, se acostumbró a celebrar Fiestas Patronales dedicadas a la devoción de las Vírgenes y los Santos patronos de los diversos pueblos, donde con seguridad, participaban muchos personajes enmascarados. Hasta el día de hoy podemos encontrar máscaras y actores danzantes en variedad de Fiestas Patronales de nuestro país, especialmente en la sierra sur.

El Perú es una de las capitales mundiales de la máscara. Cada máscara es el rostro de un personaje danzante, posee un vestuario con adornos y accesorios, una música, coreografía con diversas mudanzas o partes, un comportamiento escénico, cumpliendo de este modo una función dentro de la fiesta tradicional popular.

Podemos encontrar una gran variedad de personajes enmascarados en fiestas tradicionales como la de la Mamacha Candelaria en Puno; en el Valle del Mantaro (Junín): la Tunantada, la Chonguinada, la Tropa de Cáceres, La Huaconada de Mito.

Los Carnavales en Cajamarca, los Negritos de Huánuco en Huánuco, los Diablitos de Túcume en Lambayeque. En la región de Cusco, las fiestas de la Mamacha del Carmen en Paucartambo, la Mamacha del Carmen en San Salvador, la Mamacha

Asunta en Calca, la Fiesta de San Sebastián en el barrio de San Sebastián; la Bajada de Reyes en Ollantaytambo, y uno de los más importantes, el Peregrinaje pre hispánico al Señor de Q'oyllur R'iti, al Apu Ausangate (Sostén del Universo) entre otros.

c. La máscara teatral

Las máscaras teatrales más antiguas que se conocen en Occidente son las del Teatro Griego, que desempeñaron un papel muy importante en el desarrollo teatral de ese entonces.

Estas se utilizaban sobre todo en ceremonias religiosas en honor a sus dioses, en especial al dios Dionisio.

Las máscaras se consideraban herramientas muy poderosas que transformaban completamente a los actores, tanto así que los espectadores no los distinguían del personaje teatral que interpretaban (fueran de un hombre, de dioses femeninos u otros seres míticos). Usaban máscaras completas que cubrían el rostro y la cabeza con un orificio grande a la altura de la boca que permitía que la voz se escuchara muy bien. Clasificadas en máscaras de tragedia, comedia y satíricas.

Se conoce en la historia del teatro que en el siglo XVI nace la Comedia del Arte en Italia, caracterizada por la creación colectiva de actores que elaboran un espectáculo improvisando los textos a partir de apuntes, y usando máscaras de personajes representando historias a partir de la realidad social de su época. Las características de sus máscaras es que les permiten hablar, llamadas media máscara, que cubre la parte de arriba del rostro hasta la nariz y pómulos con dos orificios en los ojos que permiten mirar perfectamente.

Dentro de estas medias mascararas existen tres tipos de personajes en la comedia del arte: unos llamados zannis o bufones que tienen la función de sirvientes, otros llamados vecchios u hombres viejos y los terceros los enamorados que son hombre y mujer.

Arcas (2010) en su artículo sobre “Los recursos escénicos del teatro clásico japonés Noh”, destaca que se conoce bastante historia del uso de la máscara teatral, a partir de personajes pertenecientes al Teatro Noh, Kyogen y Kabuki.

El teatro Noh, desde el siglo XIV, que evolucionó bajo el auspicio del Shogunato y se convirtió en un pasatiempo exclusivo de los samuráis. En el período de Tokugawa (1603-1868), a los plebeyos se les prohibió verlo. Era interpretado enteramente por actores masculinos con máscaras, sus dramas se dividen en cinco categorías, obras sobre dioses, mujeres, locura, venganza y demonios.

El Kyogen es una forma de teatro tradicional japonés que se desarrolló como una especie de intermedio y comedia entre los actos solemnes del Noh, es de corto tiempo, por lo que el vestuario, las máscaras y los accesorios son simples y mínimos. En el teatro Kabuki a diferencia del teatro Noh, generalmente los actores caracterizan un papel con los rostros maquillados. Pero hay una excepción donde las máscaras juegan un papel importante en la obra de kabuki Nanatsumen – Las siete máscaras.

En Perú no hemos tenido personajes teatrales enmascarados como en Grecia, Italia y Japón, entre otros, pero si personajes enmascarados de danzas que cuentan historias por lo que los consideramos actores danzantes. Como actores y actrices hemos recibido la influencia de la máscara de la comedia del arte italiano, de la escuela francesa y japonesa.

d. Creación de un personaje enmascarado

El uso de la máscara, tanto para un actor/actriz como para un danzante tradicional, plantea las mismas reglas hacia el camino de darle vida a un personaje fantástico.

En el proceso de entrenamiento y preparación es importante que el actor/actriz se tome un tiempo tranquilo para que muestre acciones limpias y precisas. La máscara le ayudará a descubrir múltiples posibilidades expresivas; a romper con la cotidianeidad y la rutina; le demandará otra manera de actuar, de caminar, de comportarse, no cotidiana. La persona al colocarse una máscara, se transforma en el personaje, entra en un estado de representación. Cambia la voz, su corporalidad y su comportamiento.

Rubio (2001) sostiene al respecto: *“El entrenamiento de los danzarines está cada vez más cerca del actor, que surge en este tiempo afirmando una identidad para este teatro que empieza a crecer mirando hacia adentro, hacia su herencia cultural. Ya no quiere ser tributario del texto literario, y se abre a una noción teatral totalizadora en la que se añade a la palabra, la música, la máscara, la fiesta y la danza. Y al final de cuentas, ¿qué cosa es el teatro sino un juego de relaciones y convenciones?”* (pp. 133)

Para Cánepa (1998) *“la máscara teatral no debe descubrir al actor, ni intermediar entre él y su personaje. En el teatro, el actor debe explorar las técnicas que le permitan despojarse de su persona para construir su personaje; un personaje que existe sólo en la trama dramática que se representa y que, a pesar de las coincidencias, es distinta a la realidad y es una entidad cerrada en sí misma. El actor debe despojarse de su persona para construir su personaje sobre una tabla rasa, a partir de un punto neutro”.* (pp. 15)

En el caso de la máscara entera que tiene un solo gesto, son las acciones y los movimientos del actor danzante, ese cuerpo expresivo, que creará nuevas percepciones en el espectador.

Cuando se usa la máscara completa para hablar cotidianamente, aparece un desencuentro entre la voz y la máscara, hay un rechazo mutuo; sin embargo, podemos encontrar algunos personajes tradicionales de la cultura andina que usan máscaras de lana (huaqollo) pegada al rostro, los cuales usan una voz muy aguda, un falsete, y la voz encaja perfectamente con el personaje, este es el caso de los *Ukukus* o Pabluchas, los Kachampas en el Cusco; los *Llamichus* en Ayacucho, entre otros.

La posibilidad de hablar en falsete les permite a estos personajes jugar e interactuar con el público de una manera diferente. Pueden plantear un personaje juguetón e inocente como un niño, que a la vez es pícaro y creativo.

Por otro lado, nos dice Jiménez (1996) entre la máscara -como objeto determinado con forma y color- y el cuerpo del danzante que la lleva, se produce un intercambio

de identidades de cuya fusión aparece otra entidad. El ejecutante enmascarado forma parte de un conjunto, deja de ser quien es, no se le debe reconocer, es una pieza más del ensamblaje. Por ello, es necesario entender además que el enmascaramiento no implica sólo el rostro, sino que supone un cuerpo transformado, un traje, un código de comportamiento, una historia escrita en el vestido, en los accesorios y en los pasos de sus danzantes enmascarados. (pp. 224)

Muchas veces la máscara no da una visión amplia al que la usa. Han sido confeccionadas para mirar por agujeros hechos a la altura de las cejas, por los párpados, e incluso por la nariz. El actor/actriz y el actor danzante, con la práctica debe aprender a desplazarse con comodidad y dar la impresión de que mira a través de los ojos de la máscara. Ya con el uso y el tiempo, hace la máscara suya y la valora como si fuera su propio rostro.

e. La máscara como terapia en el psicodrama

Matoso (2001) licenciada en Letras quien, desde hace 36 años dirige junto al psicoanalista y psicodramatista Buchbinder el Instituto de la Máscara, en Buenos Aires, sostiene que: *“Las máscaras son carcazas, camisas, pieles suaves, cartón pintado, texturas plásticas, maderas talladas, rostros de ojos vacíos. Las máscaras son lo que son, son máscaras. Imposible separarlas. Las máscaras son carne viva, historia personal y social, son muecas del destino, gritos ancestrales que surcan la vida. Las máscaras son testigo de la historia humana”*

Es por esto, que jugar con máscaras, hacerlas, ponérselas o sacárselas, elegir las, rechazarlas, sentirlas hermanas o enemigas no es más que la posibilidad de un medio de expresar el devenir de la vida, testimoniado en rasgos que de otro modo quizás no podríamos expresar. (pp. 79)

Cada máscara tiene una historia y espiritualidad asociada a ella, o sea una construcción histórica y espiritual entre la máscara y el personaje que la lleva o explora su relación con el mundo a través de ella.

La construcción de la autoestima, se teje precisamente en relación a las experiencias de vida y a la sumatoria de estas, es decir a la historia de vida, y a la relación espiritual

o síquica de estas experiencias que se van sumando a lo largo de la vida, con la construcción del alma, del ser humano, que explore en esa relación.

En tal sentido es claro que el uso de la máscara, podría contribuir como recurso didáctico, a la exploración, construcción, desarrollo y mejora de la Autoestima de los seres humanos en general, y de los estudiantes, objeto de este estudio, en particular.

Las máscaras tienen diversas características, y diversos usos: teatrales, simbólicos, de representación, así como terapéuticos o educativos.

Dentro de la terapia nos comparte Matoso que podemos usar la máscara como elemento de diagnóstico:

Donde cada persona al elegir una o varias máscaras construirá con su cuerpo una historia propia que dirá mucho de ella misma y que a su vez permitirá dar información necesaria al terapeuta para encontrar un posible tratamiento a lo que necesita la persona.

También la máscara puede ser un objeto transformador:

La persona al colocarse la máscara y ser sincero consigo mismo y con los demás, construirá con su cuerpo, sus gestos, sus movimientos un nuevo ser, que tiene de la persona, pero no es la persona, es decir no crea identificación con el personaje. En ese sentido la persona aprende a relacionarse, desde la máscara, con su entorno, de forma lúdica, sin crear identificaciones; abriéndose a la experiencia de explorar desde el juego, el cual, sin duda, es un proceso que nutre y mejora la autoestima.

Este proceso puede tener variedad de direcciones según los objetivos de su uso:

- La creación de un personaje teatral
- Intensificar algún rasgo corporal que sea motivado por la misma máscara.
- Destacar una relación de actitud con alguna zona del cuerpo (pecho, abdomen, piernas, hombros, etc.) que será más evidente al tener la máscara puesta.
- Expresar, manifestar y/o intensificar un aspecto de la personalidad que le de vida a la máscara, y le permita a la persona o al estudiante, explorar y practicar la desinhibición y potencialización de sus facultades expresivas.

Además, la máscara como facilitadora de comunicación:

El colocarse una máscara y apropiarse de ella, ayuda a jugar a ser otro(a), a disfrazarse, a ocultarse, a hacer cosas que no se atrevería sin ella, a acercarse a los demás de una manera diferente, a entrar en el juego de grupo.

f. La máscara como recurso didáctico

Los recursos y materiales didácticos según Díaz (1996), *son todo el conjunto de elementos, útiles o estrategias que el profesor utiliza, o puede utilizar, como soporte, complemento o ayuda en su tarea docente*. Los recursos didácticos deberán considerarse siempre como un apoyo para el proceso educativo, estos contribuyen a que los estudiantes logren el desarrollo de una competencia.

También nos dice: *los recursos y materiales didácticos no son los elementos más importantes en la educación escolar, pues el papel primordial corresponde al elemento humano (profesor y estudiante), algunos de ellos resultan imprescindibles para poder realizar la práctica educativa.* (pp. 42)

Los recursos didácticos cumplen una función mediadora entre el propósito educativo y el proceso de aprendizaje, facilitando la relación enseñanza-aprendizaje, entre el docente y el estudiante. En el proceso formativo pueden ser motivadores, innovadores, creativos, y pueden potenciar la adquisición de habilidades, destrezas y actitudes de los estudiantes.

La máscara es un recurso teatral que ofrece muchas posibilidades promoviendo y motivando la interactividad en los estudiantes, ayudándoles a representar un otro, a ocultarse, a dejar nacer un nuevo ser que le de las posibilidades de mostrarse creativamente, con soltura y confianza.

2.2.2. El Taller como recurso pedagógico

El taller es una modalidad pedagógica de aprender haciendo, considerando lo expuesto por Maya (1996), quien cita a Froebel (1826), quien indicó que: "*Aprender*

una cosa viéndola y haciéndola es algo mucho más formador, cultivador, vigorizante que aprenderla simplemente por comunicación verbal de las ideas".

Ander -egg (1991) considera que los talleres aplicados a la pedagogía, son una forma de enseñar y, sobre todo de aprender, mediante la realización de "algo", que se lleva a cabo conjuntamente. Es un aprender haciendo en grupo. (pp. 10)

El taller ayuda a la adquisición de destrezas y habilidades técnico-metodológicas y se trabaja a partir de objetivos, para lo cual es necesario usar una estrategia pedagógica.

Según Ander- egg (1991), esta estrategia, ligada a las características del taller puede resumirse en los siguientes aspectos:

- a. Para la mejor comprensión de la metodología pedagógica del taller, hay que tener en cuenta que no tiene programas sino objetivos. Por lo que toda la actividad didáctica está concentrada en la solución de sus problemas.
- b. Es necesario un cambio en el rol docente tradicional, el profesor constituye y trabaja en equipo formado por otros docentes o artistas en este caso y los mismos alumnos. El ideal es conformar un grupo profesional interdisciplinario, en el que tanto los educadores como los educandos reflexionen y actúen en grupo, de tal manera que hay un enriquecimiento mutuo.
- c. Las actividades que se realicen en el taller deben estar relacionadas a conocimientos, capacidades y habilidades que se han de adquirir para ejercer una determinada profesión.
- d. El profesor ayuda o facilita a que el educando "aprenda a aprender" mediante el procedimiento de "hacer algo". Juntar en un mismo proceso: el actuar, el reflexionar y la práctica.
- e. Es necesario que los participantes del taller aprendan a seleccionar instrumentos y medios de trabajo, preparados a reaccionar y actuar frente a los problemas concretos.

g. Por último es importante que, en la formulación del planteamiento pedagógico del taller, se proponga realizar un proyecto factible.

Para la realización de un proyecto como el que se realizó, ha sido importante que los participantes desarrollen capacidades como: la observación, la experimentación, el contacto con la realidad, desarrollando la capacidad de investigar para actuar.

2.2.3. Autoestima

Todas las personas poseen a nivel mental la capacidad de dibujar imágenes de nuestro propio ser que percibimos tanto física, como emocionalmente y psicológicamente. También a medida que vamos creciendo, vamos logrando conformar nuestra personalidad, un proceso que abarca desde nuestra infancia hasta nuestra adultez.

Este proceso ocurre en cada sujeto de manera única y se acompaña también de ciertas interrogantes importantes de considerar: ¿Será que la imagen que tenemos de nosotros mismos, es la misma que tienen los demás? ¿Cuánto nos apreciamos? ¿Estamos conformes con la vida, con nuestro cuerpo, nuestros pensamientos y todo nuestro ser?

Cada una de estas preguntas guarda relación con la autoestima. Ella tiene que ver con una dimensión de valoración y define nuestra personalidad que es el resultado de nuestra construcción, emocional y física. En ese sentido la autoestima, responde a la situación y circunstancias presentadas a lo largo de nuestra vida, no somos “algo” acabado sino, estamos en constante evolución siendo este proceso un fiel acompañante en nuestro caminar y desarrollo humano a lo largo de la vida.

a. Definiciones de Autoestima

Coopersmith (1976), considera que la autoestima es la apreciación que una persona tiene sobre sí misma, conservando una definición que lo simboliza, desarrollándola a lo largo de su vida, de manera que este proceso de simbolización en las personas lleva a tomar una actitud frente a la vida y los otros/as que tiene que ver con el rechazo

o la aceptación. Es decir, de acuerdo al autoconocimiento y autoestima que una persona tiene de sí misma, puede desarrollar una auto calificación favorable a la autoaceptación positiva o, por el contrario, a un rechazo de sí mismo, que, de un modo u otro, también se proyectará en su relación con el mundo y los demás.

Coopersmith creó un interesante instrumento para evaluar la autoestima de las personas, en donde aisló cuatro factores altamente significativos:

- **La aceptación, preocupación y respeto recibidos** por las personas y la significación que ellos tuvieron.
- **La historia de éxitos y la posición (status)** que la persona tiene en la comunidad.
- **La interpretación que las personas hacen de sus experiencias**, como estas experiencias son modificadas por las aspiraciones y valores que ellas tienen.
- **La manera que tienen las personas de responder a la evaluación** (Haeussier y Millicic, 1995, pp. 19).

A partir de allí, crea su conocido Inventario de Autoestima a partir del cual hace posible la medición cuantitativa de la autoestima. Su inventario consiste en 50 ítems referidos a las percepciones de la persona en cuatro áreas.

- **Autoestima general:** que corresponde al nivel de aceptación con que la persona valora sus conductas autodescriptivas, es decir sobre sí mismo.
- **Autoestima Social:** Corresponde al nivel de aceptación con que la persona valora sus conductas autodescriptivas, en relación con sus pares.
- **Autoestima Hogar y Padres:** Corresponde al nivel de aceptación con que la persona valora sus conductas autodescriptivas, en relación con sus familiares directos.
- **Autoestima Escolar –Académica:** Corresponde al nivel de aceptación con que la persona valora sus conductas autodescriptivas, en relación con sus compañeros de estudio y profesores.

Maslow (1954) desde otra óptica, dice que, toda conducta humana se encuentra determinada por uno o más motivos que satisfacen una serie de necesidades biológicas y/o psíquicas del individuo. Así ordena estas necesidades en una especie de pirámide jerarquizándolas, teniendo como finalidad al satisfacer cada una de ellas la autorrealización.

Según el autor, existen dos tipos de necesidades:

Básicas y de crecimiento personal:

- Necesidades fisiológicas (respirar, alimentación, dormir, sexo, homeostasis)
- Necesidades de seguridad (vivienda, empleo, familia, salud)

Necesidades de crecimiento personal:

- Necesidades de afiliación (amistad, afecto, intimidad sexual)
- Necesidades de reconocimiento (confianza, respeto, éxito)
- Necesidad de Auto realización

La autorrealización para Maslow, es la más alta y completa realización de las capacidades del individuo que se expresa a través de la creatividad, moralidad, espontaneidad, ausencia de prejuicios, aceptación de los hechos, la resolución de problemas, resiliencia, etc.

El problema de la autoestima se presenta según este postulado, cuando esta capacidad humana de auto juicio o sobre dimensiones de uno mismo, dañan tremendamente las estructuras psicológicas que nos dan vida. El juzgarnos y rechazarnos produce un enorme dolor.

Para evitar nuevos juicios y auto rechazos, uno crea barreras defensivas. Lo importante es tratar el modo de curar esas heridas que uno mismo se ha hecho. La forma en que uno se ve y siente a sí mismo puede cambiar. Y cuando cambian estas percepciones y sentimientos en nosotros, también pueden cambiar otras áreas de la vida.

b. Formación de la autoestima

Ramírez (1999) sostiene que la autoestima se desarrolla gradualmente desde el nacimiento, en función a la seguridad, cariño y amor que la persona recibe de su entorno. Este proceso está relacionado con el sentirse amado, capaz y valorado, determinando el auto concepto, es decir, la imagen que uno tiene de sí mismo en lo corporal, intelectual, social, etc.

Cuanto más se trate a una persona como un ser importante y digno y se sienta amado y aceptado, mejor auto concepto tendrá y podrá también encontrar sentido de pertenencia a un grupo, la posibilidad de plantearse metas a corto y largo plazo, sentirse competente y capaz en las actividades que realiza.

Belart y Ferrer (2008) revelan que la autoestima se va formando durante los cinco o seis primeros años de vida del niño y niña, siendo una parte vital para el desarrollo y crecimiento personal, sobre todo dentro de la familia. El padre y la madre o quien esté a cargo de ellos, les transmiten constantemente mensajes de aceptación o de rechazo a través de sus palabras, sus expresiones faciales, corporales y actos, a pesar de que a veces no sean conscientes de lo que dicen o hacen.

El padre, madre o tutor más cercano que se valora a sí mismo será capaz de apreciar a esos niños y “sembrar” en ellos una imagen positiva de sí mismos. Así, el niño o la niña amada y valorada aprenderán con facilidad cosas nuevas, será creativa y aceptará las consecuencias de sus actos.

c. Importancia de la autoestima

La importancia de la autoestima según Calero (2000) radica en que esta constituye el núcleo de la personalidad humana. Es aquella fuerza o tendencia para llegar a ser uno mismo y un dinamismo básico que se mueve hacia la autorrealización.

Así mismo, Calero (2000) sostiene que el grado de autoestima se puede medir a partir de los siguientes criterios:

- **Determinación de la autonomía personal** (Seguridad en sí mismo, aceptarse a sí mismo, saberse auto orientar en medio de un mundo y sociedad cambiante)
- **Posibilidades de relación social saludable.** (Respeto por sí mismo, estimar y reconocer los valores de los otros infundiéndoles un auto concepto afirmativo, despertando fe y esperanza en sus propias capacidades)
- **Fundamentos de responsabilidad.** (Poca tendencia a la auto descalificación, Confianza en nuestra propia actitud y actuar en conciencia no delegando responsabilidad o errores propios en otros, capacidad para evaluar y hasta para crear nuestra realidad)
- **Superación de las dificultades personales** (Disponer dentro de sí la fuerza necesaria para superar los obstáculos, reaccionar creativamente y buscar superación)
- **Capacidad de creatividad:** (La persona creativa surge desde la fe en sí misma, en sus capacidades, en su originalidad, superando todo conformismo)
- **Disposición a nuevo aprendizaje:** Mediante la disposición a nuevos aprendizajes a la estructura mental se posibilita generar energías más intensas de atención y concentración que dan oportunidad de nuevos saberes y crecimiento personal.
- **Grado de proyección de la persona:** Desde sus cualidades las personas se proyectan hacia el futuro, se autoimponen aspiraciones y expectativas de realización y son capaces de escoger y alcanzar sus metas. (pp. 31 - 32)

De manera que, se puede inferir que las personas hoy en día se autoinspiran y automotivan.

Montoya y Sol (2001) por otro lado, sostienen que la importancia de la autoestima estriba en el cuánto yo me aprecio y me quiero y, en qué medida disfruto de lo que me rodea. En la medida que uno disfruta más de la vida, trae como consecuencia que los demás nos disfruten y, como nosotros, aprendan a vivir con autoestima.

La autoestima nutre, nos beneficia y ayuda a que gocemos los entornos o las situaciones en que nos encontramos. Es este elemento, de la capacidad de disfrute

de la vida, pese a las circunstancias adversas, que constituye según estos autores, algo clave no solo para el sujeto y su propia autoestima, sino además tiene una influencia importante que irradia a quienes le circundan, despertando en ellos también una disposición personal hacia ese horizonte.

Es por ello que citando a Montoya y Sol (2001) *“trabajar la autoestima de manera comprometida nos permite el desarrollo integral de nuestra persona, ese componente biológico, psicológico, social y trascendente. Nos permite vivir mejor”*. (pp. 9)

d. Bases de una adecuada autoestima

Como sostuvimos Calero insiste en la autoestima como poder energizador de la persona. Este poder, a su juicio puede ser potenciado a partir de cuatro bases esenciales que son:

- **La aceptación de sí mismo:**

Implica la tarea de reconocerse y valorar sus propias habilidades y limitaciones, sus errores y logros. El aceptarse fortalece la identidad personal y ayuda a valorarse, aceptarse tal como uno es, a tener conciencia de lo que uno puede y vale.

- **La autonomía**

A través de un proceso educativo ligado a la evolución del pensamiento y los afectos. La autonomía es posible cultivarla a fin de que pueda también expresarse en conductas concretas que muevan u orienten a que las personas puedan valerse por sí mismas en todas las circunstancias de la vida.

- **La expresión afectiva**

Como capacidad de dar y recibir afectos, motiva a las personas a autoestimarse, ser respetuosas, solidarias, generosas, receptivas, actitudes todas entonces que son la base primordial de una sana y alta autoestima.

- **La consideración por el otro**

Es aquella capacidad y actitud que mueve a reconocer y respetar los derechos de los demás, considerándolos como iguales. Implica la condición social de la persona que

se compromete a respetar, tolerar y ayudar a los demás, es decir, reconocer a otros/as como sujetos de valor más allá de las diferencias que nos separan (pp.46,47)

e. Dimensiones de la autoestima

Los autores Haeussler y Milicic (2017) en su libro *Confiar en uno mismo. Programa de desarrollo de la Autoestima*, ofrecen algunas dimensiones implicadas en la autoestima que adquieren especial importancia en la etapa de la adolescencia y que nos abren un abanico de comprensión interesante sobre la Autoestima.

- **Dimensión física**

Esta dimensión se refiere al hecho de sentirse atractivo físicamente y es válida tanto para hombres como mujeres. Incluye en los varones el sentirse fuerte y capaz de defenderse; y en las mujeres, el sentirse armoniosa y coordinada.

- **Dimensión social**

Contempla el sentimiento de sentirse aceptado o rechazado por sus iguales y el sentimiento de pertenencia, es decir, el sentirse parte de un grupo. También se relaciona con el hecho de sentirse capaz de enfrentar con éxito diferentes situaciones sociales; por ejemplo, ser capaz de tomar la iniciativa, ser capaz de relacionarse con personas del sexo opuesto y solucionar conflictos interpersonales con facilidad. Además, incluye el valor de la solidaridad.

- **Dimensión afectiva**

Se refiere a la autopercepción de características de personalidad, como sentirse:

- ✓ Simpático o antipático
- ✓ Valiente o temeroso
- ✓ Tímido o asertivo
- ✓ Tranquilo o inquieto
- ✓ De buen o de mal carácter
- ✓ Generoso o tacaño
- ✓ Equilibrado o desequilibrado

- **Dimensión académica**

Se refiere a la autopercepción de la capacidad para enfrentar con éxito las situaciones de la vida escolar y, específicamente a la capacidad de rendir bien y ajustarse a las exigencias de los estudios; auto valorando las capacidades intelectuales: como sentirse inteligente, creativo y constante, desde el punto de vista intelectual.

- **Dimensión ética**

Se relaciona con el hecho de sentirse una persona buena y confiable o, por el contrario, mala o poco confiable, también responsable o irresponsable, trabajador o flojo.

La dimensión ética guarda relación con el cómo el niño o adolescente interioriza los valores y las normas, y de cómo se siente frente a los adultos cuando ha trasgredido dichas normas o valores o ha sido sancionado.

Si se ha sentido cuestionado en su identidad, si ha actuado mal, su autoestima se verá distorsionada en el aspecto ético.

En el desarrollo de la pertenencia el compartir valores refuerza y mantiene la cohesión de un grupo y esto es muy significativo para la valoración personal.

- **Dimensión espiritual**

Está relacionada con el sentido de la propia vida que va más allá de uno mismo, y que mueve al ser humano a la necesidad de trascender. Esta dimensión no implica, necesariamente, ser religioso, ya que la espiritualidad es algo más amplio como fenómeno humano y puede ser vivida a través de formas muy variadas, como: el arte, la música, la relación con la naturaleza, la gratitud, la religión, la relación y la ayuda a los demás, dimensiones todas que tienen que ver con esa capacidad humana que trasciende a nosotros al descubrir nuestra finitud frente a las experiencias de miedo, el sufrimiento y el sin sentido.

- f. **Niveles de autoestima**

La autoestima puede ser clasificada en dos tipos:

- **Autoestima alta o elevada**

Mejía, Pastrana & Mejía (2011) plantean que si la experiencia de la persona ha sido favorable, esto es, que ha satisfecho sus necesidades adecuadamente, tanto físicas como emocionales de acuerdo a la Pirámide de Jerarquías de las Necesidades (Maslow, 1954), logra una comprensión de sí mismo, se da un valor y ha aprendido a valorarse a partir de lo que es y no a partir de las expectativas que otros exigen de él o ella; entonces será una persona con una autoestima elevada o alta y, se reflejará en una actitud de autoconfianza, honestidad, sinceridad, lealtad, etc. Elementos todos que le darán más posibilidades de lograr sus metas y objetivos sorteando las dificultades y adversidades que se le presenten para alcanzarlas.

Esta persona se caracterizará por aceptarse siempre tal como es, siempre tratando de superarse, y lo lleva a ser una persona asertiva, es decir, capaz de hacer valer sus propios derechos de una manera clara y abierta en base a su congruencia en el querer, pensar, sentir y actuar, siempre respetando la forma de pensar y la valía de los demás. Será, por tanto, consiente de sus alcances, pero también de sus limitaciones. Estas últimas no serán un obstáculo sino un reto motivador para su desarrollo.

Según Calero (2000) una persona con autoestima alta posee las siguientes cualidades:

- ✓ Es optimista, cree en la capacidad de progreso de sí mismo y de los demás
- ✓ Es honesto y sincero, tiene fe en sí mismo y en los demás
- ✓ Se cree igual que otros
- ✓ Se sabe valorar y valora a los demás
- ✓ Sabe asumir sus responsabilidades y buscar ser más
- ✓ Es humanista
- ✓ Tiene sentido del humor, es entusiasta
- ✓ Tiene mente analítica, creativa e inquisitiva
- ✓ Tiene empatía con los demás
- ✓ Tiene humildad, reconoce sus limitaciones
- ✓ Tiene confianza en la capacidad de los demás
- ✓ Es positivo y busca lo positivo en los demás

- ✓ Está abierto al reconocimiento
- ✓ Se preocupa de su autodesarrollo personal y social

Se automotiva, fijándose metas alcanzables como, por ejemplo:

- ✓ Imaginarse triunfando, haciendo posible lo imposible
- ✓ Esperar lo mejor, con actitud mental positiva
- ✓ Ponerse en acción, sin prisa, pero sin pausa
- ✓ Aceptar la responsabilidad de lo que uno hace

- **Autoestima baja**

En este caso, al contrario de la anterior, las necesidades del sujeto tanto físicas como emocionales no han sido satisfechas en forma adecuada, es decir, sus dimensiones del desarrollo tanto físicas, afectivo-emocional, social, intelectual o cognitivas han quedado insatisfechas. Ni las características intrínsecas ni las extrínsecas han estimulado un adecuado valor para su desarrollo como persona y no ha aprendido a valorarse, por lo que se sentirá inadecuado, inadaptado, incapaz, inseguro, indefenso y sin valor.

El auto concepto y autoestima juega un papel muy importante en la vida de las personas; la satisfacción de uno mismo los éxitos y fracasos, el bienestar psíquico y el conjunto de las relaciones sociales se ven afectados.

Según Calero (2000) una persona tiene autoestima baja cuando tiene escaso sentido de finalidad o motivación, no sale de las exigencias de su mecanismo de supervivencia, porque lo considera peligroso. Demuestra falta de iniciativa. Parece a menudo aburrido, ya no ve ni busca alternativas o soluciones. Se siente inútil y sin capacidad de actuar para buscar y conseguir objetivos que puedan interesarle. Busca excusas para no actuar. Tiene dificultad para tomar sus propias decisiones. No se preocupa por la calidad del trabajo que hace. No asume sus responsabilidades y atribuye a los demás sus fracasos.

Se cree menos que otros. Se desestima. Es conformista y/o fatalista. Reacciona en lugar de actuar. Es una persona rígida, con falta de fe, desconfiada, indisciplinada, dependiente, negligente. Dice mentiras. Es pesimista, culposa, conformista, deshonesto, temerosa.

g. Claves para alcanzar una buena autoestima

Braden (1985) en sus seis pilares de la autoestima nos comparte las claves para alcanzar una buena autoestima:

- Juicio personal: relacionada con la capacidad de comprender los aspectos positivos y negativos de las cosas, lo conseguido y lo que queda por alcanzar.
- Aceptarse a uno mismo: ligada a la capacidad de aceptarse a pesar de las limitaciones, errores y/o frustraciones.
- Aspecto físico: relacionado con la posibilidad de aceptar nuestra morfología corporal y características fisiológicas.
- Patrimonio psicológico: relativo a los pensamientos, inteligencia, conciencia, lenguaje verbal y no verbal, interpretación de la vida, etc.
- Entorno socio-cultural: que guarda relación con el ámbito donde se desarrollan los recursos necesarios para la comunicación interpersonal.
- Trabajo: que tiene que ver con la identificación con la labor que desempeñamos. Hacer lo que nos gusta. Recibir una remuneración económica que nos ayude a solventar las necesidades de la vida diaria.
- Evitar la envidia o compararse con los demás. Que se relaciona con el esfuerzo por tener un propio y sólido proyecto de vida que nos de satisfacción.
- Desarrollar empatía: relacionado con la disposición de ponerse en el lugar de la otra persona. Comprensión, tolerancia e indulgencia hacia uno mismo y los demás. Signo de madurez, saber perdonar y/o perdonarse.
- Hacer algo positivo por los demás: es decir cultivar la armonía interior, generosidad, satisfacción personal. Siempre y cuando no implique un auto sacrificio o anulación personal.

2.3. Definición de términos básicos

2.3.1. Institución Educativa Estatal

La Ley General de Educación consagra a la educación como un derecho fundamental de todas las personas y de la comunidad. En este sentido, es el estado peruano bajo la jurisdicción del Ministerio de Educación, el que asume la responsabilidad de brindar

las garantías para que este derecho pueda ser ejercido con plenitud, otorgando el acceso a una educación de calidad, integral y universal. Además de tener a su cargo la formulación, implementación y supervisión de la política nacional de educación.

En este marco conceptual, se define como institución educativa a la comunidad de aprendizaje, considerada como primera y principal etapa de la gestión de los sistemas educativos descentralizados, siendo en este caso pública, concentrando sus fines en el aprendizaje y formación íntegra de los educandos. De acuerdo con la Constitución, la educación inicial, primaria y secundaria estatal es obligatoria y gratuita.

2.3.2. Expresión corporal

Técnica interpretativa utilizada en talleres pedagógicos para activar la expresividad del actor, desarrollando sobre todo sus medios vocales y gestuales, su facultad de improvisación. Sensibiliza a sus individuos acerca de sus posibilidades motrices y emotivas, su esquema corporal y su capacidad para proyectar este esquema en su trabajo interpretativo. Recurre a algunas técnicas del mimo, al juego dramático, a la improvisación, pero tiene más el carácter de una actividad de descubrimiento y de entrenamiento que de disciplina corporal (Pavis, 1998, pp. 195).

2.3.3. Expresión vocal

La voz del actor es la última etapa antes de la recepción del texto y de la escena por el espectador: ello indica su importancia en la formación del sentido y de la significación, pero también la dificultad que entraña su descripción y su evaluación en el efecto que produce sobre el oyente (Pavis, 1998, pp. 510).

La palabra verbal o escrita, es uno de los medios de los que dispone el ser humano para comunicar lo que siente y lo que piensa. Todo lo que el ser humano puede expresar de manera oral resume sus conocimientos, estados de ánimo y sensaciones, y el medio de comunicación es la voz. Cultivarla y cuidarla logra que la comunicación oral se convierta en el arte de comunicar; esto forma parte de cada persona. (Bustos, 2012, pp. 50).

Este arte se recrea en cada uno, y es uno mismo quien genera sensaciones, sentimientos y emociones y luego las transmite al público.

Quien se compromete con la tarea de la comunicación oral en todos sus aspectos debe comprometerse también con el cuidado y perfeccionamiento de su herramienta de trabajo la voz. De esta manera se puede llegar a la siguiente conclusión: El hombre se comunica por medio del lenguaje hablado cuyo vehículo de transmisión es la voz. (Bustos, 2012, pp. 50).

2.3.4. Improvisación

Se trata de una técnica actoral que interpreta algo imprevisto, no preparado de antemano he inventado en el calor de la acción.

La improvisación como técnica contempla diversos grados:

La invención de un texto a partir de un esquema o guion conocido y muy parecido al modo de comedia del arte

El juego dramático a partir de un tema o de una consigna

La invención gestual y verbal total, sin modelo alguno en la expresión corporal

Todas las filosofías de la creatividad se aferran de manera contradictoria a la improvisación (Pavis, 1998, pp. 231).

2.3.5. Tipos de máscaras

a. Máscara Entera



Foto 1. *Máscara Caporal*

Llamada así porque es una máscara que cubre completamente el rostro, con la cual no se debe hablar, ya que la voz no se escucha con claridad. Con esta máscara se puede hacer sonidos, se acciona con el resto del cuerpo.

En algunos casos la máscara misma tiene sus ojos por donde la actriz/actor puede ver, en otros casos, los ojos de la persona forman parte de la máscara. En el caso de las máscaras de danza, máscaras enteras, también se pueden usar para actuar algunas veces, y la visión para la persona que la usa es a la altura de las cejas.

b. Máscara Neutra



Foto 2. *Máscara Neutra*

Es una máscara que tiene un rostro sereno, neutro, se usa para entender cómo actuar con una máscara, no para crear un personaje con ella.

Por neutralidad se entiende un estado de calma y disposición del actor para ofrecer su materia prima al trabajo escénico. Se trata de un estado previo a la creación de un personaje, en el que el actor se muestra carente de emoción, que acentúa un estado de receptividad que permitimos que nos envuelva, sin ningún conflicto interior.

Lecoq señala además que este tipo de máscara es: «...una máscara sin expresión particular, sin un personaje típico, que no ríe y no llora, que no es ni triste ni alegre, y que se apoya sobre el silencio y sobre el estado de la calma. La figura debe ser simple, regular y no ofrecer conflictos» (Lecoq: 1990, pág. 11).

c. Media máscara o Máscara parlante



Foto 3. *Media Máscara parlante*

Llamada así porque es una máscara que cubre la mitad del rostro y nos permite hablar. Estas máscaras están inspiradas en las medias máscaras de la comedia del arte italiano, un tipo de teatro popular nacido a mediados del siglo XVI en Italia y conservado hasta comienzos del siglo XIX.

Como género, mezcla elementos del teatro literario del Renacimiento italiano con tradiciones carnavalescas (máscaras y vestuario), recursos mímicos y pequeñas habilidades acrobáticas.

Es una máscara que puede tener sus propios ojos por donde el actor/actriz puede mirar, también puede ser que los ojos de la persona que la usa, forman parte de la máscara.

También encontramos media máscara en otras culturas como la asiática donde la máscara tiene sus propios ojos y la visión para el que porta la máscara es bastante limitada, por lo que requiere un tipo especial de entrenamiento corporal para su buen uso.

d. Cuarto de Máscara



Foto 4. *Cuarto de máscara*

Es una máscara pequeña que cubre la nariz, los pómulos y el labio superior de la persona, que transforma el rostro, de tal manera que ayuda a crear un personaje sobre todo cómico o satírico.

2.3.6. Mascarilla del rostro



Foto 5. *Mascarilla al rostro.*

Es una mascarilla que se elabora con venda enyesada. Tiene un procedimiento adecuado para su elaboración con aplicación de vaselina en la cara para aislarla de la misma venda que es cortada en trozos de diferentes tamaños para cubrirla totalmente, incluidos los ojos dejando dos orificios a la altura de las narinas para respirar y finalmente obtener una mascarilla con el rostro exacto de cada persona,

que muchas veces sirve de base para elaborar con yeso el mismo rostro de la persona.

2.3.7. Uso de la máscara

Técnica de entrenamiento para usar una máscara teatral. Para este entrenamiento primero se elige una máscara y se le observa por todos sus ángulos, para reconocerla e interpretar que es lo que la máscara nos comunica, a partir de preguntas que puedo hacerme: ¿quién es?, ¿cómo es?, ¿qué hace?, ¿de dónde viene?

La persona que usará la máscara hará un intercambio con ella, prestará su cuerpo para que la máscara cobre vida y encuentre su propio cuerpo, y la máscara prestará su rostro para que el actor/actriz encuentre diversas posibilidades de su cuerpo con ese nuevo rostro. En este intercambio nace un nuevo ser con características físicas y personales propias.

En cuanto a los procesos de identificación, específicamente del actor, Torres, (2005) sostiene que, en sus inicios, el teatro se representaba con máscaras, lo cual nos remite a una identidad de fachada. Es así que, en el análisis de la relación entre el actor y la máscara plantea, Torres cita a Hethmon (1972) que hay dos tipos de actores: aquellos que conservando su personalidad se introducen en el personaje, y aquellos que necesitan sentir la máscara y cuando se sienten protegidos por ella, logran hacer lo que quieren. Para él se trata de dos técnicas de actuación entre las cuales cada actor elegirá.

Rubio (2011) por otro lado, plantea que en la confrontación de esa forma determinada que es el positivo en yeso y las posibilidades del barro que recorre ese rostro quieto, se inicia un intercambio de identidades que más adelante va a generar una nueva en el encuentro de la máscara con el cuerpo y, por lo tanto: entre la máscara como objeto determinado con forma y color, y el cuerpo del danzante que la lleva, se produce un intercambio de identidades de cuya fusión aparece otra entidad.

Jiménez (1996) En el uso de la máscara, el bailarín enmascarado momentáneamente pierde su identidad, se diría que se despersonaliza, por tanto, puede hacer cosas que no le está dado hacerlas sin máscara.

Cañal y Cañal (2001) respecto de la máscara expresiva, sostiene que obliga al actor a encontrar en su propio cuerpo, los movimientos, los gestos, las intenciones y ritmos del caminar que propone la máscara. Esto, porque ella tiene un carácter definido, un estado de ánimo particular.

Reproduce entonces, un rostro fijo que no tiene voz dado que se trata de una máscara entera sin abertura en la boca. A su vez, representa una emoción particular que el actor deberá representar de forma intensa, con todo su cuerpo, pero también debe lograr mostrar (con distinta intensidad) una amplia gama de emociones, explorando y desarrollando la expresión de las mismas en su propio cuerpo.

CAPÍTULO III

HIPÓTESIS Y VARIABLES

3.1. Supuestos científicos básicos

Podemos encontrar una variedad de estrategias para mejorar la autoestima en el campo educativo.

A nivel de las aulas podemos encontrar Tutores que acompañen y orienten a los estudiantes durante su formación, para mejorar su rendimiento académico.

Instituciones educativas que tienen especialistas que brinden apoyo Psicológico a los estudiantes.

Así como la realización de Talleres artísticos, donde los estudiantes puedan desarrollar y mejorar su autoestima practicando danza, artes plásticas, música y teatro.

Y muchas otras, siendo el pensar positivamente una de las claves para el mejoramiento de la autoestima como indicio, como han indicado Acosta y Hernández (2004), quienes consideran para tener una mente positiva es necesario que exista comprensión, amor y respeto.

Continuando con los autores, ellos consideran que uno de los principales desafíos de la escuela consiste en educar a las nuevas generaciones, y la autoestima también se educa y se desarrolla. La idea del cambio en sí mismo es esencial tanto para los propios maestros como para los alumnos. Para querer a los demás es necesario aprender a quererse a sí mismo en tanto que, cuando uno se quiere más, el mundo lo quiere más y uno quiere más el mundo.

Estando esta investigación dentro del campo artístico, a modo de ilustración se citan los siguientes ejemplos:

Campos y Córdova (2018) propusieron la aplicación de recursos didácticos (juegos, cuentos y dinámica de grupos) para fortalecer la autoestima en el estudiante.

Esta investigación demostró dicha propuesta incrementó notablemente los niveles de autoestima en los/as estudiantes.

Rodríguez y Vaca (2019), ante el problema de baja autoestima en escolares en el Distrito El Porvenir de la ciudad de Trujillo, realizaron un Taller Teatral denominado "Me Valoro". El propósito era ayudar a la superación de actitudes negativas de los estudiantes hacia la propia persona como a su ambiente social; esta situación afectaba considerablemente su aprendizaje.

García (2018) decidió enfocar su trabajo en contenidos específicos cómo la confianza y la comunicación corporal, para llegar a la desinhibición en la expresión corporal en las actividades escolares de los alumnos del sexto grado de una I. E. en Lima. Trabajando a partir de una propuesta didáctica de danza creativa basada en módulos de aprendizaje.

La UNESCO en su Conferencia Mundial sobre la Educación Artística: construir capacidades creativas para el siglo XXI realizada en Lisboa en marzo de 2006, estableció la importancia de la Educación artística ya que contribuye a desarrollar una educación que integra las facultades físicas, intelectuales y creativas y hace posible el desarrollo de relaciones más dinámicas y fructíferas entre la educación, la cultura y las artes.

Afirmando lo siguiente:

"Todas las personas tienen un potencial creativo. El arte nos brinda un entorno y una práctica en la que los estudiantes se involucran en la experiencia, el proceso y el desarrollo creativos. Según la investigación realizada, cuando una persona se expone al proceso artístico durante la etapa de aprendizaje y recibe una educación que incluye elementos de su cultura, estimula su creatividad, iniciativa, imaginación, inteligencia emocional, y también le da orientación moral (es decir, la capacidad de pensar críticamente), para darse cuenta de su autonomía y libertad de acción y pensamiento. La educación artística también estimula el desarrollo cognitivo, haciendo que el aprendizaje responda mejor a cómo y qué es. La educación artística

contribuye al desarrollo de una educación que integra las capacidades físicas, intelectuales y creativas y brinda la oportunidad de crear relaciones más dinámicas y fructíferas entre la educación, la cultura y el arte.” (Hoja de Ruta para la Educación artística, construir capacidades creativas para el siglo XXI, pp.2)

El reto para el ámbito escolar, consiste en el desarrollo de nuevas capacidades que mejoren la autoestima del estudiante.

La modalidad de Taller Pedagógico, usando la máscara teatral como recurso didáctico contribuye a que los participantes puedan desenvolverse de manera libre, espontánea, y con seguridad sobre si mismos, tanto para enfrentar a otros como al ambiente social que los rodea.

Un Taller Pedagógico da la posibilidad a través del juego de roles, la representación de alguien que uno no es, así como entrar en una dinámica de confianza, de soltura y de no juicio.

El colocarse una máscara sobre el rostro, ayuda a desinhibirse, y expresar sentimientos, actitudes que sin ella no se atrevería a manifestar. En el juego de la representación uno puede, además, satirizar, reírse de la realidad o de un fenómeno particular de interés, mediante un determinado personaje que ofrece la posibilidad de no ser uno mismo.

1.2. Hipótesis

3.2.1. Hipótesis General

El uso de la máscara teatral como recurso didáctico permite fomentar mejoras en la autoestima de las estudiantes del 4to. de secundaria de una Institución Educativa de la ciudad de Lima.

1.2.2. Específicas

1. Existen diferencias en los niveles socio-afectivo en la autoestima al realizar evaluaciones de entrada y salida en los estudiantes de 4to grado de secundaria de una I.E. de Lima Metropolitana.

2. Los estudiantes de 4to grado de secundaria de una I.E. de Lima Metropolitana pueden reconocer los beneficios del uso de la máscara teatral como recurso didáctico para mejorar la autoestima.
3. Existen diferencias significativas al contrastar los registros de logros de la aplicación del uso de la máscara teatral como recurso didáctico para mejorar la autoestima en los estudiantes del 4to grado de secundaria de una I.E. de Lima Metropolitana.
4. Existe una asociación entre el desarrollo de la libre expresión, creatividad y trabajo en equipo con el uso de la máscara teatral como un recurso didáctico aplicado en talleres pedagógicos.
5. Existe una asociación entre el descubrimiento, desarrollo de capacidades y talentos con el uso de la máscara teatral como un recurso didáctico aplicado en talleres pedagógicos en los estudiantes del 4to grado de secundaria de una I.E. de Lima Metropolitana.

3.3. Variables de estudio o áreas de análisis

3.3.1. Variable Independiente

- Uso de la máscara teatral como recurso didáctico.

Definición conceptual

Lecoq (1990) La máscara esconde el rostro, pero revela las posturas, los matices, las tonalidades de sentimientos, que de otro modo serían sólo apenas advertidas en el movimiento y en la inmovilidad de una persona. El actor cuando la usa debe comunicar con todo el cuerpo, con toda la persona y el espectador debe percibir la expresión de toda la persona.

Definición operacional

VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES
VARIABLE INDEPENDIENTE USO DE LA MÁSCARA TEATRAL COMO RECURSO DIDÁCTICO	Entrenamiento corporal	Experimenta con su cuerpo nuevas formas de expresarse
		Realiza ejercicios proyectando su energía en el espacio con soltura y despliegue en el movimiento
	Entrenamiento vocal	Realiza ejercicios de respiración, vocalización y proyección explorando con su voz.
		Usa una voz diferente a la suya, descubriendo una para el personaje creado
	Creación de personaje	Aplica el entrenamiento corporal y vocal aprendido a la creación de su personaje
		Interpreta un personaje enmascarado con soltura y seguridad.
	Creación de una escena teatral colectiva	Se relaciona con sus pares interactuando con la máscara elegida
		Crea e improvisa la escena en grupo, desarrollando su imaginación y creatividad en la historia

3.3.2 Variable dependiente

- Autoestima.

Definición conceptual

Coopersmith (1976), describe que la Autoestima es el conjunto de ideas manifestado a través de la apreciación que una persona tiene sobre sí misma, la cual ha cultivado a través de sus diversas experiencias en la vida

Definición operacional

VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES
VARIABLE DEPENDIENTE AUTOESTIMA	Alta	<ul style="list-style-type: none">• Confianza en sí misma• Capacidad de resolver sus propios problemas• Se siente interesante y valiosa• Disfruta diversas actividades• Es sensible a las necesidades de las otras• Respeto las normas de convivencia
	Baja	<ul style="list-style-type: none">• Se deja influir por los demás• No es amable consigo misma• Se siente impotente• Actúa a la defensiva

CAPÍTULO IV

MÉTODO

4.1. Población. Muestra de participantes

Población: La población estuvo conformada por 140 estudiantes de 3ro y 4to grado de secundaria (A, B, C) de la I. E. “República de Chile” del distrito de Lince, en la provincia de Lima.

Muestra:

La muestra se conformó por 12 estudiantes de 4to grado de Secundaria sección C del I.E República de Chile del distrito de Lince, en la provincia de Lima Metropolitana. El muestreo fue no probabilístico intencional, debido que se focalizó en considerar exclusivamente estudiantes del colegio en mención.

4.2. Tipo y diseño de investigación

Esta investigación se desarrolló como un modelo Cuasi Experimental, el cual se caracterizó por:

- a. La selección de los participantes fue establecida previamente aminorando las posibilidades de elementos aleatorios, formulando criterios de inclusión y exclusión para determinar la muestra.
- b. Como no siempre se puede controlar algunas variables, esta experiencia se desarrolló en el ambiente cotidiano y natural de las alumnas.

De acuerdo con Hernández, Fernández, y Baptista (2014), definen que los métodos mixtos se conforman por un conjunto de procesos sistemáticos, empíricos y críticos de investigación e implican la recolección y el análisis de datos cuantitativos y cualitativos, los cuales al ser analizados comprender los diversos aspectos de las variables de estudios los cuales son plasmados en los hallazgos y las conclusiones.

Las herramientas utilizadas en esta investigación fueron:

Cuantitativas: Uso de Cuestionario para evaluaciones de entrada y cuestionario de salida.

Cualitativas: Observadores externos, una Educadora Somática quien recopiló registros escritos y visuales, así como el Profesor de artes plásticas con registros fotográficos.

Balance de la directora de la institución y la profesora del aula.

a) Selección del grupo de estudio: Los criterios que se consideraron para la selección de la muestra fueron los siguientes:

- Estudiantes de la Institución Educativa República de Chile.
- Estudiantes mujeres que cursen 4to grado de secundaria
- Residir en Lima Metropolitana
- Asistencia continua a los talleres.

En caso de no cumplir con los requisitos establecidos se les indicaba que no podían participar en la investigación.

b) Ejecución de la investigación: diseño y desarrollo de un Taller Pedagógico Teatral. Esto nos permitió observar y registrar datos de tipo mixto cuantitativos y cualitativos para su próximo análisis.

c) Análisis de los resultados: examinamos la influencia tanto de las variables independientes sobre las dependientes como sus consecuencias en los comportamientos socioafectivos de las participantes.

d) Establecimiento de las conclusiones y recomendaciones: la sistematización de las observaciones cualitativas como en los datos cuantitativos facilitan la réplica de este tipo de intervenciones como parte del plan de la escuela.

4.3. Técnicas e Instrumentos de recolección de datos

Para la recopilación de datos de la variable Autoestima, se aplicó la técnica de Lápiz y Papel, utilizando el Inventario de Autoestima de Coopersmith.

Se brinda información de su ficha técnica. (Hiyo, 2018).

Nombre: Inventario de Autoestima Coopersmith - forma escolar

Autor: Stanley Coopersmith

Año de creación: 1967

Adaptación Peruana: Carmen Hiyo Bellido

Año de adaptación: 2018

Administración: Individual y colectiva

Duración: De 15 a 20 minutos

Aplicación: De 11 a 20 años

Significación: Evaluación de la personalidad para escolar mediante la composición verbal, impresa, homogénea y de potencia.

Tipificación: Muestra de escolares

Descripción: El Inventario de Autoestima de Coopersmith, forma escolar es un test de personalidad de composición verbal, impresa, homogénea y de potencia. La prueba está constituida por 58 afirmaciones, con respuestas dicotómicas, ítems verdaderos y falsos que exponen información acerca de las características de la autoestima a través de la evaluación de cuatro sub – escalas y una escala de mentiras.

Área de Si mismo (SM) con 26 ítems.

Área Social (SOC) con 8 ítems.

Área Escolar (ESC) con 8 ítems.

Área Hogar (H) con 8 ítems.

Escala de mentiras (L) con 8 ítems

Con el propósito de determinar las áreas y aspectos más significativos, se elaboró una Matriz Orientadora que se utilizó durante el desarrollo del Taller Pedagógico del uso de la máscara teatral.

Tabla 01: Matriz de Aspectos Socioafectivos del Inventario de Autoestima de Coopersmith

ASPECTOS SOCIOAFECTIVOS	CAPACIDADES A DETERMINAR	AREA O DIMENSION
Representaciones, creencias, imágenes sobre si misma	Imagen simbólica	<ul style="list-style-type: none"> • Individual /Personal • Físico /Corporal • Social /familiar • Afectiva • Académica/ Escolar
Aceptación de sí misma	Autoestima	
Disposición a nuevo aprendizaje	Apertura a lo desconocido/diferente	
Superación de las dificultades personales/ sociales/ escolares	Capacidad de creatividad	
Relación social saludable	Sentimientos de aceptación o rechazo desde y hacia otros	
Valoración hacia otros/as	Estima a quienes le rodean	
Disposición de trabajo y ayuda hacia otros/as	Cooperación y Generosidad	
Autocontrol saludable	Dominio propio	
Fundamentos de responsabilidad	Compromiso personal	
Proyección Personal	Visualización a futuro	
Valores Éticos	Percepción de sí misma/otros como persona confiable/desconfiable	

4.3.1. Criterios e indicadores para el Diagnóstico y Evaluación

En esta investigación se usaron las siguientes técnicas:

a. Cuestionario de entrada

Permitió recoger datos con miras a un diagnóstico para la identificación de las características socio afectivas, con especial acento en su autoestima. En el diseño del cuestionario se han considerado los diferentes aportes sobre autoestima abordados en el marco teórico, readecuándolos a partir de la especificidad de la confección de la mascarilla como instrumento para el diagnóstico inicial de las estudiantes.

b. Observación externa del proceso

Cuyo objetivo era conocer la realidad a lo largo de los distintos momentos del proceso sin utilización de preconceptos que puedan limitar los resultados y las conclusiones. Para esta tarea contamos con una observadora externa parte del equipo humano, especialista en Comunicación, Educación Somática y Método Feldenkrais, quien privilegiara la mirada de la autoconciencia a través del Movimiento como elemento clave para un acercamiento a la construcción y desarrollo de la valoración personal y la autoestima

c. Cuestionario de salida

Recogió datos sobre las experiencias de las participantes con las actividades realizadas en el Taller, considerándose los mismos indicadores socioafectivos y preguntas relacionadas con las actividades de la fase intermedia y final del Taller pedagógico.

Los resultados de la posprueba final sería un insumo para luego establecer pautas comparativas, elaborar conclusiones y recomendaciones.

4.4. Procedimiento y técnicas de procesamiento de datos

Se inició con el cuestionario de entrada siguiendo con la aplicación del Taller Pedagógico del uso de la máscara teatral diseñado con miras al objetivo trazado.

Una vez iniciada la experiencia del Taller, se procedió al registro detallado del proceso por mi parte como docente a fin de constatar diferentes logros alcanzados por las alumnas en las distintas fases de la implementación.

Paralelamente y desde una aproximación distinta se llevó un registro del proceso a través de una observadora externa.

Finalmente, se realizó una post prueba: cuestionario de salida, con algunas preguntas a su inicio ya que usaríamos un recurso diferente al del cuestionario de entrada.

La información obtenida en los procesos antes mencionados, se complementó con una evaluación del proceso de mi parte; así como la evaluación e impresiones recogidas por la directora y profesora de la institución.

Para el análisis de datos se utilizó la codificación, entendiendo por ello el proceso mediante el cual se agrupa la información obtenida en categorías. Estas concentran ideas, conceptos o temas obtenidos tanto en la investigación diagnóstica, del proceso desarrollado y posprueba con miras a examinar detenidamente los datos. Estableciendo la conexión entre los datos recogidos y las variables de nuestra investigación. Posteriormente se ordenaron los datos a partir de una Matriz tratada cuantitativa y cualitativamente.

Esto permitió asegurar que los resultados fueran efectivamente representativos de la realidad vivida por las participantes en el taller.

Por otra parte, la utilización de métodos mixtos en la investigación, permitió recoger evidencia a partir no solo de datos numéricos, sino también orales, textuales, visuales, simbólicos y otros, aportando así una información amplia que permite comprender mejor el tema abordado, visualización de las necesidades más importantes de las estudiantes, así como también información más precisa como aporte para el diseño e implementación de futuros Talleres Pedagógicos del uso de la máscara teatral, en el ámbito de la escuela.

4.5. Desarrollo del Taller Pedagógico del uso de la máscara teatral

Como profesora de arte es necesario fomentar la capacidad de comunicar ideas de manera innovadora, creativa provocando el asombro y la motivación en las alumnas, despertando interés en ellas para participar en este Taller pedagógico que ayudaría a mejorar su autoestima. Usé el objeto máscara como una herramienta didáctica realizando una variedad de actividades, materiales y recursos que facilitaron a las alumnas su participación activa. (Ver Anexo)

CAPÍTULO V

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Tomando como referencia el Inventario de Autoestima de Forma Escolar, del Psicólogo Humanista Stanley Coopersmith, se ha elaborado las tablas de resultados, indicando datos cuantitativos donde se registran los resultados de las evaluaciones aplicadas al inicio del taller y en la última sesión del taller; con la finalidad de conocer las condiciones que presentaron las estudiantes al comenzar con las sesiones del Taller pedagógico del uso de la máscara teatral y conocer sus apreciaciones al culminar, teniendo como finalidad conocer el proceso evolutivo de las participantes. Así mismo se han registrado los logros obtenidos.

Por la naturaleza de este Taller se consideraron las siguientes áreas: Área Sí mismo, Área social y Área escuela, las cuales están distribuidas en once indicadores tal como se puede ver.

Del mismo modo se presentaron tablas de los datos cualitativos recopilados sobre la observación realizada en cada taller en la aplicación de las máscaras como un recurso didáctico para fomentar la autoestima en las participantes, se registraron cada una de las sesiones, realizando una descripción minuciosa sobre los procedimientos y objetivos de cada sesión.

5.1. Presentación de Datos cuantitativos:

En la tabla 02, se apreciaron los datos obtenidos en la evaluación inicial correspondientes a los ítems del aspecto socioafectivo del Inventario de Autoestima de Coopersmith para escolares, las cuales presentaron preguntas enfocadas en previa a la aplicación del uso de las máscaras teatrales y la autoestima en una etapa de entrada.

Tabla 02 Resultados del Cuestionario de Entrada

		CUESTIONARIO DE ENTRADA				
ASPECTOS SOCIOAFECTIVOS	PREGUNTAS	SI	NO	NO SE		
1	Representaciones, creencias, imágenes sobre sí misma	a. ¿Pudiste identificar tus propios rasgos en la mascarilla?	10 83.3%	2 16.7%	0 0.0%	
		b. ¿Descubriste en tu mascarilla algún rasgo en particular de tu papá, mamá o abuelos?	9 75.0%	0 0.0%	3 25.0%	
2	Aceptación de sí misma	a. ¿Mirar tu rostro en la mascarilla te hace sentir bien?	7 58.3%	2 16.7%	3 25.0%	
		b. ¿Encuentras que hay algo que no te gusta?	10 83.3%	1 8.3%	1 8.3%	
3	Disposición a nuevos aprendizajes	a. ¿Té agradó la experiencia de elaborar la mascarilla al rostro?	11 91.7%	1 8.3%	0 0.0%	
		b. ¿Te fueron fáciles y comprensibles las instrucciones dadas por la docente?	11 91.7%	1 8.3%	0 0.0%	
4	Superación de las dificultades personales/ sociales/ escolares	a. ¿Fue fácil aceptar participar en el reto de la mascarilla?	11 91.7%	0 0.0%	1 8.3%	
		b. ¿Hubo cosas difíciles para ti en la experiencia de confeccionar la mascarilla?	11 91.7%	1 8.3%	0 0.0%	
5	Relación social saludable	¿Tuviste conflictos para trabajar en dupla?	1 8.3%	11 91.7%	0 0.0%	
6	Valoración hacia otros/as	¿Te sentiste en sintonía con la compañera que elegiste?	11 91.7%	0 0.0%	1 8.3%	
7	Disposición de trabajo y ayuda hacia otros/as	¿Participaste con disposición?	10 83.3%	0 0.0%	2 16.7%	
8	Autocontrol saludable	a. ¿Pudiste soportar el tener tu rostro o ver el rostro de tu compañera completamente cubierto durante tanto tiempo?	9 75.0%	3 25.0%	0 0.0%	
		b. ¿Te provocó temor el tiempo de espera para el secado de la máscara?	3 25.0%	8 66.7%	1 8.3%	
9	Fundamentos de responsabilidad	a. ¿Té pareció bien contar con reglas de comportamiento y relación?	12 100%	0 0%	0 0%	
		b. ¿Asumiste responsablemente las tareas asignadas en la sesión?	9 75.0%	0 0.0%	3 25.0%	
10	Proyección Personal	¿Crees que lo que aprendiste en esta sesión te puede servir más adelante?	9 75.0%	0 0.0%	3 25.0%	
11	Valores- Ética	¿Sientes que tu compañera (Ñañay) pudo confiar en ti durante toda la sesión?	10 83.3%	0 0.0%	2 16.7%	

n= 12

En la tabla 03, se apreciaron los datos obtenidos en la evaluación final correspondientes a los ítems del aspecto socioafectivo del Inventario de Autoestima de Coopersmith para escolares, donde presentaron preguntas enfocadas hacia el reconocimiento de la autoestima con relación a la variable Máscara Teatral.

Tabla 03 Resultados del Cuestionario de Salida

CUESTIONARIO DE SALIDA					
ASPECTOS SOCIOAFECTIVOS	PREGUNTAS	SI	NO	NO SE	
1	Representaciones, creencias, imágenes sobre sí misma	a. ¿Pudiste identificar alguna emoción en particular al usar una máscara?	9 75.0%	1 8.3%	2 16.7%
		b. ¿Me identifique con personajes que representaron mis compañeras?	3 25.0%	5 41.7%	4 33.3%
2	Aceptación de sí misma	a. ¿La máscara que elegí dice mucho de mí?	2 16.7%	7 58.3%	3 25.0%
		b. ¿Hay aspectos de tu personaje que te cuesta aceptar como tuyos?	8 66.7%	2 16.7%	2 16.7%
3	Disposición a nuevos aprendizajes	a. ¿Fue interesante para ti aprender sobre la máscara?	9 75.0%	0 0.0%	3 25.0%
		b. ¿Aprendiste a sentir tu cuerpo y usar tu voz en los ejercicios realizados?	8 66.7%	1 8.3%	3 25.0%
4	Superación de las dificultades personales/ sociales/ escolares	a. ¿Sentiste confianza al realizar los ejercicios?	9 75.0%	0 0.0%	3 25.0%
		b. ¿Los ejercicios vocales te ayudaron a perder el miedo para hablar y expresarte en público?	10 83.3%	1 8.3%	1 8.3%
5	Relación social saludable	¿Tienes menos miedo de hablar y expresar lo que sientes en el colegio?	10 83.3%	1 8.3%	1 8.3%
6	Valoración hacia otros/as	a. ¿Crees que la escena que montaron estuvo buena y con mucho talento de las compañeras?	10 83.3%	0 0.0%	2 16.7%
		b. ¿El apoyo constante de las compañeras que no actuaron fue importante?	9 75.0%	0 0.0%	3 25.0%
7	Disposición de trabajo y ayuda hacia otros/as	¿Fue más fácil crear la obra teatral con la ayuda de tus compañeras de aula?	10 83.3%	1 8.3%	1 8.3%
8	Autocontrol saludable	¿Pudiste superar la vergüenza de presentar tu personaje ante tus compañeras y profesoras?	9 75.0%	1 8.3%	2 16.7%
9	Fundamentos de responsabilidad	¿Podrías decir que este taller te ayudó a comprender la importancia de cumplir con los compromisos adquiridos?	9 75.0%	0 0.0%	3 25.0%
10	Proyección Personal	¿Aprender el uso de la máscara te ha ayudado a descubrir cosas nuevas que puedes hacer?	10 83.3%	0 0.0%	2 16.7%
11	Valores- Ética	¿Sientes que el compañerismo y la confianza fueron importantes durante toda la experiencia del Taller?	8 66.7%	0 0.0%	4 33.3%

n=12

En la Tabla 04 se realiza un contraste sobre las dimensiones evaluadas a través del cuestionario aplicado, donde se aprecian diferencias sutiles en las etapas de aplicación en cada una de las dimensiones del Aspecto socioafectivo.

Tabla 04 Cuadro Comparativo de los cuestionarios de entrada y de salida

ASPECTOS SOCIOAFECTIVOS		MOMENTO DEL DIAGNÓSTICO	AUTOESTIMA (# alumnos - % total)		
			NEGATIVA	DUBITATIVA	POSITIVA
1	Representaciones, creencias, imágenes sobre sí misma	Antes del taller	1 8.3%	2 16.7%	9 75.0%
		Después del taller	1 8.3%	3 25.0%	8 66.7%
2	Aceptación de sí misma	Antes del taller	5 41.7%	2 16.7%	5 41.7%
		Después del taller	8 66.7%	2 16.7%	2 16.7%
3	Disposición a nuevos aprendizajes	Antes del taller	1 8.3%	0 0.0%	11 91.7%
		Después del taller	1 8.3%	3 25.0%	8 66.7%
4	Superación de las dificultades personales/ sociales/ escolares	Antes del taller	3 25.0%	1 8.3%	8 66.7%
		Después del taller	1 8.3%	2 16.7%	9 75.0%
5	Relación social saludable	Antes del taller	2 16.7%	0 0.0%	10 83.3%
		Después del taller	0 0.0%	0 0.0%	12 100.0%
6	Valoración hacia otros/as	Antes del taller	0 0.0%	1 8.3%	11 91.7%
		Después del taller	0 0.0%	2 16.7%	10 83.3%
7	Disposición de trabajo y ayuda hacia otros/as	Antes del taller	0 0.0%	2 16.7%	10 83.3%
		Después del taller	1 8.3%	1 8.3%	10 83.3%
8	Autocontrol saludable	Antes del taller	2 16.7%	1 8.3%	9 75.0%
		Después del taller	1 8.3%	1 8.3%	10 83.3%
9	Fundamentos de responsabilidad	Antes del taller	0 0.0%	2 16.7%	10 83.3%
		Después del taller	0 0.0%	2 16.7%	10 83.3%
10	Proyección Personal	Antes del taller	0 0.0%	3 25.0%	9 75.0%
		Después del taller	0 0.0%	2 16.7%	10 83.3%
11	Valores- Ética	Antes del taller	0 0.0%	2 16.7%	10 83.3%
		Después del taller	0 0.0%	1 8.3%	11 91.7%

n=12

En la Tabla 05, se presentaron los datos recopilados en las 06 sesiones de aplicación de los talleres, donde se identificaron las que cada fase agrupó 02 sesiones; así mismo se indicó el porcentaje de logro a cada uno de los objetivos definidos en las sesiones, donde se evidenció que en la fase intermedia, hubo una predominancia de los logros medios.

Tabla 05 Datos del Registro Logros según la responsable de la investigación

	Fase Inicial 1ª Sesión			Fase Intermedia 2ª- 3ª Sesión			Fase Final 4ª.-6ª Sesión		
	Logrado	Logro Medio	No logrado	Logrado	Logro Medio	No Logrado	Logrado	Logro Medio	No Logrado
1. Primera aproximación al nuevo rostro									
a. Imagen de sí misma frente a la propia mascarilla	10	83%	0	0%	2	17%	(No evaluable en esta fase)		
b. Aceptación de ese rostro como identidad de sí misma	10	83%	2	17%	0	0%	(No evaluable en esta fase)		
2. La Máscara como objeto Transformador									
a. Sentimiento de aceptación frente a la máscara elegida				4	33%	8	67%	0	0%
b. Fluir libre y espontaneo en la experiencia ante el espejo				4	33%	8	67%	0	0%
c. Capacidad para crear un personaje				2	17%	10	83%	0	0%
3. La Máscara como facilitadora de comunicación									
a. Superación de la timidez				6	50%	6	50%	0	0%
b. Capacidad de creatividad				6	50%	6	50%	0	0%
c. Gestualidad adecuada al personaje creado				3	25%	9	75%	0	0%
4. Entrenamiento corporal hacia el uso de la máscara									
a. Uso de su cuerpo sin inhibiciones				0	0%	12	100%	0	0%
b. Conciencia corporal de su peso y su volumen				2	17%	10	83%	0	0%
c. Soltura y despliegue en el movimiento				2	17%	10	83%	0	0%
d. Apropiación del espacio				2	17%	10	83%	0	0%
e. Relación cuerpo y nuevo rostro				2	17%	10	83%	0	0%
5. Entrenamiento vocal para media y cuarto de mascara									
a. Exploración con la voz				0	0%	12	100%	0	0%
b. Descubrir la voz del personaje				2	17%	10	83%	0	0%
c. Diálogo con sus pares				2	17%	10	83%	0	0%
d. Lenguaje oral/relato construido				11	92%	1	8%	0	0%
6. Construcción del personaje y la escena									
a. Creación de una historia personal				5	42%	7	58%	0	0%
b. Capacidad de interrelación con los otros personajes				8	67%	4	33%	0	0%
c. Creación colectiva de una historia con inicio, conflicto y final				4	33%	8	67%	0	0%

n=12

5.2. Presentación de Datos cualitativos

En lo que corresponde a la valoración cualitativa, el registro fue realizado por la Srta. Janet Huerta Moreno, Educadora somática y especialista en el Método Feldenkrais, Observadora Externa, parte del equipo humano del Taller. Escritos realizados de acorde a las fases del proceso.

La tabla 06 se encuentra dividida en 04 fases donde se brinda información detallada sobre los rasgos apreciados a nivel conductual y del proceso de desarrollo de cada fase del proceso, a través de un registro de observación natural, describiendo minuciosamente cada aspecto a nivel grupal e individual. Los datos obtenidos permitieron conocer las conductas verbales y no verbales que se suscitaron en cada sesión.

Tabla 06 Resultados de la Observación Externa del Taller Pedagógico acorde a fases del proceso

FASE DEL PROCESO	ASPECTOS CONSTATADOS
1 INICIAL (Primera sesión)	<p>Introversión y timidez inicial que fue cambiando posteriormente en extroversión y mayor participación al recibir mayor información sobre la propuesta.</p> <p>Iniciativa de creación conjunta de reglas de comportamiento para el desarrollo del Taller pedagógico, a partir de sus propias valoraciones, facilitaron un contexto de diálogo y confianza. La opinión de las alumnas era importante, generó apertura y disposición para trabajar y desarrollar las diversas actividades propuestas.</p> <p>Cuestionario diagnóstico aplicado luego de la confección de la mascarilla permitió curiosidad personal de las estudiantes acerca del reflejo de sus propios rostros en sus mascarillas y la apertura de un diálogo expresivo. El encuentro con las mismas, les permitió reconocerse, preguntarse sobre sus identidades, orígenes y referencias familiares o de antepasados, así como también la valoración de lo que ellas podían ver reflejado en sus máscaras.</p> <p>Experiencia de confección de la mascarilla a partir de la profesora de aula como modelo, generó la confianza necesaria en las estudiantes para aventurarse a realizar las mascarillas de sus rostros.</p> <p>Elaboración de las mascarillas en duplas y a partir de la idea que entraña la palabra quechua "ñañay" (hermana) permitió la expresión por parte de las estudiantes de sentimientos de acogida, cuidado, y colaboración mutua durante el trabajo de confección de la mascarilla.</p> <p>Uso del recurso de música durante la elaboración de las mascarillas llevó a las alumnas a un estado de relajación, que les permitió elaborarlas, con la tranquilidad necesaria para su realización y adquisición de mayor confianza en su creatividad.</p> <p>Desde el punto de vista de la observación fue una primera sesión impresionante y reveladora, tanto por la información descrita o expresada por ellas, como también lo percibido de la experiencia a nivel sensorial y desde la observación sigilosa desarrollada como observadora. Develó un gran potencial de autoconocimiento y autovaloración de las estudiantes.</p>

Efectos positivos en las alumnas a partir del contexto de confianza que contuvo la experiencia, brindó seguridad para expresar sus inquietudes libremente y abrirse a la experiencia de algo totalmente nuevo y desconocido para ellas.

Conectar a las estudiantes con herramientas provenientes del arte y el teatro les habilitó o permitió dejar fluir o emerger el potencial creativo que estas tienen.

El material plástico elaborado durante el Taller facilitó y potenció en las alumnas el proceso de acercarse a sí mismas, realizarse preguntas más profundas acerca de su autoconocimiento personal, así como también, de sus compañeras.

La experiencia de elegir sus propios diseños de máscaras, los motivos de sus elecciones y luego compartir esto con el grupo, reveló a ellas algo de sí mismas y también para sus pares.

Configuración del espacio a modo de círculo logra efectos en la manera de relacionarse y trabajar colaborativamente, respetar las distintas visiones, llegar a consensos, además de permitir una conexión desde el cuerpo y la mirada, con su entorno cotidiano convirtiendo su aula en un espacio creativo y de exploración para las diversas actividades a realizar.

Corporalidad que empieza a abrirse al espacio, a partir del trabajo físico de preparación para el uso de las máscaras, logra vencer cierta resistencia para moverse o desperezar el cuerpo, algo que puede leerse como introversión, desconexión, flojera, vergüenza entre otros factores que podían estar generando esas resistencias al movimiento, lo cual fue liberándose durante el proceso.

La experiencia de exploración a través de caminatas, movimientos corporales, hizo posible soltar tensiones, liberar su expresión corporal y pudieran ir aprendiendo nuevas formas de relacionarse consigo mismas, con los otros y con el espacio.

A través de este recurso proveniente del trabajo corporal en el teatro evidenció conexión de las estudiantes con su propio caudal creativo y su propia capacidad de investigar su corporalidad y conectarla con la imaginación desde un lugar lúdico que fue valorado y despertó su creatividad.

La exploración de la voz costó un poco más al grupo que las exploraciones de entrenamiento corporal sin voz, sin embargo, a medida que iban practicando fueron amplificando su respiración, conectando con sus cajas de resonancia y soltando de a pocos su voz.

Hubo un cambio importante al colocarse las máscaras y empezaron a explorar la voz de sus personajes. Muchas se transformaron y liberaron su capacidad expresiva desde la voz, explorando espontáneamente distintas posibilidades de sonidos, edades y acentos de sus personajes, así como el recurrir a los ejercicios dados por la profesora Débora, quien las iba guiando en su proceso de exploración. Destacan como voces más interesantes y mejor logradas, la voz del personaje "el Choro" y del personaje "el español".

El trabajo desarrollado a partir de la mirada, y todo lo que se pudo movilizar en las alumnas a partir de su contacto con los ojos, así como también las diversas dinámicas que las invitaban a expresarse desde sus cuerpos lograron en ellas la capacidad de comunicar a partir de un lenguaje de comunicación no verbal. El hecho de mirarse a los ojos, permitió que varias de las alumnas dejaran de mirar el piso al caminar, elevando sus miradas y despertando en ellas una mirada y corporalidad más abierta, vivaz y presente, que habilitó su conexión entre ellas y con el espacio que las rodeaba.

Expresión de aplausos y comentarios apreciativos como parte de la expresión de valoración de las alumnas ante la presentación del personaje el Bocón por parte de la profesora Débora Correa y el legado de riqueza cultural por ella transmitido a las alumnas. Lo que generó, además, apertura en el grupo, aumento de la confianza y curiosidad que ya se había generado en la primera sesión del taller.

La experiencia de "La Pasarela", permitió constatar un espacio de conexión, complicidad, motivación y apoyo mutuo en el grupo de alumnas.

Se pudo observar que generó un espacio para expresar y contar como se habían sentido en sus respectivos roles y cómo se habían percibido como grupo. Esto fue importante porque salió a relucir la cohesión que tenían como grupo, y la contención mutua que se dieron. Los comentarios que hicieron eran para nutrir sus procesos creativos, más no desde el juicio o la crítica, dejando ver la importancia dada por las alumnas a la colaboración y opinión constructiva durante los procesos creativos presentados.

3**FINAL
(Quinta y sexta
sesión)**

Reconocible y significativo cambio en las alumnas al final del taller, tanto en su conocimiento y valoración acerca del teatro y la riqueza cultural del uso de las máscaras, como en su disposición y espontaneidad para crear a partir del uso de las mismas, que guarda relación estrecha con la construcción de autoestima y valoración.

Mayor integración de los diversos aspectos de su estructura Cuerpo – Mente – Espíritu, lo cual es esencial para desarrollar una presencia en el espacio, ya sea en un escenario de teatro como en el mundo cotidiano.

Al final del proceso se observa un antes y un después de las alumnas a partir del aprendizaje experimentado a partir de los ejercicios físicos. La mayoría había aprendido a conectar movimiento a respiración y disposición corporal para explorar de forma creativa sus personajes a partir de la máscara.

Las dinámicas teatrales que las conectaron con sus sentidos, con su capacidad perceptiva y de exploración de sus corporalidades fueron esenciales en el proceso, contribuyendo así en la disposición física, sensorial y creativa de las alumnas; siendo así el espacio para el trabajo corporal e integración sicofísica significativo para los indicadores de apertura, soltura, espontaneidad y disposición corporal para crear sus ejercicios, los cuales fueron mostrando durante el proceso, lo que pudo verse con más claridad durante el espacio y tiempo que tuvieron para crear las escenas que presentaron para el cierre del taller.

Fue a partir del trabajo corporal para el uso de la máscara y de su posterior encuentro con las diversas máscaras que se les presentó que pudo verse un cambio significativo y progresivo de expresividad y creatividad en el grupo como colectivo y en cada una de las participantes.

A menudo el proceso que estaba presenciado me mostraba un efecto de mayor presencia física, emotiva y creativa en las alumnas, era claro que estas dinámicas que provienen del teatro despertaban su motivación personal y grupal

Mientras observaba los cambios corporales y anímicos que iban apareciendo en las alumnas, tenía presente la premisa propuesta por la profesora Débora acerca de que el teatro y específicamente la técnica del uso de las máscaras contribuían en la construcción o desarrollo de la autoestima y autovaloración de las alumnas.

En el área de expresión corporal el trabajo con las alumnas a partir de “la columna vertebral” resultó muy significativo puesto que es el eje central del cuerpo que nos sostiene en el mundo, y que comunica de forma directa cabeza, pelvis y pies anclados a la tierra. Por ello trabajar con su potencial de fuerza, movilidad y flexibilidad permite desarrollar conciencia corporal, y una presencia física y energética que habilitó a las estudiantes a una relación más funcional, dinámica, presente o activa consigo mismas y el entorno que les rodea.

Crear de forma grupal una escena final tuvo presente los diversos aspectos a considerar descritos por la profesora Débora: Inicio, desarrollo de la historia, conflicto, desenlace del conflicto y un factor sorpresa, siendo este último motivo de sorpresa y risas tanto en el público observador como en la misma profesora.

La última ronda de reunión previamente a la presentación final de las alumnas en el patio de su colegio a fin de ultimar detalles de vestuarios y personajes, así como para expresar como se sintieron durante el proceso y cómo se sentían previamente a mostrar su trabajo al resto del colegio. Algunas manifestaron cierto nerviosismo para salir a mostrar su trabajo en público, otras se mostraron entusiasmadas con el hecho de compartir con el resto del colegio lo que en conjunto y de forma individual habían creado.

Al término de su presentación, el público las aplaudió y detrás de las telas se pudo observar el emotivo abrazo que surgió entre ellas, así como posteriormente se fueron acercando a la profesora Débora para despedirse de ella y agradecerle por la experiencia que les había compartido. Fue un momento emotivo. Algunas comentaron que sería lindo continuar

aprendiendo, dos de las alumnas preguntaron ¿cómo o dónde se podía aprender más acerca del teatro? Se les brindó respuestas.

Finalmente devolvieron las máscaras y vestuarios, se despidieron

Se pudo observar y tener la sensación de que el teatro y la propuesta de la profesora Débora Correa a partir del uso de la máscara, era una experiencia reveladora, que sin duda traía beneficios en el desarrollo personal de las estudiantes, en la valoración de su creatividad, identidades y autoestima; así como un medio para fortalecer su trabajo como grupo y equipo, fomentado valores tales como la colaboración, creación individual y colectiva.

**Apreciaciones
finales de la
observación**

Además del listado de valores y miradas éticas obtenidas como resultados cualitativos en la observación externa, puede uno ver reflejados elementos que ya estaban allí de modo pasivo en las alumnas, y que el Taller pudo a través de los distintos componentes que entregó, motivarlos, despertarlos, abrirlos a nuevas experiencias y con ello, hacerlos más que meras palabras, una vivencia.

Deja también de manifiesto que aunque la adolescencia resulta ser una edad complicada, marcada muchas veces por la oposición o la contrariedad a lo establecido, sin embargo, a pesar de esta limitante, un proceso bien llevado, de gran estímulo, basado en la confianza, la capacidad de escucha y el protagonismo de las propias alumnas que son consideradas no solo como una mera presencia física en el aula, sino también en las diversas riquezas que cada una posee, logran pues, despertar lo mejor de ellas, y esa fue la experiencia de este taller.

Por otra parte, uno de los componentes de la construcción de autoestima está relacionado con los aspectos conductuales, es decir con el actuar, con la intencionalidad que le imprime la persona a este actuar tanto consigo mismo como con otros y, en esto definitivamente los valores juegan aquí un rol importante, pues son el referente primordial que orienta nuestro hacer o dejar de hacer.

Por ello los valores son un aspecto relevante en la formación académica escolar de los adolescentes, pues esta formación está ligada estrechamente con la formación humana y de vida de éstos.

Se trata de una formación en prácticas que hacen de los individuos personas positivas, de valor a nivel individual y social, y también guarda relación con ciertos parámetros de cómo pueden orientar la vida a fin de generar un sentido de pertenencia y relación armónica y respetuosa hacia quienes les rodean, buscando que puedan procurar el bien de todos y no solo el propio.

Por eso, es importante que la formación y consideración de valores fundamentales puedan ser cultivados a partir de la comunidad escolar a fin de estimular en las adolescentes acciones personales conscientes y orientadas al bien común, a una comunidad solidaria, que aspira a ser seres acogedores, personas consientes y responsables de sus actos, así como también aprenden en libertad a decidir por sí mismas como un ensayo previo a su rol de ciudadanas participativas, democráticas, justas, con conciencia social y dispuestas a contribuir con un mundo mejor.

Sin duda, el taller contribuyó en las alumnas a un despertar de valores positivos que ellas mismas traían consigo y que muchas veces desconocían o que se vieron opacados ante la predominancia de críticas o juicios de sus pares o de su propia familia.

La experiencia de sacar lo mejor de sí para el logro colectivo de montar una obra y lo que las distintas técnicas teatrales aportaron a este desarrollo integral permitió en ellas una nueva conciencia de sí mismas, de sus valores, de aprendizajes nuevos y valoración de sus pares que sin duda abren en ellas nuevos horizontes de exploración, interrogantes, y herramientas que les equiparan a futuro para la toma de fundamentales decisiones para su vida con mayor seguridad y aprecio de sí mismas y sus logros que superara la tentación de tratar de “ser a la medida de otros” y sus expectativas.

5.2.2. Apreciación evaluativa de la Institución

Tabla 07 Resultados de la Evaluación de la directora

1	Representaciones, creencias, imágenes sobre sí misma	Las estudiantes tuvieron la oportunidad de desarrollar sus capacidades como la expresión corporal y la imaginación. Representaron personajes que no habían visto
2	Aceptación de sí misma	Se las sentía asertivas y empáticas, mucho más desenvueltas, podemos asegurar que se fortaleció la autoestima en ellas.
3	Disposición a nuevos aprendizajes	Creatividad Las estudiantes después del Taller se mostraron muy complacientes con su desempeño.
4	Superación de las dificultades personales/ sociales/ escolares	Algunas estudiantes que en lo cotidiano mostraban cierta timidez, cuando usaban las máscaras se empoderaban con soltura y seguridad. Antes del Taller algunas estudiantes mostraban pánico escénico, timidez; después del Taller se mostraron con más seguridad
5	Relación social saludable	Asertivas y empáticas. Inteligencia emocional. Un ambiente amigable.
6	Valoración hacia otros/as	Ayudó al grupo a fortalecer sus relaciones interpersonales como la amistad, el respeto y empatía entre ellas.
7	Disposición de trabajo y ayuda hacia otros/as	Recaltar el trabajo colaborativo y dentro de un ambiente amigable.
8	Autocontrol saludable	Ana Caffo quien era una estudiante sumamente tímida pudo vencer sus miedos y actuó con mucha naturalidad.
9	Fundamentos de responsabilidad	Trabajo colaborativo
10	Proyección Personal	El Taller desarrolla muchas capacidades en las estudiantes, tales como la creatividad, trabajo colaborativo, autoestima, inteligencia emocional, la empatía, capacidades que aportan al desarrollo integral.
11	Valores- Ética	Amistad, el respeto y empatía.

Tabla 08. Evaluación de la Profesora de aula

1	Representaciones, creencias, imágenes sobre si misma	Estudiante que ocultaba su rostro con su cabello.
2	Aceptación de sí misma	No es fácil para las adolescentes conocerse, aceptarse y quererse.
3	Disposición a nuevos aprendizajes	Al comienzo estaban algo desconfiadas y fueron involucrándose más.
4	Superación de las dificultades personales/ sociales/ escolares	Se logró que la mayoría se exprese con mayor facilidad que en lo cotidiano. Aunque era un salón con alto grado de participación, siempre eran las mismas estudiantes, sin embargo, después del Taller, algunas que no participaban, lo empezaron hacer.
5	Relación social saludable	Había una estudiante que ocultaba su rostro con su cabello e intervenía poco en clase. Después del Taller la vi más participativa.
6	Valoración hacia otros/as	El referente más cercano al éxito es el académico, y no todas tienen ese mérito. Por tanto, están buscando otros espacios o habilidades donde destacar.
7	Disposición de trabajo y ayuda hacia otros/as	Las actividades permitieron la interacción entre estudiantes. Sin referencias
8	Autocontrol saludable	Sin referencias
9	Fundamentos de responsabilidad	Sin referencias
10	Proyección Personal	Recomendable el Taller para las chicas de 4to y 3ero, para que fortalezcan su imagen personal y mejoren su autoestima, porque cuando llegan a 5to. ya no podemos hacer mucho.
11	Valores- Ética	Interacción, participación, imagen personal, mejora de autoestima.

5.3. Análisis y Discusión de los resultados

Acorde a los resultados obtenidos se procedió a realizar el análisis y discusión de los resultados.

Como se indicó anteriormente la muestra se conformó por 12 alumnas de 4to grado de Secundaria C de la Institución Educativa República de Chile, el número de participantes se consideró debido que la asistencia regular a las sesiones de los talleres de máscaras de teatro fue de 12 personas con quienes se pudo apreciar su interés, participación y evolución en su desarrollo de autoestima a través de la metodología lúdica utilizada por medio de las máscaras.

Es necesario precisar que hubo condiciones favorables para el desarrollo de la investigación debido al apoyo por parte de la directiva de la institución, la participación activa de parte de las estudiantes, y la observación externa y colaboración de parte del equipo pedagógico.

5.3.1. Análisis y discusión de los resultados del Cuestionario de Entrada

En lo que respecta a los resultados del cuestionario de Entrada en los aspectos de Representaciones, creencias, imágenes sobre sí mismo y Aceptación de sí misma, se apreció que las alumnas mostraron cierto grado de facilidad para realizar identificación de sí mismas y rasgos de sus ancestros a partir de la mascarilla.

No obstante, es importante señalar que, en esta fase inicial de la experiencia del Taller pedagógico, hay una alta resistencia a la aceptación total de identificación de ellas mismas frente a su mascarilla resultante (83.3%), denotando que existen características que no las satisfacen. Situación que permitió explorar dos posibles supuestos: la primera porque no se sienten satisfechas con la mascarilla debido a una confección para ellas no tan perfecta, y, en segundo lugar, dado que ellas no se reconocen del todo en la mascarilla, pues al ser un rostro inerte, no les agrada y no pueden hacer una identificación total entre cómo se perciben a sí mismas y el rostro que se ve en la mascarilla.

En lo que respecta a los aspectos de Disposición a nuevos aprendizajes y Superación de dificultades, los resultados indicaron la prevalencia de un alto porcentaje de disposición de las alumnas para los nuevos aprendizajes a las que se las desafió al participar del Taller Pedagógico, tomando en consideración que ellas desconocían absolutamente todo acerca del teatro, que en su mayoría manifestaron temor hacia lo desconocido y, en segundo lugar, este taller formaba parte obligatoria de asistencia para el curso de Literatura.

Por otro lado, reconocen en un 91.7% que encontraron algunos aprendizajes difíciles, sin embargo, todas mostraron mucha disposición a superar estos límites.

Analizando los aspectos de Relación social saludable, Valoración hacia otros y Disposición de trabajo y ayuda hacia otros, se pudo observar que antes de la experiencia del trabajo del Taller Pedagógico, existía una cierta relación de las alumnas con determinadas compañeras. Esto fue un elemento clave que facilitó el trabajo en duplas propuesto como metodología del Taller y abrió paso para el trabajo grupal posterior que exigía el mismo. Cabe señalar que esta disposición de trabajo, ayuda hacia las compañeras, valoración de las mismas.

También se vio claramente manifestado en el grupo a partir de las alumnas que terminaron más rápido la elaboración de las mascarillas, que apoyaron de diversos modos: haciendo críticas constructivas, ayudando en facilitar los materiales para la elaboración de la misma, animando al grupo, etc. Pudiendo entonces formar un solo equipo, unido, integrado y de mucha colaboración mutua.

En lo que corresponde al aspecto de Autocontrol saludable, considerando que es una experiencia novedosa e inédita para ellas la confección de la mascarilla al rostro, reaccionaron de modo sereno, demostrando paciencia ante los tiempos de aplicación y secado sobre el rostro. Este autocontrol se puede explicar a partir de las siguientes variables como son:

- La creación de un espacio y ambiente sereno, relajado, acompañado con música suave.

- Una implementación adecuada a través de materiales a su disposición, rincón de trabajo en duplas con suficiente espacio que facilitó la experiencia de elaboración de modo seguro.
- La confianza proyectada por la docente de grado a sus alumnas al someterse ella misma como voluntaria siendo la primera a la que se le elaboró la mascarilla, así como el rol que jugaron ambos facilitadores que apoyaron durante todo el proceso a las alumnas dándoles confianza y seguridad en las distintas etapas de la confección de la mascarilla.

En el aspecto de Fundamentos de Responsabilidad, los resultados indicaron que hubo una total aceptación hacia las reglas de comportamiento y relación, que permitió un desarrollo adecuado de la sesión del Taller Pedagógico y protagonismo de las estudiantes pues fueron ellas mismas quienes fijaron dichas reglas y por tanto estas eran más fáciles de considerar y respetar.

Interesante resultó que el 25% de las que no acataron en su totalidad lo acordado, fueron capaces de reconocer su incumplimiento. Se trató en general de pequeñas cosas, que no repercutieron de modo grave en la dinámica y trabajo del Taller Pedagógico. Generalmente ausencias o falta de cumplimiento con alguna tarea asignada, se debieron a que no asistieron a clases por estar enfermas, o por responsabilidades familiares.

En lo que respecta al aspecto de Proyección Personal, considerando que es un proceso novedoso para los participantes; se consideró como un logro constatar en esta fase, que, aun siendo una primera experiencia, ya las alumnas manifestaron una valoración de los aprendizajes como experiencia y de valor hacia el futuro.

Finalmente, en el aspecto de Ética – Valores. El sentimiento de confianza que las alumnas reconocen puede ser visto como fruto del clima que se fue creando durante toda la primera sesión, la libertad de poder elegir a su compañera para la experiencia de confección de la mascarilla, la experiencia de responsabilidad y de cuidado de la compañera hacia la otra que fue creando un lazo de mayor seguridad y colaboración entre ambas

5.3.2. Análisis y discusión de los resultados del Cuestionario de Salida

En lo que corresponde al análisis y discusión de los resultados del cuestionario de salida, los datos obtenidos en el aspecto de Representaciones, creencias, imágenes sobre si misma a nivel de este indicador socioemocional en particular, fue agregado el componente emocional vinculado al uso de la máscara.

En esta experiencia las alumnas eligieron una máscara, se les enseñó la técnica de su uso y, el desafío de la creación de un personaje a partir de ella. Sus cuerpos, voz, y movimientos fueron el vehículo para la creación de ese personaje, mientras que la máscara presto su rostro para que ellas, mediante el trabajo lúdico e imaginativo, pudieran explorar distintas posibilidades de expresión de sí mismas a partir del personaje, ellas prestaron su cuerpo a la misma.

En la experiencia se pudo observar que un porcentaje significativo de alumnas (75%) exploraron y reconocieron diversas emociones que las conectaron a partir de la máscara elegida, pudieron crear un personaje, lograron expresar su cuerpo de modo diferente al cotidiano, exploraron diversos tipos de voces que conectaron con la máscara elegida.

Fueron también capaces de añadir otros elementos como vestuario, zapatos, sombreros y otros que dieron vida a sus personajes.

Cabe destacar que lograron personajes ligados a problemáticas contextuales, con características difíciles de aceptación social, pero, que pusieron en escena con gran imaginación, humor y sentido crítico.

Esta práctica, fue muy buena para la experiencia de las alumnas, pues pudieron descubrir potencialidades nuevas en ellas que les permitieron lograr personajes de excelencia sin tener ninguna experiencia actoral previa. La máscara y el espacio para abrirse a lo lúdico dio a ellas la oportunidad de explorar dimensiones desconocidas, conectarse con emociones, la imaginación, movimientos, voces que fueron descubriendo a partir de ellas mismas.

Por otro lado, el 25% de alumnas que no se identificaron con el personaje de sus compañeras se explica por el gran realismo de los personajes creados que plantearon temáticas como la homosexualidad, alcoholismo, bigamia, infidelidad, temas todos a partir de los que podían sentir distancia o rechazo, pero que, al mismo tiempo, los pusieron en escena como valores no deseables para ellas. Les dio un punto de vista a partir de sí mismas, sus creencias, valores, imágenes del mundo, relaciones humanas y, a la vez, colocar para otros/as (espectadores) preguntas importantes ante el mundo que les toca vivir.

En el aspecto de Aceptación de sí misma Solo un porcentaje menor (16.7%) reconoce en la máscara aspectos que dicen mucho de sí misma, algo que contrasta con el 66.7% que sostiene que le cuesta aceptar determinados aspectos del personaje como suyos. Aquí se puede descubrir que para las alumnas existe un grado de mayor facilidad de reconocerse a sí misma en la experiencia de la máscara elegida en cuanto esta sea de rostro femenino. Por otra parte, el mayor grado de dificultad de aceptación queda dado a nivel de representación de los personajes, por tratarse de algo más complejo especialmente en cuanto a la interpretación de un rol masculino.

Además, hay que considerar que cuando uno elige una máscara esto se hace principalmente en base a una elección estética, emotiva o por tratarse de algo nuevo a partir de la cual se presenta un desafío no experimentado.

No obstante, al confrontarse con la máscara se requiere hacer preguntas en torno a quién es ese personaje, qué hace, de dónde viene, qué quiere, cuáles son sus características físicas, su personalidad, su oficio, qué quiere en la historia. Cada uno de esos aspectos forma una biografía que ayuda al personaje al entrar en escena y se complementa con el vestuario, la voz, los gestos corporales, etc. Luego, ese personaje interactúa y forma parte de una escena y se confronta a otros personajes.

En el aspecto de Disposición a nuevos aprendizajes, se registró que el 75% de las alumnas afirmó que es interesante la experiencia nueva de aprendizaje acerca de la máscara teatral, a diferencia del 25% no sabe si la experiencia le fue interesante. Así mismo el 66.7% afirmó haber aprendido a sentir su cuerpo y usar su voz a través de los ejercicios realizados en el taller. 8.3% no aprendió y 25% sostiene no saber si lo logró.

Mientras que, en el aspecto de Superación de dificultades, se registró que 75% reconoce haberse sentido confiada al realizar los ejercicios físicos y un 25% siente que no lo sabe. De manera que, el 83.3% afirma que los ejercicios vocales le ayudaron a perder el miedo para hablar y expresarse en público, mientras que un 8.3% dice no haberlo perdido y otro 8.3% sostiene no saber si lo perdió.

Por lo que, se determinó que los aprendizajes medidos a partir del cuestionario de salida son de mayor complejidad que los medidos en la fase inicial. No obstante, se pudo apreciar que se mantiene un alto porcentaje de reconocimiento de aprendizajes que resultan para las alumnas como interesantes, así como también de reconocimiento de superación de dificultades y nuevos logros.

El no saber si logró confianza (25%), así como también el sentirse aun con miedo de hablar y expresarse en público (8.3%) o, el no saberlo (8.3%) se evidencia como un porcentaje menor respecto de los logros obtenidos. Estos últimos, pueden explicarse principalmente por la complejidad de los aprendizajes a medida que transcurre el taller, especialmente los relacionados con ciertas destrezas corporales y vocales y, también por el nivel de mayor exposición personal ante sus compañeras, que, en esta etapa, genera mucha presión, temor o vergüenza en ellas.

En lo que respecta al aspecto de Relación social saludable, se observó que el 83.3% afirma tener menos miedo de hablar y expresar lo que siente en el colegio y tan solo 8.3% dice si tenerlo aún y un 8.3% no lo sabe

De manera que, el 83.3% confirmó los progresos logrados por las alumnas con el Taller de máscara teatral. Su apertura a nuevos aprendizajes, la superación del temor a lo desconocido inicial frente a esta experiencia, y la adquisición de nuevas destrezas corporales, de voz, manejo del espacio, imaginar situaciones nuevas, sin duda favorecieron en su desarrollo personal, mediante la adquisición de confianza, descubrimiento de nuevos potenciales que no habían desarrollado hasta ahora, y el establecimiento de lazos más estrechos y una meta en común que les facilitaba la expresión de su sentir, ideas y de aprendizaje de escucha empática y acogida en sus diferencias.

El aspecto de Valoración hacia otros demostró que el 83.3% manifiesta consideraciones positivas y valorativas hacia el producto final que lograron montar y reconocimiento del talento de sus compañeras. Así mismo, se apreció un reconocimiento por parte de las alumnas hacia la contribución que hicieron a este logro las compañeras que no actuaron, pero apoyaron todo el trabajo para lograr la

creación de la escena teatral y que alcanzo un 75% como resultado en el cuestionario de salida.

En el aspecto de Disposición de trabajo y ayuda hacia otros, se corroboró el reconocimiento hacia el aporte de las compañeras, lo cual permitió y facilitó la creación de la escena teatral (83.3%). Solo 8.3% considera que no y también otro 8.3% manifiesta no saberlo.

Los aspectos descritos han permitido evidenciar que las alumnas han logrado aprender a expresar sus ideas, desplegar su creatividad, y trabajar en equipo, identificando la importancia de cumplir el objetivo de manera colectiva, todo ello ha consolidó el desarrollo de un aprendizaje interactivo y también establecer confianza, siendo capaces de conocerse mejor entre ellas, descubriendo las habilidades que anteriormente desconocían de sus compañeras en un ambiente de confianza pudieron abrirse a la acogida, a la ayuda mutua y la colaboración para sacar la tarea adelante.

Ellas si bien en un principio no les agradaba ponerse la máscara, ya sea porque les incomodaba, causaba claustrofobia, o no saber qué hacer con ella, presentó un giro radical aquí a nivel de los resultados del cuestionario de salida, constatándose gran disposición a superar sus propias limitaciones, abiertas a apoyarse. En ello hay que reconocer que en este cambio y disposición al nuevo aprendizaje, reconocimiento hacia las compañeras y colaboración, jugaron un papel importante en el que la máscara inicial se vio apoyada por otros elementos como la voz, los movimientos, el vestuario, la interacción con otros personajes y el sentir que habían adquirido nuevas destrezas, elaborando una historia en común, que las puso en disposición de querer lograr un objetivo que sintieron como propio y al mismo tiempo como creación colectiva que reafirmo en ellas un sentido de equipo.

El aspecto de Autocontrol saludable se evidenció que, el 75% manifestó superar la vergüenza al presentar un personaje ante sus compañeras y profesoras. 8.3% admite que aún no y 16.7% no sabe; la información obtenida se contrastó con el cuestionario de entrada, donde se pudo apreciar que un 83.3% manifestó disposición a la participación pese a ser una experiencia desconocida para ellas. Esta disposición

positiva puede haber ayudado a la superación de un obstáculo muy común en la edad de la adolescencia que es la vergüenza, timidez y el deseo de no verse expuestas públicamente. Aunque no se trató de un porcentaje igual o mayor al cuestionario de entrada, si se presenta de modo considerable y representa las $\frac{3}{4}$ partes de las alumnas que participaron de la experiencia. La diferencia que se presenta respecto del 83.3% inicial puede ser explicada porque no la totalidad de las estudiantes representaron un personaje enmascarado, sino que cumplieron funciones de apoyo.

En el aspecto de Fundamentos de responsabilidad, se evidenció que el 75% sostuvo que el Taller pedagógico del uso de la máscara, reforzó el valor e importancia de cumplir con los compromisos adquiridos. 25% No sabe.

Es necesario precisar que, 75% obtenido en la evaluación de salida, concuerda con el 75 % obtenido en el cuestionario de entrada, así como también el 25 % de las alumnas que sostienen no saber.

En este caso, se reforzó el valor e importancia del cumplimiento de compromisos que ellas mismas fijaron, lo que pareciera entonces explicar este alto porcentaje, ya que resultado para ellas motivador el poder fijar sus propias reglas, compromisos y también comprometerse con ellas mismas.

Esto proporcionó la posibilidad de una experiencia educativa en donde las alumnas juegan un rol protagónico en su mismo proceso de aprendizaje y no un mero cumplimiento de deberes impuestos con los cuales no encuentran identificación.

En el aspecto de proyección personal se registró que el 83.3% aseguró que los aprendizajes del Taller pedagógico del uso de la máscara teatral, les ha ayudado a descubrir cosas nuevas que pueden hacer. 16.7% no sabe. Información que se apoya en los datos recopilados con el cuestionario de entrada un 75% admite haber aprendido cosas que le serán útiles más adelante, evidenciando que el 83.3%, lo que resulta muy positivo, debido que es un crecimiento a la apreciación inicial por parte del alumnado.

El trabajo del Taller Pedagógico fue realizado con estudiantes de 4^a. Secundaria, y resultó interesante que ante su pronto egreso del colegio, ellas puedan admitir haber

obtenido aprendizajes, destrezas, habilidades y conocimientos que los proyectan en su vida posterior a la vida escolar.

Finalmente, en el aspecto de Valores – Ética, el 66.7% se valoró la importancia del compañerismo y la confianza, lo que contrasta con el 83.3% obtenido en el cuestionario de entrada respecto de la confianza que proyectan las alumnas a nivel personal hacia sus compañeras. Un alcance importante a considerar es que, en esta etapa de adolescencia de las alumnas participantes, se experimentan distintas variaciones en sus emociones, y esto se pudo también apreciar durante el Taller Pedagógico. Muchas iniciaron el Taller con entusiasmo y luego en el momento de la prueba final por diversas razones (salud, cansancio, problemas familiares etc.) contestaron el cuestionario de salida con un ánimo diferente al que tenían al inicio, así como también, las que iniciaron con un poco de duda, no tan entusiasmadas en el transcurso del Taller fueron adquiriendo más confianza con el grupo, en ellas mismas, y por tanto su disposición y consideraciones valorativas fueron siendo más positivas.

5.3.3. Análisis y discusión de la observación externa

Representaciones, creencias, imágenes sobre sí misma

A partir de los resultados obtenidos en la evaluación externa en la fase inicial, se puede apreciar que, a nivel de este indicador socioafectivo y la experiencia de confección de las mascarillas al rostro, permitió a las alumnas un acercamiento a preguntas sobre sí mismas, así como también, establecer ciertas identificaciones personales y con sus ancestros. Según su propia evaluación, les pareció un descubrimiento interesante, valioso y no antes experimentado.

La identidad o autoimagen es de especial importancia como proceso formativo en las adolescentes, especialmente lo relacionado a los vínculos que pueden establecer a partir de sus propios padres o familiares más cercanos. El reconocimiento de estos rasgos o los estímulos recibidos a partir de ellos, son necesarios pues a través de esto ellas van también desarrollando la capacidad de tomar un cierto distanciamiento diferenciador a fin de poder descubrir quiénes son y a partir de allí ir construyendo su propia identidad. En este proceso la autoimagen juega un rol importante para una

autoestima saludable y el establecimiento de nuevos vínculos tanto emocional, como relacional y con miras a lo profesional.

Por otra parte, tanto, en la fase intermedia, como final de la observación, los logros identificables en las alumnas a nivel de este indicador, se aprecian a partir del potencial creativo que estimulado en ellas se transforma no solo en un nuevo aprendizaje, sino también, en una posibilidad de nuevos descubrimientos acerca de sí mismas y sus capacidades a partir de la experiencia de trabajo de sus cuerpos, movimientos, voces, y miradas.

Aceptación de sí misma

En las tres fases, la observación externa constata el interés, curiosidad y exploraciones de las alumnas respecto de su autoconocimiento personal, acerca de sus compañeras, así como también los elementos distintivos que portan como parte de su herencia ancestral y/o familiar.

Por otra parte, las distintas expresiones corporales y anímicas a las que les invitó la experiencia del uso de la máscara, proveyeron herramientas a partir de las cuales se posibilitó en ellas una nueva mirada de sí mismas, la autovaloración personal y la de sus pares.

Lo anterior resulta de gran importancia ya que permite ampliar la conciencia acerca de lo que somos y la realidad de la vida en sus diversas manifestaciones, permitiendo entonces en las alumnas el potenciamiento del conocimiento de sí mismas, madurez, sentido de libertad y límites que puedan conducir a un actuar consiente basado en determinaciones reflexionadas, disposición a observar, identificar y analizar los hechos y la información que llega hasta nosotros desde el medio que nos rodea, capacitándonos entonces a elecciones propias, adecuado uso de la libertad de escoger y también de establecer nuestros propios límites.

Disposición a nuevos Aprendizajes

Una constante que puede ser apreciada a lo largo del desarrollo de las distintas fases del Taller es, la disposición de las alumnas a los nuevos y diversos aprendizajes a los que fueron desafiadas.

Un elemento clave en la disposición primera en ellas fue poder contar con información acerca del Taller mismo, lo que les permitió entonces, conocer con más detalles, algo absolutamente desconocido para ellas.

En segundo lugar, jugó también un rol importante el hacer a las alumnas protagonistas de este propio proceso, considerar sus opiniones, el que pudieran crear sus propias formas de organizarse, fijar determinados límites para un buen funcionamiento grupal y que, tal como lo muestra la observación externa despertó en ellas confianza, diálogo, compromiso y responsabilidad para con el trabajo y la meta que estaba por delante, una disposición positiva que pudo hacer vencer sus temores iniciales.

Por otra parte, el Taller Pedagógico ofreció una rica variedad de aprendizajes que las alumnas en un proceso acompañado, en un espacio de confianza y diálogo hizo posible no sólo que pudieran ir aprendiendo cosas nuevas, sino también abrirse al aprendizaje de diálogo, conocimiento consigo mismas, de sus pares, descubrimiento de sus potencialidades, establecer nexos entre su sentir, pensar y la expresión a nivel verbal, no verbal y corporal. Procesos todos que sin duda ayudaron a estas a establecer un saber de sí mismas y percepción de otros y lo que la rodea de modo más integral.

Cada uno de estos aspectos mencionados resultan importantes para el desarrollo y autoafirmación de las adolescentes participantes, sobre todo la vivencia y experiencia de conocimiento de sí mismas a partir del propio cuerpo que les posibilita la oportunidad para ir construyendo poco a poco una identificación y aceptación mediante el reconocimiento de características personales, y diferenciaciones respecto de otros/as que les rodean, además de aprendizajes relacionados con presencia y anclaje en el mundo que las rodea.

Superación de dificultades

Se puede apreciar que la superación de dificultades detectadas por la observación externa se presenta de modo variado. Por una parte, se constata una timidez inicial e

introversión en las alumnas que experimenta un desplazamiento posterior hacia una mayor apertura y participación, cuyo elemento clave resultó ser el desconocimiento acerca del teatro, y que una vez recibida la información requerida por las alumnas les abrió una nueva perspectiva que despierta su interés en participar.

Otro factor de dificultades está dado a nivel de temores, necesidad de contar con un ambiente de confianza que permita atreverse a explorar distintas experiencias desconocidas para ellas. Esto se vio a partir de la primera sesión con la experiencia de confección de mascarilla al rostro, en la fase intermedia con los trabajos a nivel de movimiento y expresión corporal que en un principio generan cierta resistencia pero que poco a poco va presentando un cambio, permitiendo así una superación de dicho obstáculo inicial.

A partir de las observaciones externas de la fase inicial, se puede constatar un cambio generalizado en las alumnas, que, ayudadas por las distintas experiencias ofrecidas en el Taller Pedagógico, logran vencer la timidez, logran mayor integración cuerpo-mente-espíritu, desarrollo de presencia física y emotiva en el escenario y vida cotidiana, cambios significativos a nivel de expresión de creatividad personal y colectiva.

Cada uno de estos cambios -como fruto de la experiencia del Taller en las alumnas- puede ser observado como algo importante y estrechamente ligado a un avance en el desarrollo de su autoestima y crecimiento personal.

Relación social saludable

A partir de este indicador socioafectivo, podemos constatar que los elementos predominantes que fueron alcanzando las alumnas y que pueden ser leídos como una relación social saludable se presentaron de modo diverso en cada una de las fases del Taller Pedagógico.

A partir de la fase inicial estos aspectos de relación social de las alumnas se presentaron bajo las características de sentimientos de acogida, cuidado y colaboración mutua durante el trabajo. Uno de los aspectos importantes que aportó a

este logro fue la palabra “ñañay” que contribuyó a crear un sentimiento de hermandad que se expresó en una acogida de unas a otras, gestos de cuidado y colaboración mutua en cada uno de los momentos de trabajo que implicó el Taller Pedagógico.

El segundo aspecto que fortaleció esta primera experiencia fue también la configuración a modo de círculo en las sesiones de evaluación, diálogo, toma de acuerdos y en la ejecución de los ejercicios corporales.

El círculo como forma de ubicar los cuerpos en el espacio, colocó a las participantes a un mismo nivel, incluyendo a la docente que se ubicaba por momentos dentro del grupo como una más.

Por otro lado, brinda la posibilidad de un contacto visual más directo, de escucharse con mayor confianza por cuanto el círculo refuerza el sentimiento de acogida, elementos todos que brindan un espacio de mayor fluidez y confianza.

La pasarela, aunque se trató de una experiencia opuesta a la del círculo y remarca más una experiencia de “un a solas en exposición ante las compañeras”, pudo, sin embargo, provocar en las alumnas espacios de conexión, complicidad, motivación y apoyo mutuo que fueron registrados por la observadora externa.

En la fase final los elementos de relación social saludable fueron descritos por la observadora como “experiencia reveladora y medio de fortalecimiento de su trabajo y como equipo”, fomentando valores tales como colaboración y creación individual y colectiva.

Cada una de estas experiencias presentes en el desarrollo del Taller pueden considerarse relaciones sociales sanas por cuanto permitieron a las alumnas un desarrollo individual, un relacionamiento con sus pares mediante las responsabilidades colectivas que asumieron y a la vez experimentar espacios de expresión libre de sus sentimientos, deseos, sueños, opiniones, manifestación de sus deseos o sus derechos de un modo adecuado, abierto y en respeto, lo que sin duda, trajo como consecuencia el desarrollo de capacidad o habilidad de mostrarse

abiertamente como se es, poder integrarse y participar, construir un círculo de amigos y llevar juntas un proyecto colocando lo mejor de sí y sabiéndose apoyada en sus limitantes de sus otras compañeras.

Valoración hacia otros/as

En la fase inicial la evaluación externa detecta -como parte de la experiencia de valoración hacia las compañeras- sentimientos de acogida, cuidado y colaboración mutua durante las actividades de confección de las mascarillas.

En la fase intermedia, la pasarela fue el espacio en donde se pudo observar en ellas conexión, complicidad y apoyo mutuo que fueron una clara demostración de la cohesión del grupo y contención que se dieron.

Por otra parte, relevantes de mencionar resultan los comentarios positivos que las alumnas se expresaron mutuamente durante el desarrollo de sus procesos creativos y que se caracterizaron principalmente por ausencia de juicio o crítica negativa, predominando entonces opiniones constructivas y de plena colaboración entre ellas.

Esto último pudo ser observado claramente en la fase final, justo en el momento de finalización de su presentación, al recibir los aplausos del público, momento en el cual, su reacción ante este reconocimiento fue la de un emotivo abrazo que expresó ese sentir de unidad y logro colectivo alcanzado.

Disposición de trabajo y ayuda hacia otros/as

En la fase inicial este indicador fue facilitado a través de la iniciativa de creación de reglas de comportamiento que contribuyeron a una mejor organización, un contexto de diálogo, confianza, apertura y disposición a trabajar. Esta iniciativa contó con el protagonismo de las alumnas en la creación de sus propias reglas de comportamiento, obligaciones y compromisos durante el Taller. Esta experiencia de contar con reglas claras, límites por ellas mismas colocados y compromisos claros de trabajo trajo entonces como resultado, disposición al trabajo, colaboración mutua, confianza y cuidado entre ellas.

En la fase intermedia el trabajo grupal a menudo realizado en espacios de círculo de trabajo permitió una mejor relación, trabajo colaborativo, y también un diálogo fluido que permitió expresar a cada una sus ideas, propuestas y observaciones.

En lo que respecta a la observación externa en la fase final, si bien se constata un cierto nerviosismo propio antes de la presentación final, también se pudo constatar que primó un sentido de responsabilidad que motivó el entusiasmo por llevar a cabo la realización de la presentación teatral que habían preparado a través de las distintas sesiones que contempló el Taller pedagógico del uso de la máscara teatral.

Autocontrol saludable

A nivel del indicador socioafectivo de autocontrol saludable, se corrobora que los elementos observados como distintivos en relación con disposición al trabajo y colaboración mutua en el indicador 7, fueron posibles de alcanzar gracias a la presencia de una experiencia de autocontrol saludable experimentado por las alumnas en el desarrollo del Taller. Estas frente a obstáculos como la timidez, la vergüenza, lo desconocido, la introversión, la inexperiencia, la exposición del cuerpo, logran sobreponerse, abriéndose a lo nuevo y así ir en un proceso de superación mediante un acompañamiento, clima de confianza, acogida mutua.

Fundamentos de responsabilidad

Aquí también puede ser observado que este indicador sobre fundamentos de responsabilidad, guarda estrecha relación con los elementos de superación de dificultades, clima de confianza, acogida, apertura, que ya hemos mencionado anteriormente.

Por otro lado, la creación de reglas por las alumnas mismas, reforzaron un mayor grado de responsabilidad por cuanto no se trató de obligaciones impuestas desde arriba, sino de un proceso que ellas mismas aceptaron para sí y del cual se puede observar que durante todas las etapas del proceso del Taller, se responsabilizaron y les permitió, por tanto, poder alcanzar las metas propuestas con éxito.

Proyección Personal

Lo que podemos observar aquí es que la progresiva apertura y despertar de confianzas, que les fue dando un mayor sentimiento de seguridad, permitió a las

alumnas alcanzar una diversidad de logros, el desarrollo de capacidades para ellas desconocidas, así como también un sentimiento positivo de descubrimiento de experiencias nuevas que les ha ayudado a mirarse y descubrirse nuevamente a sí mismas y también el poder proyectarse y que se vio reflejado en la observación externa en la manifestación de las alumnas de su deseo de continuar aprendiendo, interés por seguir aprendiendo y/o estudiando teatro, la valoración de ellas como personas creativas.

De manera especial, puede ser mencionado aquí en relación al indicador de la proyección personal, lo señalado por la observadora externa en la experiencia de trabajo de columna vertebral desarrollada en una de las sesiones del Taller en donde esta experiencia resulto significativa por cuanto habilitó a las alumnas para una relación más funcional, dinámica, activa consigo mismas y el entorno que las rodea. Una experiencia que sin duda y como se señala en la observación “resulta reveladora que trae beneficios en el desarrollo personal de las estudiantes”

Valores-Ética

Además del listado de valores y miradas éticas obtenidos como resultados cualitativos en la observación externa, puede uno ver reflejados elementos que ya estaban allí de modo pasivo en las alumnas, y que el Taller pudo a través de los distintos elementos que entregó, motivarlos, despertarlos, abrirlos a nuevas experiencias y con ello, hacerlos más que meras palabras, una vivencia.

Deja también de manifiesto que aunque la adolescencia resulta ser una edad complicada, marcada muchas veces por la oposición o la contrariedad a lo establecido, sin embargo, a pesar de esta limitante, un proceso bien llevado, de gran estímulo, basado en la confianza, la capacidad de escucha y el protagonismo de las propias alumnas que son consideradas no solo como una mera presencia física en el aula, sino también en las diversas riquezas que cada una posee, logran pues, despertar lo mejor de ellas, y esa fue la experiencia de este taller.

5.3.4. Análisis y discusión de la apreciación institucional

Representaciones, creencias, imágenes sobre si misma

Se aprecia a nivel institucional que hay una valoración de la experiencia del Taller pedagógico del uso de la máscara teatral, ya que se reconoce que brindó a las alumnas la posibilidad de trabajar y fortalecer sus capacidades a partir de lo corporal y el recurso de la imaginación.

Aceptación de sí misma

La observación institucional expresa que la aceptación de sí mismas en las alumnas se expresó a partir de manifestaciones en las que se podía apreciar que se las sentía más asertivas y empáticas, desenvueltas. La profesora del grado en cambio reconoce que esta aceptación de sí mismas por parte de las alumnas en la etapa adolescente no es una tarea fácil por cuanto les cuesta trabajo aprender a aceptarse, conocerse, y quererse.

Disposición a nuevos aprendizajes

Esta disposición es señalada por la institución en términos del logro de un grado notorio de creatividad, la propia valoración en términos de complacencia con su desempeño experimentado por las alumnas y el tránsito desde la desconfianza hacia un involucramiento en las actividades realizadas durante todo el Taller.

Superación de dificultades

Se constata un notorio cambio en las estudiantes que al inicio mostraban timidez con el uso de la máscara logran empoderarse con soltura y seguridad. También en la experiencia de alumnas que en un inicio mostraban pánico escénico, luego fueron adquiriendo mayor seguridad y el poder expresarse con mayor facilidad que en lo cotidiano.

Por otro lado, el salón se caracterizó por un alto grado de participación, pero siempre eran las mismas que participaban. Posteriormente, algunas que no participaban inicialmente comenzaron a hacerlo.

Relación social saludable

Aquí las alumnas son percibidas a partir de la experiencia del Taller como más asertivas y empáticas, con un despliegue mayor de inteligencia emocional y provocadora de un ambiente amigable dentro del colegio. La profesora de grado, constata el progreso experimentado por una alumna que en un principio ocultaba su rostro con el cabello y que a partir de la experiencia y las herramientas entregadas por el Taller a ésta se le vio más participativa.

Asertivas y empáticas.

Valoración hacia otros/as

Se reconoce desde la institución que el Taller ayudo a fortalecer en las alumnas una valoración de sus compañeras a partir de la construcción de relaciones interpersonales tales como la amistad, respeto y empatía entre ellas.

Disposición de trabajo y ayuda hacia otros/as

Desde la institución se recalca de modo especial la disposición de las alumnas al trabajo colaborativo dentro de un ambiente amigable y el cómo las diferentes actividades realizadas en el taller permitieron la interacción entre estudiantes.

Autocontrol saludable

A nivel de este indicador, solo se hace mención que las tímidas pudieron vencer sus miedos y actuó con mucha naturalidad.

Fundamentos de responsabilidad

Se reconoce como expresión de responsabilidad observado el trabajo colaborativo desarrollado por las alumnas.

Proyección Personal

Hay un reconocimiento por parte de la institución de que la propuesta pedagógica del Taller pedagógico del uso de la máscara teatral, contribuyó al desarrolló de muchas capacidades en las estudiantes y por ello es recomendable realizar estas experiencias con alumnas de 3º. Y 4º grado para ayudarlas a que fortalezcan su imagen personal y mejoren su autoestima.

Valores-Ética

Se destaca los valores estimulados y reafirmados a través del Taller en las alumnas y que están relacionados a la amistad, respeto, empatía, interacción, participación, imagen personal y mejora de la autoestima.

Las apreciaciones recogidas son en general breves y solo pudieron recogerse a nivel de la dirección de la institución y de la profesora de grado, por cuanto fueron las personas directamente involucradas en el proceso del Taller. Aunque con límites, al menos pudimos contar con una opinión y apreciación que contribuye a estimar aspectos valorativos o de impacto en las alumnas y la institución misma.

En general se puede apreciar que hay coincidencia a nivel de ciertas apreciaciones recogidas en los otros instrumentos de observación y evaluación presentados en esta tesis. Estas se presentan principalmente a nivel del valor mismo e impacto que el Taller pedagógico del uso de la máscara teatral ha tenido en las alumnas, también a nivel de los logros alcanzados por estas, el desarrollo de nuevas capacidades que fueron un descubrimiento para ellas mismas, el sentido de responsabilidad y el entusiasmo que provocó la experiencia, los cambios que a nivel de personalidad se pudieron observar, los vínculos de cooperación, funcionamiento como equipo, reconocimiento de las unas por las otras y los valores que fueron estimulados y reafirmados a través del Taller.

Destaca también la recomendación que la institución hace de poder realizar esta propuesta pedagógica con alumnas de otros grados a fin de brindarles una oportunidad para el fortalecimiento de su autoestima.

En base a los hallazgos obtenidos se ha podido apreciar que si existen diferencias en los niveles socio-afectivos en la autoestima de las estudiantes de 4to grado de secundaria, evidenciando que en la fase inicial en reconocimiento de sí mismas era menor como también el reconocimiento de su entorno, aspectos que fueron fortalecidos a través de cada una de las sesiones aplicando técnicas artísticas y educativas en el uso de las máscaras teatrales. Por lo cual se acepta la hipótesis alterna, confirmando que si existen diferencias en los niveles socio-afectivo en la autoestima al realizar evaluaciones de entrada y salida en los estudiantes de 4to grado de secundaria de una I.E. de Lima Metropolitana, evidenciando que existe una tendencia hacia el crecimiento en sus niveles de autoestima; del mismo modo se

acepta la hipótesis alterna que indica si los estudiantes de 4to grado de secundaria de una I.E. de Lima Metropolitana pueden reconocer los beneficios del uso de la máscara teatral como recurso didáctico para mejorar la autoestima; lo cual se ha demostrado en base a los hallazgos obtenidos desde la fase intermedia a la fase final, donde las estudiantes indicaron que el recurso de las máscaras teatrales les ha permitido reconocer la importancia de la autoestima a nivel personal y como es capaz de influenciar en su entorno, además de fomentar la confraternidad y trabajo en equipo.

Del mismo modo a través de los resultados cualitativos y cuantitativos se ha podido apreciar que si existen diferencias significativas al contrastar los registros de logros de la aplicación del uso de la máscara teatral como recurso didáctico para mejorar la autoestima en los estudiantes del 4to grado de secundaria de una I.E. de Lima Metropolitana, por lo cual se acepta la hipótesis alterna, evidenciando que a través de un recurso didáctico con metodología lúdica las estudiantes han sido capaces de profundizar en sus habilidades sociales, exploración en la manifestación y comprensión de sus emociones y las de sus compañeras, además de fomentar la empatía y creatividad.

De acuerdo a los datos obtenidos a través de la observación realizada en cada taller, se ha podido evidenciar que existe una relación directa entre el descubrimiento y desarrollo de habilidades sociales además de competencias personales como son el caso de libre expresión, creatividad, trabajo en equipo; de manera que a mayor uso de las máscaras teatrales en el aprendizaje pedagógico, mayor será el aprendizaje y consolidación de la creatividad, trabajo en equipo, búsqueda de soluciones, y asertividad que puedan manifestar las estudiantes en su desarrollo personal e interacción con sus compañeros y círculos sociales. Por lo cual se aceptan las hipótesis alternas que existe una asociación entre el desarrollo de la libre expresión, creatividad y trabajo en equipo con el uso de la máscara teatral como un recurso didáctico aplicado en el Taller pedagógico y existe una asociación entre el descubrimiento, desarrollo de capacidades y talentos con el uso de la máscara teatral como un recurso didáctico aplicado en el Taller pedagógico en los estudiantes del 4to grado de secundaria de una I.E. de Lima Metropolitana. Debido a los argumentos mencionados anteriormente.

Considerando los resultados de la hipótesis se considera responder el cumplimiento de los objetivos planteados.

Se ha logrado determinar la influencia del uso de la máscara teatral, como recurso didáctico en la mejora de la autoestima de estudiantes del 4^o de secundaria, evidenciando que existe una influencia positiva en las adolescentes, quienes perciben como un elemento creativo y recreativo, el cual les permite valorar y aprender continuamente sobre si mismas a través del recurso de las máscaras donde pueden ir aprendiendo a través de los personajes que realizan e ir explorando aspectos socio emocionales que les permitan conocer la importancia de la comunicación verbal y no verbal en sus diálogos y de qué manera pueden brindar y recibir de las personas con quienes interactúan.

A través de las evaluaciones y registro de observación minuciosa que se ha realizado se ha logrado conocer el diagnostico socio-afectivo del nivel de autoestima a través de los cuestionarios de entrada y salida, el cual demuestra que existe un nivel alto en la valoración de la autoestima, el cual ha sido fortalecido en las 03 fases del Taller pedagógico realizado, donde las estudiantes consolidaron la importancia de introspección y valoración de la comunicación asertiva y la aceptación de sí mismas para tener buenas relaciones interpersonales, además de brindar un aprendizaje interactivo de sus habilidades sociales orientados a buenos tratos personales y cuidados en el ámbito socio-afectivo.

En base a los resultados se obtuvieron como principales, poder identificar como importantes logros del Taller pedagógico del uso de la máscara teatral, que las alumnas reconozcan que el Taller ha permitido generar habilidades para su vida diaria e integrarlas como parte de su desarrollo personal, fomentar la seguridad en sí mismas, brindar capacidad de desenvolvimiento en grupos, toma de decisiones y creatividad.

Evaluar las fases del proceso del uso de la máscara teatral como recurso didáctico para mejorar la autoestima, a través de la observación externa de estudiantes del 4to de secundaria de una I.E. de Lima.

Los resultados han permitido identificar la apreciación de la directora de la Institución educativa, quien ha brindado una crítica constructiva, manifestando el valor en la formación educativa y personal de los estudiantes.

Considerando todo lo expuesto, se logró establecer una respuesta al problema de investigación ¿En qué medida el uso de la máscara teatral como recurso didáctico mejora la autoestima de estudiantes de 4to de secundaria de una I.E. en Lima? ; siendo un valor fundamental en la formación de las estudiantes, debido a que permite integrar diversos aprendizajes académicos y aprendizajes creativos, en donde se estimula habilidades de comunicación asertiva, reconocimiento de uno mismo, valoración de las personas, cooperación, empatía, capacidad de recibir y transmitir emociones; del mismo modo permite afrontar de manera recreativa el temor al público, mostrando mayor seguridad y creatividad para encontrar soluciones a determinadas situaciones.

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1. Conclusión general

El Taller Pedagógico propuesto en una Institución Educativa pública, influyó en la mejora de la autoestima de las participantes. Esto fue posible gracias a la capacitación en el uso de la máscara teatral como recurso didáctico, en la producción de una acción escénica.

Conclusiones específicas

1. El uso de la máscara teatral en esta experiencia, permitió que las participantes representen personajes que fueron utilizados en la obra final.
2. En un clima de libertad y respeto, el uso de la máscara facilitó la expresión libre de emociones y vivencias.
3. El uso de la máscara teatral influyó en la mejora de la expresión corporal y vocal de las participantes del Taller pedagógico.
4. Para el uso de la máscara teatral es necesario un tiempo de capacitación a fin de prestar el cuerpo y la voz a los personajes. Esta experiencia facilitó superar dificultades iniciales de introversión, pereza y vergüenza.
5. Un detalle especial fue el uso del término quechua “ñañay” (hermana), al trabajar en parejas y grupos afines, permitiendo descubrir y desarrollar sentimientos de acogida, cuidado, y colaboración mutua de una manera progresiva.
6. La modalidad del Taller Pedagógico, logró una experiencia participativa y de respeto a las diferencias de visión sobre las etapas del proceso. En la medida que las reglas de comportamiento fueron elaboradas por las mismas participantes, se generó tanto un clima de confianza como de responsabilidad en los compromisos adquiridos.
7. En el desarrollo del taller, fueron posibles consensos en el uso de espacios y experiencias de conexión, complicidad, motivación y apoyo mutuo.

8. Durante las improvisaciones y propuestas escénicas se facilitó el diálogo y el intercambio de opiniones, no desde la crítica sino desde la colaboración y la opinión constructiva.
9. Participar en este Taller fue una nueva experiencia pedagógica, que les permitió valorar el teatro y la riqueza cultural de las máscaras.
10. Se logró una mejor comunicación intergrupala y mayor confianza en sus capacidades, al descubrir y ampliar sus propias posibilidades corporales y vocales.
11. La capacitación en el uso de la máscara teatral, les ofreció una oportunidad de expresión personal a través de la creación de historias y personajes. Es así que pudieron expresar libremente sus ideas y pensamientos, que no lo podrían haber hecho sin la máscara.
12. Las participantes demostraron interés por continuar aprendiendo más acerca de las artes escénicas; esta fue una experiencia reveladora de sus capacidades, que traería beneficios en su desarrollo personal.
13. La implementación de este Taller demanda un trabajo en equipo. Fue de vital importancia tanto la participación de un Profesor de artes plásticas quién orientó la confección de la mascarilla y ayudó en toda la logística del taller; como de una Comunicadora y Educadora Somática con especialidad de Movimiento Auténtico y Esferokinesis, colaborando en el registro de anotaciones e imágenes, durante todo el proceso.
14. Muy importante y necesaria la colaboración de la directora de la Institución educativa como de la profesora de aula. Ambas acompañaron la organización y ejecución del Taller, observando el proceso y el resultado del mismo.

5.4. RECOMENDACIONES

1. Promover el desarrollo de Talleres Pedagógicos usando la máscara teatral como recurso didáctico, en Instituciones educativas. Se podría contribuir a la verificación del uso de este programa para lograr resultados en la mejora de la autoestima de niños y adolescentes de diversas edades, condición social y ubicación geográfica en el país.

2. La organización y formación de equipos docentes con profesores de arte demandaría el apoyo y acompañamiento de profesionales de psicología y otras ciencias de la conducta humana para observar y apoyar el proceso de refuerzo y desarrollo de la autoestima de los y las participantes.

3. A las instituciones educativas que residan en ciudades y pueblos donde celebren Fiestas patronales con danzas enmascaradas, se les recomienda usar dicho recurso para la creación de historias y procesos de reflexión crítica sobre la problemática cotidiana.

REFERENCIAS

- Acosta, R. y Hernández, J. (2004). La autoestima en la educación. *Límite*.11(1), 82-95.
- Alcántara, M. y Facundo, J. (2020) El uso de las redes sociales y su incidencia en la autoestima de los adolescentes. (*Tesis de Licenciatura*). Universidad Nacional de Córdoba, Córdoba. Recuperado en:
<http://hdl.handle.net/11086/18169>
- Ander-Egg, E. (1991). *El taller una alternativa de renovación pedagógica*. Editorial Magisterio del Río de la plata: Buenos aires.
- Arcas, A. (2010). Recursos escénicos del teatro clásico japonés NOh. *ActivArte*. 3, 1-13.
- Baraúna, T. y Motos, T. (2009). De Freire a Boal: Pedagogía del Oprimido- Teatro del Oprimido, Ciudad Real: Ñaque.
- Belart A. y Ferrer M. (2008) El ciclo de la vida – Una visión sistémica de la familia 3ra Edición. Publidisa: Sevilla. 47
- Boal, A. (2018) - Teatro del oprimido - La Habana Lugar Fondo Editorial Casa de las Américas
- Branden, N. (1995). Los seis pilares de la autoestima: Paidós: Barcelona.
- Bustos, I. (Coordinadora) (2012) La voz, la técnica y la expresión. Segunda edición revisada y ampliada. Paidotribo: Barcelona
- Calero, M. (2000) Autoestima y docencia – Para educar mejor en el Siglo XXI. *Editorial San Marcos*: Lima.
- Campos, A. y Córdova, M. (2018) Estrategias didácticas y autoestima en los estudiantes del cuarto grado de educación primaria de la I.E. N° 11538 - Pativilca - Pítipo –Ferreñafe-2017. (*Tesis de Maestría*). Universidad César Vallejo, Chiclayo. Recuperado en:
<https://hdl.handle.net/20.500.12692/31780>
- Cánepa, G. (1998) Máscara transformación e identidad en los andes. *Fondo editorial de la Pontificia Universidad Católica del Perú*: Lima.
- Cañal, F. y Cañal, C. (2001). *El mimo en la escuela*. Junta de Andalucía. Consejería de Educación y Ciencia. Recuperado en:
<http://redined.mecd.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/3285/00120082000203.pdf>

- Chávez, F. (2019) Asociación entre la percepción de clima escolar y la cantidad de horas de educación musical en estudiantes de primer ciclo básico de una escuela municipal de la Comuna de Huechuraba. (*Tesis de Licenciatura*). Universidad de Chile, Santiago de Chile. Recuperado en: <https://repositorio.uchile.cl/handle/2250/175960>
- Condori, R. (2018). La máscara del diablo como elemento simbólico en la obra bidimensional. (*Tesis de licenciatura*). Universidad Nacional de la Amazonia Peruana, San Martín. Recuperado en: <http://repositorio.unap.edu.pe/handle/UNAP/10484>
- Coopersmith, S. (1976). Estudio sobre la estimación propia. *Psicología Contemporánea. Selections Scientifics American*. Blume: Madrid.
- Corominas, J. y Pascual J. (1980) Diccionario Crítico Etimológico Castellano e Hispánico Madrid. 869.
- Cousin, C. (2020) Tras las máscaras: figurinas en resistencia. (*Tesis de Licenciatura*) Universidad de Chile, Santiago de Chile. Recuperado en: <https://repositorio.uchile.cl/handle/2250/178073>
- Díaz, J. (1996). Los recursos y materiales didácticos en Educación Física. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 43, 42-54. Recuperado en: <https://revista-apunts.com/wp-content/uploads/2021/01/Apunts-043-CAST.pdf>
- Fernández, A. (2019) Taller de drama creativo para mejorar la autoconfianza, en el desempeño de las actividades dentro del aula, de los estudiantes de 1° grado de educación secundaria de la I.E. “Kurt Lewin” del distrito de Los Olivos. (*Tesis de Licenciatura*). Escuela Nacional Superior de Arte Dramático, Lima. Recuperado en: <https://hdl.handle.net/20.500.13078/25>
- Galván, L. (2016). II Congreso de Arte y Educación de Alfabetización y Mediación en Artes como Estrategia Formativa. SINEACE: Lima.
- García, L. (2018) Aplicación del taller de danza creativa como actividad dramática para lograr la desinhibición en la expresión corporal en actividades escolares de los alumnos del sexto grado de educación primaria en la I.E N° 20955-2 “Naciones Unidas” de Santa Cruz de Cajamarquilla del distrito de Chaclla, Provincia de Huarochirí. (*Tesis de Licenciatura*). Escuela Nacional Superior de Arte Dramático, Lima. Recuperado en: <https://repositorio.ensad.edu.pe/handle/20.500.13078/7>
- Guía de Carnavales del mundo (S/N). Recuperado en:

<https://www.carnivaland.net/es/mascaras-origenes-historia/>

- Haeussler I. y Milicic N. (2017) Confiar en uno mismo – Programa de desarrollo de la Autoestima. Catalonia Ltda Santiago de Chile. 18 - 20
- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación* (6ta. ed.). McGraw-Hill Education: México.
- Hiyo, C. (2018). Propiedades psicométricas y estandarización del Inventario de Autoestima de Coopersmith en escolares de secundaria de Lima Sur: Chorrillos, Surco y Barranco. (*Tesis de Licenciatura*). Universidad Autónoma del Perú, Lima.
- Jiménez, A. (1996). *Máscaras peruanas*. Fundación Banco Continental para el fomento de la educación y la cultura. Lima, Perú.
- Lecoq, J. (1990). El juego de la máscara, Lima: La máscara en el teatro peruano. Museo de Arte Popular del Instituto Riva-Agüero-PUCP. Escuela de Teatro de la Universidad Católica del Perú
- Maslow, A. (1954) Motivación y personalidad, Editorial Harper y hermanos: U.S.A.
- Matoso, E (2001). El Cuerpo, Territorio de la Imagen. *Letra Viva*. 1ra.Edición
- Maya, A. (1996). El taller educativo. *Aula Abierta*
- Mejía, A., Pastrana J. & Mejía J. (2011). La autoestima, un factor fundamental para el desarrollo de la autonomía personal y profesional. Universidad de Barcelona
Sitio web: <https://www.cite2011.com/Comunicaciones/A+R/103.pdf>
- Ministerio de Educación del Perú. (2016). *Currículo Nacional de la Educación Básica*. Perú: MINEDU.
- Minedu - <http://www.minedu.gob.pe> › minedu › archivos
- Montoya, M. y Sol, C (2001) Autoestima – Estrategias para vivir mejor con técnicas de PNL y desarrollo humano. México, Editorial Pax, Librería Carlos Cesarman S.A.
- Open Edition Books - <https://books.openedition.org/ifea/3399?lang=es>
- Pavis, P. (1998) *Diccionario del Teatro* Traducción de la 3era edición francesa por Jaume Melendres. Paidós Ibérica: Barcelona.
- Porturas, F. (2018) Autoestima en estudiantes del quinto año de secundaria del colegio privado mixto “Inmaculado High School” en el distrito de Barranco. (*Trabajo de suficiencia profesional para Licenciatura*). Universidad Inca Garcilaso de la Vega, Lima.
<http://repositorio.uigv.edu.pe/handle/20.500.11818/2493>

- Ramírez, V. (1999) Maestros no me griten en público. *Revista Palabra de maestro*.28
- Rodríguez, M. y Vaca, N. (2019), Programa de teatro “me valoro” y su eficacia en la mejora de la autoestima de los estudiantes del cuarto grado de educación primaria de la institución educativa de acción conjunta “la caridad”, del distrito El Porvenir Trujillo. (*Tesis de Licenciatura*). Universidad César Vallejo, Trujillo. Recuperado en:
<https://hdl.handle.net/20.500.12692/33745>
- Rojas, I. (2020) La disponibilidad del cuerpo: del análisis de texto a la interpretación escénica mediante la máscara neutral. (*Tesis de Licenciatura*). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima. Recuperado en:
<http://hdl.handle.net/20.500.12404/16857>
- Roudinesco, E. y Plon M. (2008) Diccionario de Psicoanálisis, 2da edición revisada, traducción de Jorge Piatigorsky, Paidós: Buenos Aires.
- Rubio, M. (2001). *Notas sobre teatro*. University of Minnesota. U.S.A
- Rubio, M. (2011). Raíces y semillas Maestros y caminos del teatro en América Latina, *Grupo Cultural Yuyachkani*. 99, 217
- Torres, N. (2005). *Los procesos de identificación entre el actor y sus personajes*. Lima: Fondo Editorial PUCP.
- UNESCO – Hoja de ruta de la educación artística
http://www.unesco.org/new/fileadmin/MULTIMEDIA/HQ/CLT/CLT/pdf/Arts_Edu_RoadMap_es.pdf
- Vocabulario de la Lengua General de todo el Perú llamada Lengua Qquichua, o del Inca Fray Diego Gonzáles Holguín, Digitalizado por Runasimipi Qespisqa Software (2007) (<http://www.runasimipi.org>) para publicación en el internet,

ANEXOS

FICHA 1

NOMBRE Y APELLIDOS:

FECHA NACIMIENTO: **LUGAR NACIMIENTO:**

GRADO: **FECHA:**

CUESTIONARIO DE ENTRADA		SI	NO	NO SE
1	¿Pudiste identificar tus propios rasgos en la mascarilla?			
	¿Descubriste en tu mascarilla algún rasgo en particular de tu papá, mamá o abuelos?			
2	¿Mirar tu rostro en la mascarilla te hace sentir bien?			
	¿Encuentras que hay algo que no te gusta?			
3	¿Te agradó la experiencia de elaborar la mascarilla al rostro?			
	¿Te fueron fáciles y comprensibles las instrucciones dadas por la docente?			
4	¿Fue fácil aceptar participar en el reto de la mascarilla?			
	¿Hubo cosas difíciles para ti al confeccionar la mascarilla?			
5	¿Tuviste conflictos para trabajar en dupla?			
6	¿Te sentiste en sintonía con la compañera que elegiste?			
7	¿Participaste con disposición?			
8	¿Pudiste soportar el tener tu rostro o ver el rostro de tu compañera completamente cubierto durante tanto tiempo?			
	¿Te provocó temor el tiempo de espera para el secado de la máscara?			
9	¿Te pareció bien contar con reglas de comportamiento y relación?			
	¿Asumiste responsablemente las tareas asignadas en la sesión?			
10	¿Crees que lo que aprendiste en esta sesión te puede servir más adelante?			
11	¿Sientes que tu compañera (Ñañay) pudo confiar en ti durante toda la sesión?			

FICHA 2

NOMBRE Y APELLIDOS:

FECHA NACIMIENTO:

LUGAR NACIMIENTO:

GRADO:

FECHA:

CUESTIONARIO DE SALIDA					
	ASPECTOS SOCIOAFECTIVOS	PREGUNTAS	SI	NO	NO SE
1	Representaciones, creencias, imágenes sobre si misma	¿Pudiste identificar alguna emoción en particular al usar una máscara?			
		¿Me identifique con personajes que representaron mis compañeras?			
2	Aceptación de sí misma	¿La máscara que elegí dice mucho de mí?			
		¿Hay aspectos de tu personaje que te cuesta aceptar como tuyos?			
3	Disposición a nuevos aprendizajes	¿Fue interesante para ti aprender sobre la máscara?			
		¿Aprendiste a sentir tu cuerpo y usar tu voz en los ejercicios realizados?			
4	Superación de las dificultades personales/ sociales/ escolares	¿Sentiste confianza al realizar los ejercicios?			
		¿Los ejercicios vocales te ayudaron a perder el miedo para hablar y expresarte en público?			
5	Relación social saludable	¿Tienes menos miedo de hablar y expresar lo que sientes en el colegio?			
6	Valoración hacia otros/as	¿Crees que la escena que montaron estuvo buena y con mucho talento de las compañeras?			
		¿El apoyo constante de las compañeras que no actuaron fue importante?			
7	Disposición de trabajo y ayuda hacia otros/as	¿Fue más fácil crear la obra teatral con la ayuda de tus compañeras de aula?			
8	Autocontrol saludable	¿Pudiste superar la vergüenza de presentar tu personaje ante tus compañeras y profesoras?			
9	Fundamentos de responsabilidad	¿Podrías decir que este taller te ayudo a comprender la importancia de cumplir con los compromisos adquiridos?			
10	Proyección Personal	¿Aprender el uso de la máscara te ha ayudado a descubrir cosas nuevas que puedes hacer?			
11	Valores- Ética	¿Sientes que el compañerismo y la confianza fueron importantes durante toda la experiencia del Taller?			

TALLER PEDAGÓGICO DEL USO DE LA MÁSCARA TEATRAL

DEFINICIÓN

La máscara es un objeto que se utiliza en el teatro como un importante recurso para desarrollar competencias, capacidades y valores.

Entraremos en el mundo mágico y secreto de la máscara para descubrir el cuerpo que uno tiene dormido adentro, fortaleciendo a través de su uso, la memoria personal y la memoria social, pasando por un entrenamiento corporal y vocal hacia la búsqueda de nuevos cuerpos inspirados en la herencia cultural de nuestros ancestros, puestos en diversas situaciones sociales.

OBJETIVOS

El objetivo principal del taller es ayudar a mejorar la autoestima de las alumnas de 4to de secundaria, ya que por problemas sociales y de su misma edad, necesitan fortalecer su estima personal y seguridad, siendo estas claves para su desarrollo personal, social y de su futuro profesional.

La máscara es un medio que permitirá a las alumnas a desinhibirse, y adquirir seguridad corporal y vocal que les ayudará a comportarse de una nueva manera.

Objetivos específicos

- Conocer y aprender a usar la máscara
- Aprender a utilizar un entrenamiento corporal adecuado hacia lo que la máscara requiere.
- Aprender ejercicios vocales para el uso de la media máscara parlante.
- Permitir que el cuerpo se exprese y aprenda a conocer otras fisicalizaciones; la máscara tiene un solo gesto, el cuerpo y la voz serán los que creen en el espectador las nuevas gestualidades.
- Crear personajes utilizando el entrenamiento corporal y vocal aprendido

METODOLOGIA

La metodología del taller fue interactiva.

En las diversas sesiones se les compartió información sobre la máscara, así como el uso de la misma a partir de un entrenamiento corporal y vocal adecuado a cada tipo de máscara. Finalmente, las alumnas aplicaron los conocimientos impartidos en las clases para crear una historia grupal con los personajes logrados y realizar una presentación final.

ESTRUCTURA DE ACTIVIDADES

El Taller se realizó en 6 sesiones de 2 horas pedagógicas cada una, acorde a los siguientes pasos:

- a) Confección de Mascarilla al Rostro
- b) Entrenamiento corporal y vocal
- c) Creación de personajes a partir de una máscara elegida por las estudiantes
- d) Entrenamiento frente al espejo para el desarrollo de los rasgos fundamentales del personaje a partir del uso creativo de la voz, emociones, gestos corporales, etc.
- e) Trabajo de interacción de los diferentes personajes creados por las estudiantes a través del recurso de la improvisación
- f) Creación de escenas cortas de 4-5 personajes
- g) Creación y desarrollo de una escena teatral grupal
- h) Ensayo y presentación pública de la escena teatral.

La escena teatral final presentada dio cuenta de modo sintético del producto de la creación de las alumnas, las experiencias de aprendizaje y lo realizado durante el Taller pedagógico. A esta muestra asistieron la directora, las alumnas de 3 salones de los 2dos grados de Secundaria y sus respectivas maestras.

MÓDULOS O SESIONES

SESIÓN 1: “CONFECCIONO MI MASCARILLA Y ME RECONOZCO”				
OBJETIVO	CONTENIDO/TEMA	DIDÁCTICA	RECURSOS	TIEMPO
Auto reconocimiento Identificación de sus fortalezas y debilidades Reconocimiento de su ancestro familiar Aplicación del Cuestionario de entrada	Confecciona la mascarilla al rostro como estrategia para identificar fortalezas, seguridad y estima personal.	Preparación y confección de la mascarilla al rostro de la pareja	5 paquetes de 10 yardas de venda enyesada (marca gypsona), 18 mandiles de plástico, 18 vinchas, 9 tijeras, 9 vasijas de plásticos, agua, 3 rollos de papel toalla, 1 pote grande de vaselina. 1 ipad para reproducir música. Cuestionario Diagnóstico.	90 minutos
EVALUACIÓN				
Aprendieron a confeccionar sus mascarillas en duplas y conversamos sobre la misma. Llenando luego un cuestionario con preguntas abiertas pudieron expresar sus emociones y sentimientos y se recibió los elementos necesarios para la elaboración del cuestionario de entrada.				
SESIÓN 2: “EXPERIMENTO CON LA MÁSCARA ENTERA”				
OBJETIVO	CONTENIDO/TEMA	DIDÁCTICA	RECURSOS	TIEMPO
Aprendizaje del entrenamiento corporal para el uso de la máscara entera	La máscara entera, máscara sin voz.	Observación de un personaje con máscara entera. Entrenamiento de columna, articulaciones, triángulo imaginario (cabeza, hombros y brazos).	<ul style="list-style-type: none"> • 10 máscaras enteras • 18 pasamontañas • Equipo de sonido 	90 minutos
EVALUACIÓN				
Observaron la demostración sobre el uso de una máscara entera realizada por la profesora Correa. Luego realizaron un entrenamiento corporal reconociendo la necesidad de preparar su cuerpo para un nuevo reto desconocido para ellas, potenciando su lenguaje corporal con pocos movimientos y precisos para usar una máscara que no habla.				

SESIÓN 3: “CONOCIENDO LA MEDIA MÁSCARA”

OBJETIVO	CONTENIDO/TEMA	DIDÁCTICA	RECURSOS	TIEMPO
Fortalecer el aprendizaje del entrenamiento corporal y aprender el entrenamiento vocal para el uso de este nuevo estilo de máscara	La media máscara parlante	Observación de un personaje con media máscara. Repaso del entrenamiento corporal aprendido. Aprendizaje y práctica del entrenamiento vocal desde la respiración, ejercicios vocales, dicción, resonadores, ejercicios onomatopéyicos, juegos con voces de animales y ejercicios verbales.	<ul style="list-style-type: none">• 10 medias y 10 cuarto de máscaras• 18 pasamontañas, pañuelos, sombreros• 4 espejos de cuerpo entero• Equipo de sonido	90 minutos

EVALUACIÓN

Observaron con atención la presentación de un personaje de media máscara realizado por la profesora Correa, a fin de prepararlas para el uso de las medias y cuartos de máscaras parlantes. Recordaron el entrenamiento corporal y aprendieron el entrenamiento vocal, entrando a jugar con sus voces como un nuevo reto.

SESIÓN 4: “CREACIÓN Y PRESENTACIÓN DE UN PERSONAJE”

OBJETIVO	CONTENIDO/TEMA	DIDÁCTICA	RECURSOS	TIEMPO
Elección personal de una máscara y vestirla con la ayuda de su compañera Preparación y presentación personal del personaje creado	Elección y uso de las diversas máscaras: entera, media y cuarto de máscara.	Elegir la máscara de su preferencia y vestirla con ayuda de su ñañay, ensayar el personaje y presentarlo	10 máscaras enteras, 10 medias y 10 cuarto de máscaras. 18 pasamontañas, Vestuarios: Mujeres: vestidos, faldas, blusas, mantones, zapatos de taco) Varones (sacos, pantalones, camisas, zapatos) 10 pañuelos, Sombreros variados, bastones, paraguas. 2 colgadores de ropa 4 espejos de cuerpo entero. IPad para la música 1 parlante pequeño con micrófono	90 minutos

EVALUACIÓN:

Las alumnas a voluntad eligieron una máscara (entera, media o cuarto de máscara) con vestuario y objetos completo y la presentaron. Otras solo fueron espectadoras de sus compañeras

SESIÓN 5: "CREACIÓN GRUPAL DE UNA ESCENA TEATRAL"				
OBJETIVO	CONTENIDO/TEMA	DIDÁCTICA	RECURSOS	TIEMPO
Interacción con sus pares a partir del personaje creado personalmente	Creación y primera presentación de una escena colectiva con el personaje elegido	<p>Conformación de dos grupos por afinidad con los personajes que cada uno crea.</p> <p>Cada grupo crea una escena teatral con pautas: inicio, conflicto, resolución y final sorpresivo.</p>	<p>10 máscaras enteras, 10 medias y 10 cuarto de máscaras.</p> <p>18 pasamontañas,</p> <p>Vestuarios:</p> <p>Mujeres: vestidos, faldas, blusas, mantones, zapatos de taco)</p> <p>Varones (sacos, pantalones, camisas, zapatos)</p> <p>10 pañuelos,</p> <p>Sombreros variados,</p> <p>bastones, paraguas.</p> <p>2 colgadores de ropa</p> <p>4 espejos de cuerpo entero.</p> <p>Ipad para la música</p> <p>1 parlante pequeño con micrófono</p>	90 minutos
EVALUACIÓN				
Las alumnas mediante un trabajo en equipo se pusieron de acuerdo para crear sus escenas, coordinaron los ensayos con mucho entusiasmo y concretaron su presentación.				

SESIÓN 6: "ENSAYO Y PRESENTACIÓN PÚBLICA"

OBJETIVO	CONTENIDO/TEMA	DIDÁCTICA	RECURSOS
<ul style="list-style-type: none">• Crear una sola escena con todas las participantes• Presentación pública como cierre de la práctica del taller	Ensayo y presentación pública de la escena seleccionada	<ul style="list-style-type: none">• Preparación de cada personaje• Ensayo de la escena seleccionada• Ponerse de acuerdo para la presentación pública• Presentación	<ul style="list-style-type: none">• 10 máscaras enteras, 10 medias y 10 cuarto de máscaras.• 18 pasamontañas• Vestuarios: Mujeres: vestidos, faldas, blusas, mantones, zapatos de taco) Varones (sacos, pantalones, camisas, zapatos)• 10 pañuelos, Sombreros variados, bastones, paraguas.• 2 colgadores de ropa• 4 espejos de cuerpo entero. iPad para la música• 1 parlante pequeño con micrófono• Telón de fondo y sillas

EVALUACIÓN:

Las alumnas preparadas con sus personajes, presentaron una pequeña acción teatral resultado de su trabajo creativo, frente a alumnas y profesoras de otros grados. Caracterizó a las alumnas en dicha presentación su precisión, soltura y pérdida de vergüenza frente al público.

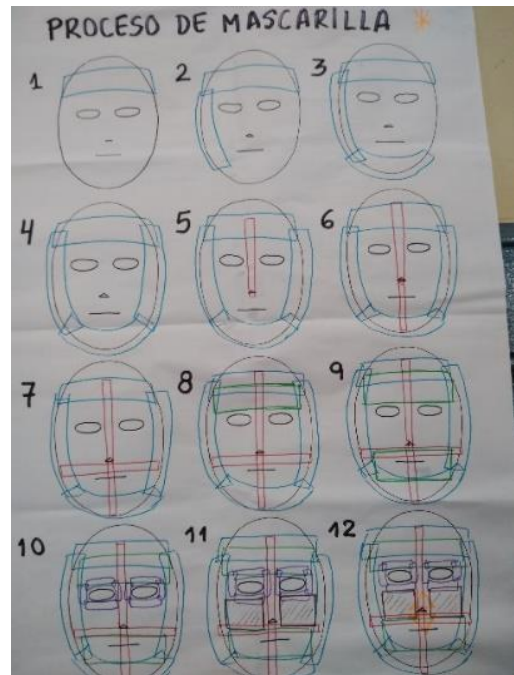
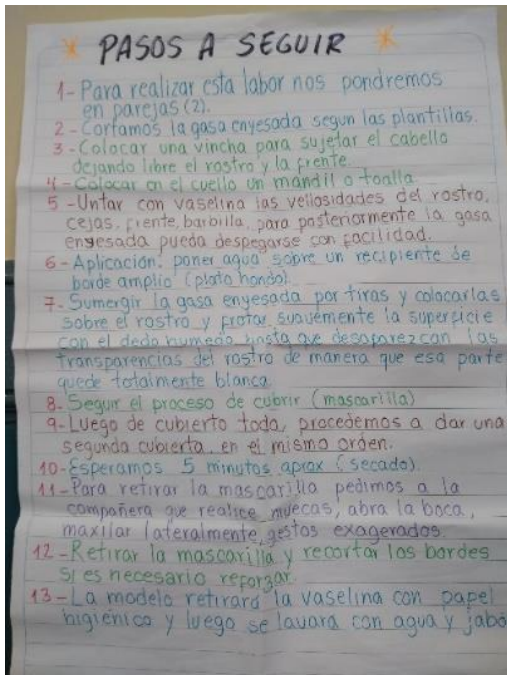
DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES REALIZADAS EN LAS DIVERSAS SESIONES

CONFECCIÓN DE UNA MASCARILLA SOBRE EL ROSTRO

Pasos para la confección:

- Preparación de la venda enyesada para la elaboración de la mascarilla personal.
- Cortar la venda enyesada en: 8 tiras rectangulares largas y medianas, tomando como referencia la longitud del rostro comprendido entre el inicio de la frente lateral hacia abajo hasta el centro de la barbilla. Cortar: 4 cuadrados para cubrir los pómulos, 4 cuadrados pequeños para cubrir los ojos, dos tiras delgaditas en forma de rectángulo para cubrir el medio de la nariz.
- Colocarse una bincha sobre la cabeza para sujetar el cabello, dejando libres el rostro y la frente. Ponerse un mandil o toalla para cubrir el pecho y el cuello.
- Untar con vaselina las vellosidades del rostro: cejas, frente, barbilla y esparcir ligeramente sobre todo el rostro, tomando en cuenta que si el cutis es seco untar en mayor cantidad.
- Remojar y escurrir la venda enyesada para ir aplicando poco a poco dando la forma del rostro hasta cubrirlo totalmente.
- Dejarlo secar unos 5 minutos y luego desprenderlo del rostro con cuidado agarrándolo de los bordes hasta que salga todo.
- Recortar los bordes para que queden parejos.
- Finalmente pintarla o decorarla de acuerdo al paisaje interior.

FASES DE LA CONFECCIÓN DE UNA MASCARILLA AL ROSTRO





ENTRENAMIENTO CORPORAL

Calentamiento individual. Secuencia de estiramientos de brazos y piernas, además de un calentamiento minucioso de las diferentes articulaciones: tobillos, rodillas, cadera, cintura, tronco, brazos, antebrazos, muñecas, cuello, cabeza.

Traslados. Primero en forma de caminata y luego corriendo tomando diferentes direcciones en el espacio (adelante, atrás, costados, diagonales, etc.), usando diferentes niveles (al centro, arriba, abajo, etc.), y variando las velocidades (tiempo personal, lento, rápido, al ritmo de una percusión).

Detención. La pausa. Impulso y contra impulso. En plena realización de los traslados hacer pausas (de tiempo rápido) y detenciones (mayor tiempo que la pausa) conteniendo la energía del cuerpo. Realizando movimientos con un impulso del cuerpo, comenzando con caminatas y sintiendo como el pie empuja el suelo y atendiendo a la presión que ejerzamos nos despegaremos más o menos rápido, después buscando impulsarnos con distintas partes de nuestro cuerpo.

Equilibrio-desequilibrio, oposición. Colocaremos el cuerpo en posición de equilibrio, balanceándolo hacia diferentes direcciones, con las dos piernas en el suelo y luego turnando el peso en cada pierna. Moviendo cada pierna hacia diferentes direcciones manteniendo el equilibrio sin caerse.

Trabajo de centro de fuerza. Saltos, caídas. Tomar conciencia que el centro de fuerza se encuentra a la altura del ombligo. Dar saltos con las dos piernas estiradas, con las piernas dobladas, separando las piernas, intercalando las piernas.

Peso, volumen. Mover nuestro cuerpo con la imagen mental de pesar mucho, un cuerpo duro y pesado, pasar a la imagen mental de un cuerpo ligero como una pluma. Ocupar el espacio con movimientos amplios, extrovertidos, ocupar el espacio tomando el menor espacio posible.

Trabajo de flotación, ejercicios de suavidad. Trabajar con la imagen del globo, como si el cuerpo estuviera flotando en el espacio, avanzando, girando, rodando, moviéndose con suavidad por el espacio.

Desplazamientos en el espacio con pasos cortos, sigilosos, suaves.

Columna vertebral. Articulaciones. Segmentación del cuerpo.

Realizar ejercicios que muevan la columna vertebral, moviéndola en forma de S y en forma de C, también hacia los costados. Haciendo movimientos serpenteantes. Mover las diversas articulaciones del cuerpo, haciéndolas rotar para un lado y para otro. Mover parte por parte del cuerpo como si fueran segmentos.

Recordar y fisicalizar la columna vertebral de seres humanos de diversas edades, jugar imitando el movimiento de personas como: bebés que están aprendiendo a caminar, niños(as) de 5 años, adolescentes, jóvenes de 25 años, adultos mayores de 60 años, ancianos de 90 años, de acuerdo a la edad la columna puede ser muy movable, o encorvada. Recordar y fisicalizar d la columna vertebral de diversos animales, jugar imitando el movimiento del animal, por ejemplo: simios, aves de corral, felinos, osos.

Trabajo con modelos corporales. Entrenar el cuerpo eligiendo modelos corporales que podamos imitar, tanto la ubicación de la columna, como el movimiento corporal. Refiriéndonos a modelos del cuerpo de otras personas de diversas edades.

Triángulo imaginario. Cabeza y cuello: adelante, atrás, costados, giros. Hombros: arriba, abajo, círculos, adentro, afuera. Brazos, manos. Ojos: abiertos, cerrados, mirando a un lado, al otro lado, en forma circular.

ENTRENAMIENTO CORPORAL



CREACIÓN DE UN PERSONAJE CON MÁSCARA ENTERA

Aplicación del entrenamiento corporal y vocal hacia lo que la máscara necesita:

Cada máscara nos pide un entrenamiento de acuerdo a su tamaño. La máscara entera no habla, emite sonidos, onomatopeyas y melodías.

Elegir una máscara y observarla. Se le toma por los bordes, se le observa por todos sus ángulos, intentando entender que comunica ese rostro que tenemos entre las manos.

Nos hacemos preguntas: ¿quién es?, ¿cómo es?, ¿qué hace?, ¿qué quiere? ¿de dónde viene? Escuchar a la máscara, respondiendo las preguntas ayuda a imaginar cómo será el personaje.Cuál es su historia de vida.

Intercambio con la máscara. Presto mi cuerpo para que ella encuentre el suyo propio. Es decir, al colocarse la máscara se debe usar un cuerpo diferente al propio, a su forma cotidiana de trasladarse, comenzando por el movimiento de la columna vertebral que me indica la edad, el peso, el movimiento del personaje. Dejar nacer un nuevo ser.

Colocarse la máscara frente al espejo. Parte del entrenamiento es trabajar con un espejo para que me ayude a encontrar movimientos nuevos, no cotidianos. Trabajo minucioso de movimientos lentos con la máscara puesta frente al espejo. Se trabaja con paciencia y tranquilidad con la ayuda del espejo. Movimiento de columna y hombros frente al espejo.

Movimiento de cabeza y cuello. Buscar detalles sobre todo en esta parte del cuerpo. Dependiendo si se ven los ojos, si se ve la quijada y boca de la persona.

Movimiento de brazos y manos, elaborando diseños corporales para la composición del personaje. Movimientos extrovertidos, movimientos introvertidos. Circulares, rectos, expresivos, contenidos, etc.

Caminar por el espacio y probar diversas formas de caminar, de colocar los pies sobre la tierra, buscando su ritmo. El ritmo del personaje puede salir del ritmo del animal que nos ha servido para crearlo.

Encontrar los movimientos cotidianos con la máscara que tenemos en el rostro: caminar, correr, detenerse, sentarse, moverse en el espacio.

ENTRENAMIENTO Y CREACIÓN DE PERSONAJES CON MÁSCARA ENTERA







ENTRENAMIENTO VOCAL

Respiraciones:

Reconocimiento de los tres niveles de respiración. Iniciamos reconociendo el nivel alto (pulmones), medio (intercostal) y bajo (vientre).

Respirar por la nariz y exhalar el aire suavemente por la boca.

Exhalar el aire como si fuera un hilo delgadito, juntando los labios.

Sacudir los hombros con los labios entreabiertos soltando el aire.

Sacudir el cuerpo exhalando el aire con sonido, pronunciando la letra A.

Vibraciones. Relajación de los labios. Exhalar el aire haciendo vibrar los labios.

Secuencia de respiración por cada fosa nasal. Tapando uno de los orificios de la nariz, respiramos por el otro, relajado, sin cerrarlo. Luego reteniendo el aire, destapamos el orificio, tapamos el otro y exhalamos el aire, así sucesivamente.

Respiración profunda. Respiración segmentada. Respiración del fuego. Tres formas de respiración. Respirar profundamente llenando todo el tronco, exhalar el aire con tranquilidad. Respirar en tres tiempos, exhalar en tres tiempos. Respirar seguido como respiran los perritos.

Respiración diafragmática o intercostal para “apoyar” nuestra voz y hacerla más poderosa y segura. Ejercicios de respiración inflando el estómago y luego desinflándolo.

Ejercicios con los labios: La moto. El Zancudo. La Abeja. Pedos.

Realizar ejercicios de respiración imitando diversos sonidos.

Reconocimiento y ubicación de los resonadores en diversas partes del cuerpo (pecho, espalda, cabeza, rostro) con diversos ejercicios vocales y palabras cortas: Taca, Oax, dai, techo, rey, niu, etc.

Vocalizaciones:

- **Ejercicios vocales:**

A partir de las vocales en un orden diferente al conocido: i e a o u pronunciamos diversos ejercicios:

Bikidifiji, bekedefeje, bakadafaja, bokodofojo, bukudufuju.

Miniñipirri, meneñeperre, manañaparra, monoñoporro, munuñupurru

Tizivirizi, tezevereze, tazavaraza, tozovorozo, tuzuvuruzu

- **Trabalenguas:**

Por ejemplo: *“El rey de Constantinopla, es un gran constantinopolizador, aquel que lo desconstantinopolizare un gran desconstantinopolizador será.”*

- **Verbos activos con la Voz** - Usar un texto corto poniéndonos como objetivo diversas acciones con la voz: acariciar, golpear, empujar, arrullar, exigir, secretear.

- **Voz del animal.** Jugamos con el sonido de diversos animales para descubrir nuevas posibilidades de voces. Por ejemplo: maullidos, ladridos, cacareos, mugidos, rugidos, etc.

Trasladar el sonido - voz del animal a la voz humana.

Decir frases cortas entendibles con el sonido - voz del animal.

- **Jugar con la voz** emitiendo melodías inventadas.

CREACIÓN DE PERSONAJES ENMASCARADOS CON MEDIA Y CUARTO DE MÁSCARA

Son personajes que pueden hablar usando el cuerpo y la voz de una manera diferente a la cotidiana, deben diferenciar su voz de acuerdo al personaje creado, usando de base la voz del animal que le sirve para la creación de sus personajes.

CREACIÓN DE PERSONAJES CON MEDIA MÁSCARA





CREACIÓN DE ESCENAS CON PERSONAJES ENMASCARADOS

Presentación individual. Habiendo creado un personaje con todas las herramientas y técnicas de entrenamiento para el uso de la máscara se hace una presentación personal.

Presentación grupal del personaje

Luego de presentar todos los personajes individuales, las participantes realizan un juego de relaciones en parejas por afinidad y luego divididas en dos grupos.

Improvisación grupal

Cuando ya han tomado confianza con sus personajes y en interacción con los demás. Cada grupo plantea un tema de improvisación, con pautas claras. La escena debe tener un inicio, un conflicto y un desenlace sorpresivo.

Creación de escenas de corto tiempo

Habiendo presentado las improvisaciones grupales, se hace una fusión de ambos grupos creando un solo tema con 10 personajes.

IMPROVISACIÓN Y CREACIÓN DE ESCENAS





ENSAYO PARA LA PRESENTACIÓN PÚBLICA





PRESENTACIÓN PÚBLICA



