

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATOLICA DEL ECUADOR
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
CARRERA: CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN, MUSICA LENGUAJE Y
MOVIMIENTO

**Propuesta metodológica para fortalecer la inteligencia emocional de
estudiantes universitarios mediante la práctica de técnicas de clown como
proyecto de vinculación a la comunidad**

Jaime Andrés Boada Martínez

Director: Msc. Carlos Corrales Gaitero

Quito, 2018

PARA GRADOS ACADÉMICOS DE LICENCIADOS (TERCER NIVEL)

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR

DECLARACIÓN y AUTORIZACIÓN

Yo, **JAIME ANDRÉS BOADA MARTÍNEZ, C.I. 1718581711**, autor del trabajo de graduación titulado: **“PROPUESTA METODOLÓGICA PARA FORTALECER LA INTELIGENCIA EMOCIONAL DE ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS MEDIANTE LA PRÁCTICA DE TÉCNICAS DE CLOWN COMO PROYECTO DE VINCULACIÓN A LA COMUNIDAD”**, previa a la obtención del grado académico de **LICENCIADO EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN MENCIÓN MÚSICA, LENGUAJE Y MOVIMIENTO**

- 1.- Declaro tener pleno conocimiento de la obligación que tiene la Pontificia Universidad Católica del Ecuador, de conformidad con el artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, de entregar a la SENESCYT en formato digital una copia del referido trabajo de graduación para que sea integrado al Sistema Nacional de Información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública respetando los derechos de autor.
- 2.- Autorizo a la Pontificia Universidad Católica del Ecuador a difundir a través de sitio web de la Biblioteca de la PUCE el referido trabajo de graduación, respetando las políticas de propiedad intelectual de Universidad.

Quito, 23 de abril del 2018



JAIME ANDRÉS BOADA MARTÍNEZ,

C.C. 1718581711

INSTRUCCIÓN SUPERIOR
 PROFESIÓN / OCUPACIÓN EMPLEADO PRIVADO
 V444314222

APellidos y Nombres del Padre
BOADA JOSE RAMIRO

APellidos y Nombres de la Madre
MARTINEZ MARIA MAGDALENA

Lugar y Fecha de Expedición
QUITO 2016-02-03

Fecha de Expiración
2026-02-03

ICM 15 41 383 15

061025276

DIRECTOR GENERAL
 PRIVA DEL CECOLAJE

REPÚBLICA DEL ECUADOR
 DIRECCIÓN GENERAL DE REGISTRO CIVIL
 IDENTIFICACIÓN Y CEDULACIÓN

Nº. 171858171-1

CÉDULA DE CIUDADANÍA

APellidos y Nombres
BOADA MARTINEZ JAIME ANDRES

Lugar de Nacimiento
PICHINCHA QUITO SANTA PRISCA

Fecha de Nacimiento **1982-09-29**

Nacionalidad **ECUATORIANA**

Sexo **M**

Estado Civil **SOLTERO**

CNE CONSEJO NACIONAL ELECTORAL

REFERÉNDUM Y CONSULTA POPULAR 2018

CIUDADANA (O)

ESTE DOCUMENTO ACREDITA QUE USTED SUFRAGÓ EN EL REFERÉNDUM Y CONSULTA POPULAR 2018

ESTE CERTIFICADO SIRVE PARA TODOS LOS TRÁMITES PÚBLICOS Y PRIVADOS

F. PRESIDENTA/E DE LA JRV

IMP. 101M. MJ

REPÚBLICA DEL ECUADOR

CNE CONSEJO NACIONAL ELECTORAL

CERTIFICADO DE VOTACIÓN
 4 DE FEBRERO 2018

001 JUNTA Nº.

001 - 385 NÚMERO

1718581711 CÉDULA

BOADA MARTINEZ JAIME ANDRES
 APellidos y Nombres

PICHINCHA PROVINCIA

QUITO CANTÓN

LA CONCEPCIÓN PARROQUIA

CIRCUNSCRIPCIÓN:
 ZONA: 2

DEDICATORIA

A mi madre,
por alentarme a hacer solo lo que me hace feliz.

A mi familia por no dejarme solo.

Y a todos aquellos que a través de los años
confiaron su vida a la investigación de sí mismos

mediante el estudio de la nariz roja,
gracias por asistir al training y permitir que me

adueñe del oficio.

J.

AGRADECIMIENTOS

Agradecimientos especiales a mis padres Magdalena Martínez y Ramiro Boada, a quienes nunca podré pagarles el milagro de la vida.

A mi abuela Dolores Mina, quien con su ternura, amor e inmensa fe me mostró el camino profundo de la vida, buscando la salvación eterna deseando la paz en el mundo.

A mi hermano y sus hijos por haber traído la esperanza al hogar mediante la vida de Emily y Elías.

A mis profesores, los cuales con paciencia guiaron un camino de búsqueda rebelde e insaciable, lleno de frustraciones y anhelos de cambiarlo todo, a veces sin entender por qué.

A mi director de tesis Carlos Corrales por haber confiado en la propuesta y apoyarme en darle enfoques educativos.

A la fundación CRISFE por desarrollarme profesionalmente con nuevos retos y exigencias.

A Jesús Jara por haberse dado el trabajo de escribir su libro “El clown, un navegante de las emociones” y entregarnos una guía pedagógica para trabajar el clown.

Al Dr. Hunter Patch Adams por haber visitado el Ecuador el año 2007 y taladrar mi mente con su discurso político, filosófico y espiritual alrededor de la risa y el amor.

A todos mis alumnos desde el año 2010 hasta la fecha, quienes con su confianza y cariño construyeron junto a mí un camino de búsqueda basado en el clown.

Y a mi novia Vanessa G. Burbano, por ayudar a centrar mis emociones y equilibrar mi vida.

Contenido

.....	ii
DEDICATORIA	iii
AGRADECIMIENTOS	v
RESUMEN.....	7
ABSTRACT	9
Introducción	11
Contextualización del tema	12
Justificación e importancia.....	14
Objetivo general	15
Objetivos específicos	15
1. Desarrollo del trabajo.....	15
1.1 Primera parte	19
Capítulo 1: Historia del clown	19
1.1.1 El Bufón	19
1.1.2 La comedia del Arte	19
1.1.3 El payaso de hospital.....	20
2. Segunda parte	21
Capítulo 2: Risoterapia.....	21
2.1 Concepto	21
2.2 La risoterapia como recurso educativo.....	22
2.3 Risoterapia como recurso de apoyo al docente.	22
3. Tercera parte.....	23
Capítulo 3: Inteligencia emocional	23
3.1 Definiciones	23
3.2 Clown y gestión de las emociones	26
3.3 Inteligencia emocional y rendimiento académico	27
4. Propuesta metodológica	31
4.1 Fundamentos teóricos de la metodología didáctica propuesta	32
4.1.1 Precalentamiento	32
4.2.2 Calentamiento.....	34
4.2.3 Calentamiento usando la nariz de clown.....	35
4.2.4 Improvisaciones	36

4.2.5 Reflexión	39
4.3 Propuesta de actividades	41
4.3.1 Esquema de sesiones	42
Sesión 1. Patch Adams, Un discurso necesario	43
Sesión 2. Fundamentos de la técnica. La esfera emocional del clown.....	49
Sesión 3. Confianza en un espacio libre de juicios I.....	55
Sesión 4. La nariz, la máscara, yo mismo	61
Sesión 5. La vida a través del estado clown 1	70
Sesión 6. Blanco y Augusto, el orden y el caos.	80
Sesión 7. La vida a través del estado clown 2.....	87
Sesión 8. Confianza en un espacio seguro y libre de juicios 2.....	95
Sesión 9. La escucha grupal	102
Sesión 10. Recordando mi niño interior.....	111
4.4 Propuesta auto evaluativa sobre el impacto del proceso metodológico	121
4.4.1 Tabla de contenidos.....	121
4.4.2 Propuesta de formato autoevaluativo	122
5. Propuesta complementaria de práctica del clown como proyecto universitario de “vinculación con la colectividad”	124
5.1 Puntos a tomar en cuenta en la presentación del proyecto	124
5.2 Propuesta de acompañamiento en las visitas hospitalarias.....	125
5.2.1 Comienzo de las visitas	126
5.2.2 Dinámica de las visitas	127
6. Conclusiones	128
7. Recomendaciones.....	130
Bibliografía	131
8. Anexos.....	132
8.1 Anexo 1. Encuestas autoevaluativas realizadas a nueve participantes de distintas universidades que pasaron por el proceso formativo.....	132
8.2 Anexo 2. Histórico audiovisual de procesos de experimentación de la metodología desde el 2010 hasta la fecha en distintos espacios universitarios.....	151
2010.....	151
2011.....	151
2012.....	152
2013.....	153

2014..... 153
2015..... 154
2016..... 155
2017..... 156
2018..... 157

RESUMEN

El presente trabajo representa un esfuerzo por sistematizar metodológicamente la práctica realizada en los últimos diez años, en referencia a los procesos de formación basados en técnicas artísticas y de investigación personal usando la técnica del clown y la risoterapia como herramientas.

El proceso investigativo se centró en buscar y analizar fuentes que unan estos temas con enfoques educativos, de esa forma se abordan brevemente datos históricos y técnicos relacionados al clown y se presentan rasgos arquetípicos sencillos de las características de los personajes que han formado o derivado de la imagen del payaso a través de la historia.

La fuente más importante es el trabajo realizado por el español Jesús Jara, quien desarrolla una guía pedagógica con el afán de dar algo de luz a las personas que pretenden usar dichas técnicas como proceso complementario para alcanzar una educación integral para el ser humano.

Así mismo se relacionarán los temas artísticos con los procesos educativos, develando la relación que tiene el clown como generador de salud emocional con los procesos educativos, mostrando varios ejemplos de esfuerzos para comprobar que la inteligencia emocional está directamente relacionada con el rendimiento académico de cada individuo.

La sección metodológica del trabajo muestra la filosofía y enfoque necesarios para abordar de mejor manera este trabajo, el cual intenta representar una guía instructiva replicable para todos aquellos que estén interesados en experimentar las técnicas propuestas en éste documento.

Finalmente, de forma breve se citan pautas para atar el proceso educativo de la metodología a proyectos universitarios de vinculación con la comunidad, siendo esto parte importante de la experiencia que dio origen al presente trabajo. Mostrando también una propuesta de registro autoevaluativo para ser aplicado a los participantes con el fin de comparar su percepción personal inicial y final, al participar en el proceso de formación de las diez sesiones propuestas.

El presente estudio deja conclusiones y recomendaciones encaminadas a aportar a la transformación del paradigma educativo en general, siendo esta la fuerza que guía la

realización de esta y futuras investigaciones, donde la educación del “SER” pueda tomarse en cuenta como eje transversal indiscutible de todos los procesos de enseñanza aprendizaje de las futuras generaciones.

ABSTRACT

The present work represents an effort to methodically systematize the practice carried out in the last ten years, of training processes based on artistic techniques and personal research using clown techniques and laughter therapy as tools.

The research process was focused on seeking and analyzing sources that link these topics with educational approaches, taking up historical and technical data relating to clown techniques and presenting simple archetypal features of the characteristics of the prominent figures that have formed or derived from the clown image through history.

The most important source is the work done by the Spanish actor, Jesús Jara, who developed a pedagogical guide with the aim of shed some light to people who have the intention to use these techniques as a complementary process to achieve an integral education for the human being.

Likewise, the artistic topics will be correlated to educational processes, revealing the relationship that the clown technique has as a generator of emotional health with educational processes, showing several examples to prove that emotional intelligence is directly related to the academic performance of every individual.

The methodological section of the present work shows the philosophy and necessary approach for a better understanding of the topic, which attempts to represent a guidance that can be replicated for all those who are interested in testing the techniques proposed in this document.

Finally, briefly guidelines are cited to associate the educational process of the methodology to university projects related to community engagement, this has been an important part of the experience that gave origin to this work. The present work also explains a self-evaluative proposal to be applied to the participants with the objective of compare their initial and final personal perception according to the training process of the ten proposed sessions.

The conclusions and recommendations of this study contributes to the transformation of the educational paradigm, that has been the driving force for the realization of this and future

research, where the education of the "BEING" can be considered as the undeniable transversal axis of all teaching-learning processes for future generations.

Introducción

A través del estudio de las ciencias aplicadas a la pedagogía, hemos encontrado varios conceptos y enfoques referentes al estudio de las emociones y los estados de ánimo positivos como factor importante en el proceso de enseñanza aprendizaje.

El clown a través del tiempo se ha convertido en una técnica con leyes y principios que en las escuelas de arte se estudian de manera sistemática y profunda. Aquellas personas que escogen esa rama como camino en su oficio artístico y vida profesional deben cursar varios años de estudio y especialización.

Desde el año 2010 la Pontificia Universidad Católica del Ecuador implementó un proyecto denominado “Jambi clown PUCE”, el mismo que fue propuesto, diseñado e implementado con la ayuda directa de estudiantes de la facultad de medicina y donde me he desempeñado como instructor y coordinador pedagógico y logístico desde sus comienzos hasta la fecha.

Con el pasar del tiempo el proyecto ha crecido hasta convertirse en uno de los referentes del departamento de “Vinculación Con La Colectividad”, obteniendo alrededor de 60 inscritos por semestre hasta el año 2016 y más de 120 desde el año 2017. De aquellos estudiantes al menos el sesenta por ciento se convierten cada periodo en estudiantes activos en las prácticas de entrenamiento y visitas hospitalarias.

La experiencia en todos los casos ha sido positiva, ya que en las prácticas y actividades del proyecto se evidencia un cambio sustancial en las personalidades de los estudiantes, lo cuál una vez presentada la metodología del presente trabajo deberá medirse mediante el método científico. Ahora concentrándome en la evidencia empírica puedo decir que las transformaciones en aspectos psicológicos, de relaciones, motivacionales, saltan a la vista desde una mirada aguda y crítica, la misma que considero debería tener todo pedagogo, por eso la propuesta de esta investigación consiste en presentar una propuesta metodológica que pueda ser aplicable en espacios universitarios y que esté encaminada a impactar positivamente la vida de los estudiantes en los aspectos antes mencionados, con el fin de formar un eje transversal en la búsqueda de una práctica educativa integral.

Por otro lado, en los últimos tiempos las técnicas de risoterapia, así como el estudio de las artes se han introducido cada vez más dentro del sistema educativo como una estrategia para llegar de forma más efectiva e integral a los estudiantes. De esta forma, varios estudios han comprobado la efectividad de prácticas innovadoras dentro del sistema educativo, y de cómo esas estrategias mejoran notablemente el interés de los estudiantes reduciendo por ejemplo el factor “estrés”, y evidenciando la relación que estas prácticas tienen para conseguir una disposición más efectiva al proceso de enseñanza aprendizaje.

La falta de motivación y una escasa habilidad en una acertada gestión de las emociones, sumada a las prácticas monótonas de enseñanza repercuten negativamente en el desempeño académico de muchos estudiantes en el nivel universitario. El nivel de deserción no es excesivamente grande, pero tiene tendencia a aumentar en medida en que los estudiantes no sienten motivación frente a los requerimientos cambiantes de la sociedad, de frente a un sistema educativo aún rígido en muchos aspectos.

El factor lúdico, el desarrollo del hemisferio derecho del cerebro, así como la falta de metodologías activas en el aula, podrían ser un factor de estudio y comparación al momento de analizar el rendimiento académico de los estudiantes, por esto la implementación de un proyecto que aborde nuevas formas de enseñanza como complemento y acompañamiento del proceso educativo, podría arrojar resultados interesantes en el análisis del rendimiento académico de los estudiantes universitarios.

Contextualización del tema

La inteligencia emocional es un concepto definido por Mayer, citado de la siguiente forma "una habilidad para percibir, asimilar, comprender y regular las propias emociones y las de los demás, promoviendo un crecimiento emocional e intelectual. De esta manera se puede usar esta información para guiar nuestra forma de pensar y nuestro comportamiento".

Por esto el concepto de "Inteligencia emocional" es importante para el siguiente estudio, ya que el equilibrio de las emociones, así como la gestión de las mismas y su posterior dominio

son un factor importante en el momento de ejercer la auto-motivación y al tomar consciencia sobre qué quiero aprender, cuánto me esforzaré por cumplir mis objetivos y por cuán capaz soy de vencer los límites para sobrellevar la realidad, los retos y el camino vocacional escogido en el ámbito de la profesionalización.

El estrés por su parte constituye un concepto popularizado en los últimos años en el ámbito de los entornos laborales, pero también de forma cada vez más científica en el estudio de la salud y en general en la repercusión psicológica y física que dicho estado ocasiona en el ser humano.

Por esto, la hipótesis pretende descubrir cuál es la relación que el estrés tiene tanto con la salud emocional, así como con el rendimiento académico de los estudiantes universitarios, y para esto la herramienta a usar como contraposición a éstos estados será el estudio y la práctica de la técnica del clown como camino de autoconocimiento y por último como herramienta de trabajo social y comunitario.

De esto modo mediante un trabajo investigativo se analizarán las raíces de la técnica del payaso teatral, el mismo que a través de la historia se ha convertido en la crema y nata de los personajes del arte dramático cómico, por sus características estéticas pero también por las terapéuticas, las mismas que analizaremos desde los códigos que la representan, los mismos que están basados en principios muy estrictos, de los cuales solo citaremos algunos:

- Pérdida del miedo al ridículo
- Aceptación del propio yo
- Trabajo sobre el niño interior
- Aceptación del fracaso como trampolín hacia el éxito
- No a la razón, si al sentimiento y a la intuición

Podríamos tener una lista extensa de las posibilidades que la técnica nos ofrece, y esto será lo emocionante del proceso, hacer que todos los ejes antes mencionados desemboquen en la salud integral de los estudiantes en pos de tener luces que desemboquen en futuras investigaciones

Justificación e importancia

La importancia del presente trabajo radica en la necesidad imperiosa que varios estudiantes universitarios y principalmente del área de educación, hemos tenido por generar cambios en el sistema educativo. Pues al iniciar una carrera de educación, muchas de las personas que conozco han tenido una visión soñadora y utópica de lo que podrán hacer cuando sean profesionales. Sin embargo poco a poco ese anhelo de cambio se va esfumando y es reemplazado por la aceptación y el conformismo de dar por hecho que el sistema educativo, o las prácticas educativas no podrán cambiar.

En el paralelo al que pertencí, tuve la suerte de tener varios compañeros artistas, quienes se ganaban la vida de forma profesional. El noventa por ciento de ellos había sido autodidacta, es decir no tenían un título universitario que acreditará su habilidad, y mucho menos su experiencia como docentes de música, teatro, danza y artes plásticas.

Todos, sin excepción ya tenían experiencia docente pues habían trabajado en algún campo de la educación, como profesores substitutos o como facilitadores en institutos privados. La mayoría de ellos pasaban la edad promedio para ser estudiantes en busca de una licenciatura, sin embargo ¿podemos decir cuántos de ellos en el pasado habían optado por la educación universitaria? Ninguno.

Durante la carrera nos dimos cuenta que las prácticas educativas en la comunidad universitaria no eran amigables. Valorando el esfuerzo que hacen las universidades por preparar a nuevos profesionales, debo decir que aún hace falta mucho trabajo para lograr construir espacios donde los estudiantes sientan que sus procesos emocionales son importantes y tomados en cuenta. Donde la formación del ser y el desarrollo de la creatividad sean factores importantes al momento de definir el perfil profesional de cada una de las carreras, y sobre todo en aquellas consideradas humanas: Educación, Medicina, Enfermería, entre otras.

Por esto considero importante generar un trabajo que aporte a la innovación y desarrollo de nuevos paradigmas educativos, donde el desarrollo integral del ser humano sea la razón principal que mueva a cada docente universitario, y donde los estudiantes y futuros

profesionales puedan ver a su formación académica como una oportunidad para conocerse y aceptarse.

Objetivo general

“Proponer una estrategia metodológica de clases de clown para propiciar el manejo equilibrado de las emociones en el ámbito universitario, diseñando una guía instructiva con actividades encaminadas a desarrollar actitudes positivas y gestión de las emociones en los estudiantes.”

Objetivos específicos

- Analizar enfoques educativos que se relacionen con la inteligencia emocional y el clown.
- Sistematizar las técnicas artísticas realizadas en procesos alternativos de educación superior basándose en la experiencia del proyecto Jambi clown PUCE.
- Desarrollar una guía instructiva replicable del proceso metodológico propuesto.
- Clasificar estrategias para usar la metodología en proyectos universitarios y de vinculación con la comunidad.

1. Desarrollo del trabajo

La principal fuente que ha encaminado este trabajo, es el libro “El clown, un navegante de las emociones” del autor español Jesús Jara. Tal vez el objetivo artístico del libro está enfocado a dar a conocer un concepto novedoso de la imagen del clown o payaso, reivindicar el arquetipo reluciendo varios puntos de vista que no son tomados por la sociedad al momento de pensar en la trascendencia de la imagen del payaso. Creo que ese objetivo está muy bien logrado en el libro, pero en lo que a este proyecto concierne, existen varios puntos pedagógicos y enfoques metodológicos que me hacen decir sin temor a equivocarme que el trabajo de Jesús Jara en su libro es un aporte educativo en varios aspectos que se irán dilucidando en esta investigación.

El libro pretende ser una guía práctica para todos aquellos que “tengan a su cargo la responsabilidad de formar personas y que comparten (con J. J.) La idea de que ésta sociedad, cada vez más especializada, supone un peligro para la formación integral” (Jara, 2014)

Una de las situaciones recurrentes en el trabajo que he venido realizando en espacios universitarios, es que cada vez me encuentro con más estudiantes que descubren el clown mientras están estudiando su carrera, cualquiera que esta sea, y reiteran la idea de que siempre quisieron hacer teatro y formarse como actores, independientemente de que quieran dedicarse a esa actividad como oficio, pero sí como una actividad que quedó frustrada en algún punto de sus vidas. Por esto creo que el presente trabajo podría representar una respuesta a aquellas personas que tienen inquietudes culturales y artísticas, y que llegan a asumir el clown como un hobby importante y simbólico en sus vidas.

Por otro lado, así como Jesús Jara dedica su libro a aquellas personas que “como él se sienten enamoradas del clown” (Jara, 2014) considero que siendo cada vez más los interesados en indagar sobre el tema como una posibilidad de crear procesos de aprendizaje integrales que aporten como complemento de la educación especializada, es importante y pertinente crear una guía metodológica que sirva de manual replicable y que además pueda ser contextualizado contextualizable para crear nuevas realidades, como aquellas que he tenido la oportunidad de acompañar en el proceso de la creación de las técnicas que se presentan en éste trabajo.

Para J. J. el verdadero payaso es el “Augusto”, término que revisaremos más adelante, y él usa el significado del diccionario de la real academia de la lengua española para reivindicar el oficio del payaso, lo cual en fines educativos no es nuestra prioridad, pero es necesario para entender la esfera mental, filosófica y emocional que necesitaremos comprender a fin de sacar provecho total de las técnicas que aquí se plantearán. El significado para la palabra “Augusto” es: Que infunde o merece gran respeto y veneración por su majestad y excelencia. Entonces cito: “Hecha esta aclaración, diré que el clown es alguien que vive, siente y reacciona de todas las maneras que una persona puede hacerlo en cualquiera de sus fases vitales (infancia, adolescencia, madurez y vejez) con un espíritu positivo, divertido y social basado en la capacidad de reírse de sí mismo y de transmitir ternura. - Se podría decir que en

el clown encontramos nuestro mejor otro yo, aquel que es más sincero, primario, apasionado y transparente. - Por todo esto y finalmente, podemos afirmar que el encuentro con nuestro clown supone una especie de sano viaje a lo más auténtico de cada persona.” (Jara J. 2014)

Otro aporte importante al presente trabajo, son los conceptos que se manejan en el libro “Inteligencia Emocional” de Daniel Goleman (Goleman, LA inteligencia emocional , 1996) . En él se citan Diversos estudios de largo plazo que han ido observando las vidas de individuos que puntuaban más alto en las pruebas intelectivas y donde además se han hecho comparaciones con los niveles de satisfacción frente a ciertos indicadores como la felicidad y el prestigio o el éxito laboral con respecto a otros promedios. Todos ellos han puesto en evidencia que el coeficiente intelectual apenas si representa un 20% de los factores determinantes del éxito.

Esto se puede notar en el capítulo denominado “La inteligencia más allá del conocimiento” de Goleman. Donde se afirma que el 80% restante del intelecto depende de otro tipo de variables, tales como la clase social, la suerte y, en gran medida, la inteligencia emocional.

Así mismo, la capacidad de auto motivarse, de perseverar en un empeño a pesar de las frustraciones, de controlar los impulsos, diferir las gratificaciones, regular los propios estados de ánimo, controlar la angustia y empatizar y confiar en los demás parecen ser factores mucho más determinantes para la consecución de una vida plena que las medidas del desempeño cognitivo.

Tal como sucede con las matemáticas o la lectura, la vida emocional constituye un ámbito que se puede dominar con mayor o menor pericia, y ese es uno de los objetivos que intentamos lograr al tomar a la inteligencia emocional como un factor protagónico al momento de medir la inteligencia, ya que en el futuro el siguiente reto será demostrar mediante investigaciones como esta, cómo el manejo acertado de las emociones contribuye a los procesos de aprendizaje y al rendimiento académico.

Si bien es cierto que en toda persona coexisten los dos tipos de inteligencia (cognitiva y emocional), es evidente que la inteligencia emocional aporta, con mucha diferencia, la clase de cualidades que más nos ayudan a convertirnos en auténticos seres humanos. Uno de los críticos más contundentes con el modelo tradicional de concebir la inteligencia es Howard Gardner. (Gardner, 2011) Este mantiene que la inteligencia no es una sola, sino un amplio

abanico de habilidades diferenciadas entre las que identifica siete, sin pretender con ello hacer una enumeración exhaustiva.

Gardner destaca dos tipos de inteligencia personal: la interpersonal, que permite comprender a los demás, y la intrapersonal, que permite configurar una imagen fiel y verdadera de uno mismo. De forma más específica, y siguiendo el sendero abierto por Gardner, otros autores han organizado las inteligencias personales en cinco competencias principales: el conocimiento de las propias emociones, la capacidad de controlar estas últimas, la capacidad de motivarse uno mismo, el reconocimiento de las emociones ajenas y el control de las relaciones.

Entonces mediante estos enfoques, el interés y la curiosidad sobre la importancia de la inteligencia emocional en el ámbito educativo, fueron alimentando las herramientas metodológicas que han sido usadas en los procesos de enseñanza del clown, realizando a través de los años un sinnúmero de laboratorios donde mediante la prueba y el error se ha evidenciado en un primer plano, cómo la transferencia, casi de cualquier tema, es potenciada cuando los procesos de enseñanza aprendizaje toman como herramienta primordial la posible conexión existente con las emociones positivas, y como estos procesos refuerzan a corto, mediano y largo plazo las destrezas ligadas a la gestión de las emociones.

Redundando, como educador me siento cómodo al soñar un mundo en donde el fin primordial de la educación sea proporcionar un sano viaje a lo más auténtico de cada persona.

Entonces, enfrascado en el análisis sobre el rendimiento académico, los ejes de este estudio estarán guiados en principio en entender qué es la técnica del clown, y cómo la práctica de dichas técnicas puede contribuir al desarrollo integral de los individuos, usando como ejes primordiales la atención de los factores emocionales que aportan los estudios sobre la gestión de las mismas, y las posibilidades pedagógicas que aporta el clown como técnica artística direccionada al autoconocimiento.

1.1 Primera parte

Capítulo 1: Historia del clown

1.1.1 El Bufón

Se podría considerar al Bufón como el origen del Payaso, y por tanto concluir que el arte del payaso existe desde hace mucho tiempo.

Un clown enano actuaba ya como bufón en la corte del Faraón Dadkeri-Assi durante la Quinta Dinastía Egipcia sobre el año 2500 a.c. (antes de Cristo). Los bufones de la Corte han actuado en China desde 1818 a.c. A lo largo de la historia la mayoría de las culturas han tenido clowns. Cuando Cortez conquistó la Nación Azteca, descubrió que en la Corte de Moctezuma había bufones parecidos a los europeos. “Fools aztecas” clowns enanos y bufones jorobados, estuvieron entre los tesoros encontrados que trajo a su vuelta al Papa Clemente VII.

A menudo los únicos que podían expresarse contra las normas sociales o del gobierno, e incluso su humor podía llegar a afectar y cambiar la política del gobierno eran los bufones, es decir los clowns de la época. Sobre el año 300 a.c. el emperador Chino Shih Huang-Ti revisó la construcción de la Gran Muralla China. Miles de trabajadores eran asesinados o morían de cansancio durante su construcción. El emperador planeaba también pintar el muro lo que hubiera provocado la muerte de otros muchos miles. Su bufón, YuSze, fue el único que se atrevió a criticar su plan. YuSze, bromeando lo convenció para que abandonara su idea de pintar el muro. YuSze es recordado hoy en China como un héroe nacional.

1.1.2 La comedia del Arte

La Comedia del Arte empezó en Italia en el siglo XVI y rápidamente dominó el panorama teatral Europeo. Era un tipo de teatro con grandes dosis de improvisación, basado en personajes y escenarios arquetípicos de la época. En ella existían muchos personajes cómicos, divididos en amos y sirvientes. (Navarro, clownplanet.com, s.f.)

1.1.3 El payaso de hospital

No existe una fecha específica registrada en la que haya aparecido el “clown hospitalario”. A través de los años, cuando el payaso comenzó a volverse una técnica digna de estudio, el término clown comenzó a esparcirse por el mundo.

Uno de los enfoques más famosos de la técnica del clown justamente ha sido la del “payaso humanitario” o “payaso terapéutico”. Tal vez la razón principal para que éste fenómeno se haya hecho famoso en todo el mundo fue la aparición de la película “Patch Adams”. En dicho film basado en la vida real, el personaje principal usa técnicas de payasearía para mejorar la vida hospitalaria de sus pacientes, y también para generar reacciones positivas en la sociedad.

En las últimas décadas han aparecido varias organizaciones que se dedican a fortalecer la vida emocional de niños hospitalizados usando la técnica del clown como herramienta. Este ha sido el principal enfoque de estas organizaciones, pero también el eje más importante de ésta labor, en muchos de los casos ha sido también mejorar la esfera emocional de los participantes. Sobre todo en aquellas agrupaciones en donde no es requisito ser un artista profesional para poder ser un integrante.

De esta forma, desde hace algunos años se han tomado las herramientas del clown hospitalario y de la risoterapia grupal para crear espacios en donde, principalmente los participantes puedan tener acceso a actividades que les permitan conocerse a ellos mismos y a buscar nuevos caminos para mejorar como individuos en todos los aspectos de su vida.

Partiendo de ésta filosofía el objetivo principal de la labor no es justamente visitar a niños hospitalizados o a personas en situación de riesgo, sino más bien abordar la labor con sinceridad con el objetivo de crecer individualmente y por consecuencia colectivamente para mejorar todos los aspectos psíquicos y emocionales que tienen influencia en los procesos de aprendizaje, es éste caso específico en el ámbito universitario. (Navarro, www.clownplanet.com, 2017)

2. Segunda parte

Capítulo 2: Risoterapia

2.1 Concepto

El concepto de risoterapia no forma parte del diccionario de la Real Academia Española (RAE). Se trata de una acción terapéutica que se basa en la risa para generar un incremento del bienestar emocional y psicológico.

Cabe recordar que la risa es una reacción ante un estímulo que genera alegría o que causa gracia. Esta reacción incluye gestos, sonidos y distintos movimientos corporales.

Es importante destacar que la risoterapia, pese a su nombre, no suele definirse como una terapia debido a que no está en condiciones de curar una enfermedad por sí sola. Quienes defienden el método, de todos modos, afirman que la risoterapia contribuye al bienestar del paciente y aporta beneficios intangibles que sí pueden contribuir a un tratamiento médico.

Los beneficios clínicos de la risoterapia suelen estar en discusión. Por lo general la comunidad científica acepta que la risa permite liberar serotonina, dopamina y adrenalina. Además se ha demostrado que la risa contribuye al movimiento muscular y favorece la circulación sanguínea. (Definición.DE, s.f.) (Zari Méndez, 2013)

2.2 La risoterapia como recurso educativo

El principio básico de la risoterapia reside en estimular la producción de distintas hormonas que genera el propio organismo con ejercicios y juegos grupales. Su cometido es potenciar el sistema inmunitario en general y facilitar la superación de diferentes bloqueos.

En los ejercicios de la risoterapia se utilizan técnicas que ayudan a liberar las tensiones del cuerpo y así poder llegar a la carcajada, entre ellas: la expresión corporal, el juego, la danza, ejercicios de respiración, masajes, técnicas para reír de manera natural, sana, que salga del corazón, del vientre, de un modo simple como los niños. Hay que tener en cuenta que los profesores no son humoristas sino técnicos. Un humorista busca provocar la risa con un chiste o una situación, los técnicos nos enseñan a reír de la mejor forma posible sin esperar algo gracioso para hacerlo y se preparan y estudian para ello.

2.3 Risoterapia como recurso de apoyo al docente.

Como Instrumento para acometer su tarea y afrontar con éxito las situaciones de conflicto y estrés, podríamos llegar a la conclusión no tan apresurada de que el docente necesita educación emocional y la risoterapia podría tener el poder de relativizar las dificultades para que puedan adquirir recursos útiles en su labor como docentes. Con un ambiente favorable es posible evitar el ausentismo laboral, y si fuera el caso o el objetivo de ésta metodología ser usada en profesores y no en estudiantes, diríamos que en base a los conceptos analizados sobre la risoterapia y el clown, algunos que los objetivos que el docente podría replicar en su aula luego de atravesar un proceso de aprendizaje en dichas técnicas podrían ser:

- Crear un ambiente agradable en la escuela para combatir situaciones de estrés.
- Favorecer con el buen humor el aprendizaje.
- Disminuir agresividad y el acoso escolar.
- Facilitar la comunicación profesor - alumno.
- Gozar y sorprenderse de uno mismo. La escuela un lugar para convivir, aprender y divertirse.
- Crear un ambiente de confianza entre sus alumnos y compañeros de equipo.
- Motivar a los niños.
- Desarrollar tácticas educativas que podrán incorporar al trabajo con sus alumnos: Las matemáticas no tienen por qué ser tan aburridas.

3. Tercera parte

Capítulo 3: Inteligencia emocional

3.1 Definiciones

La inteligencia emocional constituye la posibilidad que puede tener un individuo de estar en profundo contacto con los diferentes niveles de sensibilidad, con sus sensaciones y emociones. Este tipo de inteligencia no se aplica únicamente a la conciencia de los sentimientos propios, sino también a la posibilidad de reconocer y trabajar adecuadamente con las emociones y sentimientos de los individuos en general.

Las personas que cuentan con un importante desarrollo de su inteligencia emocional son aquellas que presentan facilidad para emocionarse, sentir y vivir sus experiencias de vida a través de los sentimientos y de la sensibilidad. En muchos casos, la inteligencia emocional implica poder madurar aquellas sensaciones con el objetivo de controlarlas de mejor manera y obtener así los resultados apropiados a cada situación.

La importancia de la inteligencia emocional reside en el hecho de que permite a los individuos estar en contacto no sólo con sus propias emociones, sino también considerarse sensibles y empáticos respecto de situaciones o fenómenos externos. Muchas veces, personas con altas dosis de inteligencia emocional son las que llevan a cabo actividades de tipo solidario y social, y de esta forma también ocupan roles determinantes en la sociedad. Es decir si le damos a la inteligencia emocional un rol específico y con la importancia que merece en la vida cotidiana, es un eje educativo importante al momento de plantearnos la responsabilidad de formar nuevos profesionales conscientes dentro de una sociedad cambiante, llena de automatismos+ y violencia, es decir nuevas personas que cambien el sistema y lo mejoren para el bien no solo de las ciencias humanas sino también de las técnicas. (Suárez Erazo, 2015)

Una de las líneas de investigación que más interés ha generado en los últimos años, dentro del campo de la Inteligencia Emocional (IE), ha sido el análisis del papel que juegan las emociones en el contexto educativo y, sobretodo, profundizar en la influencia de la variable “inteligencia emocional” a la hora de determinar tanto el éxito académico de los estudiantes como su adaptación escolar.

En un artículo de la revista latinoamericana de psicología on-line (López-Zafra) se dice:

“Actualmente, la postura racionalista extrema, que consideraba a la cognición y la emoción entidades dispares y diametralmente opuestas, ha quedado relegada (Mayer, Roberts & Barsade, 2008), y las emociones juegan un nuevo papel cultural en la sociedad actual (Zaccagnini, 2008) lo que ha contribuido a que la investigación dentro del campo de la Inteligencia Emocional (IE) haya prosperado significativamente en los últimos 15 años (Fernández-Berrocal & Extremera, 2006), debido a que desde diferentes ámbitos (clínico, educativo, etc.) se ha exigido que predijera criterios sobre y más allá de lo que predecía la inteligencia general (Zeidner, Roberts & Matthews, 2008)”.

Asimismo, la validez predictiva tan limitada que han mostrado las medidas tradicionales de evaluación intelectual (test de rendimiento cognitivo basados en la medida del CI), a la hora de pronosticar el éxito posterior de los estudiantes, ha dirigido la atención de los investigadores hacia otras variables que pudieran presentar una mayor capacidad predictiva del desempeño y la adaptación (Parker, Summerfeldt, Hogan&Majeski, 2004) entre las que se encuentra la IE.

El término Inteligencia Emocional (IE) es un constructo psicológico tan interesante como controvertido, que aun siendo conceptualizado de modos muy diferentes por los autores, constituye el desarrollo psicológico más reciente en el campo de las emociones y se refiere a la interacción adecuada entre Emoción y Cognición, que permite al individuo, un funcionamiento adaptado a su medio (Salovey&Grewal, 2005).

Aunque en los últimos años, se han propuesto numerosas definiciones del término IE y desde un punto de vista conceptual, su estudio se ha diversificado en perspectivas bien diferenciadas, a todas subyace la misma idea central de que las competencias emocionales son un factor crucial a la hora de explicar el funcionamiento del sujeto en todas las áreas vitales (Mikolajczak, Luminet&Menil, 2006).

En la actualidad, uno de los aspectos más controvertidos en torno a este concepto radica en la naturaleza teórica de la que parten los modelos sobre IE, de modo que podemos distinguir entre modelos de IE basados en el procesamiento de información emocional centrado en las habilidades emocionales básicas (como el de Mayer y Salovey, 1997), y aquellos modelos denominados mixtos, basados en rasgos de personalidad (como los modelos de Bar-On, 1997, o Goleman, 1995) (Fernández-Berrocal & Extremera, 2005; Mestre, Palmero & Guil, 2004; Pena & Repetto, 2008).

A nivel general, la primera categoría englobaría los modelos que conciben la IE como un conjunto de habilidades como por ejemplo, identificar emociones en caras, o la comprensión de significados emocionales (Mayer & Salovey, 1997; Mayer, Roberts & Barsade, 2008). El modelo que mejor representa esta aproximación al estudio de la Inteligencia Emocional es el Modelo de Inteligencia Emocional basado en habilidades de Mayer y Salovey (1997).

Desde este modelo, la IE es concebida como una inteligencia genuina basada en el uso adaptativo de las emociones de manera que el individuo pueda solucionar problemas y adaptarse de forma eficaz al medio que le rodea, mientras que la visión de los modelos mixtos es más general y algo más difusa, ya que sus modelos se centran en rasgos estables de comportamiento y en variables de personalidad (empatía, asertividad, impulsividad, etc.) (Fernández-Berrocal & Ruíz, 2008).

Esta diversidad teórico-conceptual está suponiendo un obstáculo importante en el desarrollo de esta área de psicología, ya que aunque se han realizado numerosos estudios en los que los investigadores se plantean si estamos ante constructos diferentes o bien complementarios

(Pena & Repetto, 2008), no existe una definición operacional clara y consensuada del constructo. (Jiménez Morales & López-Zafra, 2009)

3.2 Clown y gestión de las emociones

La práctica del clown entonces, se convierte en una herramienta para trabajar e investigar aspectos importantes de la vida, por sus características lúdicas y participativas, la técnica del clown, con intención o sin ella, toma en las personas particularidades terapéuticas. Por el hecho de ser una práctica venida de las artes escénicas, el trabajo de las emociones está completamente tomado en cuenta.

Como dice al respecto Jesús Jara en su libro “El clown, un navegante de las emociones”:

“Se podría decir que en el clown encontramos nuestro mejor otro yo, aquel que es más sincero, primario, apasionado y transparente. El clown condensa y sintetiza todos nuestros rasgos más acusados, tanto los que mostramos con más facilidad como los que ocultamos y/o reprimimos por razones personales, sociales o culturales. Por ello, desde ese “alter ego” enriquecemos nuestro autoconocimiento y ampliamos y amplificamos todos nuestros registros emocionales, conductuales y vitales.

Descubrir nuestro clown se convierte, así, en una apasionante aventura, divertida y liberadora, adecuada para cualquier persona, profesional del teatro o no, que desee conocer o desarrollar aspectos de su personalidad aletargados por la rutina y las normas sociales. Y que esté dispuesta a compartir con los compañeros y compañeras esta experiencia de desarrollo personal.”

Entonces su relación con el estrés es directa, ya que los factores más importantes de una sesión de clown se centran en la capacidad que adquieren las personas para lograr cambios orgánicos en su estado emocional, es decir del estado cotidiano al estado de euforia. Esto se consigue únicamente fomentando el juego, pero aquí está un punto que se debe tomar en cuenta: el ambiente para entrenar clown debe estar basado en el resto, se debe desarrollar en

un espacio libre de juicios y procurando potenciar todos los aspectos del individuo pero desde una lente positiva.

La práctica constante de éstas técnicas abren un abanico de posibilidades en las personas que se entregan con sinceridad al proceso, pues la toma de consciencia de los aspectos profundos de la propia personalidad, provocan conexiones cerebrales encaminadas a tomar las adversidades con perspectivas diferentes, desde la mirada del clown, la cual siempre y de forma indiscutible tendrá tintes positivos.

3.3 Inteligencia emocional y rendimiento académico

La revista Psicología desde el Caribe en uno de sus volúmenes hace el siguiente estudio referente a la relación entre Inteligencia emocional y el rendimiento académico en estudiantes universitarios.

La inteligencia emocional (IE) es un factor importante para el éxito académico, laboral y para la vida cotidiana en general (Goleman, 1998). Promover una manera inteligente de sentir, gerenciar las emociones y conjugarlas con la cognición propicia una mejor adaptación al medio (Fernández-Berrocal & Extremera, 2006). El cociente intelectual (CI) y el cociente emocional (CE), aunque son independientes, brindan una imagen más equilibrada de la inteligencia general (Extremera & Fernández-Berrocal, 2004). Pérez-Pérez y Castejón (2006), Van der Zee, Thijs y Schakel (2002) y Jiménez Morales y López-Zafra (2009) hallaron una relación entre la IE y el rendimiento académico e independencia entre la IE y el CI.

Es importante el diseño de currículos pedagógicos que enfatizan en los aspectos cognitivo y emocional, ya que estos se asocian con el rendimiento académico, el ajuste psicológico y el desempeño laboral. El informe de Jacques Delors para la Unesco (1996) insiste en el aporte de la pedagogía a la construcción del proyecto de vida personal y de sociedad desde cuatro pilares fundamentales: aprender a ser (dimensión ética), a conocer (dimensión del conocimiento), a hacer (dimensión de la praxis) y a convivir (interacción con otros).

La formación integral es pilar en la formación universitaria, con miras a un exitoso desempeño profesional y ciudadano (Morales, 2009). La educación debe contribuir a la formación emocional, de valores y autocuidado, asumido como “el desarrollo planificado y sistemático de habilidades de autoconocimiento, autocontrol, empatía, comunicación e interrelación” (Buitrón& Navarrete Talavera, 2008, p. 1). Además, posibilita construir horizontes amplios y un mundo sociopolítico (Vargas, 2010) que implique habilidades para vivir en comunidad, como la confianza en el otro y el respeto a la pluralidad, características del constructo IE. Los alumnos emocionalmente inteligentes presentan mayor autoestima, ajuste, bienestar y satisfacción emocional e interpersonal, calidad de redes interaccionales, apoyo social y menor disposición para presentar comportamientos disruptivos, agresivos o violentos; igualmente, presentan grados menores de síntomas físicos, ansiedad y depresión. Ello incrementa su rendimiento escolar al afrontar adecuadamente situaciones de estrés académico, con menor consumo de sustancias adictivas (Extremera& Fernández-Berrocal, 2004).

Clavero (2011) efectuó una investigación en la ciudad de Almería – España, acerca de la inteligencia emocional y la tendencia de conductas agresivas en el ámbito escolar, la población participante fue de 105 estudiantes, dando como resultados en relación a la inteligencia emocional de acuerdo al área intrapersonal se obtuvo un 40% de Cociente Emocional (CE), en relación al área interpersonal presentaron un 45% en su CE, en relación al área estado de ánimo un 40% de CE, manejo del estrés un 35%, adaptabilidad con el 45% y un 40% en el área estado de ánimo dando un cociente emocional global con un percentil del 35% lo que reveló un bajo nivel de Inteligencia emocional en los estudiantes. (Guamani, 2017)

Veloso, Peralta, Antezana, Avendaño y Fuentes (2013) realizaron un estudio en las ciudades de Arica e Iquique pertenecientes a Valdivia sobre inteligencia emocional y su relación con la satisfacción vital, felicidad subjetiva y resiliencia en docentes, con una muestra de 117 funcionarios de educación especial. Se establece que inteligencia emocional se relaciona con la felicidad subjetiva, satisfacción vital y resiliencia.

Entonces la inteligencia emocional está directamente relacionada con la satisfacción en la vida cotidiana como demuestran estos estudios, pues los docentes con calificaciones altas en el CE asumen los obstáculos de la vida de forma más eficaz. Por otro lado el segundo factor relaciona directamente a la IE con el impacto de la felicidad subjetiva en los individuos, demostrando así que es más probable que una persona que atravesase experiencias emocionales positivas tenga además una percepción más satisfactoria de su propia vida.

Por último, el factor de la resiliencia debería ser el que de una vez por todas nos abra los ojos ante la indiscutible utilidad de la educación basada en el buen desempeño y gestión de las emociones, ya que su correlación es positiva evidenciando que un individuo que posee la habilidad de reconocer las propias emociones, gestionarlas y además reconocer las de los demás tiene un mayor nivel de resiliencia. (Guamani, 2017)

López (2013) en la ciudad de Valencia, examina la Inteligencia emocional percibida, motivación de logro y rendimiento escolar en estudiantes, con una muestra de 57 estudiantes de un Conservatorio Profesional de Música, el cual manifiesta una correlación positiva entre la motivación y el sub factor de reparación de la Inteligencia Emocional, concluyendo que aquellos estudiantes que poseen una mayor capacidad de modificar sus estados emocionales negativos por medio de la Inteligencia Emocional, poseen mayor motivación para llevar a cabo aquello que quieren lograr o alcanzar, siendo ambos factores determinantes del rendimiento académico. (Guamani, 2017)

Llibre et al. (2015) con una investigación realizada en Cuba, sobre la Inteligencia Emocional y el rendimiento académico en los estudiantes de la Facultad de Ciencias Médicas, con una muestra de 150 individuos. Los resultados en relación al cociente emocional (CE) constaron por cuatro niveles de puntuación, de los cuales el 54.4% presentaron un CE en base a la puntuación sobresaliente, el 29.3% obtuvieron puntuaciones muy buenas, sin embargo ninguno de los estudiantes presentaron puntuaciones de buena y regular. En relación a las mujeres se demostró que el 53.05% alcanzaron una puntuación de sobresaliente, el 34.2% se

encontraban con muy buena. Como conclusión el 55,4% obtuvo un cociente emocional sobresaliente, evidenciando de cierta manera que a mayor nivel de inteligencia emocional, genera un alto rendimiento académico, mientras que con cociente emocional bajo forma resultados académicos negativos. (Guamani, 2017)

Durlack y Weissberg (2005), luego de analizar cerca de trescientas investigaciones, concluyeron que la educación socioemocional incrementa el aprendizaje académico. Según Goleman (1998), las aptitudes emocionales son más importantes para el éxito laboral que el intelecto y el conocimiento técnico, dado que permite establecer conexiones entre el razonamiento, las habilidades emocionales y las estrategias de afrontamiento.

El rendimiento académico no es la única variable asociada al éxito profesional, la prosperidad, el prestigio, la satisfacción y la calidad de vida (Angarita Arboleda & Cabrera Dokú, 2000), ya que se ha encontrado que la IE puede tener un mayor impacto en este aspecto, en comparación con el rendimiento académico (Marín Sánchez, Infante Rejano & Troyano Rodríguez, 2000). La IE se vincula con el control emocional, la habilidad para negociar (Petrides & Furnham, 2000), la automotivación, la persistencia, la empatía y la calidad de las relaciones interpersonales. Además es un componente básico en el liderazgo, la estabilidad y la flexibilidad emocional, la capacidad de adaptación y el manejo de la frustración e incertidumbre (Bermúdez, Alvarez & Sánchez, 2003); por esto, se puede convertir en un factor que predice el buen desempeño en contextos educativos y laborales (Bar-On, 2004).

Fernández-Berrocal y Ruiz Aranda (2008) evidenciaron la relación entre IE, rendimiento académico, bienestar psicológico, relaciones interpersonales y el surgimiento de conductas disruptivas. Concluyen que el déficit en habilidades de IE afecta a los estudiantes dentro y fuera del aula, especialmente en cuatro áreas: rendimiento académico, bienestar y equilibrio emocional, en cuanto a establecer y mantener la calidad en las relaciones interpersonales y en el surgimiento de conductas disruptivas. Así, los universitarios con mayor IE reportan menor grado de síntomas físicos, depresión, ansiedad social y mayor empleo de estrategias de afrontamiento activo en la solución de problemas (Salovey, Stroud, Woolery & Epel,

2002), e igualmente presentan mayor número de relaciones significativas positivas y potencial resiliente (Mikulic, Crespi&Cassullo, 2010).

Este panorama contrasta con la formación tradicional que enfatiza las habilidades académicas dejando de lado los componentes de la IE (Duarte Duarte, 2003). Varios estudios destacan la importancia de controlar variables como la inteligencia general y algunas características de personalidad (Fernández-Berrocal, & Extremera, 2006; Pena & Repetto, 2008), basándose tal vez en la estrecha relación que se da entre el rendimiento académico, las habilidades sociales y la calidad de vínculos interpersonales (Mestre, Guil, Lopes, Salovey & Gil-Olarte, 2006), dado que los estudiantes con tendencias impulsivas y déficit en el control emocional presentan dificultades de adaptación al medio social en general, tanto en los contextos académicos como en su vida laboral.

Con base en lo anterior, y la estrecha relación entre IE y el quehacer profesional (Zeidner, Matthews & Roberts, 2004), se propuso este estudio con el objetivo de describir la inteligencia emocional y determinar su relación con el rendimiento académico en estudiantes universitarios. (Martha Luz Páez Cala, 2015). (Goleman, Inteligencia emocional, 1996)

4. Propuesta metodológica

A la fecha muchas universidades cuentan con clubes artísticos, deportivos y de ocio para los estudiantes. Esto viene del entendimiento que hemos alcanzado sobre las necesidades que cada ser humano como individuo necesita para desarrollarse integralmente.

Las artes habitualmente tienen como fin el hecho artístico, generar e impartir estéticas, historia y técnicas, abordando de forma transversal, al igual que los deportes y los clubes sociales, componentes de estudio destinados al conocimiento de uno mismo. Sin embargo estos enfoques no son primordiales en el proceder metodológico de dichos clubes.

Con la siguiente metodología, busco proponer rutinas de trabajo encaminadas primordialmente al estudio sobre “uno mismo”. Dícese “uno mismo” como el conocimiento integral de aquello que conforma al ser humano, tanto en la parte física a través del ejercicio y la exigencia, así como la parte mental mediante ejercicios de atención múltiple. Y por último, sin ser menos importante, la parte espiritual de las personas. Sino más bien como fortalecimiento de espacios para la reflexión sobre la necesidad de alcanzar el equilibrio de

todas las esferas que componen a la personalidad. Con espiritualidad me refiero a la búsqueda del conocimiento de todo lo que me compone.

De esta forma usaremos la técnica del clown con un enfoque principalmente encaminado a promover el autoconocimiento, tomando como secundarios los ejes de la técnica artística, la rigurosidad actoral y el aprendizaje de herramientas replicables, para así usar la herramienta artística como influencia potente en la inteligencia emocional de los participantes.

4.1 Fundamentos teóricos de la metodología didáctica propuesta

A lo largo de diez años de trabajo ininterrumpido realizando talleres y coordinando proyectos en distintas universidades como la PUCE (Pontificia Universidad Católica del Ecuador), UDLA (Universidad de las Américas), USFQ (Universidad San Francisco de Quito) entre otras, la estructura de las sesiones se ha ido transformando hasta llegar a la propuesta en este trabajo.

La guía para construir la metodología sin embargo ha sido el libro “El clown, un Navegante de las emociones” donde el autor español Jesús Jara ubica en su guía metodológica varias pautas para la preparación de una clase:

- Juegos físicos
- Juegos imaginativos
- Juegos de preparación
- y propuestas de improvisación con nariz

Sin embargo en este documento nos centraremos en proponer un producto generado luego de todos estos años de trabajo donde la metodología se ha construido en base a la experimentación de las siguientes cinco fases:

4.1.1 Precalentamiento

En esta etapa, que deberá durar apenas unos ocho minutos, el facilitador deberá asegurarse de que los participantes dejen, de forma simbólica, todas las preocupaciones y atenciones de la vida “ordinaria” fuera del espacio de trabajo. Para esto antes que nada, es imprescindible cuidar los siguientes detalles en el espacio de trabajo:

- Iluminación y ventilación.- Para crear una atmosfera ideal para empezar el trabajo, el facilitador procurará que la sala de trabajo esté bien iluminada y ventilada. Si posee ventanas estas deberán estar preferiblemente abiertas siempre y cuando la aclimatación de la sala sea lo más agradable posible para los participantes. El facilitador deberá cuidar que en climas extremos la sala cuente con calefacción o ventilación según fuera el caso. Sin embargo se deberá procurar siempre que las cortinas estén recogidas para facilitar la entrada de la luz natural. Esto no es un tema aislado, pues constituye el primer paso para obtener una atmosfera apropiada para el trabajo que vendrá posteriormente.
- Orden y limpieza.- Otro factor importante antes de empezar la sesión, es asegurarse de que las pertenencias de los participantes estén en un solo lugar de la sala y no generen desorden a la vista de todos, así como recoger la basura que pudiera estar tirada en el espacio. El trabajo que está a punto de empezar amerita atención, y el desorden y la suciedad pueden causar distracciones. Además de esta forma el facilitador inculcará en cada clase el respeto por el espacio de trabajo y la atención de cuidarlo para beneficio de todos.
- Intimidad.- Por último, el factor de la intimidad es sobre manera importante, ya que las técnicas que el facilitador usará generarán movimientos internos y emocionales en los participantes. Es imprescindible conseguir que el espacio de trabajo sea un lugar donde los participantes se sientan seguros de expresar sus sensaciones y reflexiones en la intimidad del grupo de trabajo. Por último las distracciones deberán ser totalmente anuladas para que la sesión no sea interrumpida.

Una vez asegurados estos aspectos se dará comienzo al precalentamiento. Como la palabra lo dice, esta etapa es una preparación al calentamiento físico, y las pautas de trabajo para el facilitador son las siguientes:

- Lograr desconexión de la vida fuera del espacio
- Provocar reflexión sobre las razones que los han llevado a estar presentes y comprometidos en el proceso

- Generar objetivos personales para la sesión y para la vida práctica durante todo el tiempo que dure el proceso

4.2.2 Calentamiento

La segunda parte de la sesión durará entre treinta y sesenta minutos dependiendo del número de sesión dentro del proceso propuesto, ya que existen objetivos de sesión que solo se podrían alcanzar mediante la exigencia física como camino para inhibir al intelecto, en esos casos el trabajo de calentamiento será de mayor o menor extensión.

Luego de haber concentrado en primera instancia la atención de los participantes, ahora llega el momento de empezar el movimiento. Aquí el facilitador deberá reforzar y crear aún más niveles de atención con el fin de desconectar a los estudiantes de todas las distracciones y preocupaciones habituales de la vida fuera del espacio de trabajo.

El objetivo del facilitador será centrarse en provocar la conexión entre los participantes, donde el factor más importante de comunicación será la “no-verbal”. Es decir los ejercicios deberán desembocar en juegos físicos que sin la necesidad de las palabras, los argumentos o las explicaciones puedan generen medios nuevos y creativos de comunicación, con el objetivo de ir aplacando la parte racional del cerebro y de esa forma motivar inconscientemente a los estudiantes a acercarse a la intuición y a estados mentales que no requieran de análisis previos y conscientes para la acción, esto solo puede lograrse mediante el juego.

Los aspectos más importantes de ésta parte de la sesión son:

- No emitir comentarios innecesarios, ni permitir conversaciones entre los participantes
- Mantener como pauta primordial la atención sobre el equilibrio del espacio de trabajo sin provocar acumulaciones de personas una sola sección de la sala
- Asegurar la mirada a los ojos entre los participantes en el cien por ciento de las actividades como regla incuestionable
- Provocar la atención sobre el tono y postura corporal manteniendo un lenguaje físico que demuestre apertura, elegancia y dinamismo durante todas las etapas de los ejercicios que se propondrán

- Exigir físicamente a los participantes, hasta el límite físico de ser necesario, manteniendo siempre la jovialidad y el carácter lúdico de los ejercicios

4.2.3 Calentamiento usando la nariz de clown

Ahora empezamos a abordar el trabajo relativo a la técnica del clown. Ésta parte de la sesión durará alrededor de cuarenta minutos aproximadamente, y el objetivo de la misma deberá ser tratar de eliminar los últimos remanentes de inhibición que podrían quedar aún en los participantes.

Una vez que la atención se ha enfocado, que los estudiantes tienen claro el objetivo de su presencia en el proceso, y una vez que han entendido que trabajar con la técnica del clown es algo serio, debemos hacer que los participantes comiencen a familiarizarse con la nariz.

Proponemos que el uso de la nariz como una máscara amerita un proceso previo de entendimiento sobre los conceptos filosóficos y teóricos de la técnica. Los mismos que están desarrollados en el marco teórico del presente trabajo.

El primer momento en el que se usa la nariz en una sesión, es decir de la forma en la que los estudiantes se acerquen a ella dependerá el éxito del proceso. El facilitador deberá generar el mayor compromiso mediante la sinceridad que cada uno de los participantes desee alcanzar en su trabajo con la nariz.

Es muy importante que el facilitador esté convencido de los fundamentos filosóficos del proceso que está llevando adelante. Por eso recomiendo que el estudio teórico de la técnica sea un factor importante en aquellos docentes que pretendan facilitar éste trabajo. En la bibliografía de éste estudio encontrarán fuentes interesantes que darán luz sobre las esferas psicológicas y emocionales del personaje clown.

Entonces, una vez que los participantes se hayan familiarizado con la nariz, entramos en otra etapa del calentamiento. Ésta es similar a la anterior pero ahora la actitud frente al ejercicio físico será distinta. El facilitador deberá sacar el mayor compromiso y desinhibición de los estudiantes mediante juegos físicos y simbólicos que generen juegos de rol, conexión con la mirada, complicidad e improvisación. Todo esto conectado con el trabajo previo de la atención mediante la escucha de todos los lenguajes corporales presentes en los participantes.

- En base a la experimentación de varios años de trabajo con innumerables grupos en distintos ambientes, se ha constatado (lo cual pretendemos demostrar en investigaciones complementarias y futuras) que existen varios aspectos que deben ser tomados en cuenta y que se han ido construyendo mediante la experimentación de las técnicas aquí expuestas. El facilitador del proceso deberá estar muy atento a los siguientes puntos en ésta etapa de la sesión: Comenzar el “calentamiento con nariz”, solo una vez que la etapa previa (Calentamiento) se haya llevado a cabo con total rigurosidad. Cuando la atención de los participantes esté enfocada, sus cuerpos estén calientes y relajados, la inhibición sea mínima, y sobre todo cuando la atmosfera de la sesión sea muy jovial y dinámica.
- Dar espacio para que el momento de empezar a usar la nariz sea armónico y donde los participantes puedan tener un momento íntimo para colocársela.
- El facilitador deberá evidenciar la diferencia entre el trabajo sin nariz y con la misma, exigiendo siempre y repetidamente el esfuerzo por alcanzar la sinceridad aplacando el pensamiento innecesario, el juicio y la intelectualidad.
- Una vez que se esté usando la nariz se deberán respetar dos códigos innegociables en la técnica: Las miradas conectadas entre sí, y la prohibición de tocarse o acomodarse la nariz.
- Se deben provocar juegos simbólicos donde los participantes deban poner a prueba su creatividad creando situaciones, manipulando objetos imaginarios, asumiendo roles, creando idiomas y rompiendo sus posturas corporales.

4.2.4 Improvisaciones

Todo el proceso de cada una de las sesiones desemboca en la hora de las improvisaciones. Del desarrollo armónico de todas las etapas precedentes dependerá el acertado efecto que las improvisaciones deberán dar a los participantes.

Este no puede ser un espacio de exposición negativa para los estudiantes. Pero debemos tomar en cuenta que es muy importante que los participantes pasen no solamente por momentos cómodos, sino sobre todo por situaciones complicadas, que seguramente van a poner a prueba los nervios de los estudiantes.

Es necesario aclarar que ésta es la parte más delicada de la sesión, y también la que amerita la mayor experticia por parte del facilitador, y por supuesto dicha habilidad solo se irá puliendo con la práctica y la necesidad del docente por ponerse a prueba entendiendo cada vez más los fundamentos filosóficos y técnicos del clown como disciplina teatral y como herramienta educativa.

Como la palabra lo indica, el principal factor de esta etapa es la “improvisación”. No pretendemos dar un mensaje erróneo a los participantes, pues todo proceso científico y disciplinado se basa en el orden y la réplica de aquellos mecanismos que han sido probados y que han descartado a las prácticas equivocadas. Pero, en la etapa de improvisación entramos en una especie de limbo, en donde planificar, pensar y estructurar dejan de tener tanta importancia, abrimos paso a otro tipo de lógica.

Justamente lo que buscamos es hacer que los participantes dejen de pensar con su parte intelectual, y que se acerquen a un concepto más abstracto del pensamiento, como es por ejemplo dejar que su cuerpo piense, no planificar como saldrán las cosas, y sobre todo que no tengan miedo a fallar, pues creemos que las actividades previas pueden generar este estado.

Este es el momento en donde el facilitador reforzará todas las premisas positivas de la metodología como por ejemplo la aceptación de sí mismo, la autoconfianza, el no juicio, la no identificación con las emociones negativas, etc. En definitiva ahora solo deberán vivir el presente y ser ellos mismos, una de las cosas más difíciles, y sin embargo el fin último de la metodología que propone el presente trabajo.

El momento de improvisar es la práctica más elevada de la sesión. Aquí debemos lograr que los participantes se desinhiban perdiendo el miedo al ridículo. Si la improvisación es guiada adecuadamente, el fracaso no será un enemigo de los estudiantes sino su aliado, es decir el que les permita vivir experiencias que generen aprendizajes, y en ésta nueva lógica un mecanismo espontáneo donde el público y el practicante se conectan mediante la identificación, pues todos fracasamos, todos tememos fallar, pero todos queremos hacerlo bien.

Por último, éste es el espacio para usar a las técnicas de forma terapéutica, pues creemos que en la aceptación de ser uno mismo son alcanzables estados en donde pueden expresarse las pasiones y excesos más bajos del ser humano, siempre y cuando sea innegociable la premisa de la búsqueda de la ternura y la inocencia en cada momento de la improvisación.

Dirigir una improvisación no es tarea fácil, y por eso remarco nuevamente que el facilitador deberá empaparse de los conceptos expuestos en el marco teórico de este estudio hasta el punto de estar convencido de ellos y encarnarlos en su práctica como docente, facilitador y ser humano.

Existen varias formas de asumir las improvisaciones en el ámbito de la investigación y la creación artística, sin embargo aquí proponemos aspectos que hemos descubierto son esenciales para transformar a la improvisación en una práctica que sobre todo tenga tintes terapéuticos, en el sentido de permitir la expresión y resolución de conflictos simbólicos mediante una actitud de apertura mental sin perder la mirada curiosa y apasionada de buscar dentro de uno mismo sin usar la mente, aunque esto suene paradójico. Los puntos más importantes a tomar en cuenta en esta etapa de la sesión serían los siguientes:

- Empezar las improvisaciones solamente cuando el grupo de participantes se encuentre en estado de euforia. Es decir luego de hacer ejercicio intenso o después de jugar activamente.
- Los escogidos para improvisar podrán ser voluntarios o no, pero todos deberán ser guiados para ver a la improvisación como una necesidad que se debe cultivar. Ya que es normal que los estudiantes no quieran hacerlo para no verse expuestos a situaciones difíciles de sobrellevar, es importante que el facilitador remarque cada vez la importancia de ponerse a prueba para progresar en todos los sentidos. No en función del clown o el arte solamente, sino en función de alcanzar mayor entendimiento sobre sus actitudes frente a los procesos de la vida
- La creatividad es muy importante para los participantes, pero sobre todo para el facilitador. Ya que él será el modelador de la actividad su palabra será la ley y el orden al momento de guiar las improvisaciones. Ese será un trabajo interior para él también, entonces aunque tenga que tener elaborados en su mente los parámetros de las situaciones para improvisar, deberá estar abierto al igual que los participantes a

pensar de nuevas formas, ser inocente y vivir el momento dejándose llevar por la improvisación misma, escuchando las propuestas o problemas que él o los estudiantes podrían tener, estando listo para facilitar nuevos caminos de búsqueda para los estudiantes que improvisan. Es un trabajo de doble dirección.

- Luego de cada improvisación el facilitador deberá remarcar las oportunidades de mejora, así como aclarar los aciertos y felicitarlos. Es muy importante que pese a que una improvisación haya tenido muchas falencias, el estudiante no termine demasiado contrariado ni desmotivado.
- Por ninguna razón el público, es decir los compañeros podrán emitir juicios sobre la improvisación realizada, ni antes, ni durante, ni después de la misma. La única autoridad para pesar el trabajo será el facilitador con total madurez y equilibrio.
- Las improvisaciones deberán durar mientras el público se encuentre activo y deberán terminar o pausar cuando el grupo empieza a perder atención.
- Ahora llegará el momento de improvisar tanto participantes como facilitador. Esperamos que siguiendo cabalmente las indicaciones de este apartado, el acto de improvisar se convierta en un reto apasionante para quienes improvisan y también para aquellos que deben dirigir el ejercicio.

4.2.5 Reflexión

Esta es la última parte de la sesión y aquí el facilitador deberá empezar a cerrar la misma de la forma más armónica y controlada posible. Todas las actividades deberán ser analizadas a través de las experiencias de los participantes.

Igual que al empezar, nuevamente el grupo regresará al círculo, pues de forma simbólica deberán volver a estar todos en una posición de diálogo, en un campo visual donde nadie da la espalda y donde todos perciban su lugar específico formando el grupo.

Este es el espacio donde los participantes podrán emitir comentarios sobre lo que les gustó, aquello que no, lo que les motivo, les fastidio, o de los aprendizajes que pueden haber tenido a largo de la sesión.

Así mismo es la oportunidad para que el facilitador se explye comentando el significado y propósito de los ejercicios de la jornada. Además deberá estar atento para saber contestar a todas las inquietudes que podrían aparecer, modelar los debates que podrían suceder y para enfocar el diálogo hacia los objetivos de la sesión si es que estos se empiezan a perder de foco.

Y por último, es el momento de la tarea. Parte importante del impacto de la metodología, radica en la posibilidad de hacer que los participantes lleven el trabajo realizado a su vida cotidiana. La forma es una tarea semanal que los participantes deberán tratar de cumplir disciplinadamente, siempre tratando de disfrutarla, divertirse con ella y aprender cosas practicándola. En la siguiente sesión deberá haber un espacio en la reflexión para hablar de los aprendizajes y experiencias que la tarea les dio en la semana.

Esta es talvez la sección más profunda de la propuesta, ya que a través de la práctica hemos constatado que el momento primordial para reforzar los conceptos de la metodología y para conciliarlos con el intelecto (ya que durante toda la sesión hemos intentado aplacarlo) es la reflexión. La técnica propuesta es el producto de la experimentación y el descubrimiento de los aspectos más relevantes para lograr el cometido último de la jornada, y los puntos más importantes a tomar en cuenta son:

- Formar el círculo para comenzar la reflexión, en el momento adecuado. Es decir cuando las improvisaciones aún mantienen la atención de los participantes y no cuando los estudiantes estén desgastados o aburridos.
- Realizarlo siempre en círculo, sin dejar a ningún participante fuera.
- Pedir que los estudiantes voluntariamente hablen de sus experiencias. Y para eso recordarles sintética y sistemáticamente todos los ejercicios que se hicieron en la sesión con el fin de crear el camino para que los estudiantes comuniquen si sus expectativas fueron cumplidas en la sesión, y sobre todo para que el mismo facilitador entienda cuál es el proceso actual del estudiante. Cómo están sus emociones, su ánimo, qué preguntas se está haciendo, sobre qué está trabajando y en qué cosas se deberá poner más énfasis al facilitar las actividades para él.

- Hacer que todos los comentarios emitidos estén siempre encaminados a generar reflexiones positivas sin juicios de valor, y sin que existan comentarios negativos hacia ninguno de los participantes.
- El facilitador deberá estar claro del sentido de cada uno de los ejercicios y también tener muy presente cuál es su objetivo como docente, para que la reflexión esté guiada de la forma más constructiva posible.
- Al hablar de la tarea el facilitador deberá proteger a la persona que comunica sus aprendizajes, y estar muy atento para comentar sus experiencias en un espacio de construcción, sin que nadie pueda sentirse juzgado.
- Al momento de dar la tarea para la semana, las directrices deben ser muy claras y se deberá asegurar de que todo quede claro.

4.3 Propuesta de actividades

Cada planificación debe estar basada en condensar la técnica, la psicología y el aspecto educativo en un tiempo limitado, y ser una pieza del rompecabezas metodológico que proponemos en las siguientes diez sesiones. Por esto pretendemos que las actividades aquí compiladas se conviertan en una herramienta pedagógica lo más profesional y científica posible para todos aquellos que ejerzan la educación como proceso transformador de la sociedad, y aquellos que tengan la influencia para colocar procesos como este dentro de la educación especializada y formal.

A continuación, presentamos el proceder metodológico de la propuesta de este trabajo. El mismo ha sido elaborado en base a la experiencia de trabajar ocho años en el ámbito de los proyectos estudiantiles de vinculación y el trabajo de investigación anteriormente planteado. Aquello que nació como una forma de llevar el clown a espacios universitarios, esperamos se convierta mediante este trabajo sistemático, en una herramienta complementaria del sistema formal de educación universitaria.

El presente producto metodológico está diseñado para ser contextualizado a cualquier realidad, pues el factor principal de la guía para el facilitador será siempre la búsqueda de la improvisación basada en objetivos claros. El desarrollo de la creatividad será un factor importante al momento de aportar a espacios educativos con el fin de que sean más sanos e integrales.

4.3.1 Esquema de sesiones

1. Patch Adams. Un discurso necesario
2. Fundamentos de la técnica. La esfera emocional del clown
3. Confianza en un espacio seguro y libre de juicios 1
4. La nariz, la máscara, yo mismo
5. La vida a través del estado clown 1
6. Blanco y Augusto. El orden y el caos
7. La vida a través del estado clown 2
8. Confianza en un espacio seguro y libre de juicios 2
9. La escucha grupal
10. Recordando mi niño interior

Sesión 1. Patch Adams, Un discurso necesario.

Nombre del proyecto: JAMBI CLOWN PUCE			
OBJETIVO DE SESION	Acercar a los participantes a espacios de reflexión sobre el sentido de la risoterapia y la técnica del clown, con el fin de crear cimientos firmes acerca de la filosofía del proceso de aprendizaje en técnicas de clown.	NUMERO DE SESIÓN	01
CONTENIDOS	<ul style="list-style-type: none"> • El ridículo es parte de mí, no debo temerle. • La Risoterapia tiene varios componentes, entre ellos: filosófico, político y espiritual. 		
PROGRESIÓN DE ACTIVIDADES	AVTIVIDAD	MATERIALES REQUERIDOS	TIEMPO (MINUTOS)
Pre calentamiento	<ul style="list-style-type: none"> • Video documental Patch Adams. • Foro • Hola, mi nombre es. 	Infocus Sonido	50 Min
Calentamiento	<ul style="list-style-type: none"> • Caminata por el espacio. <ul style="list-style-type: none"> ○ Saludos ○ Abrazos ○ Saludando a mi mejor amigo ○ Cargadas 	N/A	40 Min
Calentamiento con nariz	N/A (La nariz se usará a partir de la cuarta sesión)	N/A	N/A
Improvisaciones	<ul style="list-style-type: none"> • Ejercicio: El comercial 	Todos los que los participantes quieran usar en la improvisación.	60 min
Reflexión	<ul style="list-style-type: none"> • Círculo de reflexión • Tarea semanal <p>Nota: Los tiempos de las actividades son referenciales, pero dependerán de la dinámica y atención del grupo que el facilitador los acorte o alargue.</p>	N/A	30 min

Descripción de actividades

○ Pre calentamiento

- **Video documental (25 min)**

El video se encuentra colgado en YouTube en el siguiente link: www.iushcisuhdcisudc.com

El video muestra el primer encuentro de payasos de hospital realizado en Ecuador en el año 2006 con la presencia del Dr. Hunter Patch Adams como invitado especial. Es importante que los estudiantes conozcan un breve prólogo de lo que verán, ya que el objetivo de la

actividad deberá ser abrir las mentes y los corazones de los estudiantes para que puedan recibir de mejor manera los conceptos que difunde el video. El facilitador deberá nombrar lo siguiente:

- En el 2006 Patch visitó por primera vez el Ecuador.
- La visión de Patch Adams sobre la risoterapia tiene ejes muy marcados: Filosófico, político y espiritual.
- El video fue hecho por el entonces documentalista del programa de televisión nacional “La televisión”. Rodrigo Robalino, un gran hombre que estuvo muy tocado por el trabajo de Patch y lo siguió documentando toda la experiencia en esa visita. Rodrigo Robalino murió a causa de cáncer pocos años después.
- Luego del video se realizará un conversatorio para comentar cuáles han sido las cosas más importantes que los estudiantes encontraron en el mismo.

Durante el video toda la sala deberá estar en silencio y atentos a los detalles del video.

Una vez que este termine el facilitador hará las siguientes preguntas para provocar el conversatorio:

- ¿Comenten qué les pareció?
- ¿Qué los conmovió?
- ¿En qué están de acuerdo o desacuerdo?
- ¿Algo los motivó?

Es común que los estudiantes al ser la primera sesión estén aún cohibidos y necesiten algo de confianza para empezar a expresarse. El trabajo del facilitado deberá ser crear el ambiente necesario para que los estudiantes puedan comunicar sus sensaciones en un espacio seguro y libre de juicios. Si los estudiantes no quieren hablar, el facilitador deberá encontrar la forma dando ejemplos de sus propias observaciones de la forma más sincera. Sin embargo, dado que es entendible que los estudiantes no quieran hablar, si fuera el caso, se deberá forzar las intervenciones escogiendo arbitrariamente a la persona que deberá hacer un comentario. Siempre cada comentario podrá desembocar en un pretexto para reflexionar o debatir.

Es responsabilidad del facilitador modelar la conversación para que no existan juicios negativos de valor sobre los comentarios expuestos y para que las intervenciones se desarrollen con orden y disciplina.

- **Hola mi nombre es.**

Luego de haber terminado el conversatorio y de tener un brevísimo receso, los estudiantes deberán formar un círculo grande en la sala. La misma que ya deberá estar despejada y ordenada.

Cuando todos estén listos, el facilitador entrará al centro del círculo y con voz fuerte y segura explicará que todos deberán realizar la siguiente actividad, y la misma consiste en pasar el centro y de la forma más calmada y controlada decir la siguiente frase: “Hola, mi nombre es Jaime. Bienvenidos queridos compañeros y queridas compañeras”. Todo esto mientras tratan de cumplir a cabalidad las siguientes premisas:

- Desde el centro del círculo con el cuerpo relajado y suelto.
- Girando mientras mira a los ojos de todos los compañeros que lo rodean, manteniendo TODO el tiempo el contacto visual.
- Y pronunciando solo las vocales de las palabras que contienen la frase “Hola, mi nombre...” Es decir: “oa, i oe e aie. Ieeioseiosoaeo y eiaoea”

El facilitador dará el ejemplo haciéndolo con soltura y seguridad, y una vez que cada uno de los participantes lo haga (deberán hacerlo todos) él con voz firme y autoridad deberá corregir cada vez que alguien pierda el contacto visual con el círculo, deje de girar o no se esfuerce por lograr el ejercicio.

Reflexión de la actividad.-Todos vivimos con un miedo intrínseco al ridículo. Ello no nos permite ser nosotros mismos, ya que necesitamos una máscara para ocultar los fracasos que nos hacen sentir ridículos. Ahora, en un espacio como el que estamos construyendo, hacer el ridículo no tiene importancia pues todos lo harán. Al final nos daremos cuenta de que hacer el ridículo jugando ante la vista de todos es relajante, y alcanzar el control necesario para no dejarse vencer por ese miedo es reparador. Aprendamos de los niños, ellos no temen hacer el ridículo y por eso son tan sinceros y puros.

○ **Calentamiento**

• **Caminata por el espacio**

Luego de romper el círculo el facilitador pedirá a todos que caminen por el espacio remarcando las siguientes directrices.

- Caminar de forma activa, al ritmo que el facilitador proponga mediante palmadas. Con el cuerpo recto, activo, dispuesto para el juego. Con la actitud llamada “¿Dónde está la fiesta?”
- Una vez alcanzado un ritmo activo y homogéneo, se pedirá que todos equilibren el espacio, caminando a los sitios que están vacíos sin amontonarse en una sola sección de la sala.
- Alcanzado el equilibrio, se pedirá a los participantes que fijen su mirada en los ojos de todos los compañeros con los que se cruzan, sin ensimismarse nunca. Manteniendo el contacto visual siempre y a cada momento de la marcha.
- Todos caminan sin emitir comentarios verbales durante todo el ejercicio. Los estudiantes no deben hablar.

Una vez que se han alcanzado todos estos puntos, el ejercicio tiene varias etapas que consisten en lo siguiente:

- a) Saludos.- Al sonido de la palmada, todos buscarán a un compañero que esté cerca y lo saludan con la mano sin perder el contacto visual, luego seguirán caminando.
- b) Abrazos.- Al sonido de la palmada, todos se abrazarán con la persona que tengan más cerca. Luego seguirán caminando. Luego de varias repeticiones, se les pedirá a los participantes que se abracen cada vez de formas distintas, inventando en el momento nuevas y creativas formas de abrazar utilizando todo el cuerpo.
- c) Saludando a mi mejor amigo.- Una vez que todos estén abiertos y disponibles para jugar luego del contacto físico provocado anteriormente, el facilitador explicará la siguiente situación: Todos imaginarán que al sonido de la palmada van a saludar a su mejor amigo o amiga. A aquel a quien le cuentan todo y comparten cada momento de su vida. Pero cada vez que se realice el ejercicio la complejidad del saluda irá

cambiando. Empezando por saludarlo luego de no verlo un día, luego una semana, un mes y un año. En cada una de esos contextos, los cuales el facilitador irá revelando paulatinamente, el saludo deberá ser cada vez más efusivo. Así mismo se deberá permitir que los participantes se preparen antes de cada saludo mientras el facilitador remarca el contexto de cada saludo. Al final de cada etapa también se verá dejar un tiempo corto en donde los estudiantes puedan expresar la euforia de cada saludo para luego volver a la marcha sin emitir comentarios innecesarios.

- d) Cargadas.- Al sonido de la palmada, todos cargarán al compañero que esté más cerca. Se llevará a cabo una corta competencia por quién es capaz de cargar primero al otro, sin lenguaje verbal, y sobre todo y MUY importante: SIN TINTES DE VIOLENCIA en el ejercicio. Esta parte del ejercicio se puede hacer varias veces haciendo que dos personas carguen a uno, tres a uno, etc.

○ **Improvisaciones**

• **El comercial**

Casi estamos llegando a la parte final de la sesión, si todo se ha llevado a cabo armónicamente y siguiendo al pie de la letra las direcciones de este instructivo, las improvisaciones deberán ser una fuente de risa y relajación para todos, y además de todo un motivo de reflexión para la vida práctica.

La premisa de la improvisación será: Trabajar en grupos de mínimo 6 y máximo 10, y crear una dramatización que represente un comercial de Tv. El producto a ofrecer será inventado y con características especiales. Por ejemplo, unas gafas que hagan que la gente pueda ver a través de las paredes, y que además logren hacer que el que las usa se vea irresistible y conquistador, etc. El tiempo de preparación será 15 minutos aproximadamente y cada grupo decidirá cómo trabajar en ello haciendo que todos participen.

Una vez que la preparación se ha llevado a cabo y que se ha escogido el orden en el que los grupos presentarán su improvisación, se procederá a las improvisaciones siguiendo las indicaciones:

- El grupo estará listo detrás de un biombo o en un lugar en donde no sean visibles para el público (el resto de compañeros).

- EL facilitador deberá animar al grupo pidiendo que respondan preguntas al unísono de forma efusiva. Como por ejemplo: Respondan alto y fuerte ¿están listos? ¡Rujan como leones! etc.
- La primera vez que se presentará la escena podrán ocupar todo el tiempo que quieran, siendo siempre conscientes de los detalles de la misma para repetirlos luego.
- La segunda vez el tiempo será limitado, ahora el grupo solo tendrá 20 segundos para hacerlo manteniendo los detalles y el sentido. El facilitador contará en voz alta y cuando termine de hacerlo la escena deberá haber terminado y el grupo tendrá que estar ya detrás del biombo.
- La tercera y última vez que la presenten solo tendrán 10 segundos, de igual forma el facilitador contará en voz alta.

Reflexión de la actividad.- Cuando se termine el turno de cada grupo se reflexionará sobre la diferencia entre representar la escena bajo la presión del tiempo y sin ello. Y de cómo la espontaneidad está ligada a la inhibición de los procesos mentales, es decir al no tener tiempo para pensar.

○ **Reflexión final**

• **Círculo de reflexión**

Finalmente se formará nuevamente un círculo todos sentados en el piso. El facilitador creará el espacio para que voluntariamente los participantes expresen sus ideas, aprendizajes de la sesión, frustraciones, sensaciones y proyecciones en el trabajo del clown y la vida.

• **Tarea semanal**

La tarea que deberán cumplir los participantes en la semana será la siguiente: “Cada día y a toda hora, busco mirar conscientemente a los ojos de todas las personas con las que realizo una transacción o un intercambio. Por ejemplo: La persona que cobra el pasaje en l bus, el panadero, la persona que atiende en la gasolinera, etc. Solo busco mirarlo mientras soy consciente de estar haciendo la tarea y grabo las impresiones”

Sesión 2. Fundamentos de la técnica. La esfera emocional del clown

Nombre del proyecto: JAMBI CLOWN PUCE				
OBJETIVO DE SESION	Comprender las características emocionales del personaje clown relacionando el autoconocimiento con el estudio de la técnica y sus aplicaciones en la vida cotidiana.	NUMERO DE SESIÓN	02	
CONTENIDOS	<ul style="list-style-type: none"> El miedo al ridículo como un obstáculo para la sinceridad Para desarrollar la creatividad y la sinceridad, lo emocional debe estar sobre lo racional 			
PROGRESIÓN DE ACTIVIDADES	ACTIVIDAD	MATERIALES REQUERIDOS	TIEMPO (MINUTOS)	
Pre calentamiento	<ul style="list-style-type: none"> Círculo inicial 	N/A	10 Min	
Calentamiento	<ul style="list-style-type: none"> Caminata por el espacio. <ul style="list-style-type: none"> Saludos distintos Abrazos distintos La gran verdad 	N/A	60 Min	
Calentamiento con nariz	N/A (La nariz se usará a partir de la cuarta sesión)	N/A	N/A	
Improvisaciones	<ul style="list-style-type: none"> Ejercicio: La anécdota 	Silla	40 min	
Reflexión	<ul style="list-style-type: none"> Círculo de reflexión Tarea semanal <p>Nota: Los tiempos de las actividades son referenciales, pero dependerán de la dinámica y atención del grupo que el facilitador los acorte o alargue.</p>	N/A	30 min	

Descripción de actividades

○ Pre calentamiento

• Círculo inicial

Inicia la segunda sesión. Es muy importante que el facilitador refuerce el compromiso de todos con el proceso y cree una filosofía de unión con el grupo y sinceridad en la búsqueda personal.

En esta sesión, y en las posteriores ya se trabajará sin zapatos y con ropa cómoda para hacer ejercicio. Previamente en la sesión anterior el facilitador habrá explicado la importancia de trabajar sin zapatos y de tener ropa especial para trabajar. Los pies descalzos posibilitan una sensación más aguda del espacio y un cuidado por no hacer o hacerse daño, le dan al cuerpo una delicadeza distinta y esto es necesaria al hacer trabajo físico en un grupo grande. Y por último es muy importante que los estudiantes se sientan cómodos al momento de jugar y realizar las actividades, para que así sus mentes no estén ocupadas en cuidar su ropa. Repito, el atuendo para trabajar debe ser especialmente escogido para trabajar y los estudiantes deberán cambiarse de ropa antes de empezar la sesión.

Para esto, el facilitador formará un círculo con todos de pies, les pedirá que se tomen de las manos y que cierren los ojos. Se debe remarcar siempre que el grupo venza la dificultad de cerrar los ojos, pues siempre existirán aquellos que no lo quieran hacer o que simplemente no puedan hacerlo por no estar acostumbrados. El facilitador cuidará de que la premisa se respete.

Cuando el grupo haya formado el círculo y estén todos atentos y dispuestos para comenzar la clase, el facilitador comenzará un corto discurso sobre el origen del payaso. Para esto es de suma importancia que el facilitador esté familiarizado con los conceptos del marco teórico de éste trabajo. Solo así él podrá entender cuáles son los fundamentos más importantes que construyen al personaje clown a través de la historia y también lo que simboliza en el imaginario de la gente y en el inconsciente colectivo de las culturas. Como ayuda para éste momento el facilitador deberá guiarse mediante los siguientes puntos.

- El clown de circo.- Cuando apareció la carpa hacía falta un personaje que entretuviera al público mientras preparaban el escenario para los siguientes números. Entonces trajeron al loco del pueblo, un pobre diablo que no tenía donde caerse muerto, pero poseedor de una sinceridad e inocencia bárbaras. Le pidieron que haga lo mismo que hace en la plaza mientras está borrachín o tratando de hacer nuevos amigos.
- El trabajador del circo.- Ya que era un pobre diablo, estar en el la carpa era su gran oportunidad, y la aprovechaba poniéndose debajo de todos para no perder su lugar en el circo. De ahí su humildad.

- A través de los años.- El payaso se ha convertido de un personaje grotesco que actuaba para mucha gente, en un personaje más íntimo y estilizado gracias al estudio y academizarían de la técnica del clown.
- Ejemplos de clown.- La comedia del arte, Pulchinela que llegaba a la gran ciudad cargado de sueños e inocencia a buscar un amo a quien servir. Cantinflas en el cine al igual que Chaplin, vagabundos con corazones prestos a ayudar al que más necesita sin medir las consecuencias de faltar a la ley y el orden.
- El clown y los niños.- Así como el niño está fuera de la sociedad y trata con toda su inocencia ser parte de la misma, así mismo el clown representa aquello más frágil de nosotros mismos, y por eso al alcanzar el no-miedo a la vulnerabilidad la magia, la poesía e inocencia del clown puede aparecer. Ahí radica la identificación de todo tipo de público con un buen clown.

Nuevamente recomendamos que el facilitador se familiarice con los conceptos del presente estudio, para que así construya su propio discurso.

○ **Calentamiento**

• **Caminata por el espacio**

Esta es una variación del ejercicio de la sección “Calentamiento” en la sesión número 1.

- Caminar de forma activa, al ritmo que el facilitador proponga mediante palmadas. Con el cuerpo recto, activo, dispuesto para el juego. Con la actitud llamada “¿Dónde está la fiesta?”
- Una vez alcanzado un ritmo activo y homogéneo, se pedirá que todos equilibren el espacio, caminando a los sitios que están vacíos sin amontonarse en una sola sección de la sala.
- Alcanzado el equilibrio, se pedirá a los participantes que fijen su mirada en los ojos de todos los compañeros con los que se cruzan, sin ensimismarse nunca. Manteniendo el contacto visual siempre y a cada momento de la marcha.

- Todos caminan sin emitir comentarios verbales durante todo el ejercicio.
Los estudiantes no deben hablar.

Variaciones:

- a) Saludos.- Al sonido de la palmada, todos buscarán a un compañero que esté cerca y lo saludan con la mano sin perder el contacto visual. Pero ahora en cada ocasión deberán realizar un saludo distinto, usando los brazos, los codos, el cuello, la frente, etc.
- b) Abrazos.- Al sonido de la palmada, todos se abrazarán con la persona que tengan más cerca. Luego seguirán caminando. Luego de varias repeticiones, se les pedirá a los participantes que se abracen cada vez de formas distintas, inventando en el momento nuevas y creativas formas de abrazar utilizando todo el cuerpo y aumentando el número de personas, es decir en parejas, grupos de tres, cuatro y así sucesivamente.

- **La gran verdad**

Este ejercicio se debe realizar sin romper la dinámica alcanzada en el ejercicio anterior, es decir mientras el grupo sigue caminando por el espacio buscando el equilibrio del mismo y sin perder el contacto visual.

El facilitador pondrá una silla en el centro de la sala y pedirá que cada participante escogiendo su turno de forma intuitiva, cuándo sienta que está preparado se pare en la silla y diga en voz alta, fuerte y segura: “Mi nombre es Jaime y.....” A continuación deberá expresar algo que él o ella consideren es una verdad. Sin importar que fuere, desde lo más simple como “las hormigas son pequeñas” hasta algo complejo como “El átomo es una parte minúscula de la materia” lo deberán expresar con gran seguridad.

Cuando eso suceda con cada uno, el resto del grupo deberá quedarse quieto y fijar la mirada a la persona que está sobre la silla, y en cuanto termine de expresar su verdad todos al unísono explotarán en un gran y efusivo aplauso, lleno de frases de aliento y admiración a la persona que acaba de hablar. Mientras él o ella deberán cumplir la siguiente premisa al pie de la letra:

- Quedarse quieto, inmutable, dejándose llevar por el momento pero sin expresar ninguna actitud exterior como apoyar el aplauso, hacer muecas o

pedir más aplausos. La orden será quedarse mirando a los ojos de sus compañeros, con los brazos caídos a los lados del cuerpo y sin exagerar ninguna reacción automática al nerviosismo natural de estar siendo aplaudido. Vivir el momento y guardar las impresiones.

Luego de un tiempo razonable para que cada participante tenga la oportunidad de trabajar sobre su miedo a estar expuesto, el facilitador le agradecerá y el grupo volverá a estar en movimiento hasta que otra persona se suba a la silla. Así se hará hasta que todos hayan pasado por la silla.

Reflexión de la actividad.- El facilitador deberá estimular la sinceridad de todos reforzando la premisa de no reaccionar automáticamente. Cada persona deberá tratar de entender las sensaciones que se le presenten en ese momento y preguntarse internamente por qué algo tan simple podría, en la mayoría de los casos, ser una proeza que amerita soltura y concentración casi extremas.

○ **Improvisaciones**

• **La anécdota**

Luego de un breve receso al terminar la actividad anterior, todos deberán colocarse dispuestos en el espacio como si fueran un público, dejando un lugar que simule a un escenario donde estará dispuesta una silla. Voluntariamente o cuidando un orden específico, como decida el facilitador, cada uno deberá pasar al escenario, sentarse en la silla y contar una anécdota siguiendo las siguientes premisas:

- La anécdota deberá ser real y debe narrar una situación muy apasionante. La más importante de la vida, aquella que cuando sucedió quisieron contarle a su mejor amigo o a la persona que más apreciaban. Si la persona no tiene una anécdota así de importante deberá contar la mayor emoción de su vida, aunque crea que no es importante.
- Mientras la cuentan deberán hacerlo tratando de cautivar la atención del público, tomando en cuenta a todos y narrando la historia con soltura y seguridad.

- Todos deberán hacer el ejercicio, el facilitador no permitirá que una persona presente no lo haga.
- Al terminar el facilitador pedirá aplausos para el participante que acaba de hablar.
- Durante el ejercicio el público no podrá emitir ningún comentario y el facilitador deberá asegurarse de aquello.

Reflexión de la actividad.- Será importante que cada persona guarde sus impresiones durante la actividad, que internamente se pregunte las raíces de sus inseguridades, o de su seguridad si fuera el caso. Siempre deberá remarcarse la dificultad normal de mantener el contacto visual con el público y la observación de sí mismos para encontrar los mecanismos que la refuerzan.

○ **Reflexión final**

- **Círculo de reflexión**

Finalmente se formará nuevamente un círculo todos sentados en el piso. El facilitador creará el espacio para que voluntariamente los participantes expresen sus ideas, aprendizajes de la sesión, frustraciones, sensaciones y proyecciones en el trabajo del clown y la vida.

También el facilitador alentará a los participantes para que cuenten sus experiencias alrededor de la tarea semanal. Es de suma importancia que el facilitador esté familiarizado con la filosofía y metodología del presente trabajo para tener el criterio de guiar a los estudiantes estimulando sus búsquedas personales.

- **Tarea semanal**

La tarea que deberán cumplir durante la semana será: “Cada día y a toda hora trato de ser consciente de todas las puertas por las que paso. Y siendo consciente de estar cumpliendo la tarea, sonrío al atravesarlas. Durante el día, cada vez que me acuerdo de la tarea, reflexiono sobre cuantas veces he sido consciente de las puertas que he cruzado”

Sesión 3. Confianza en un espacio libre de juicios I

Nombre del proyecto: JAMBI CLOWN PUCE			
OBJETIVO DE SESION	Generar un espacio seguro y libre de juicios, mediante juegos físicos y de exposición gradual con el fin de afianzar la confianza del grupo y potenciar el interés y compromiso de los participantes en el proceso.	NUMERO DE SESIÓN	03
CONTENIDOS	<ul style="list-style-type: none"> • El cuerpo es una herramienta para la expresión y la comunicación • El trabajo en grupo mediante la sinceridad y el compromiso 		
PROGRESIÓN DE ACTIVIDADES	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD O NOMBRE DE LA DINÁMICA	MATERIALES REQUERIDOS	TIEMPO (MINUTOS)
Pre calentamiento	<ul style="list-style-type: none"> • Círculo inicial 	N/A	10 Min
Calentamiento	<ul style="list-style-type: none"> • Caminata por el espacio. <ul style="list-style-type: none"> ○ Saludos ○ Abrazos • Uno, dos, tres, cuatro... 	N/A	50 Min
Calentamiento con nariz	N/A (La nariz se usará a partir de la cuarta sesión)	N/A	N/A
Improvisaciones	<ul style="list-style-type: none"> • El contrapeso 	N/A	50 min
Reflexión	<ul style="list-style-type: none"> • Círculo de reflexión • Tarea semanal <p>Nota: Los tiempos de las actividades son referenciales, pero dependerán de la dinámica y atención del grupo que el facilitador los acorte o alargue.</p>	N/A	30 min

Descripción de actividades

○ Pre calentamiento

• Círculo inicial

Esta será la tercera sesión, y el principal objetivo será lograr que los participantes se comprometan más aún con el trabajo que han venido realizando. En éste momento, si las cosas se han venido haciendo de forma armónica y siguiendo las directrices del presente

trabajo, los participantes estarán entusiasmados de asistir a una nueva sesión, sin embargo también tendrán mucha expectativa acerca de las actividades que se realizarán. Una de esas dudas o curiosidades será seguramente ¿cuándo empezarán a usar la nariz?

El hecho de que hasta la tercera sesión no existan actividades que impliquen el uso de la nariz radica en dos cosas. La primera en crear expectativa, y de esa forma generar respeto al uso de la misma mediante el misterio. Y segundo y lo más importante será que los estudiantes entiendan que aún no están listos para hacerlo. Esto último deberá ser aclarado por el facilitador cada vez que tenga oportunidad de hablar sobre el tema de la técnica y del uso de la nariz.

Una vez que el grupo se haya calmado y que el facilitador haya logrado la atención y silencio por parte del grupo, él dará las siguientes premisas.

- Hará que los participantes se contesten a sí mismos mentalmente por qué están ahí. Es decir por qué no en otro lugar y qué fue lo que los movió a asistir a la clase de ese día.
- Pedirá a todos que se contesten también mentalmente qué es lo que ellos han llevado a la sesión en ese momento. Alegría, rabia, entusiasmo, etc. Que lo reconozcan y que a la cuenta de tres, lo griten con todas sus fuerzas.

Justamente luego del grito, rápidamente abrirán los ojos y comenzarán a caminar por el espacio.

○ **Calentamiento**

• **Caminata por el espacio**

Luego de romper el círculo el facilitador pedirá a todos que caminen por el espacio remarcando las siguientes directrices.

- Caminar de forma activa, al ritmo que el facilitador proponga mediante palmadas. Con el cuerpo recto, activo, dispuesto para el juego. Con la actitud llamada “¿Dónde está la fiesta?”

- Una vez alcanzado un ritmo activo y homogéneo, se pedirá que todos equilibren el espacio, caminando a los sitios que están vacíos sin amontonarse en una sola sección de la sala.
- Alcanzado el equilibrio, se pedirá a los participantes que fijen su mirada en los ojos de todos los compañeros con los que se cruzan, sin ensimismarse nunca. Manteniendo el contacto visual siempre y a cada momento de la marcha.
- Todos caminan sin emitir comentarios verbales durante todo el ejercicio. Los estudiantes no deben hablar.

Una vez que se han alcanzado todos estos puntos, el ejercicio tiene varias etapas que consisten en lo siguiente:

- e) Saludos.- Al sonido de la palmada, todos buscarán a un compañero que esté cerca y lo saludan con la mano sin perder el contacto visual, luego seguirán caminando.
- f) Abrazos.- Al sonido de la palmada, todos se abrazarán con la persona que tengan más cerca. Luego seguirán caminando. Luego de varias repeticiones, se les pedirá a los participantes que se abracen cada vez de formas distintas, inventando en el momento nuevas y creativas formas de abrazar utilizando todo el cuerpo.

- **Uno, dos, tres, cuatro...**

Una vez que se haya logrado un estado de euforia luego del ejercicio anterior y manteniendo siempre la marcha por la sala, el facilitador hará que los participantes sigan siempre caminando manteniendo las premisas de la marcha por la sala y explicará que cada vez que él diga el número “uno” todos harán la siguiente actividad:

- Saltar con los brazos en alto de frente al compañero que más cerca tengan en ese momento y chocar las palmas mientras los dos están en el aire sin perder el contacto visual. Y deberán hacerlo repetidamente siempre con una persona distinta hasta que el facilitador diga que paren.

Luego, cuando él pronuncie el número “dos”, harán lo siguiente:

- Con la persona que esté más cerca en ese momento, jugarán a intentar atravesarlo como si fuera una pared, pero la pared hará todo lo posible para no dejar que la atraviese. En este punto ambos serán pared y ambos serán quien quiere pasar. Por esto el juego de tratar de pasar será jocoso ya que los dos estarán intentando lo mismo hasta que el facilitador de la orden de parar. **ES MUY IMPORTANTE QUE LOS PARTICIPANTES NO USEN LA VIOLENCIA.** El facilitador deberá controlar que los forcejeos **NUNCA** tengan tintes de violencia.

Al decir el número “tres”:

- Pasarán por debajo de las piernas de aquel que tengan más cerca, y en seguida el otro pasará por la de ellos. Repitiendo la acción siempre con una persona distinta hasta que el facilitador marque el stop.

Cuando el facilitador diga “cuatro”:

- Todos deberán saltar dando un giro en el aire y continuar caminando.

Cuando se pronuncie el número “cinco”:

- Deberán acostarse y volverse a levantar en seguida para seguir caminando por la sala.

Este ejercicio tiene variaciones infinitas y el facilitador podrá proponer, dentro de esta misma lógica, las que él considere pertinentes.

Una vez que hayan quedado claras las premisas para cada número, el facilitador pronunciará los números de forma indistinta y en ritmos distintos, obligando al grupo a reaccionar rápidamente a la orden que está siendo emitida.

○ **Improvisaciones**

• **El contrapeso**

- Primera parte.- Se harán grupos de máximo ocho personas formando un círculo por grupo. Secuencialmente pasarán uno por uno al centro y colocando los pies juntos sin moverlos del piso dejarán caer su peso en

dirección hacia sus compañeros. De esta forma su peso será distribuido con el cuidado de cada una de las personas que forman el círculo. Lo más importante será que aquellos que están sosteniendo el peso lo hagan con cuidado y cariño, tratando de que la persona que está en el centro pueda relajarse y hacerlo con confianza. Esto durará más o menos dos minutos por persona.

- Segunda parte.- Ahora se harán tríos. Con el mismo principio anterior dos de ellos se colocarán adelante y atrás de un tercero que estará el centro. Paulatinamente la persona del centro dejará caer su peso adelante y atrás en la confianza de que sus dos compañeros lo recibirán y empujarán en forma de péndulo de la forma más cuidadosa posible. Cada integrante del trío deberá estar en el centro en algún momento. El ejercicio durará alrededor de tres minutos por persona y el facilitador alentará para que cada vez los estudiantes tomen más riesgo con el peso y con dejarse caer.
- Tercera parte.- Ahora se harán parejas, y uno de los dos será quien se deje caer y el otro el que sostenga el peso. Pero ahora aquel que se deja caer, podrá hacerlo a la derecha, izquierda, adelante o atrás según él crea conveniente. El compañero que sostiene el peso deberá apresurarse a sostener el peso en la dirección que se necesite. Ambos deberán cumplir los dos roles antes de pasar a la siguiente fase del ejercicio.
- Cuarta parte.- Luego de formar nuevas parejas se realizará la misma premisa de la tercera parte, pero ahora con una variación. La persona que deja caer su peso podrá engañar y decidir caer en otra dirección en el último momento. Entonces aquel que debe sostener el peso deberá estar atento para correr y ubicarse con el fin de no dejar que su compañero se haga daño.
- Quinta parte.- Llegó el momento de la improvisación. En grupos de seis personas, pasarán al escenario mientras el resto se disponen como público. Ahí, todos cumplirán el rol del que se deja caer y del que sostiene el peso. Sobre todo aquellos que van a sostener deberán correr

por la sala para que el compañero que haya decidido dejar caer su peso no se haga daño. Entonces dispuestos equilibrando el espacio, el facilitador dará la orden de empezar, y todos además podrán engañar.

Esta última parte se realizará por aproximadamente cinco minutos por grupo hasta que hayan pasado todos al escenario.

Reflexión de la actividad.- En la quinta parte, es decir cuando los participantes están expuestos al público, el facilitador deberá remarcar el carácter de complicidad que espontáneamente aparecerá si todos están cumpliendo a cabalidad la tarea. Y esto solo se puede lograr si todos intentan comunicar al público lo que están sintiendo mediante su mirada. La misma no debe estar nunca ensimismada, sino siempre dirigida al público, y esto es uno de los códigos más importantes que deberán respetar en el futuro en las improvisaciones, el contacto visual permanente con el público siempre y a cada momento.

○ **Reflexión final**

• **Círculo de reflexión**

Finalmente se formará nuevamente un círculo todos sentados en el piso. El facilitador creará el espacio para que voluntariamente los participantes expresen sus ideas, aprendizajes de la sesión, frustraciones, sensaciones y proyecciones en el trabajo del clown y la vida.

También el facilitador alentará a los participantes para que cuenten sus experiencias alrededor de la tarea semanal. Es de suma importancia que el facilitador esté familiarizado con la filosofía y metodología del presente trabajo para tener el criterio de guiar a los estudiantes estimulando sus búsquedas personales.

• **Tarea semanal**

La tarea de la semana será: “Siempre y a cada momento del día, intento aumentar el contacto físico que tengo con las personas con las que interactúo. Amigos, familiares, etc. Busco dar la mano mientras soy consciente de hacer la tarea, los abrazo, les doy palmadas en la espalda y siempre guardando las impresiones de intentar aumentar el contacto físico cotidiano”

Sesión 4. La nariz, la máscara, yo mismo

Nombre del proyecto: JAMBI CLOWN PUCE			
OBJETIVO DE SESION	Acercar a los participantes al concepto y práctica del uso de la nariz como una máscara desde la técnica del clown, con el fin de estimular la sinceridad y soltura de los estudiantes en el espacio de trabajo.	NUMERO DE SESIÓN	04
CONTENIDOS	<ul style="list-style-type: none"> El uso de la nariz como una máscara de desenmascara Códigos del clown en el uso de la nariz 		
PROGRESIÓN DE ACTIVIDADES	ACTIVIDAD	MATERIALES REQUERIDOS	TIEMPO (MINUTOS)
Pre calentamiento	<ul style="list-style-type: none"> Círculo inicial Del 1 al 10 	N/A	10 Min
Calentamiento	<ul style="list-style-type: none"> Uno, dos, tres, cuatro...(Imágenes y formas) 	N/A	35 Min
Calentamiento con nariz	<ul style="list-style-type: none"> El cien Mi primera vez 	Pelota de tenis Equipo de sonido Narices rojas y con elástico para todos.	50
Improvisaciones	<ul style="list-style-type: none"> El objeto 	Objetos que se pueden encontrar en la sala (botella, zapato, etc.)	50 min
Reflexión	<ul style="list-style-type: none"> Círculo de reflexión Tarea semanal Nota: Los tiempos de las actividades son referenciales, pero dependerán de la dinámica y atención del grupo que el facilitador los acorte o alargue.	N/A	30 min

Descripción de actividades

○ Pre calentamiento

● **Círculo inicial**

La cuarta sesión, un momento clave pues será la primera vez que los estudiantes se acerquen a la nariz. A través del taller ya se ha hablado mucho del clown, la técnica, sus emociones y

todo lo que lo compone, pero aquí está el hecho en el que desembocan todos los factores, tanto los emocionales, los técnicos y el desarrollo integral del individuo. El uso de la misteriosa nariz se ha relegado a la cuarta sesión, pues como dijimos es importante que los participantes guarden respeto al objeto y que le atribuyan características hasta cierto punto metafóricas o místicas si quisiéramos usar un lenguaje arriesgado.

A ésta altura esperamos que el facilitador esté completamente comprometido con su búsqueda personal y entienda o intente entender los conceptos que giran alrededor de la técnica, para que el estudio del clown no sea solo un proceso de enseñanza aprendizaje de técnicas artísticas, sino para que se cumpla la intención del presente trabajo: Ser una oportunidad para crear espacios de reflexión sobre la educación basada en el ser y de esa forma sea un complemento de los procesos educativos en ambientes universitarios y en definitiva en cualquier espacio.

Desde el principio del proceso, y sobre todo desde ahora el facilitador deberá siempre referirse a la nariz con mucho respeto, e inculcar a sus alumnos a que cuiden de ella, la guarden en un lugar especial y la utilicen solo cuando estén seguros de que van a poder entregarse completamente a la práctica sincera de la técnica y la filosofía que está alrededor del tema.

En el círculo inicial mientras todos están de pies en círculo y listos para empezar el facilitado recordará lo siguiente:

- ¿para qué están aquí?
- ¿por qué han decidido asistir en vez de hacer otra cosa con su tiempo libre?
- ¿Qué los mueve a estar aquí?
- Y ¿cómo sienten que su vida está siendo tocada por el trabajo que están realizando sobre ellos mismos?

Todo esto mientras cierran los ojos y forman el círculo con los ojos cerrados.

- **Del 1 al 10**

Mientras siguen formando el círculo y ya han abierto los ojos. El facilitador pedirá a todos que cuenten del uno al 10 siguiendo estos parámetros:

- Cada número deberá ser nombrado por cualquier persona del grupo.
- Solo podrá hablar una persona a la vez.
- Si dos personas hablan al mismo tiempo la cuenta deberá comenzar nuevamente desde uno.
- Nadie puede hacer una señal visible para indicar que va a hablar. Todos deberán estar atentos para usar su turno y decir un número en la cuenta ascendente.
- El orden de las personas que hablen siempre deberá ser indistinto y sin guardar ningún orden específico ni programado.

Una vez que el grupo haya logrado contar hasta diez sin que dos personas hayan hablado al mismo tiempo la actividad habrá terminado.

- **Uno, dos, tres, cuatro...(Imágenes y formas)**

El facilitador pedirá que caminen por el espacio respetando las siguientes pausas:

- Caminar de forma activa, al ritmo que el facilitador proponga mediante palmadas. Con el cuerpo recto, activo, dispuesto para el juego. Con la actitud llamada “¿Dónde está la fiesta?”
- Una vez alcanzado un ritmo activo y homogéneo, se pedirá que todos equilibren el espacio, caminando a los sitios que están vacíos sin amontonarse en una sola sección de la sala.
- Alcanzado el equilibrio, se pedirá a los participantes que fijen su mirada en los ojos de todos los compañeros con los que se cruzan, sin ensimismarse nunca. Manteniendo el contacto visual siempre y a cada momento de la marcha.
- Todos caminan sin emitir comentarios verbales durante todo el ejercicio. Los estudiantes no deben hablar.

Parte 1. Cuando se haya alcanzado la dinámica de grupo necesaria en la marcha por el espacio el facilitador pedirá que todos caminen en tríos. Y que al escuchar la palmada todos formen una fotografía congelada del tema que él proponga, como por ejemplo: El titanic, vacaciones en París, cazando en el África, tsunami, dojo japonés, etc. Formarán una figura y

deberán memorizar en el lugar del espacio donde están y las personas con las que están trabajando, y esa será la imagen número “uno”. Luego se romperán los tríos para formar otros del mismo número.

La actividad se repetirá cambiando los tríos hasta formar al menos 4 imágenes con temas distintos, y cada una de ellas tendrá por nombre un número, es decir: Imagen “1”, “2”, “3”, etc.

Parte 2. El facilitador pedirá que se formen parejas. Uno de ellos mostrará la palma de su mano y el otro colocará su nariz a máximo diez centímetros de ella. De ahí en adelante aquel que muestra la palma se moverá por todo el espacio y el otro deberá mantener su nariz a la misma distancia siempre.

El facilitador dejará un tiempo para que exploren por el espacio hasta que con una palmada pedirá que todos se queden en stop formando una foto en la posición que escucharon la palmada. Esa postura en el espacio y con esa pareja determinada también tomará el nombre de imagen número “5”, “6”, etc.

De esta forma el facilitador y los participantes tendrán ya identificadas al menos 7 u 8 figuras distintas. Entonces él pedirá a los participantes que caminen por el espacio y cuando el nombre los números de las imágenes todos deberán correr a formarlas en el lugar y con la persona específicas que lo hicieron antes.

○ **Calentamiento con nariz**

• **El cien**

El facilitador entregará una pelota al alguien haciendo un lanzamiento sutil y todos deberán hacer los mismo realizando una cuenta ascendente del uno al cien. Es decir cada vez que alguien lance la pelota deberá decir un número continuando la cuenta hasta llegar al cien. Todo esto siguiendo las instrucciones:

- El facilitador colocará música para animar al grupo (link: <https://www.youtube.com/watch?v=Ag6y6jz7bQQ>)

- Todo el grupo deberá comenzar a trotar al ritmo de la música, sin quedarse quietos en ningún momento y manteniendo las mismas premisas que se expusieron al momento de empezar la marcha.
- Cada vez que alguien lance la pelota deberá hacerlo asegurándose de mantener el contacto visual con la otra persona.
- Cada vez que la pelota se caiga todo el grupo deberá caer al piso, colocar todo su peso y luego volver a levantarse con energía para recomenzar la cuenta desde uno nuevamente. Así hasta que lo logren sin que la pelota se caiga.

El facilitador deberá estar muy atento para que las reglas de la actividad se respeten de principio a fin.

Reflexión de la actividad.- Cada error o acierto al realizar la actividad deberá ser tomado como responsabilidad propia. Pues si el grupo echa la culpa a una sola persona, el facilitador deberá remarcar la responsabilidad que tienen todos para que el objetivo grupal se cumpla. Si uno falla, todos fallan, se necesita la atención del grupo entero, que todos piensen en el otro y se escuchen como grupo.

- **Mi primera vez**

Luego de terminar la actividad anterior, la cual hace que todo el grupo entre en una dinámica de atención y euforia, inmediatamente después de eso el facilitador pedirá que todos formen un círculo tomados de las manos y cierren los ojos mientras aún están agitados.

Previamente les habrá pedido que todos tengan su nariz “ROJA Y CON ELÁSTICO” lista en su cuello o muñeca.

El facilitador pedirá que todos recuerden como el momento más feliz de sus vidas, aquel en el que eran muy felices y estaban muy emocionados por algo que les pasó. Cuando tengan clara esa imagen, se les pedirá que identifiquen el tipo de emoción que sentían en ese momento. Y mientras el facilitador realiza una cuenta ascendente del uno al diez, cada número representará la intensidad de esa emoción. Es decir, en el nivel “1” la emoción será como la recuerdan, pero cuando el facilitador diga “2” la intensidad de la emoción subirá al

nivel dos y así sucesivamente hasta que en el número diez la emoción sea insostenible de contener y se esté expresando por todo el cuerpo de los participantes con los ojos cerrados en el círculo. Los niveles además deberán estar acompañados de un incremento general de la respiración, es decir, a mayor nivel, más oxígeno y más intensa y profunda es la respiración.

Durante el proceso el facilitador ayudará a que los participantes recuerden detalles de ese momento especial. Preguntando como era ese lugar, su colores, olores, qué personas los rodeaban, qué edad tenían, etc.

Una vez que hayan llegado a la máxima intensidad de la emoción, el facilitador les pedirá que se pongan la nariz con los ojos cerrados, y luego de un momento, nuevamente tomados de las manos y sin romper el círculo ni emitir comentario abrirán los ojos y se mirarán sin ninguna tarea aparente más que mirarse entre todos.

El objetivo será tratar de mirarse sin emitir juicios y disfrutando de sentir ese momento de euforia inducido por la actividad, además de grabar sus impresiones al ponerse la nariz en esas circunstancias.

○ **Improvisaciones**

- **El objeto**

Ahora el grupo pasará a otro nivel, el uso de la nariz en las improvisaciones de aquí en adelante será más que cualquier cosa una responsabilidad. Los participantes ahora tendrán más reparos al momento de ofrecerse como voluntarios para improvisar y eso es entendible, pues en la mayoría de ellos aparecerá el auto juicio de pensar que no son bueno o que les falta mucho por aprender, es decir no se sentirán muy seguros de exponerse. Por esto el facilitador cumple un rol determinante en esta etapa del proceso, pues es él quien deberá darles confianza remarcando los conceptos de la filosofía del clown con respecto al error, al fracaso y a la búsqueda de uno mismo. Todos los errores pueden ser un trampolín para el clown y un pretexto para ahondar en la búsqueda de la sinceridad.

Las pautas para la improvisación serán las siguientes:

- El grupo se dispondrá como público dejando un espacio que simule a un escenario.
- Pasarán a improvisar cinco voluntarios
- Cuando ya se haya escogido a las personas que participarán de la improvisación dará las directrices, no antes.

Los voluntarios estarán detrás del biombo o fuera del escenario donde no puedan ser vistos por el público y a la cuenta de tres deberán salir al escenario junto y con gran euforia y energía gritar “Yupi!”, para esto deberán estar puestos anteriormente la nariz. El facilitador pedirá que repitan la entrada hasta conseguir su mayor nivel de euforia.

Entonces cuando los cinco estén de cara al público y con la nariz puesta, deberán mirar a los ojos del público como primera tarea. Sin apuros ni objetivos distintos al de solo mirar tranquilamente a los ojos de todos.

Luego de eso en el centro del escenario estará un objeto que el facilitador habrá colocado previamente. Una botella, un zapato, una peinilla, un libro, cualquier objeto que no sea demasiado delicado como para dañarse en los juegos de improvisación. Los pasos de la improvisación son los siguientes:

- Cada uno a su turno deberá caminar hasta el objeto y darle un uso distinto, haciendo que el objeto ya no sea más lo que es y se transforme en algo completamente distinto.
- Todos harán una ronda, y deberán regresar donde estaban solo cuando el facilitador le dé la orden, solo cuando se haya entendido muy bien que era lo que estaba haciendo.
- En la segunda ronda el facilitador contará en voz alta hasta siete, pues ese será el tiempo que cada uno tenga para mostrar una gran e innovadora idea sobre cómo darle otro uso al objeto.
- En la tercera ronda solo tendrán tres largos segundo, estirados por el facilitador si fuera necesario, pero siempre sin dejar de presionarlos.
- La cuarta ronda será nuevamente sin límite de tiempo, pero ahora los participantes de la improvisación deberán ser retados para hacer la idea

más creativa de la jornada, una que supere a todas las anteriores, y así el facilitador deberá dejar que se explayan y retenerlos al frente del escenario hasta que su idea sea desarrollada, hasta que se vuelva ridícula, hasta que la necesidad de dejar de ser el foco de atención pueda menos que la espontaneidad.

Luego de esto el facilitador pedirá aplausos para el grupo y los dejará ir. Repitiendo el ejercicio hasta que todos hayan pasado a hacerlo.

Los puntos más importantes que el facilitador deberá cuidar al dirigir la improvisación, y todas las que se presenten en las futuras sesiones son:

- La nariz solo se la pueden colocar fuera del escenario, en el peor de los casos en el escenario, pero dando la espalda al público.
 - Es imperdonable tocarse la nariz para acomodársela. Si alguien lo hace el facilitador deberá reprenderlo ante todos.
 - Cuando los clowns entran o salen del escenario, en ambos casos la mirada debe estar conectada de forma potente con el público.
 - Si los participantes insisten en no concentrarse en el ejercicio por vergüenza también deberán ser reprendidos, con cariño, pero reprendidos.
 - El público no puede emitir ningún comentario durante las improvisaciones, solo reír.
 - EL facilitador no permitirá que los improvisantes se acerquen demasiado al público ni que los pongan a hacer algo por ellos. No deben recibir ayuda del público.
 - Luego de cada improvisación el facilitador deberá resaltar las cosas positivas de cada una de las personas que participaron, deberá a toda costa darles confianza en sí mismos.
- Reflexión final
 - Círculo de reflexión

Finalmente se formará nuevamente un círculo todos sentados en el piso. El facilitador creará el espacio para que voluntariamente los participantes expresen sus ideas, aprendizajes de la sesión, frustraciones, sensaciones y proyecciones en el trabajo del clown y la vida.

También el facilitador alentará a los participantes para que cuenten sus experiencias alrededor de la tarea semanal. Es de suma importancia que el facilitador esté familiarizado con la filosofía y metodología del presente trabajo para tener el criterio de guiar a los estudiantes estimulando sus búsquedas personales.

- **Tarea semanal**

La tarea de la semana será: “Cada día durante toda la semana escogerán quince minutos del día para ponerse la nariz en un lugar público. Sin dar explicaciones y tratando de aparentar que no llevan nada en la cara. Grabando sus impresiones y las de la gente a todo momento.

Sesión 5. La vida a través del estado clown 1

Nombre del proyecto: JAMBI CLOWN PUCE			
OBJETIVO DE SESION	Reconocer de forma práctica los fundamentos principales de la esfera emocional del personaje clown, con el fin de trabajar usando las emociones como una herramienta para potenciar el conocimiento de sí mismo.	NUMERO DE SESIÓN	05
CONTENIDOS	<ul style="list-style-type: none"> Estado de euforia necesario para hacer clown La emocionalidad del clown 		
PROGRESIÓN DE ACTIVIDADES	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD O NOMBRE DE LA DINÁMICA	MATERIALES REQUERIDOS	TIEMPO (MINUTOS)
Pre calentamiento	<ul style="list-style-type: none"> Círculo inicial Yap, yap, hondom 	N/A	30 Min
Calentamiento	<ul style="list-style-type: none"> Las emociones al 100 % (parte 1) 	Equipo de sonido y música	30 Min
Calentamiento con nariz	<ul style="list-style-type: none"> La emocionalidad del clown 	N/A	40 min
Improvisaciones	<ul style="list-style-type: none"> Las emociones al 100% (parte 2) 	N/A	50 min
Reflexión	<ul style="list-style-type: none"> Círculo de reflexión Tarea semanal <p>Nota: Los tiempos de las actividades son referenciales, pero dependerán de la dinámica y atención del grupo que el facilitador los acorte o alargue.</p>	N/A	30 min

Descripción de actividades

○ Pre calentamiento

• Círculo inicial

En la quinta sesión varios conceptos se van asentando en la comprensión de los participantes, tanto en la parte corporal como en la parte psicológica y sobre todo emocional. Ahora ya están familiarizados con la seriedad del uso de la nariz, la confianza en el grupo y han comenzado a notar la importancia de alcanzar estados de euforia al momento de ejercitar su técnica, es decir su clown.

De aquí en adelante el trabajo con las emociones será más riguroso, pues gradualmente el nivel de exposición que tendrán los participantes será cada vez más exigente, pues necesitaremos que todos estén más dispuestos a correr mayores riesgos, pero lo más importante es lograr que dichos riesgos sean asumidos de forma apasionante. Para esto el facilitador también deberá estar dispuesto a asumir tareas cada vez más difíciles, a dirigir de forma más activa las improvisaciones y a ejemplificar los ejercicios de una forma segura, relajada y sin dejarse llevar por los juicios que tiene sobre sí mismo o sobre lo que lo rodea. Es hora de que el facilitador empiece a encarnar la filosofía del clown. Esto último no es fácil y se logrará solo con la práctica constante y por eso este trabajo esperamos sea una herramienta para aquellos que encuentren en la práctica del clown una herramienta innovadora para innovar los espacios educativos.

En ésta sesión el círculo inicial les recordará a todos cuáles son sus limitaciones, pues ellas serán el motor para su desarrollo.

Una vez que todos estén listos, con ropa de trabajo y sin zapatos deberán formar el círculo, tomarse de las manos y cerrar los ojos. Antes de empezar y en completa calma y concentración, el facilitador les pedirá que piensen en sus limitaciones psicológicas, actitudinales y ambientales. Con los ojos cerrados se les pedirá que intenten ver a sus problemas como vasos de agua en los que se estaban ahogando, es decir que rápidamente deberán darse una solución mental muy fácil y simple. Ese será el esfuerzo, no pensar demasiado, solo encontrar una salida casi ilógica a su miedo, limitante o problema.

El facilitador reflexionará sobre la visión que la filosofía usada en la metodología del clown podría aportarle a la resolución de problemas y a la actitud de ver la realidad desde nuevas perspectivas más sencillas.

- **Yap, yap, homdom**

Está dinámica es un muy buen pretexto para analizar varios comportamientos que tienen que ver con la esfera emocional del clown, pues mientras los participantes se divierten jugando el facilitador deberá hacer referencia todo el tiempo a las actitudes o comportamientos del personaje clown. Las directrices del yap, yap, hondom son las siguientes:

- Todos deberán estar de pies y en círculo.
- El facilitador mostrará el movimiento “Yap” el cual consiste en hacer un movimiento simulando al karate con la mano derecha hacia el lado izquierdo mientras dice con mucha energía la palabra “yap”. Hará que el grupo entero lo repita como un coro cuidando de que lo realicen exactamente igual y con la misma energía.
- El facilitador mostrará el mismo movimiento con la mano izquierda hacia el lado derecho y hará que lo repitan como el movimiento anterior. Entonces tendrán ya el “yap” para la derecha y para la izquierda.
- El tercer movimiento será el “hondom”. Este consiste en lanzar hacia delante la pelvis mientras los pies se ponen en punta de forma brusca. Haciendo un movimiento que casi podría tener una connotación sexual aparentemente, pero el facilitador deberá cuidar que el movimiento no se tergiverse. Mientras se realiza el movimiento se dirá la palabra “hondom” con mucha energía en el cuerpo y la voz al igual que en el “yap”. El facilitador deberá hacer que el grupo entero lo repita al unísono y con la misma energía hasta que quede clara cuál es la energía y el tono corporal.

Una vez que se han entendido los movimientos el facilitador explicará las reglas del juego:

- La energía y el tono corporal de los movimientos siempre deberán ser intensos.
- El objetivo de cada uno de los participantes deberá ser tratar de ganar a toda costa, y no ser eliminado hasta el final del juego.
- El facilitador empezará con el movimiento “yap” ubicado en el círculo marcando la dirección en la que deberá proseguir el movimiento. Si lo hace con la mano derecha hacia el lado izquierdo, a manera de una ola cada participante continuará con el “yap” a un ritmo estable y enérgico hasta que el “yap” regrese hasta el facilitador, es decir donde comenzó.
- Solo luego de una vuelta entera de “yap” en el círculo, cualquier participante podrá hacer el movimiento “hondom”. Este hará que el “yap”

cambie de dirección, entonces si estaba yendo de izquierda a derecha, luego de un “hondom” deberá ir de derecha a izquierda.

- Luego de un círculo completo de “yap” cualquier persona podrá hacer “hondom” cuando quiera hasta que alguien pierda.
- Perderá y deberá sentarse en su mismo sitio para ver como los otros juegan, aquel participante que:
 - Se demore en hacer su movimiento
 - No haga bien el movimiento o se equivoque sin hacerlo perfecto
 - Cuando haga el movimiento y no sea su turno
 - Una vez que queden solo tres participantes jugando el juego terminará nombrándolos los ganadores.

El juego podría tener variaciones según la creatividad del facilitador, pues si el grupo ya domina las reglas se podrá inventar movimientos que generen nuevas reglas como por ejemplo que se salten turnos en el “yap” o que en vez de emitir las palabra “yap” o “hondom” se digan palabras que empiezan con “A”, marcas de zapatos, palabras groseras, etc. La gama de variaciones podría ser infinita.

Reflexión de la actividad.- Ya que el objetivo es que todos deseen ganar, esto inevitablemente hará que automáticamente los participantes entren en un estado de euforia en el que su parte mental prácticamente dejará de trabajar. Nadie pensará en sus problemas personales y ni siquiera en lo que le pudo haber ocurrido antes de llegar a la sesión. Además de eso al concentrarse para tratar de ganar manteniendo la energía necesaria para la dinámica, cada vez que alguien pierda aparecerán de forma mecánica reacciones inconscientes por la complejidad del ejercicio y el nivel de atención requerido para no equivocarse.

Todo ese estado de no-pensar y de euforia causado por el juego, se asemeja mucho al objetivo de sinceridad total del clown.

El juego se repetirá máximo por tres ocasiones, dando la oportunidad a las personas que fueron eliminadas prematuramente de volver a intentar ganar en el juego.

○ **Calentamiento**

- **Las emociones al 100 % (parte 1)**

Luego de un corto receso de cinco minutos, los participantes deberán tenderse en el piso boca arriba y relajarse cerrando los ojos. El facilitador deberá lograr que todos entren en un estado de atención calmándolos y tratando de que se concentren en la sensación de su cuerpo y su respiración.

Una vez que todos estén en calma deberán mantener los ojos cerrados durante la actividad y el facilitador colocará música que deberá comenzar con sonidos suaves y apacibles pero que deberá irse transformando en una fuente de motivación para alcanzar estados de euforia intensos. Link de ejemplo:

https://www.youtube.com/watch?v=aqE56_Bab68&index=2&list=PLJNvpowy8MPmMe5Zkqk73gHFXhXuhS6ZM

Las directrices para la actividad serán las siguientes:

- El facilitador guiará dando la orden de que los participantes se dejen llevar por la música asumiéndola con diferentes partes del cuerpo en éste orden:
 - Brazo derecho
 - Brazo izquierdo
 - Hombros
 - Columna
 - Pierna derecha
 - Pierna izquierda
 - Cabeza
- Siguiendo ese recorrido corporal cada vez que irán asumiendo una nueva parte del cuerpo deberán mantener la anterior y no perder la atención en la energía y la intensidad de la música pues sus movimientos deberán estar en total armonía con la música.
- Una vez que todo el cuerpo se esté moviendo se irán poniendo de pie mientras mantienen los ojos cerrados de la siguiente forma:
 - Primero deberán mantener el movimiento y ponerse de rodillas
 - Luego se pondrán de pie y mantendrán el movimiento en su propio espacio

- Una vez que se haya desarrollado y experimentado el movimiento de todo el cuerpo, el facilitador pedirá que habrán ligeramente el rabillo del ojo para que manteniendo la intensidad del movimiento y la soltura comiencen a desplazarse por el espacio
- Cuando la música se haya vuelto intensa todos abrirán los ojos y deberán desplazarse por todo el espacio manteniendo el ejercicio e incorporando la mirada a los ojos

En este punto se alentará a los participantes a alcanzar el mayor grado de soltura y creatividad, pues deberán ser impulsados a realizar movimientos grandes y a no permitirse repetirlos entrando en una búsqueda constante de innovar en los movimientos de cada esquema de su cuerpo, volviéndose casi locos, disfrutando lo que están haciendo y compartiéndolo con el grupo sin vergüenza ni trabas mentales.

Mientras la música sigue el facilitador comenzará a dar órdenes para que en la misma dinámica de movimiento y emoción alcanzados, los participantes comiencen a asumir emociones con sus cuerpos mientras se desplazan por el espacio, motivándolos cada vez más a no pensar y a entregarse al ejercicio con cada vez más compromiso y disfrute. Las órdenes serán del tipo:

- Ahora están muy felices
- Ahora están enojados
- Ahora están hambrientos
- Ahora desquiciados
- Ahora enamorados
- Ahora sensuales
- Ahora fiesteros
- Ahora coloridos
- Etc.

Mientras asumen esto, sus cuerpos deberán mantener la misma intensidad y energía que ya se alcanzó con la música aunque esta ya haya terminado. Llegando así a niveles de exigencia física muy altos y que deberán ser acatados con honestidad por todos para que la energía de

la actividad no decaiga mientras dura todo el ejercicio. Esto último será responsabilidad principalmente del facilitador.

Reflexión de la actividad.- En un estado clown todas las palabras se vuelven una “emoción”. Estar “enojado” está a la altura de estar “colorido” o de estar hambriento. Es decir ya que en un estado de euforia el asumir cualquier condición se vuelve un juego, la esfera emocional del clown comienza a aparecer, pues mientras más entregadas al juego están las personas, más sincero es su proceder y el disfrute por jugar a encarnar una palabra, una emoción o un concepto por más abstracto que este sea, está práctica se vuelve apasionante y una oportunidad para dar rienda suelta a la creatividad, al disfrute y al trance que esta provoca.

○ **La emocionalidad del clown**

Luego de un corto receso de diez minutos para que los participantes puedan secarse el sudor, tomar agua y retomar el aliento luego de la exigencia del ejercicio anterior, se les pedirá que caminen por el espacio asumiendo los parámetros de la pausa activa como en las sesiones precedentes. Y luego de alcanzar el equilibrio del espacio, la marcha activa y la mirada a los ojos de los demás, el facilitador les pedirá que se pongan la nariz, la que previamente habrán tenido colgada del cuello o la muñeca. EL facilitador no debe olvidar recodarles la acción de buscar un momento íntimo para hacerlo dando la espalda a todos los que lo rodean.

Cuando ya estén usando la nariz deberán mantener las mismas directrices de la marcha activa y experimentando sus sensaciones al hacerlo con la nariz puesta, entonces el facilitador dará las siguientes indicaciones, las mismas que deberán ser asumidas con la misma sinceridad y juego alcanzados en la actividad anterior, aunque sin el mismo nivel de exigencia física, ahora la energía es un poco más controlada, sin embargo la euforia está presente dentro de cada uno y no hacia fuera como antes.

- Ahora todos son payasos muy inteligentes, los más inteligentes del planeta e interactúan con un lenguaje inventado con sus compañeros. Dialogan de los grandes enigmas del universo en ese idioma.
- Ahora, todos comenzarán a tener una sola neurona en su cerebro, y de esa forma se relacionarán con sus compañeros también en un idioma inventado.

- Ahora serán el clown más hermoso del planeta, no habrá nada más bello sobre la tierra y se relacionarán con sus compañeros sin emitir palabras, únicamente con sus cuerpos.
- Ahora serán los clowns más feos de la tierra, darán casi asco o pena, y se relacionarán únicamente con sus cuerpos sin tener contacto físico con el grupo.

El ejercicio puede tener muchas variaciones según la creatividad del facilitador, pues podrá hacer que el grupo vaya de extremo a extremo jugando con el ejercicio. Haciéndolos pasar por la timidez hasta la audacia o por la lujuria hasta la santidad y todo esto mientras juegan a asumir roles con total sinceridad dentro del juego.

Reflexión de la actividad.- El facilitador deberá estar muy atento para tomar todas las oportunidades para remarcar la forma en la que el grupo entra en una lógica distinta al asumir los roles arquetípicos o simbólicos de la sociedad. El juego le da un tinte lúdico a las acciones, y sobre todo el cambio de lógica sobre el ridículo o la exageración dependen de la apertura que cada persona puede tener a no juzgar los conceptos que permiten la dinámica del ejercicio. Ahora no hay malo ni bueno, poco o bastante. El clown no tiene tiempo ni energía mental para gastarlos haciendo juicios o discriminando las situaciones, solo las vive y eso le permite romper la lógica de las cosas y encontrar tantas nuevas perspectivas como individuos existen en el universo.

- **Improvisaciones**

- **Las emociones al 100% (parte 2)**

Ahora se pondrán en práctica todo lo experimentado en los ejercicios anteriores y estas improvisaciones deberán hacerse con nariz. Pasando de dos en dos, las improvisaciones se llevarán a cabo de la siguiente manera. Es importante que el facilitador mantenga las reglas nombradas en la sesión número cuatro durante todas y cada una de las prácticas de improvisación. Nos referimos a no dejar emitir comentarios al público, no dejar que se acerquen a los espectadores, usar el espacio dejando lugar para un escenario, etc. Esas directrices se encuentran en la sesión cuatro.

- Pasarán en parejas y cada uno se colocará a un extremo del escenario de derecha a izquierda
- Cada uno escogerá en secreto una emoción cualquiera siguiendo la lógica de los ejercicios precedentes de la sesión
- Cuando el facilitador de la palmada cada uno deberá expresar esa emoción con todo su cuerpo con la mayor intensidad posible y sin mirarse entre ellos caminarán por toda la sala con la mirada fija en el público. Es importante que ellos mantengan la premisa de no mirarse entre ellos.
- Luego de que hayan desarrollado su emoción hasta exagerarla usando todo el cuerpo, el facilitador dirá “cambio” Ese será el momento para que cada uno asuma la emoción que de reojo observo en su compañero. Aunque no haya logrado descifrarla por no poder mirarlo, deberá asumir lo que crea conveniente para copiar la emoción de su compañero.

Esto resultará muy jocosos para todos, sobre todo si la improvisación es guiada adecuadamente ya que todos en su turno deberán suponer la emoción del otro y hacerla con total entrega a la misma, sin temor a fallar y sin juzgar si lo están haciendo bien o no. El ejercicio se repetirá con todos los participantes.

○ **Reflexión final**

- **Círculo de reflexión**

Finalmente se formará nuevamente un círculo todos sentados en el piso. El facilitador creará el espacio para que voluntariamente los participantes expresen sus ideas, aprendizajes de la sesión, frustraciones, sensaciones y proyecciones en el trabajo del clown y la vida.

También el facilitador alentará a los participantes para que cuenten sus experiencias alrededor de la tarea semanal. Es de suma importancia que el facilitador esté familiarizado con la filosofía y metodología del presente trabajo para tener el criterio de guiar a los estudiantes estimulando sus búsquedas personales.

- **Tarea semanal**

Luego de la quinta sesión los participantes llevarán un mensaje a la vida y las redes sociales mediante la tarea de la siguiente manera: “Cada día de la semana escojo a una persona, de

preferencia desconocida, para pedirle que se tome una foto conmigo mientras yo estoy puesto la nariz. Si amerita el caso explicaré por qué lo hago contando la tarea. Entonces cada día habrá una foto colgada en la red social de cada participante donde se los vea puestos la nariz posando con una persona distinta cada día” Deberán guardar sus impresiones y disfrutar jugando con la tarea.

Sesión 6. Blanco y Augusto, el orden y el caos.

Nombre del proyecto: JAMBI CLOWN PUCE			
OBJETIVO DE SESION	Comprender de forma práctica las personalidades de dos personajes clown con el fin de usarlos como herramienta para el autoconocimiento y en la creación del propio personaje en las improvisaciones.	NUMERO DE SESIÓN	06
CONTENIDOS	<ul style="list-style-type: none"> Personalidad de payaso “blanco” Personalidad del payaso” agosto” 		
PROGRESIÓN DE ACTIVIDADES	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD O NOMBRE DE LA DINÁMICA	MATERIALES REQUERIDOS	TIEMPO (MINUTOS)
Pre calentamiento	<ul style="list-style-type: none"> Círculo inicial El túnel 	N/A	30 Min
Calentamiento	<ul style="list-style-type: none"> Gano yo Equilibrio en parejas 	Equipo de sonido y música	30 Min
Calentamiento con nariz	<ul style="list-style-type: none"> La mano guía 	N/A	30 min
Improvisaciones	<ul style="list-style-type: none"> Blanco y Augusto 	N/A	40 min
Reflexión	<ul style="list-style-type: none"> Círculo de reflexión Tarea semanal <p>Nota: Los tiempos de las actividades son referenciales, pero dependerán de la dinámica y atención del grupo que el facilitador los acorte o alargue.</p>	N/A	30 min

Descripción de actividades

○ Pre calentamiento

● Círculo inicial

La sexta sesión es la parte media del proceso, aquí el grupo ya estará fortalecido y habrá confianza entre los participantes. De aquí en adelante el facilitador deberá exigir cada vez más a los estudiantes en las improvisaciones pues en esos momentos será donde más puedan experimentar y obtener aprendizajes significativos sobre sí mismos.

Al igual que en todas las reuniones anteriores, el primer paso para empezar será formar el círculo, cerrar los ojos y tomarse de las manos. Entonces el facilitador les pedirá que recuerden por qué están ahí, así como que piensen en cuáles han sido los aprendizajes que han obtenido en el proceso y cómo su vida se ha visto impactada gracias a todo lo que han hecho en las anteriores sesiones y al cumplir las tareas semanales.

- **El túnel**

Sin romper el círculo precedente, se les pedirá a los participantes que lo agranden lo más que puedan en la sala, dejando un espacio de al menos un metro a cada lado. Si el espacio no es suficiente harán una fila que no necesariamente será un círculo.

Las premisas del ejercicio serán las siguientes:

- Todos en el sitio donde están en la fila, deberán idear con su cuerpo la forma de un túnel. Con las piernas, brazos, tronco, etc. El tamaño no es muy importante, el túnel podría ser del tamaño de una mano o del tamaño de su cuerpo.
- El facilitador escogerá quién deberá ser la primera persona en pasar por todos los túneles hasta llegar nuevamente al lugar desde donde inició.
- Paulatinamente y sin perder demasiado tiempo, en orden todos deberán pasar por los túneles hasta que todo el grupo lo haya hecho.

Las posiciones que escojan deberán ser relativamente cómodas ya que los participantes deberán permanecer en la posición mientras dure todo el ejercicio. Sin embargo se les pedirá a todos que su túnel no sea tan fácil de atravesar, sino más bien que genere dificultad a sus compañeros.

- **Calentamiento**

- **Gano yo**

Esta actividad será un preámbulo para el estudio que se hará sobre las personalidades de los clowns “Blanco y Augusto”, entonces la premisa principal será pedir que experimenten cómo se sienten cada vez que intentan mandar o salirse con la suya, y también cada vez que deban ceder y ser humildes para lograr sus objetivos, pues de la reflexión de esas experiencias

aparecerán nuevas posibilidades para la improvisación, para ejercitar de mejor manera la técnica, y por supuesto lo más importante es que les permitirá conocerse un poco más dentro del proceso.

Las indicaciones de la actividad son las siguientes:

- Se comenzará caminando por el espacio (deberá alcanzarse la marcha activa presente en cada una de las sesiones, mirada a los ojos, equilibrio del espacio, etc.)
- 1. A la palmada del facilitador todos deberán formar parejas y trabajar en la siguiente premisa sin hablar y sin recurrir a la violencia para lograr el objetivo, para luego volver a caminar, repitiéndola por al menos cinco veces:
 - Tratar de pasar el otro extremo de la sala y no permitir que su compañero lo haga, todo esto sin contacto físico ni palabras. Deben hacerlo y para que eso pase, uno de los dos deberá imponerse y el otro ceder. No pueden demorarse demasiado tiempo, el objetivo en todos los casos deberá ser lograr el ejercicio.
- 2. A la palmada del facilitador todos deberán formar parejas y trabajar en la siguiente premisa sin hablar y sin recurrir a la violencia para lograr el objetivo, para luego volver a caminar, repitiéndola por al menos cinco veces:
 - Tratar de cargar a su compañero y el objetivo de cada uno será hacerlo primero, para que esto suceda SIN VIOLENCIA uno de los dos deberá imponerse y el otro ceder. Es importante que el facilitador pida las mujeres tratar con el rol de imponerse para que en todos los casos se experimenten los dos estados.
- 3. A la palmada del facilitador todos deberán formar parejas y trabajar en la siguiente premisa sin hablar y sin recurrir a la violencia para lograr el objetivo, para luego volver a caminar, repitiéndola por al menos cinco veces:

- Tratar de pasar por debajo de las piernas de su compañero. El objetivo será pasar primero por las piernas del otro para poder volver a caminar por el espacio. Nuevamente el facilitador controlará que no se recurra en ningún momento la violencia.
- 4. A la palmada del facilitador todos deberán formar parejas y trabajar en la siguiente premisa sin hablar y sin recurrir a la violencia para lograr el objetivo, para luego volver a caminar, repitiéndola por al menos cinco veces:
 - Tratar de pasar por encima de sus compañeros haciendo que se inclinen para facilitarles el salto. El que manda, es decir el que salta deberá imponerse para lograrlo.
- 5. A la palmada cada persona deberá lograr que su compañero le dé un masaje en la cabeza, específicamente en el cuero cabelludo. Una vez que lo hayan logrado, disfrutarán del masaje y luego volverán a caminar.

En cada uno de los ejercicios el objetivo será ser el que se impone, sin embargo el facilitador deberá asegurarse de que esto no se convierta en un capricho fácil de lograr cerrándose o enfrascándose en solo lograr el objetivo. Cada participante deberá estar muy atento a escuchar y leer las reacciones de todos y también estar dispuesto a ceder cuando la personalidad de su compañero es más imponente o convincente. No está mal perder, en el clown perder es una forma de ganar cuando se disfruta lo que se hace.

Reflexión sobre la actividad.- Para entender qué es un clown “Blanco” y qué es un clown “Augusto” es importante que deseemos ganar a toda costa, pero también que estemos dispuestos a ceder o perder con el mismo grado de pasión. Cada persona atraviesa situaciones en donde cumple uno de los dos roles, consciente o inconscientemente. En el clown no es una decisión que se toma, sino la capacidad de fluir en el momento y sacarle el mayor provecho a la situación, asumiéndola con disfrute cualquiera que esta sea. En la vida las personas se podrán identificar con el clown en esta situación, pues la moraleja de la actividad es entender que al fluir no peleamos con la situación, sino que aprendemos de las experiencias que nos brinda.

○ **Calentamiento con nariz**

- **La mano guía**

Luego de que se hayan puesto la nariz, este ejercicio también se trabajará en parejas y ahora cada uno tendrá la oportunidad de cumplir el rol dominante, es decir el rol de “Blanco”. Esta persona será la primera en comenzar a guiar a su compañero por el espacio siguiendo las siguientes indicaciones:

- Colocará la palma de su mano delante de él para que su compañero pueda pegar su nariz a diez centímetros de la palma, ni más ni menos.
- La persona que guía con la palma será el “Blanco” y su objetivo será ser un malvado que meta en aprietos al otro haciendo que sea muy difícil estar pegado a palma, pero sin usar la velocidad, sino complicando la situación obligándolo a asumir posturas corporales complicadas usando la picardía y la maldad sin perder la ternura en ningún momento.
- La persona que debe estar con su nariz pegada a la palma de su compañero será el “Augusto”, y su actitud deberá ser siempre de gozo aunque la situación sea muy complicada e incómoda.

La actividad se repetirá varias veces para que puedan cambiar de parejas.

- **Improvisaciones**

- **Blanco y Augusto**

Aquí comenzarán a tomar forma las improvisaciones en una estructura más basada en la técnica del clown. Sin embargo ya que este es un trabajo educativo, y el principal objetivo del mismo es entregar a los lectores una guía para fortalecer los procesos educativos mediante la formación del Ser y de esa forma llevar adelante procesos que complementen la educación para volverla más integral, la técnica en todos los casos no deberá ser lo más importante, sino el desarrollo de los participantes en sus procesos de autoconocimiento.

La improvisación se llevará a cabo de la siguiente manera (leer detenidamente en el marco teórico e investigar los rasgos actitudinales de los personajes “Blanco y Augusto”):

- Se improvisará en parejas y deberán pasar de forma voluntaria.

- Cada uno deberá estar colocado en un extremo del escenario de espaldas al público y colocados la nariz.
- A la palmada del facilitador los dos darán un salto y dejarán ver uno de los roles que hayan escogido premeditadamente: “Blanco” si quiere ser el que manda y se impone, o “Augusto” si quiere ser el que sirve y acata.
- Luego de dar el salto el facilitador les dará un tiempo para que sin verse entre ellos le muestren con movimientos sutiles al público cuál de los dos roles eligieron.
- Cuando el facilitador les indique deberán caminar en línea recta sin perder el contacto visual con el público y convenciéndolos del rol que están asumiendo.
- Luego de mostrarle al público, ya tendrán una idea de aquello contra lo que están compitiendo, pues si fuera el caso en el que los dos escogieron el mismo rol, deberán competir por ser el mejor, en cualquier de los dos casos, en el que manda o en el que sirve. Esto desembocará en situaciones muy jocosas pues deberán tomar mano de todas las herramientas actitudinales y gestuales para vencer. Sin perder la ternura y siendo muy claros en lo que representan, con total sinceridad y sin miedo a perder.
- Ahora el facilitador hará que caminen hacia el centro y se den la mano, será el primer momento en el que se verán fijamente, entonces aquí se definirá cuál de los dos logró su cometido. Luego de darse la mano deberán caminar sin soltarse la mano hasta llegar a la parte posterior del escenario.

Reflexión de la actividad.- Todos deberán hacer la improvisación y el facilitador todo el tiempo aprovechará las oportunidades de dejar en claro los rasgos de la personalidad de los clowns “Blanco y Augusto” tratando de que los participantes entiendan que en ninguno de los casos perder estará mal, ya que para que exista una comunicación real entre dos clowns hará falta que los dos roles estén presentes y uno no puede existir sin la presencia del otro, ya que aunque los dos fueran “Blancos” por ejemplo, los “Augustos” vendrían a ser el público o viceversa. Lo importante será aprender a disfrutar del fracaso o del rol escogido o impuesto, fluyendo desde el no pensar, es decir desde el sentir.

- **Reflexión final**

- **Círculo de reflexión**

Finalmente se formará nuevamente un círculo todos sentados en el piso. El facilitador creará el espacio para que voluntariamente los participantes expresen sus ideas, aprendizajes de la sesión, frustraciones, sensaciones y proyecciones en el trabajo del clown y la vida.

También el facilitador alentará a los participantes para que cuenten sus experiencias alrededor de la tarea semanal. Es de suma importancia que el facilitador esté familiarizado con la filosofía y metodología del presente trabajo para tener el criterio de guiar a los estudiantes estimulando sus búsquedas personales.

- **Tarea semanal**

La tarea semanal para reforzar el trabajo realizado en la sesión será: “Cada día y a toda hora busco trabajar en el personaje “Augusto” en todas mis relaciones. Tratando de ceder a cada momento, siempre y cuando mi dignidad no esté en juego. Guardo todas las experiencias de la semana para compartirlas en la siguiente sesión” Es decir, cada vez que se estén defendiendo puntos de vista, o se necesite que se asuma un rol que nadie quiere asumir por el esfuerzo o dificultades que amerita. **Sin embargo algo que deberá dejar muy claro el facilitador será que cuando las relaciones o interacciones pongan en juego la dignidad o haga falta tomarlas con mucha seriedad, la tarea solo será un pretexto para estar consciente en el momento, más no para ceder ante todo.**

Sesión 7. La vida a través del estado clown 2

Nombre del proyecto: JAMBI CLOWN PUCE			
OBJETIVO DE SESION	Reconocer y aplicar los fundamentos principales de la esfera emocional del personaje clown, con el fin de trabajar usando las emociones como una herramienta para potenciar el conocimiento de sí mismo y las capacidades expresivas.	NUMERO DE SESIÓN	07
CONTENIDOS	<ul style="list-style-type: none"> • Estado de euforia necesario para hacer clown • La emocionalidad del clown 		
PROGRESIÓN DE ACTIVIDADES	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD O NOMBRE DE LA DINÁMICA	MATERIALES REQUERIDOS	TIEMPO (MINUTOS)
Pre calentamiento	<ul style="list-style-type: none"> • Círculo inicial • Yap, yap, hondon 	N/A	30 Min
Calentamiento	<ul style="list-style-type: none"> • Contacto visual 	Equipo de sonido y música	30 Min
Calentamiento con nariz	<ul style="list-style-type: none"> • La emocionalidad del clown (con música) 	Equipo de sonido y música	40 min
Improvisaciones	<ul style="list-style-type: none"> • La emoción al máximo 	N/A	50 min
Reflexión	<ul style="list-style-type: none"> • Círculo de reflexión • Tarea semanal <p>Nota: Los tiempos de las actividades son referenciales, pero dependerán de la dinámica y atención del grupo que el facilitador los acorte o alargue.</p>	N/A	30 min

Descripción de actividades

○ Pre calentamiento

• Círculo inicial

A medida que el trabajo sigue avanzando, es primordial que el tema de la esfera emocional basada en estados de euforia y la no planificación mental estén claros para todos. Para esto esta sesión se centrará en reforzar el concepto de las emociones y la espontaneidad del personaje clown.

El facilitador promoverá como siempre estados de confianza en donde se refuerce la sinceridad de todos cuidando, como en todo el proceso, que los estudiantes no juzguen ni agreguen valores positivos o negativos a lo que hacen en cada uno de los ejercicios de la

sesión. Lo principal ahora y siempre será disfrutar de aquello que se hace, aunque resulte estúpido y sin sentido, lo que importa es la sinceridad y el disfrute que cada uno pueda llegar a tener con lo que está haciendo.

En el círculo inicial, como ya es habitual el facilitador logrará antes que nada la relajación y tranquilidad de todos mediante el silencio. Una vez estén todos tomados de las manos y con los ojos cerrados, se les pedirá que comiencen a visualizarse como clowns. Es decir ellos mismos pero con un vestuario, un rasgo de la personalidad que los caracterice y en definitiva que se piensen como personajes clown, incorporando aunque fuera mentalmente todos los conceptos que se han revisado en el proceso hasta esta sesión. Es decir, su clown es enojón, tímido, extrovertido, etc. Deberán hacerse una imagen mental de esto.

- **Yap, yap, homdom**

Esta actividad podrá ser un juego recurrente, pues bien realizado es una herramienta para subir el ánimo de la clase siempre que este esté decayendo. El yap, yap, hondom ya lo usamos en la quinta sesión, sin embargo el facilitador lo podrá usar cada vez que crea conveniente, pero siempre remarcando las mismas pautas siempre, todos deberán querer ganar y las reacciones automáticas cuando se gana o sobre todo cuando se pierde son el más sencillo ejemplo de la sinceridad y espontaneidad del clown y esto debemos alcanzarlo de forma cada más orgánica sin que el intelecto aparezca o se situé sobre lo emocional.

Las directrices del yap, yap, hondom son las siguientes:

- Todos deberán estar de pies y en círculo.
- El facilitador mostrará el movimiento “Yap” el cual consiste en hacer un movimiento simulando al karate con la mano derecha hacia el lado izquierdo mientras dice con mucha energía la palabra “yap”. Hará que el grupo entero lo repita como un coro cuidando de que lo realicen exactamente igual y con la misma energía.
- El facilitador mostrará el mismo movimiento con la mano izquierda hacia el lado derecho y hará que lo repitan como el movimiento anterior. Entonces tendrán ya el “yap” para la derecha y para la izquierda.

- El tercer movimiento será el “hondom”. Este consiste en lanzar hacia delante la pelvis mientras los pies se ponen en punta de forma brusca. Haciendo un movimiento que casi podría tener una connotación sexual aparentemente, pero el facilitador deberá cuidar que el movimiento no se tergiverse. Mientras se realiza el movimiento se dirá la palabra “hondom” con mucha energía en el cuerpo y la voz al igual que en el “yap”. El facilitador deberá hacer que el grupo entero lo repita al unísono y con la misma energía hasta que quede clara cuál es la energía y el tono corporal.

Una vez que se han entendido los movimientos el facilitador explicará las reglas del juego:

- La energía y el tono corporal de los movimientos siempre deberán ser intensos.
- El objetivo de cada uno de los participantes deberá ser tratar de ganar a toda costa, y no ser eliminado hasta el final del juego.
- El facilitador empezará con el movimiento “yap” ubicado en el círculo marcando la dirección en la que deberá proseguir el movimiento. Si lo hace con la mano derecha hacia el lado izquierdo, a manera de una ola cada participante continuará con el “yap” a un ritmo estable y enérgico hasta que el “yap” regrese hasta el facilitador, es decir donde comenzó.
- Solo luego de una vuelta entera de “yap” en el círculo, cualquier participante podrá hacer el movimiento “hondom”. Este hará que el “yap” cambie de dirección, entonces si estaba yendo de izquierda a derecha, luego de un “hondom” deberá ir de derecha a izquierda.
- Luego de un círculo completo de “yap” cualquier persona podrá hacer “hondom” cuando quiera hasta que alguien pierda.
- Perderá y deberá sentarse en su mismo sitio para ver como los otros juegan, aquel participante que:
 - Se demore en hacer su movimiento
 - No haga bien el movimiento o se equivoque sin hacerlo perfecto
 - Cuando haga el movimiento y no sea su turno

- Una vez que queden solo tres participantes jugando el juego terminará nombrándolos los ganadores.

El juego podría tener variaciones según la creatividad del facilitador, pues si el grupo ya domina las reglas se podrá inventar movimientos que generen nuevas reglas como por ejemplo que se salten turnos en el “yap” o que en vez de emitir las palabra “yap” o “hondom” se digan palabras que empiezan con “A”, marcas de zapatos, palabras groseras, etc. La gama de variaciones podría ser infinita.

Reflexión de la actividad.- Ya que el objetivo es que todos deseen ganar, esto inevitablemente hará que automáticamente los participantes entren en un estado de euforia en el que su parte mental prácticamente dejará de trabajar. Nadie pensará en sus problemas personales y ni siquiera en lo que le pudo haber ocurrido antes de llegar a la sesión. Además de eso al concentrarse para tratar de ganar manteniendo la energía necesaria para la dinámica, cada vez que alguien pierda aparecerán de forma mecánica reacciones inconscientes por la complejidad del ejercicio y el nivel de atención requerido para no equivocarse.

○ **Calentamiento**

- **Contacto visual**

Antes de empezar el ejercicio, el facilitador deberá alcanzar rápidamente los parámetros de la marcha activa, es decir el control del equilibrio del espacio, el caminado activo, la mirada a los ojos de los compañeros, etc.

Una vez alcanzado eso, el facilitador incorporará un objeto a la sala, esto podrá ser un zapato por ejemplo, deberá asegurarse de tener varios objetos para la actividad, ya que si usa pelotas por ejemplo, deberá tener al menos el equivalente al cincuenta por ciento del número total de sus alumnos.

Pedirá a todos que lo miren y dará el ejemplo de cómo se debe pasar la pelota a otro compañero mientras mantienen la marcha. Esto se hará de la siguiente manera:

- Se deberá mantener la marcha activa todo el tiempo durante el ejercicio.

- La pelota deberá lanzarse a otro compañero únicamente cuando previamente exista un contacto visual. Si no existe el contacto visual de las dos partes el objeto no podrá lanzarse.
- El objeto no debe tocar el piso por ningún sentido.
- Cada persona cuando recibe el objeto deberá deshacerse lo antes posible de él, pero respetando la pauta de hacerlo solo cuando esté teniendo contacto visual.

La actividad tiene un sinnúmero de variaciones y éstas son algunas de ellas, el facilitador podrá desarrollar las que desee:

- Una vez que se logró el ritmo al pasarse el objeto, el facilitador podrá introducir varios objetos al mismo tiempo, de esa forma varios objetos estará volando por la sala y todos deberán estar atentos y buscando el contacto visual en todo momento.
- Cada vez que se lanza o se recibe el objeto se deberá colocar la mano en la cabeza o realizar cualquier tipo de movimiento distinto que el facilitador designe como por ejemplo una cachetada en la propia nalga, un salto, una mueca, etc.
- Cada vez que se recibe el objeto se deberá dar a sí mismo una palmada en la nalga o cualquier movimiento distinto que al facilitador se le ocurra.
- Cada vez que se lanza o se recibe el objeto se deberá emitir una palabra cualquiera cuidando de no repetirla.
- Cuando se usen las palabras se podrá variar con palabras que empiecen con una letra específica, o que agrupen cosas como frutas, animales, etc.

Reflexión de la actividad.- Lo más importante de esta actividad de calentamiento será mantener el contacto visual durante toda la actividad y hacer que los participantes tomen consciencia de la dificultad de mantener dicho contacto cuando el cerebro debe pensar en muchas otras cosas al mismo tiempo. Sin embargo se deberá hacer notar como en las personas una vez que entran en la dinámica del juego, su parte mental comienza a inhibirse y el accionar aparece comandado por el estado de euforia que el juego provoca.

○ **Calentamiento con nariz**

• **La emocionalidad del clown (con música)**

Una vez que se hayan puesto la nariz, el facilitador comenzará bombardearlos con diversos estilos de música como el rap, el reggaetón, el rock, el pop, sonidos tribales, etc. Todo lo que pueda encontrar cuando planifique su clase, y todo ese material lo podrá escoger descargándolo del YouTube o de cualquier página web de música.

Entonces la premisa será bailar, y asumir la energía que cada tipo de música propone. Estando muy atento a la atención y energía del grupo, el facilitador deberá ir cambiando y variando los estilos haciendo que el grupo mantenga la euforia y el gozo en la actividad.

Variaciones:

- Se podrá bailar en parejas o en grupos improvisando coreografías.
- Todos deberán bailar mirando a un solo sitio donde estará un público imaginario.
- Los clowns deberán cantar la canción en voz alta aunque no se la sepan, inventándose así un idioma para poder cantarla.
- Se pedirá que modelen con la música.

Reflexión de la actividad.- Lo más importante será lograr que los participantes logren la espontaneidad mientras bailan, sin juzgar si lo están haciendo bien o no, si es bonito o feo, simplemente tratando de disfrutar lo que están haciendo y sin permitirse caer en la monotonía, sino siempre proponiendo sin dejar de estar atentos a los cambios de la música.

○ **Improvisaciones**

• **La emoción al máximo**

Cuando todos estén dispuestos como público, cada uno tendrá su turno para realizar el ejercicio y estos serán los pasos para realizarlo:

- Cada persona escogerá una emoción siguiendo la lógica de que en el estado clown todas las palabras, conceptos o adjetivos pueden ser

emociones, por ejemplo: colorido, triste, sexy, etc. La gama es infinita.

- Al momento de salir al escenario deberán asumir esa emoción y exagerarla al máximo usando todo su cuerpo y todos los recursos que estén en sus manos para convencer al público de creer en esa emoción. El facilitador deberá forzar al participante a llevar al límite la actividad poniéndolo en dificultad hasta que agote todos sus recursos.
- Luego de que el facilitador haya decidido que el participante, ha logrado transmitir la emoción, pedirá al participante que le dé un susto al público manteniendo todo el trabajo que ha hecho en la improvisación, luego de eso podrá irse.
- Todos deberán hacer el ejercicio.

Reflexión de la actividad.- Como en todas las improvisaciones lo más importante será lograr no pensar, es decir que los pensamientos que generan desconfianza deberán ser evitados a toda costa. También cuando una persona está tratando de convencer de algo al público y esto se vuelve difícil es el mejor espacio para trabajar sobre el clown, pero sobre todo sobre la frustración que genera el dialogo mental cuando aparecen las dificultades. El reto será caricaturizar aquello que se está haciendo aunque esto se vuelva ridículo, más bien hasta que se vuelva ridículo. De esa forma se alcanzará la sinceridad y soltura necesarias para ir rompiendo las limitaciones de expresión en todos los ámbitos de la vida.

○ **Reflexión final**

• **Círculo de reflexión**

Finalmente se formará nuevamente un círculo todos sentados en el piso. El facilitador creará el espacio para que voluntariamente los participantes expresen sus ideas, aprendizajes de la sesión, frustraciones, sensaciones y proyecciones en el trabajo del clown y la vida.

También el facilitador alentará a los participantes para que cuenten sus experiencias alrededor de la tarea semanal. Es de suma importancia que el facilitador esté familiarizado

con la filosofía y metodología del presente trabajo para tener el criterio de guiar a los estudiantes estimulando sus búsquedas personales.

- **Tarea semanal**

La tarea semanal será la siguiente: “Cada día de la semana, me doy un tiempo en la noche antes de dormir, para recordar todos los momentos del día en donde me sentí emocionado por algo positivo. Tomo nota de ello y recuerdo de qué forma expresé dichas emociones. Cada día, mientras trato de ser más consciente de aquellos momentos para recordarlos en la noche, busco aumentar el nivel de expresión de esa emoción positiva haciendo que se desborde de alguna manera sin dar explicaciones a nadie sobre el tema”.

Sesión 8. Confianza en un espacio seguro y libre de juicios 2

Nombre del proyecto: JAMBI CLOWN PUCE			
OBJETIVO DE SESIÓN	Generar un espacio seguro y libre de juicios, mediante juegos físicos y de exposición gradual con el fin de afianzar la confianza del grupo y potenciar el interés y compromiso de los participantes en el proceso.	NUMERO DE SESIÓN	08
CONTENIDOS	<ul style="list-style-type: none"> Paradigmas erróneos sobre el contacto físico en grupo El trabajo en grupo mediante la sinceridad, el compromiso y el respeto 		
PROGRESIÓN DE ACTIVIDADES	ACTIVIDAD	MATERIALES REQUERIDOS	TIEMPO (MINUTOS)
Pre calentamiento	<ul style="list-style-type: none"> Círculo inicial (abrazo) 	N/A	10 Min
Calentamiento	<ul style="list-style-type: none"> Caminata por el espacio. <ul style="list-style-type: none"> Saludos Abrazos Guiando al compañero 	N/A	50 Min
Calentamiento con nariz	<ul style="list-style-type: none"> Las figuras humanas 	N/A	N/A
Improvisaciones	<ul style="list-style-type: none"> Cayendo de espaldas 	N/A	50 min
Reflexión	<ul style="list-style-type: none"> Círculo de reflexión Tarea semanal <p>Nota: Los tiempos de las actividades son referenciales, pero dependerán de la dinámica y atención del grupo que el facilitador los acorte o alargue.</p>	N/A	31 min

Descripción de actividades

○ Pre calentamiento

• **Círculo inicial**

Ha llegado la octava sesión, ahora ya tenemos en las manos un grupo fortalecido, con ganas de verse más seguido, llenos de curiosidad y ansiosos por experimentar de primera mano la técnica. Es común que en este punto del proceso varias personas quieran mostrarse en las improvisaciones o que al menos quieran retarse improvisando. Estamos en un punto en el que aparentemente ya entendemos qué es el clown, sin embargo la dificultad por ser sinceros seguirá presentándose ya que nos daremos cuenta de que aún existen mecanismos que debemos solventar. Posiblemente el miedo a fallar todavía exista, y varias defensas

inconscientes aún sigan jugándonos malas pasadas, sin embargo la principal arma de éste proceso y del presente trabajo es la unión y fortaleza del grupo.

Para éste momento el facilitador ya deberá haber logrado que sus estudiantes deseen salir a tomar un helado juntos luego de las sesiones. Esto aunque parezca un tanto superfluo es la parte más importante, ya que el presente trabajo no se centra en formar artistas o payasos, sino en formar seres humanos integrales. Aquí radica la importancia de que las capacidades comunicativas y sociales de los estudiantes se vean fortalecidas por el proceso. En esta sesión el facilitador se dedicará a fortalecer ese lazo que todos han formado.

En ésta ocasión, una vez que hayan formado el círculo y se encuentren calmados, tomados de las manos y con los ojos cerrados el facilitador les pedirá lo siguiente:

- Que recuerden un momento especial que hayan pasado en las sesiones anteriores, y sobre todo que recuerden con qué compañero vivieron esa experiencia. Una improvisación compartida, un juego, una complicidad, etc.
- El momento en que el facilitador de un aplauso todos deberán correr a darle un abrazo al compañero que estaban recordando. Si no estuviera presente correrán a darle un abrazo al primer compañero con quien crucen la mirada y tengan contacto visual.
- Si se quedan sin alguien que corresponda su abrazo deberán buscar a otra persona que se haya quedado sola.
- Luego del abrazo volverán a formar el círculo, tomarse de las manos y a cerrar los ojos.

Esto se repetirá cuantas veces considere el facilitador, mientras note que la energía sigue elevada y los participantes disfrutan de la actividad y por supuesto haciendo que cada vez que vuelven al círculo a cerrar los ojos traigan a la mente un recuerdo diferente y por ende a un compañero diferente.

○ **Calentamiento**

- **Caminata por el espacio**

Luego de romper el círculo el facilitador pedirá a todos que caminen por el espacio remarcando las siguientes directrices.

- Caminar de forma activa, al ritmo que el facilitador proponga mediante palmadas. Con el cuerpo recto, activo, dispuesto para el juego. Con la actitud llamada “¿Dónde está la fiesta?”
- Una vez alcanzado un ritmo activo y homogéneo, se pedirá que todos equilibren el espacio, caminando a los sitios que están vacíos sin amontonarse en una sola sección de la sala.
- Alcanzado el equilibrio, se pedirá a los participantes que fijen su mirada en los ojos de todos los compañeros con los que se cruzan, sin ensimismarse nunca. Manteniendo el contacto visual siempre y a cada momento de la marcha.
- Todos caminan sin emitir comentarios verbales durante todo el ejercicio. Los estudiantes no deben hablar.

Una vez que se han alcanzado todos estos puntos, el ejercicio tiene varias etapas que consisten en lo siguiente:

- g) Saludos.- Al sonido de la palmada, todos buscarán a un compañero que esté cerca y lo saludan con la mano sin perder el contacto visual, luego seguirán caminando.
- h) Abrazos.- Al sonido de la palmada, todos se abrazarán con la persona que tengan más cerca. Luego seguirán caminando. Luego de varias repeticiones, se les pedirá a los participantes que se abracen cada vez de formas distintas, inventando en el momento nuevas y creativas formas de abrazar utilizando todo el cuerpo.

- **Guiando al compañero**

El facilitador pedirá que todos formen parejas. Una vez hecho esto les solicitará que cada pareja encuentre algo con lo que puedan vendarse los ojos, primero uno de ellos y luego el otro, es decir una venda por pareja. Las pautas para el ejercicio serán las siguientes:

- Una persona de cada pareja será el primero en vendarse los ojos.

- La persona que puede ver será la primera en guiar al compañero que está vendado los ojos.
- Mientras los guían no podrán emitir palabra, solo podrán tocarlo en el brazo para llevarlo por el recorrido.
- El objetivo principal de aquel que guía será lograr que su compañero vendado le tenga confianza y camine relajado sin temor a golpearse o lastimarse.
- La persona vendada tendrá como tarea tratar de confiar en su compañero, relajarse, caminar erguido y disfrutar de la actividad.

Para esto el facilitador habrá escogido un recorrido ligeramente extenso fuera de la sala de trabajo, es decir por el campus de la universidad. EL camino deberá tener obstáculos, caminos diversos, alturas, gradas, etc. Mientras más raro sea el camino será más emocionante para todos.

Cuando el facilitador de la señal todas las parejas deberán llegar a la meta que designe el facilitador y esperar ahí a que lleguen todos sus compañeros. Una vez que todos hayan llegado comenzarán el recorrido de regreso cambiando de roles.

Al regresar a la sala de trabajo se realizará un foro muy corto donde los participantes tendrán la oportunidad de expresar sus sensaciones en el ejercicio.

Reflexión sobre la actividad.- Es muy importante que el facilitador remarque a cada momento el cuidado necesario que deberá tener cada persona con su compañero. Esta es una actividad que genera mucha unión en el grupo y es imprescindible la toma de consciencia por parte de los estudiantes sobre lo que ocurrirá en la actividad, todos deben tomárselo muy en serio. El valor de confiar en aquello que no pueden ver y al mismo tiempo disfrutar lo que están haciendo será una analogía para el trabajo del clown, y sobre todo para la cotidianidad de la vida, donde muchas veces los temores nos limitan y la confianza en el otro o en las capacidades de uno mismo son difíciles de alcanzar con sinceridad.

- **Calentamiento con nariz**
 - **Las figuras humanas**

Para empezar este ejercicio el facilitador deberá hacer que se pongan la nariz, siempre guardando los códigos de la técnica, es decir dando la espalda al público y buscando un momento íntimo para hacerlo.

Realizando una marcha activa por unos minutos para volver a subir la energía de la clase, el facilitador hará que caminen a distintos ritmos, que se miren a los ojos, etc.

Cuando la energía haya subido nuevamente el facilitador formará dos equipos partiendo al grupo a la mitad. Cada grupo deberá competir por ser el más rápido en realizar las siguientes órdenes que el facilitador dará fijando tiempos específicos para ello:

- Formar números en el piso
- Formar figuras geométricas en el piso
- Hacer fotografías de escenas de películas famosas
- Formar animales de pie en el espacio
- Hacer máquinas como autos, licuadoras, tostadoras, etc.

Todo el grupo deberá trabajar junto para hacerlo sin emitir palabras. El facilitador por su parte contará en voz alta para delimitar el tiempo. Por ejemplo él dirá que lo hagan en ocho segundos, y una vez que él cuente hasta ocho ambos equipos deberán quedarse congelados para que el facilitador pueda escoger al ganador.

Arbitrariamente escogerá al ganador basándose en el trabajo de equipo y por supuesto en cuál de los dos grupos hicieron la forma o la fotografía más vistosa y agradable a la vista.

Cada vez que un equipo gane le asignará un punto, esto hará que la competencia aparezca en el grupo. Sin embargo él deberá manipular la situación para que al final del ejercicio los equipos empaten. Por supuesto para desempatar habrá una nueva tarea y esta deberá ser hecha por todo el grupo al mismo tiempo rompiendo los equipos. Al final todos deberán formar la palabra “amor” o “compañerismo”.

Reflexión de la actividad.-La competencia es necesaria, pero ¿qué es competir para un clown? EL facilitador deberá lograr que nadie se sienta perjudicado por perder, y para eso se deben inhibir todas las expresiones de festejo encaminadas a humillar al otro equipo. El grupo ganador del punto podrá festejar, más nunca sacar en cara su ganancia de forma despectiva

o despreciando al otro equipo. Es tarea del facilitador hacer que al final de la actividad todos se sientan como ganadores y como compañeros que saben trabajar en equipo.

○ **Improvisaciones**

• **Cayendo de espaldas (sin nariz)**

Esta improvisación, talvez no se debería nombrar como tal, sin embargo es una analogía perfecta de lo que sienten los participantes cuando aceptan pasar a improvisar delante de sus compañeros.

La actividad está encaminada a enfrentar a los estudiantes con varios miedos inconscientes o bloqueos mentales. Dentro del proceso es el momento de entregarse a la confianza del grupo y a no dudar al momento de correr un riesgo. Las pautas para el ejercicio serán las siguientes:

- El participante que decide participar subirá a una mesa o elevación de al menos metro y medio y se colocará de espaldas.
- Detrás de él se pondrán ocho personas agarradas de las manos a manera de colchón elástico listos para sostener de la forma más flexible que puedan el peso del compañero que se encuentra de espaldas.
- Sin pensar demasiado, sin doblar las rodillas y sin hacer movimientos bruscos con los brazos para no golpear a nadie, el participante que está de espaldas deberá tirar su peso hasta acostarse en la cama de brazos que sus compañeros han hecho detrás de él.

Todos los participantes realizarán la actividad y el facilitador no podrá permitir que alguien decida no hacerlo. Deberá ser insistente, convincente y empático para poder convencer a todos hasta al más tímido o temeroso, para que hagan el ejercicio, no importan cuanto deban esperarlo, el grupo deberá hacer fuerza y apoyar a aquellos que muestren mayor dificultad.

Reflexión de la actividad.-La confianza en el grupo es importante, pero la confianza en sí mismo es lo que más importa, sin embargo las dos caminan de la mano es éste proceso. Antes de realizar la tarea todos deberán enfrentarse ante sus limitaciones mentales, y cuando estén a punto de hacerlo deberán olvidarse de todo y pensar únicamente en el apoyo de sus

compañeros y concentrarse en comprender que el límite es únicamente mental, ya que sus compañeros y el facilitador no permitirán que se haga daño.

Aquello que se vence lanzando su peso de espaldas no es solo el objetivo cumplido en la tarea, sino que a su vez es importante que cada participante se pregunte en qué otras situaciones de la vida la sensación del miedo los bloquea y no les permite actuar con honestidad, valentía, disfrute y sinceridad.

○ **Reflexión final**

- **Círculo de reflexión**

Finalmente se formará nuevamente un círculo todos sentados en el piso. El facilitador creará el espacio para que voluntariamente los participantes expresen sus ideas, aprendizajes de la sesión, frustraciones, sensaciones y proyecciones en el trabajo del clown y la vida.

También el facilitador alentará a los participantes para que cuenten sus experiencias alrededor de la tarea semanal. Es de suma importancia que el facilitador esté familiarizado con la filosofía y metodología del presente trabajo para tener el criterio de guiar a los estudiantes estimulando sus búsquedas personales.

- **Tarea semanal**

“Cada día escojo quince minutos que coincidan con un momento del día en el que esté acompañado por alguna persona de mi entera confianza y le pido que me guíe durante esos quince minutos mientras estoy vendado los ojos” La tarea debe generar disfrute y no sufrimiento, para esto deberán escoger bien a la persona que los ayudará. Deberán guardar cada experiencia para compartirla en la siguiente sesión.

Sesión 9. La escucha grupal

Nombre del proyecto: JAMBI CLOWN PUCE			
OBJETIVO DE SESION	Reconocer y aplicar la escucha grupal como una herramienta de comunicación necesaria para afinar los sentidos y la atención, con el fin de potenciar las capacidades comunicativas de los participantes.	NUMERO DE SESIÓN	09
CONTENIDOS	<ul style="list-style-type: none"> • Vivir el aquí y el ahora como un clown • La escucha activa del grupo 		
PROGRESIÓN DE ACTIVIDADES	ACTIVIDAD	MATERIALES REQUERIDOS	TIEMPO (MINUTOS)
Pre calentamiento	<ul style="list-style-type: none"> • Círculo inicial (Postura) 	N/A	10 Min
Calentamiento	<ul style="list-style-type: none"> • Caminata por el espacio. (ojos cerrados) <ul style="list-style-type: none"> ○ Saludos ○ Abrazos • Vampiros • Espalda con espalda 	N/A	70 Min
Calentamiento con nariz	<ul style="list-style-type: none"> • Carros chocones 	N/A	20 min
Improvisaciones	<ul style="list-style-type: none"> • El esfero en el zapato • La orquesta 	Esfero, venda y zapato	45 min
Reflexión	<ul style="list-style-type: none"> • Círculo de reflexión • Tarea semanal <p>Nota: Los tiempos de las actividades son referenciales, pero dependerán de la dinámica y atención del grupo que el facilitador los acorte o alargue.</p>	N/A	30 min

Descripción de actividades

○ Pre calentamiento

• Círculo inicial

Estamos llegando ya a la recta final del proceso, y aprovechando la dinámica grupal que hemos alcanzado no hemos de escatimar esfuerzos en seguir potenciando las capacidades comunicativas de los participantes y de esta forma alcanzar el objetivo de influir positivamente en el desarrollo y fortalecimiento de la inteligencia emocional de los participantes, ya que uno de los factores observables más determinantes al referirnos a la salud emocional de las personas, es hacer que alcancen la capacidad de comunicarse con

soltura, aceptándose sin reparos y teniendo la mentalidad completamente abierta para recibir sin juicio las actitudes y formas de pensar de quienes los rodean.

En el círculo se llevará a cabo un vaciado mental, se entrará en un estado de atención de sí mismo para luego comenzar a escuchar al resto.

El ejercicio durará solo siete minutos, sin embargo el esfuerzo físico que los participantes deberán hacer para lograrlo será intenso. Para esto el facilitador deberá ser casi un general frente a su pelotón, por supuesto sin involucrarse con la autoridad o la violencia, sin perder el amor y la ternura que deben caracterizarlo durante todo el proceso.

Una vez formado el círculo, Las premisas de la actividad serán las siguientes:

- El facilitador mostrará la “postura”, la cual consiste en permanecer con la columna recta, los pies paralelos hacia al frente a la altura de las caderas y con las rodillas ligeramente dobladas hasta que las puedan ver diez centímetros delante de las puntas de sus pies. Es decir los músculos de sus piernas aguantarán el peso de todo el cuerpo mientras mantienen la columna recta y elegante.
- Además de eso, los brazos se colocarán con hacia delante totalmente estirados con las palmas hacia abajo.

La postura se volverá cada vez más incómoda con el paso del tiempo. Entonces el facilitador les pedirá que la asuman luego de haber dado las indicaciones, las cuales consisten vascamente: tomar la postura, cerrar los ojos, no hablar y tratar de no pensar.

Cuando el ejercicio haya comenzado, el rol del facilitador será ser duro y motivador, recordando todo el tiempo que el dolor existe solamente cuando sus mentes se aferran a él. Mientras los participantes comienzan a sufrir por mantener la postura, el facilitador deberá motivarlos y darles ánimo para que no desfallezcan antes de terminar los siete minutos. Deberá echar mano de todos los recursos posibles como por ejemplo:

- Que recuerden por qué quieren estar en el proceso.

- Cuáles son los aprendizajes valiosos que han conseguido en el proceso.
- Que le dediquen mentalmente el esfuerzo a alguien muy importante para ellos.
- Que sientan que el grupo entero se esfuerza en beneficio del crecimiento de todos.
- Etc.

Cada cierto tiempo el facilitador les dirá cuánto tiempo falta para terminar, y cuando el tiempo haya terminado les pedirá que suelten la postura y que empiecen a caminar por el espacio.

○ **Calentamiento**

• **Caminata por el espacio**

Luego de romper el círculo el facilitador pedirá a todos que caminen por el espacio remarcando las siguientes directrices.

- Caminar de forma activa, al ritmo que el facilitador proponga mediante palmadas. Con el cuerpo recto, activo, dispuesto para el juego. Con la actitud llamada “¿Dónde está la fiesta?”
- Una vez alcanzado un ritmo activo y homogéneo, se pedirá que todos equilibren el espacio, caminando a los sitios que están vacíos sin amontonarse en una sola sección de la sala.
- Alcanzado el equilibrio, se pedirá a los participantes que fijen su mirada en los ojos de todos los compañeros con los que se cruzan, sin ensimismarse nunca. Manteniendo el contacto visual siempre y a cada momento de la marcha.
- Todos caminan sin emitir comentarios verbales durante todo el ejercicio. Los estudiantes no deben hablar.

Una vez que se han alcanzado todos estos puntos el facilitador les pedirá que comiencen a caminar con los ojos cerrados por el espacio, tratando de reconocerlo y de ir tomando consciencia del mismo para alcanzar la confianza necesaria para caminar.

Cuando el grupo esté lo totalmente atento para caminar con los ojos cerrados sin lastimarse, se realizarán los saludos y abrazos manteniendo los ojos cerrados. Saludos.- Al sonido de la palmada, todos buscarán a un compañero que esté cerca y lo saludan con la mano sin perder el contacto visual, luego seguirán caminando.

- a) Saludos.- Al sonido de la palmada, todos buscarán a un compañero que esté cerca y lo saludarán con la mano, luego seguirán caminando.
- b) Abrazos.- Al sonido de la palmada, todos se abrazarán con la persona que tengan más cerca. Luego seguirán caminando.

- **Vampiros**

Continuando con la dinámica de sentir el trabajo con los ojos cerrados, todos abrirán los ojos solo para recibir las directrices de la actividad “vampiros”:

- Todo el tiempo los participantes seguirán caminando por el espacio con los ojos cerrados sin hacer trampa.
- El facilitador mostrará cómo se “vampiriza” a otra persona caminando con los brazos hacia delante como buscando algo, y en el momento en el que se encuentra con un compañero lo tomará del cuello. En ese momento la persona que es tomada por el cuello deberá gritar de forma muy aguda la letra “A”. Como si fuera un alarido de susto y dolor. Desde ese momento el “vampirizado” caminará con los brazos adelante buscando “vampirizar” a alguien más.
- De igual forma mostrará cómo se “desvampiriza”. Así mismo caminando con los brazos adelante siendo un vampiro, al momento de encontrarse con otro vampiro que de igual forma tiene los brazos adelante, los dos se apretarán el cuello y emitirán un gemido de placer con la letra “A”. En ese momento dejarán de estar “vampirizados” y caminarán con los brazos abajo tratando de esquivar a los otros vampiros.

El ejercicio se realizará todo el tiempo con los ojos cerrados, y el facilitador deberá alentar a todos para que los gritos y gemidos sean muy evidentes, en parte par que todos sepan cuando

alguien está siendo “vampirizado” o “desvampirizado”, pero sobre todo porque mientras más eufórico sea el grito el juego se volverá más emocionante y divertido.

○ **Espalda con espalda**

Todo el grupo deberá colocarse en parejas, y cada uno con su compañero se pondrán en posición de tocarse espalda con espalda. Ahora solo deberán sentir con la columna y no podrán usar ninguna otra parte del cuerpo como los brazos. Entonces el facilitador explicará las premisas del ejercicio:

- Todas las parejas cerrarán los ojos.
- Tendrán un minuto para sentir a su compañero y reconocer las particularidades de su espalda, si es grande, pequeña, gorda, etc.
- Cuando haya terminado el tiempo para sentirse, todos caminarán separándose de su compañero por todo el espacio. De esta forma se disiparán y alejarán de su pareja.
- Luego de que se hayan esparcido el facilitador dará la orden de que busquen a su compañero, es decir a la espalda de su pareja.

Mediante la prueba y el error deberán tomarse el tiempo de encontrar a su pareja y esto avivará la sensación e introspección de todo el grupo, además de que la búsqueda será muy ardua y emocionante. Las parejas que sientan que ya se encontraron se quedarán quietas esperando a que todos terminen.

○ **Calentamiento con nariz**

• **Carros chocones**

En éste momento se comenzará a trabajar con ojos abiertos y tratando de no perder la atención obtenida durante todo el trabajo sensitivo que se ha hecho hasta el momento.

Cuando se hayan puesto la nariz, el facilitador mostrará cómo se juega a los “carros chocones” colocando sus brazos como si estuvieran sosteniendo un volante de auto y caminando por el espacio haciendo el sonido de un motor que acelera y también los sonidos de los choques y frenazos, exagerando los golpes de forma caricaturesca sin llegar a la violencia.

Entonces todos asumirán la misma actitud y comenzarán a desplazarse por el espacio jugando a los carros chocones. La actividad tendrá las siguientes etapas:

- Todos juegan por toda la sala con los ojos abiertos.
- Todos juegan por toda la sala con los ojos cerrados.
- Todos los participantes se dividen en las cuatro esquinas de la sala formando cuatro subgrupos y a la orden del facilitador corren en diagonal a la esquina contraria con los ojos abiertos.
- Todos los participantes se dividen en las cuatro esquinas de la sala formando cuatro subgrupos y a la orden del facilitador corren en diagonal a la esquina contraria con los ojos cerrados.
- Cada subgrupo, uno a la vez repiten la última acción cuidando de reproducir en cámara lenta cada detalle mientras corren a la esquina contraria, aunque el grupo con el que se chocaron anteriormente no esté presente. Es decir jugarán a reproducir en cámara lenta el recorrido y los choques anteriores.

○ **Improvisaciones**

- **El esfero en el zapato**

Cuando todos estén ubicados como público dejando un espacio para el escenario, el facilitador pedirá dos voluntarios con nariz para la improvisación y uno de ellos deberá vendarse los ojos. Las directrices para la improvisación serán las siguientes:

- El facilitador colocará un zapato o un recipiente cualquiera en alguna parte del escenario.
- La persona que está vendada los ojos dará vueltas en su propio eje para despistarlo del lugar en donde se encuentra, y sostendrá un esfero en la punta de su mano derecha.
- Aquel que está sin venda deberá dirigir a su compañero para que encuentre el zapato y logre colocar el esfero dentro él. Esto lo deberá hacer sin emitir ninguna palabra sino solo usando sonidos, golpes, silbos, es decir deberá crear un código de sonidos que representen adelante, atrás, etc.

- La persona que está vendada deberá afinar su escucha para poder entender el mensaje de su compañero.
- El participante que guía deberá tratar de mantener todo el tiempo el contacto visual con el público para transmitir sus logros o frustraciones. Esto debe respetarse para que el clown aparezca en la improvisación.

Cuando el facilitador sienta que el ejercicio se torna extenso, deberá poner un límite de tiempo, por ejemplo dirá que tienen treinta segundos para lograrlo y comenzará a contar en voz alta presionando a la pareja. El ejercicio se repetirá hasta que al menos la mitad de los participantes hayan pasado a realizarla.

Reflexión de la actividad.- Es importante que todos guarden y reflexionen internamente sobre las sensaciones que experimentan en la improvisación, pues esta amerita varios grados de atención, y caso de forma inconsciente (si el ejercicio es bien guiado) el clown aparecerá generando una conexión especial entre el público y los improvisantes. La escucha para entender lo que el otro propone es muy necesaria al momento de realizar el ejercicio, y todo esto sumado a la premisa de mantener la comunicación con el público hará que si el participante alcanza la sinceridad el clown aparezca y varias de sus limitaciones comunicacionales desaparezcan casi mágicamente.

- **La orquesta**

Esta improvisación será la que más se asemeje a un producto teatral en la técnica del clown, sin embargo como hemos remarcado varias veces en el presente trabajo, la técnica será solo una herramienta para trabajar factores que posibiliten espacios en donde los participantes tengan la oportunidad de conocerse a sí mismos potenciando sus capacidades comunicativas y de esa forma influenciar positivamente en su inteligencia emocional. Por esto, el resultado no será lo más importante sino el proceso, es decir todo lo que suceda dentro de cada uno de los participantes en la gestión de sus emociones y habilidades comunicativas, entonces si el público ríe estará muy bien, sin embargo si no ríe la improvisación deberá tomarse positivamente en todos los casos.

Los pasos para la última improvisación del proceso serán los siguientes:

- El facilitador solicitará cinco voluntarios con nariz para la improvisación.
- Cuando ingresen al escenario y se coloquen mirando hacia el público, el facilitador los recibirá como si fueran un gran y famoso grupo de músicos y le preguntará a alguno de ellos qué tipo de música interpretarán. De aquí en adelante deberán responder a todo tratando de hablar en inglés, o algo que se le parezca. Entonces las preguntas puntuales a distintos participantes serán:
 - Qué tipo de música
 - Cuál es la trayectoria del grupo
 - Cómo se llama la canción que interpretarán
- Una vez que tanto el facilitador como los improvisantes hayan jugado de forma clown a crear la atmósfera para que el público se sitúe en la situación, es decir en el gran concierto, empezarán a tocar la canción.

El facilitador impulsará y motivará, pero sobre todo hará que los parámetros de la improvisación nunca se salgan de foco. Se deberá respetar el género escogido y el tema de la canción mientras es interpretada en inglés...o algo que se le parezca.

La improvisación se repetirá con distintos participantes al menos cuatro veces, o lo que el facilitador crea conveniente sin dejar que la energía de la clase se vuelva pesada, manteniendo siempre la euforia en el grupo controlando los tiempos de cada una de las improvisaciones.

○ **Reflexión final**

- **Círculo de reflexión**

Finalmente se formará nuevamente un círculo todos sentados en el piso. El facilitador creará el espacio para que voluntariamente los participantes expresen sus ideas, aprendizajes de la sesión, frustraciones, sensaciones y proyecciones en el trabajo del clown y la vida.

También el facilitador alentará a los participantes para que cuenten sus experiencias alrededor de la tarea semanal. Es de suma importancia que el facilitador esté familiarizado con la filosofía y metodología del presente trabajo para tener el criterio de guiar a los estudiantes estimulando sus búsquedas personales.

- **Tarea semanal**

Esta vez la tarea será un tanto diferente, no ameritará el esfuerzo acostumbrado por tratar de estar presente y consciente de realizarla, sino más bien se basará en estar pendiente de que para la siguiente y última clase todos deberán llevar mucha ropa de todo tipo. Vestidos, sombreros, ropa colorida, graciosa, extraña. Sin más detalles ni explicaciones solo deberán comprometerse a no olvidarlo para que en la siguiente clase todos lleven algo para la última jornada.

Sesión 10. Recordando mi niño interior

Nombre del proyecto: JAMBI CLOWN PUCE				
OBJETIVO DE SESION	Recordar y aplicar ejercicios pasados con el fin de crear espacios de reflexión sobre los aprendizajes obtenidos en el proceso.	NUMERO DE SESIÓN	10	
CONTENIDOS	<ul style="list-style-type: none"> Mirada interior autoevaluativa Pérdida del miedo al ridículo 			
PROGRESIÓN DE ACTIVIDADES	ACTIVIDAD	MATERIALES REQUERIDOS	TIEMPO (MINUTOS)	
Pre calentamiento	<ul style="list-style-type: none"> Círculo inicial Yap, yap, hodom 	N/A	20 Min	
Calentamiento	<ul style="list-style-type: none"> Caminata por el espacio. <ul style="list-style-type: none"> Saludos Abrazos Saludando a mi mejor amigo Cargadas 	N/A	30 Min	
Calentamiento con nariz	<ul style="list-style-type: none"> El cien 	N/A	30 min	
Improvisaciones	<ul style="list-style-type: none"> Vistiendo a mi clown, recordando a mi niño interior 	N/A	40 min	
Reflexión	<ul style="list-style-type: none"> Círculo de reflexión final de proceso <p>Nota: Los tiempos de las actividades son referenciales, pero dependerán de la dinámica y atención del grupo que el facilitador los acorte o alargue.</p>	N/A	45 min	

Descripción de actividades

○ Pre calentamiento

● Círculo inicial

Finalmente hemos llegado al final del proceso, esto significará que la sesión estará cargada de emociones encontradas, por un lado la expectativa de saber de qué manera se cerrará un proceso tan complejo y diferente por el que cada uno ha tenido que atravesar (incluyendo al facilitador), y por otro lado la tristeza que el momento podría causar en aquellas personas que hayan estado más comprometidas y para aquellas que el proceso se haya convertido en una tabla de salvación para olvidarse del estrés, preocupaciones o para curar ciertas

emociones que necesitaban atención, y que por medio del proceso de estudio de clown aparecieron más fuertemente. El tema curativo y terapéutico de la propuesta metodológica será un tema para abordar en el futuro, por el momento nuestro objetivo se centrará en lograr que luego de la última sesión los estudiantes puedan hacer una mirada hacia dentro de ellos mismos y reconocer cuál es su estado actual, sobre qué deberán trabajar en el futuro, cuáles son las cosas aprendidas y cuáles serán sus nuevos retos en el camino de convertirse en individuos profesionales, integrales y auténticos.

En el círculo inicial el facilitador les pedirá que con los ojos cerrados y tomados de las manos recuerden cada etapa del proceso que acaban de vivir en las últimas nueve sesiones. Tratando de hacer una mirada comparativa sobre quiénes eran ellos al iniciar y cómo son en la actualidad en sus estudios, en el hogar, en sus relaciones, etc. Para esto el facilitador les irá recordando los temas de cada una de las sesiones de forma cronológica:

- El discurso de Patch
- La expresión de las emociones en modo clown
- La confianza en el espacio de trabajo y el no juicio
- El respeto a la nariz
- La vida bajo el lente de la lógica clown
- Blanco y Augusto, cómo soy cuando mando y cuando sirvo
- ¿Qué significa el grupo para mí?

Cuando hayan hecho un viaje mental por todos esos estadios atravesados en el proceso, el facilitador les pedirá que abran los ojos.

- **Yap, yap, homdom**

Esta dinámica es un muy buen pretexto para analizar varios comportamientos que tienen que ver con la esfera emocional del clown, pues mientras los participantes se divierten jugando el facilitador deberá hacer referencia todo el tiempo a las actitudes o comportamientos del personaje clown. Las directrices del yap, yap, homdom son las siguientes:

- Todos deberán estar de pies y en círculo.

- El facilitador mostrará el movimiento “Yap” el cual consiste en hacer un movimiento simulando al karate con la mano derecha hacia el lado izquierdo mientras dice con mucha energía la palabra “yap”. Hará que el grupo entero lo repita como un coro cuidando de que lo realicen exactamente igual y con la misma energía.
- El facilitador mostrará el mismo movimiento con la mano izquierda hacia el lado derecho y hará que lo repitan como el movimiento anterior. Entonces tendrán ya el “yap” para la derecha y para la izquierda.
- El tercer movimiento será el “hondom”. Este consiste en lanzar hacia delante la pelvis mientras los pies se ponen en punta de forma brusca. Haciendo un movimiento que casi podría tener una connotación sexual aparentemente, pero el facilitador deberá cuidar que el movimiento no se tergiverse. Mientras se realiza el movimiento se dirá la palabra “hondom” con mucha energía en el cuerpo y la voz al igual que en el “yap”. El facilitador deberá hacer que el grupo entero lo repita al unísono y con la misma energía hasta que quede clara cuál es la energía y el tono corporal.

Una vez que se han entendido los movimientos el facilitador explicará las reglas del juego:

- La energía y el tono corporal de los movimientos siempre deberán ser intensos.
- El objetivo de cada uno de los participantes deberá ser tratar de ganar a toda costa, y no ser eliminado hasta el final del juego.
- El facilitador empezará con el movimiento “yap” ubicado en el círculo marcando la dirección en la que deberá proseguir el movimiento. Si lo hace con la mano derecha hacia el lado izquierdo, a manera de una ola cada participante continuará con el “yap” a un ritmo estable y enérgico hasta que el “yap” regrese hasta el facilitador, es decir donde comenzó.
- Solo luego de una vuelta entera de “yap” en el círculo, cualquier participante podrá hacer el movimiento “hondom”. Este hará que el “yap” cambie de dirección, entonces si estaba yendo de izquierda a derecha, luego de un “hondom” deberá ir de derecha a izquierda.

- Luego de un círculo completo de “yap” cualquier persona podrá hacer “hondom” cuando quiera hasta que alguien pierda.
- Perderá y deberá sentarse en su mismo sitio para ver como los otros juegan, aquel participante que:
 - Se demore en hacer su movimiento
 - No haga bien el movimiento o se equivoque sin hacerlo perfecto
 - Cuando haga el movimiento y no sea su turno
 - Una vez que queden solo tres participantes jugando el juego terminará nombrándolos los ganadores.

El juego podría tener variaciones según la creatividad del facilitador, pues si el grupo ya domina las reglas se podrá inventar movimientos que generen nuevas reglas como por ejemplo que se salten turnos en el “yap” o que en vez de emitir las palabra “yap” o “hondom” se digan palabras que empiezan con “A”, marcas de zapatos, palabras groseras, etc. La gama de variaciones podría ser infinita.

Reflexión de la actividad.- Ya que el objetivo es que todos deseen ganar, esto inevitablemente hará que automáticamente los participantes entren en un estado de euforia en el que su parte mental prácticamente dejará de trabajar. Nadie pensará en sus problemas personales y ni siquiera en lo que le pudo haber ocurrido antes de llegar a la sesión. Además de eso al concentrarse para tratar de ganar manteniendo la energía necesaria para la dinámica, cada vez que alguien pierda aparecerán de forma mecánica reacciones inconscientes por la complejidad del ejercicio y el nivel de atención requerido para no equivocarse.

○ **Calentamiento**

- **Caminata por el espacio**

Luego de romper el círculo el facilitador pedirá a todos que caminen por el espacio remarcando las siguientes directrices.

- Caminar de forma activa, al ritmo que el facilitador proponga mediante palmadas. Con el cuerpo recto, activo, dispuesto para el juego. Con la actitud llamada “¿Dónde está la fiesta?”

- Una vez alcanzado un ritmo activo y homogéneo, se pedirá que todos equilibren el espacio, caminando a los sitios que están vacíos sin amontonarse en una sola sección de la sala.
- Alcanzado el equilibrio, se pedirá a los participantes que fijen su mirada en los ojos de todos los compañeros con los que se cruzan, sin ensimismarse nunca. Manteniendo el contacto visual siempre y a cada momento de la marcha.
- Todos caminan sin emitir comentarios verbales durante todo el ejercicio. Los estudiantes no deben hablar.

Una vez que se han alcanzado todos estos puntos, el ejercicio tiene varias etapas que consisten en lo siguiente:

- i) Saludos.- Al sonido de la palmada, todos buscarán a un compañero que esté cerca y lo saludan con la mano sin perder el contacto visual, luego seguirán caminando.
- j) Abrazos.- Al sonido de la palmada, todos se abrazarán con la persona que tengan más cerca. Luego seguirán caminando. Luego de varias repeticiones, se les pedirá a los participantes que se abracen cada vez de formas distintas, inventando en el momento nuevas y creativas formas de abrazar utilizando todo el cuerpo.
- k) Saludando a mi mejor amigo.- Una vez que todos estén abiertos y disponibles para jugar luego del contacto físico provocado anteriormente, el facilitador explicará la siguiente situación: Todos imaginarán que al sonido de la palmada van a saludar a su mejor amigo o amiga. A aquel a quien le cuentan todo y comparten cada momento de su vida. Pero cada vez que se realice el ejercicio la complejidad del saludo irá cambiando. Empezando por saludarlo luego de no verlo un día, luego una semana, un mes y un año. En cada una de esos contextos, los cuales el facilitador irá revelando paulatinamente, el saludo deberá ser cada vez más efusivo. Así mismo se deberá permitir que los participantes se preparen antes de cada saludo mientras el facilitador remarca el contexto de cada saludo. Al final de cada etapa también se verá dejar un tiempo corto en donde los estudiantes puedan expresar la euforia de cada saludo para luego volver a la marcha sin emitir comentarios innecesarios.

- l) Cargadas.- Al sonido de la palmada, todos cargarán al compañero que esté más cerca. Se llevará a cabo una corta competencia por quién es capaz de cargar primero al otro, sin lenguaje verbal, y sobre todo y MUY importante: SIN TINTES DE VIOLENCIA en el ejercicio. Esta parte del ejercicio se puede hacer de varias maneras haciendo que dos personas carguen a uno, tres a uno, etc.

- **El cien**

El facilitador entregará una pelota a alguien haciendo un lanzamiento sutil y todos deberán hacer lo mismo realizando una cuenta ascendente del uno al cien. Es decir cada vez que alguien lance la pelota deberá decir un número continuando la cuenta hasta llegar al cien. Todo esto siguiendo las instrucciones:

- El facilitador colocará música para animar al grupo (<https://www.youtube.com/watch?v=Ag6y6jz7bQQ&t=3s>)
- Todo el grupo deberá comenzar a trotar al ritmo de la música, sin quedarse quietos en ningún momento y manteniendo las mismas premisas que se expusieron al momento de empezar la marcha.
- Cada vez que alguien lance la pelota deberá hacerlo asegurándose de mantener el contacto visual con la otra persona.
- Cada vez que la pelota se caiga todo el grupo deberá caer al piso, colocar todo su peso y luego volver a levantarse con energía para recomenzar la cuenta desde uno nuevamente. Así hasta que lo logren sin que la pelota se caiga.

El facilitador deberá estar muy atento para que las reglas de la actividad se respeten de principio a fin.

Reflexión de la actividad.- Cada error o acierto al realizar la actividad deberá ser tomado como responsabilidad propia. Pues si el grupo echa la culpa a una sola persona, el facilitador deberá remarcar la responsabilidad que tienen todos para que el objetivo grupal se cumpla. Si uno falla, todos fallan, se necesita la atención del grupo entero, que todos piensen en el otro y se escuchen como grupo. Además de esto se hará una reflexión grupal recordando la

primera vez que se hizo el ejercicio para compararla con la experiencia de repetirlo y analizar si se presentaron diferencias substanciales.

- **Improvisaciones**

- **Recordando mi niño interior**

Este es el último ejercicio del proceso, y por esto deberá ser el más impactante de todos, para esto el facilitador ha de estar muy preparado y haber planificado con cuidado la actividad, la misma que se hará siguiendo las presentes directrices:

- Al iniciar la sesión el facilitador les habrá pedido toda la ropa solicitada en la clase anterior y la amontonarán en un solo espacio de la sala.
- Luego del calentamiento con nariz, se reunirá a todos los participantes en una sala aledaña el espacio de trabajo y todos deberán estar colocados la nariz.
- Cuando estén todos aislados en un espacio, el facilitador les dará la orden enérgica e innegociable de “no hacer nada”, ni siquiera ruido, quedándose ahí hasta que él lo determine. Esto causará mucha confusión en ellos y el facilitador no dará mayores explicaciones al respecto.
- Dejándolos aislados en un lugar donde no tengan acceso al espacio de trabajo, el facilitador procederá a regar toda la ropa que portaron los estudiantes y ubicarla esparcida en el centro del espacio. Esto le tomará algunos minutos, mientras tanto todo lo que pase con los clowns encerrados no será de su incumbencia, aunque si siente o escucha que están incumpliendo la orden y haciendo demasiado ruido deberá ir a reprenderlos con fuerza y cariño.
- Luego de que hayan pasado más o menos diez minutos o lo que le haya tomado esparcir la ropa en el espacio, los traerá a la sala en grupos pequeños con los ojos cerrados pues deberá asegurarse de que ninguno vea el espacio antes de empezar el ejercicio. Los irá ubicando en círculo alrededor de la ropa.

- Cuando ya estén ubicados todos en círculo y con los ojos cerrados, el facilitador les pedirá que mientras están ahí comiencen a recordarse a sí mismos cuando tenían quince años, diez años, cinco años, y dos años. Esto se hará dejando lapsos de tiempo de más o menos cinco minutos en cada una de las edades nombradas mientras el facilitador refuerza los siguientes parámetros:
 - ¿cómo eran esa edad?
 - ¿qué cosas les gustaban?
 - ¿con qué personas convivían?
 - ¿qué olores había?
 - ¿quiénes eran sus seres queridos?
 - ¿qué los divertía?
 - ¿qué les gustaba comer?
 - ¿qué los preocupaba?
 - Todo lo que pueda hacerles recordar de la forma más vívida esas etapas específicas de la vida.
- Cuando empiecen a recordar la niñez, es decir cuando estén recordando sus diez años, el facilitador pondrá música de fondo con un tinte calmado e infantil como el siguiente ejemplo: https://www.youtube.com/watch?v=aqE56_Bab68
- A medida que van entrando en las edades de la infancia el facilitador remarcará con más fuerza factores que tengan que ver con recordar la espontaneidad, sinceridad, felicidad, dulzura de la niñez. Esto hará que todo el grupo entre en un estado emocional profundo y a veces sensible, el facilitador deberá estar preparado para controlar los llantos que podrían presentarse calmando al grupo dando características positivas y de aprendizaje a todas las sensaciones experimentadas en el momento.
- Una vez que hayan llegado a los dos años y se haya alcanzado una atmosfera placentera y de concentración en el grupo, el facilitador les

pedirá que abran los ojos, miren el espacio y comiencen a colocarse la ropa que gusten.

- La ropa la podrán probar y cambiar cuantas veces quieran y terminarán cuando se sientan cómodos con lo que se pusieron. Como si estuvieran vistiendo al clown o niño interior que vive dentro de ellos.
- Luego de más o menos ocho minutos, el facilitador les pedirá que vayan terminando y regresen a su lugar en el círculo. Cuando hayan terminado todos se les pedirá rompan el círculo y se aseguren de dar un gran abrazo a todos y cada uno de sus compañeros. Esto tomará más o menos cinco minutos, el facilitador dejará que lo hagan en su propio tiempo y estimulando la sinceridad de las emociones en cada momento.
- Luego del abrazo la premisa será “jugar a algo” lo que sea usando toda la sala e interactuando con quien ellos quiera en la sala, pero jugar de verdad, sin inhibiciones ni vergüenzas y disfrutando de lo que están haciendo. Esto durará alrededor de diez minutos. Para esto el facilitador colocará música alegre que inspire al juego infantil. Ejemplo: https://www.youtube.com/watch?v=IS6P_VchEko

Luego de dejar que todos se expresen buscando la sinceridad y la espontaneidad, el facilitador los irá calmando y les pedirá que vuelvan a colocarse en el círculo, los hará tomarse de las manos, cerrarán los ojos y dará por terminado el ejercicio.

○ **Reflexión final**

• **Círculo de reflexión**

Esta será la reflexión final, y todos deberán formar el círculo y sentarse en una posición cómoda para comenzar el conversatorio final. En éste caso todos deberán hablar y el facilitador decidirá si las intervenciones tendrán un orden o si lo harán voluntariamente, pero deberá asegurarse de que todos respondan a las siguientes preguntas: ¿cómo les fue en el proceso, qué aprendieron, qué desaprendieron, en qué influyó en sus vidas? Y sobre todo ¿cómo evaluarían su inteligencia emocional en ese momento?

Mientras todos hablan, el facilitador quien ahora será una persona que también se haya nutrido de experiencias y se haya familiarizado con los preceptos filosóficos del clown y sobre su función como herramienta educativa complementaria, estará presto a acotar comentarios a las intervenciones de los participantes si éste fuera el caso. Alentará las búsquedas y proyecciones de los participantes y se asegurará de que no queden en ellos enfoques negativos o frustraciones sobre lo que no lograron hacer en el proceso.

Al final él también dará su impresión del proceso con total sinceridad y cerrará el taller con un gran aplauso de todos al unísono.

4.4 Propuesta auto evaluativa sobre el impacto del proceso metodológico

4.4.1 Tabla de contenidos

En la siguiente tabla se podrá entender de forma precisa hacia donde apuntan los ejes de aprendizaje propuestos en el presente trabajo.

N.	Sesión	Contenidos	Preguntas relacionadas
1	Patch Adams. Un discurso necesario	<ul style="list-style-type: none"> • El ridículo es parte de mí, no debo temerle. • La Risoterapia tiene varios componentes, entre ellos: filosófico, político y espiritual. 	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Me importan los juicios que las personas hacen sobre mi comportamiento y personalidad? • ¿Puedo identificar los factores filosóficos, políticos y espirituales que componen la visión integral de la risoterapia?
2	Fundamentos de la técnica. La esfera emocional del clown	<ul style="list-style-type: none"> • El miedo al ridículo como un obstáculo para la sinceridad • Para desarrollar la creatividad y la sinceridad, lo emocional debe estar sobre lo racional 	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Me siento seguro cuando debo expresar mis emociones y sentimientos a las personas que me rodean?
3	Confianza en un espacio seguro y libre de juicios 1	<ul style="list-style-type: none"> • El cuerpo es una herramienta para la expresión y la comunicación • El trabajo en grupo mediante la sinceridad y el compromiso 	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuándo me expreso y comunico, soy consciente de los mensajes que emite mi lenguaje corporal?
4	La nariz, la máscara, yo mismo	<ul style="list-style-type: none"> • El uso de la nariz como una máscara de desmascara • Códigos del clown en el uso de la nariz 	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Me siento cómodo cuando enfrente situaciones que me exponen emocionalmente delante de la gente? • ¿Puedo reconocer y expresar fundamentos técnicos básicos sobre el uso correcto de la nariz de payaso como una máscara?
5	La vida a través del estado clown 1	<ul style="list-style-type: none"> • Estado de euforia necesario para hacer clown • La emocionalidad del clown 	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Soy capaz de reconocer estados emocionales intensos y ser consciente de ellos cuando se presentan?
6	Blanco y Augusto. El orden y el caos	<ul style="list-style-type: none"> • Personalidad del payaso “blanco” • Personalidad del payaso” agosto” 	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Puedo hacer una introspección para reconocer cuándo soy dominante y cuándo soy sumiso en mi vida cotidiana?
7	La vida a través del estado clown 2	<ul style="list-style-type: none"> • Estado de euforia necesario para hacer clown • La emocionalidad del clown 	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Soy capaz de reconocer estados emocionales intensos y ser consciente de ellos cuando se presentan?
8	Confianza en un espacio seguro y libre de juicios 2	<ul style="list-style-type: none"> • Paradigmas erróneos sobre el contacto físico en grupo • El trabajo en grupo mediante la sinceridad, el compromiso y el respeto 	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Tengo reparos, juicios negativos o miedo al contacto físico en el trabajo grupal?
9	La escucha grupal	<ul style="list-style-type: none"> • Vivir el aquí y el ahora como un clown • La escucha activa del grupo 	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Siento que aprovecho cada momento de mi vida disfrutándolo al máximo?
10	Recordando mi niño interior	<ul style="list-style-type: none"> • Mirada interior autoevaluativa • Pérdida del miedo al ridículo 	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Tengo una idea concreta sobre mí en relación a mi estado emocional actual?

4.4.2 Propuesta de formato autoevaluativo

La presente encuesta servirá para recabar valores referenciales del estado actual de los participantes en relación a aspectos socio-personales, meta-cognitivos e introspectivos en función de tener una apreciación cualitativa y cuantitativa de los aspectos que se trabajarán en el proceso metodológico que propone el presente trabajo. En el “Anexo 1” se presentan varios ejemplos de encuestas realizadas a varios actores del proyecto en distintas etapas del mismo, así como pertenecientes a varias instituciones educativas donde se ha piloteado el proceso metodológico.

Esta encuesta se podrá realizar al inicio y al final del proceso con el fin de comparar los resultados y tener una mirada crítica del posible impacto que la misma podría tener en la vida práctica de los estudiantes.

AUTOEVALUACIÓN

INFORMACIÓN DE CONTACTO

Institución educativa	
Ciclo de estudio	
Nombre:	
Correo electrónico	
Nombre del facilitador	
Evaluación (señale con un visto)	Inicial <input type="text"/> Final <input type="text"/>

Nos interesa conocer su respuesta con relación a las siguientes preguntas, a fin de conocer su auto criterio sobre aspectos socio-personales, emocionales y educativos. Seleccione una de las siguientes respuestas, tomando en cuenta el siguiente puntaje: **4 – Excelente; 3- Bien; 2 – Aceptable; 1-Deficiente; 0- Prefiero no responder.**

Categoría 1. Socio-personales		4	3	2	1	0
1.2 COMUNICACIÓN	¿Cuándo me expreso y comunico, soy consciente de los mensajes que emite mi lenguaje corporal?					
	¿Me siento seguro cuando debo expresar mis emociones y sentimientos a las personas que me rodean?					
PUNTAJE SUBTOTAL: SOCIO-PERSONALES						
Categoría 2: Meta-cognitivos		4	3	2	1	0
2.1 PENSAMIENTO CRÍTICO	¿Puedo identificar los factores filosóficos, políticos y espirituales que componen la visión integral de la risoterapia?					
	¿No tengo reparos, juicios negativos ni miedo al contacto físico en el trabajo grupal?					
	¿No le doy importancia a los juicios que las personas hacen sobre mi comportamiento y personalidad?					
2.2 CLOWN	¿Puedo reconocer y expresar fundamentos técnicos básicos sobre el uso correcto de la nariz de payaso como una máscara?					
PUNTAJE SUBTOTAL: ACADEMICO y META-COGNITIVO						
Categoría 3: Introspectivos		4	3	2	1	0
3.1 AUTOCONOCIMIENTO EMOCIONAL	¿Me siento cómodo cuando enfrento situaciones que me exponen emocionalmente delante de la gente?					
	¿Siento que aprovecho cada momento de mi vida disfrutándolo al máximo?					
	¿Puedo hacer una introspección para reconocer cuándo soy dominante y cuándo soy sumiso en mi vida cotidiana?					
	¿Soy capaz de reconocer estados emocionales intensos y ser consciente de ellos cuando se presentan?					
	¿Tengo una idea concreta sobre mí en relación a mi estado emocional actual?					
PUNTAJE SUBTOTAL: INTELIGENCIA EMOCIONAL						
PUNTAJE TOTAL						

Firma:

5. Propuesta complementaria de práctica del clown como proyecto universitario de “vinculación con la colectividad”

De forma breve abordaremos los pasos para llevar adelante un proceso de vinculación con la colectividad en espacios universitarios basados en la experiencia de la aplicación de la presente metodología a lo largo de ocho años de actividad ininterrumpida en el la Pontificia Universidad Católica del Ecuador.

5.1 Puntos a tomar en cuenta en la presentación del proyecto

Tal y como sucedió en la PUCE, cada vez que el proyecto se ha replicado en otra institución educativa ha sido necesario el primer paso, y este consiste en elaborar un proyecto que contenga componentes, acciones, actividades y cronograma concretos para la realización sistemática de la práctica del clown.

Esto de preferencia, como en todos los casos en los que he aportado, deberá venir de la necesidad que los estudiantes tengan por llevar adelante un proyecto como este. En muchos casos existe la iniciativa estudiantil, sin embargo alguien externo, en este caso el facilitador que esté dispuesto a comprometerse en el proceso deberá acompañar cada etapa de la realización del proyecto cuidando los siguientes puntos:

- En los componentes del proyecto deben estar contemplados cuatro puntos:
 - Formación continua.- La capacitación y espacios de práctica clown deben estar asegurados como una necesidad prioritaria, ya que son los espacios donde el grupo se fortalece y los estudiantes adquieren herramientas para la vida y para la práctica del clown en espacios de ayuda a poblaciones vulnerables.
 - Visitas hospitalarias.- Debe estar muy claro el objetivo práctico del proyecto, ya que los estudiantes mediante la metodología se formarán para dar “acompañamiento” a las personas que atraviesan por traumas como los procesos de hospitalización. Deberá quedar en claro que el grupo no estará destinado a realizar shows, obras teatrales o participar en eventos que no estén conectados a la ayuda con las poblaciones más necesitadas.
 - Permanencia y continuidad.- Es importante que se contemple la existencia del proyecto durante tres meses dentro de un semestre regular, dejando el tiempo

necesario para plantear la convocatoria al inicio del mismo y para dejar el tiempo final libres a los estudiantes para los exámenes respectivos del periodo académico. Para asegurar la permanencia del proyecto se debe especificar que cada semestre las inscripciones estarán abiertas para nuevos estudiantes y para las personas que deseen repetir el proceso, de esa forma la experiencia de los participantes de enriquecerá. Por último, como en el ejemplo de la PUCE, las horas que los estudiantes destinan a la labor de preparación en técnicas de clown y el posterior acompañamiento en situaciones de riesgo, son tomadas en cuenta como horas de acción social, las mismas que son necesarias casi en todas las universidades para el acceso al grado final de los estudiantes.

- Presupuesto.- La recomendación en éste sentido, es que siempre se contemple un rubro de honorarios para la persona que ejerce el rol de coordinador e instructor del proyecto, ya que para garantizar la transmisión de las técnicas y herramientas del clown a los estudiantes se deberá contar con un docente o equipo de docentes preparado y profesional. La imagen del instructor y la del coordinador representan el eje que mantendrá unido y motivado al grupo, por esto dicho rol deberá considerarse bajo un perfil específico que contemple alto rendimiento en pedagogías lúdicas e innovadoras, vasta experiencia manejando grupos de todo tipo y además será casi imprescindible que tenga experiencia artística.

5.2 Propuesta de acompañamiento en las visitas hospitalarias

En esencia el objetivo principal de la presente metodología es generar espacios para que la comunidad universitaria tenga acceso a proyectos de educación que se basen en fortalecer capacidades blandas en los futuros profesionales sin dejar de lado el componente del “ser” en la educación. Por eso el presente trabajo se centra en dejar una guía metodológica para que dichos procesos puedan ser replicados en otras realidades, sin embargo el fin principal que nos ha llevado a investigar y experimentar las técnicas desarrolladas en este trabajo, han partido principalmente de lo que la imagen del payaso puede generar en espacios conflictivos, donde el payaso se vuelve una herramienta necesaria para que la sociedad no pierda la esperanza, y donde las herramientas lúdicas se convierten en posibilidades de acompañamiento para compartir eventos traumáticos o experiencias difíciles.

De esta forma, al igual que en la PUCE, todos los proyectos que se han derivado en la UDLA (Universidad De Las Américas), y en AEMPPI (Asociación de Estudiantes de Medicina Para Proyectos e Intercambios) para nombrar algunas organizaciones o instituciones, todos los proyectos se han basado en usar estas técnicas a favor de las poblaciones más necesitadas.

Por esta razón las visitas hospitalarias han sido el tronco temático en el que se han basado todos los proyectos, logrando así que en la PUCE el proyecto “Jambi Clown” existente desde el 2010, se haya convertido en un referente de los proyectos de vinculación con la comunidad de toda la Universidad. En el “Anexo 2” se podrá encontrar material fotográfico ubicado de forma cronológica evidenciando la experiencia del proyecto en construcción desde el año 2010.

En resumen este hecho consiste en que todos los estudiantes matriculados en la universidad tienen cada semestre la posibilidad de participar en el proceso formativo, para luego asistir a las visitas hospitalarias y poner en práctica todo lo experimentado durante las lecciones, y esto les da la oportunidad de validar las horas de acción social requeridas para todos los estudiantes de todas las carreras sin ninguna excepción.

Todo esto ha sido posible gracias al apoyo de la universidad, y sobre todo de los estudiantes que año tras año han realizado las gestiones necesarias para que la universidad le asigne al proyecto el valor que este se merece como parte integral del proceso de formación de los estudiantes.

Hemos querido dejar por sentado en este trabajo que el empoderamiento de los estudiantes de la PUCE, que generación tras generación estudiantil han trabajado por mantenerlo vivo ha sido de suma importancia ya que sin ello tal vez el proyecto no hubiera podido sostenerse en el tiempo.

A continuación haremos una lista de pasos a desarrollar para llevar a cabo las visitas hospitalarias, ya que la metodología de trabajo en zonas de vulnerabilidad y su impacto será el tema de una posterior investigación.

5.2.1 Comienzo de las visitas

Las vistas hospitalarias comenzarán a partir de la quinta clase, luego de que los estudiantes comiencen ya a experimentar con el uso de la nariz y cuando sus personajes clown ya estén

tomando forma. Es muy importante que siempre y en todos los casos el grupo de estudiantes cuente con la guía y acompañamiento de una persona que tenga experiencia realizando la labor, ya que existen varios puntos que desarrollaremos brevemente que deberán ser tomados en cuenta para llevar las visitas hospitalarias de la mejor manera y para que el impacto que causen tanto en el público beneficiario así como en los estudiantes, sea lo más positivo posible.

5.2.2 Dinámica de las visitas

Cada visita hospitalaria se deberá hacer luego de un entrenamiento, ya que como hemos dicho en varias ocasiones a lo largo de este trabajo, es muy importante mantener la continuidad en la preparación continua y en la experimentación de las técnicas y herramientas aquí desarrolladas.

El realizar la visita luego de una clase, garantiza la unión y compromiso de los asistentes, así como mantendrá una energía dinámica en el grupo y los estudiantes se sentirán más preparados para exponerse a situaciones de improvisación.

El orden cronológico de la dinámica de visitas será la siguiente:

1. Asignación de hospitales (si el grupo tuviera que dividirse por la cantidad de participantes).- Aquí se decidirá qué personas asistirán a cada institución hospitalaria, a la cual previamente la universidad habrá solicitado el permiso de acceso correspondiente.
2. Traslado y encuentro.- Este momento es muy importante ya que el facilitador encargado deberá asegurarse de que todos puedan llegar al encuentro en la institución hospitalaria a tiempo y sin retrasos, ya que el acceso a las instituciones deberá ser organizado y todos en grupo para no tener problemas con la seguridad de los hospitales.
3. Preparación.- Una vez dentro de la institución el facilitador encargado deberá asegurarse de los siguientes puntos:
 - a. Tener clara el área donde se realizará la intervención.
 - b. Solicitar un espacio donde hombres y mujeres puedan cambiarse de ropa, colocarse sus atuendos clown, maquillarse y dejar sus pertenencias.

- c. Recabar información profesional de los encargados del área para saber si existen pacientes que tengan restricción en las visitas y para tener conocimiento de algún caso que amerite una atención distinta para evaluar la pertinencia de la visita.
 - d. La persona que tiene experiencia en este tipo de actividades será quien guie a los estudiantes en el maquillaje y en el acertado uso del vestuario.
4. Vaciado.- Este es el momento más importante de la preparación, pues aquí la cabeza del grupo deberá calmar todas las inseguridades que podrían existir hasta el momento, sobre todo para la gente que realiza la actividad por primera vez en su vida y no tiene ninguna experiencia. Al igual que en las sesiones de entrenamiento, se deberá formar un círculo con todos ya listos y pedir que cierren los ojos tomándose las manos. Ese será el momento para hablar de los miedos y las expectativas y preparar a los estudiantes para dejarse fluir recordando todos los preceptos de la filosofía del clown, los mismos que se han estudiado de forma práctica en las sesiones.
5. Intervención.- Luego del vaciado se procederá a realizar las visitas en las habitaciones, ahí el clown de cada persona aparecerá mediante la actitud mental de apertura que cada estudiante estará dispuesto a asumir.
6. Al final de la intervención, igual que en las sesiones de entrenamiento, se realizará un círculo de reflexión sobre todo lo experimentado en la visita.

Esto ha sido una breve descripción de la metodología propuesta para llevar a la práctica las actividades propuestas en la presente guía, sin embargo el trabajo continuará de forma más profunda, ya que varios enfoques y utilidades de la metodología de formación serán abordados en una futura investigación.

6. Conclusiones

- En base a la experiencia que se ha desarrollado en la PUCE, el proyecto es sustentable únicamente cuando logra el empoderamiento estudiantil, es decir si la transición de las herramientas es efectiva, nuevos facilitadores podrían aparecer entre los participantes del proceso. Además si se institucionaliza la práctica gracias a las gestiones administrativas de los mismos estudiantes el proyecto obtiene nuevas

posibilidades como la oportunidad de crecer, transformarse y alcanzar nuevos objetivos y enfoques.

- Basándose en la literatura teatral como “El clown, un navegante de las emociones” de Jesús Jara, se pueden tomar ejercicios y aplicar técnicas artísticas como complemento de los procesos educativos universitarios. Un marco metodológico basado en potenciar destrezas emocionales es un complemento que tiene acogida entre los estudiantes de distintas universidades. Del mismo modo con el pasar del tiempo las metodologías artísticas aparecen con más fuerza como ejes transversales de la educación en general.
- A través de la investigación del clown podemos darnos cuenta de las particularidades e historia del personaje podrían ser estudiados como arquetipos psicológicos y ser usados como herramienta catalizadora de procesos emocionales y terapéuticos en futuras investigaciones.
- La risoterapia a pesar de ser considerada una pseudociencia, contiene leyes y principios que podrían ser investigados y probados en incansables experimentos metodológicos, y aunque su eficacia como terapia podría estar en discusión científica, comprobamos que las prácticas dirigidas bajo sus enfoques generan actitudes positivas, lo cual para el interés educativo vienen a ser el caldo de cultivo para aprendizajes significativos.
- Según varias investigaciones y publicaciones, la inteligencia emocional es un factor importante del espectro integral de un ser humano y es un factor completamente relacionable con el tema pedagógico y con el rendimiento académico. La repercusión cualitativa y cuantitativa que reflejan las investigaciones sobre el tema enriquecen y transforman el entendimiento actual de los procesos de enseñanza aprendizaje.
- Mediante la observación, podemos constatar que a primera vista la práctica artística del clown con enfoques educativos y esbozos terapéuticos además de vinculación con la sociedad, genera bienestar y procesos emocionales positivos en la totalidad de los practicantes.
- La propuesta metodológica ataca una falencia del sistema educativo centrada en la falta de proyectos que desarrollen destrezas sociales en los estudiantes de forma libre y lúdica. Sin embargo hace falta un largo camino investigativo y más procesos

científicos que validen las técnicas y su efectividad en el rendimiento académico cuantitativo.

- La propuesta autoevaluativa es un recurso apreciativo que arroja resultados de impacto positivo indiscutibles, pero podría profundizarse la investigación con herramientas especializadas y experimentos basados en el método científico con el fin de dotar a dichas metodologías de pesos formales dignos de conclusiones científicas.
- Las visitas hospitalarias son un complemento de la metodología, en tanto la misma sea llevada de la forma más sistemática posible, pues el objetivo educativo de la misma se basa en la experimentación y desarrollo de las sesiones, más no solamente en la exposición de los estudiantes en ambientes de riesgo y vulnerabilidad. Por lo tanto el proceso de sesiones podría ser independiente, más no la práctica de visitas hospitalarias.
- La totalidad de las encuestas autoevaluativas incorporadas en el presente trabajo muestran impacto positivo en los procesos emocionales, y en los aspectos cognitivos específicos que se registran en la misma. En la historia del proyecto llevado adelante por nosotros no hemos tenido rasgos de impactos negativos en los participantes, sin embargo es una investigación que podría realizarse para evidenciar puntos ciegos en la metodología y la práctica.

7. Recomendaciones

- Es importante que las instituciones educativas institucionalicen los proyectos basados en prácticas artísticas como herramientas transversales de la educación, y para eso imprescindible que los proyectos sean redactados bajo una metodología de proyectos donde se desglosen problemáticas y justificaciones que sustenten la necesidad del proyecto, así como sus componentes, aplicabilidad y proyecciones con el fin de que la sustentabilidad del proyecto se asiente formalmente en las instituciones.
- Las mallas curriculares de las carreras de educación podrían contemplar de forma más sustancial técnicas artísticas y prácticas encaminadas a fortalecer el perfil emocional de los futuros profesionales con el fin de crear espacios de reflexión e

investigación sobre los procesos emocionales y su repercusión en el desarrollo integral de los seres humanos.

- Será imprescindible generar nuevas investigaciones sobre el tema con el fin de desarrollar nuevos enfoques sobre la utilidad del arte y en específico el clown dentro de la práctica educativa, pues se evidencia que queda mucho camino por recorrer.
- Todo profesional en la docencia debería ser un especialista en técnicas que generen estados de ánimo positivos como los que generan la risoterapia, ya que la mayoría de las investigaciones sobre el rendimiento óptimo de los estudiantes arrojan la necesidad de alcanzar dichos estados para lograr aprendizajes significativos, por esto las mallas curriculares universitarias de las escuelas de educación deberían contemplar el tema.
- La inteligencia emocional debería ser un factor prioritario en todos los procesos de enseñanza aprendizaje, ya que las investigaciones citadas en el presente trabajo muestran su relación directa con el rendimiento académico.
- Se deben fortalecer las prácticas basadas en el acercamiento a la comunidad mediante herramientas artísticas, ya que generan un contacto directo entre los seres humanos y abren la perspectiva de la vida de los seres en formación, y dichas prácticas deben ser fortalecidas con procesos de formación continua avalada y acompañada por las instituciones educativas.
- Se debe realizar evaluación científica de los procesos exitosos basados en el arte con el fin de otorgarles valor científico y asegurar la réplica de los mismos convirtiéndolos en herramientas educativas con leyes y principios universalmente aceptados y comprobados.

Bibliografía

Definición.DE. (s.f.). Recuperado el 23 de Junio de 2016, de <http://definicion.de/risoterapia/>

Gardner, H. (2011). *Las inteligencias múltiples*. Barcelona: Paidós Iberica.

Goleman, D. (1996). *LA inteligencia emocional*. En D. Goleman. Barcelona: Kairós.

Guamani, P. (2017). *Informe de investigación sobre "INTELIGENCIA EMOCIONAL Y PERSONALIDAD EN ESTUDIANTES*. Ambato : Universidad técnica de Ambato.

- Jara, J. (2014). *El clown, un navegante de las emociones*. Barcelona: Octaedro.
- Jiménez Morales, M. I., & López-Zafra, E. (2009). Inteligencia emocional y rendimiento escolar . *Revista latinoamericana de psicología*, 69-79. Recuperado el 23 de Junio de 2016
- López-Zafra, M. I. (s.f.). *REvista latinoamericana de psicología*. Obtenido de <http://www.redalyc.org/pdf/805/80511492005.pdf>
- Martha Luz Páez Cala, M. (2015). Inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Psicología desde el Caribe*, Vol. 32.
- Navarro, A. (Diciembre de 2017). *www.clownplanet.com*. Obtenido de <http://clownplanet.com/>
- Navarro, A. (s.f.). *clownplanet.com*. Recuperado el 21 de Junio de 2016, de <http://clownplanet.com/>
- Suárez Erazo, R. T. (2015). La inteligencia emocional y su relación con los tipos de liderazgo en los altos mandos de la empresa Idiomas Sudamérica IDISUD Compañía Limitada. Quito, Pichincha, Ecuador : Tesis.
- Zari Méndez, E. C. (2013). La risoterapia como ayuda para el equilibrio emocional del niño. Cuenca, Azuay, Ecuador: Tesis.

8. Anexos

8.1 Anexo 1. Encuestas autoevaluativas realizadas a nueve participantes de distintas universidades que pasaron por el procerio formativo

Como respaldo de las actividades realizadas, las encuestas de medición se han venido realizando desde hace varios años en distintos espacios de intervención. Aquí un breve compendio de resultados comparativos, donde se evidencia que en el 100% de participantes citados en este apartado, se puede notar un impacto positivo en su autopercepción luego de haber atravesado por el proceso.

Roxana Orbe / PUCE / 2010-2011

Resultado inicial: 19/44 / Resultado final: 42/44

AUTOEVALUACIÓN						
INFORMACIÓN DE CONTACTO						
Institución educativa	PUCE					
Ciclo de estudio	Ecate - 8011					
Nombre:	Roxana Marcela Orbe Rojas					
Correo electrónico	roxana.orbe.r@gmail.com					
Nombre del facilitador	Jaime Borda					
Evaluación (señale con un visto)	Inicial	<input checked="" type="checkbox"/>	Final	<input type="checkbox"/>		
Nos interesa conocer su respuesta con relación a las siguientes preguntas, a fin de conocer su autocriterio sobre aspectos socio-personales, emocionales y educativos. Seleccione una de las siguientes respuestas, tomando en cuenta el siguiente puntaje: 4 - Excelente; 3- Bien; 2 - Aceptable; 1-Deficiente; 0- Prefiero no responder.						
Categoría 1: Socio-personales		4	3	2	1	0
1.2 COMUNICACIÓN	¿Cuándo me expreso y comunico, soy consciente de los mensajes que emite mi lenguaje corporal?			X		
	¿Me siento seguro cuando debo expresar mis emociones y sentimientos a las personas que me rodean?			X		
PUNTAJE SUBTOTAL: SOCIO-PERSONALES						
Categoría 2: Meta-cognitivos		4	3	2	1	0
2.1 PENSAMIENTO CRÍTICO	¿Puedo identificar los factores filosóficos, políticos y espirituales que componen la visión integral de la risoterapia?			X		
	¿No tengo reparos, juicios negativos ni miedo al contacto físico en el trabajo grupal?				X	
	¿No le doy importancia a los juicios que las personas hacen sobre mi comportamiento y personalidad?				X	
2.2 CLOWN	¿Puedo reconocer y expresar fundamentos técnicos básicos sobre el uso correcto de la nariz de payaso como una máscara?				X	
PUNTAJE SUBTOTAL: ACADÉMICO y META-COGNITIVO						
Categoría 3: Introspectivos		4	3	2	1	0
3.1 AUTOCONOCIMIENTO EMOCIONAL	¿Me siento cómodo cuando enfrento situaciones que me exponen emocionalmente delante de la gente?				X	
	¿Siento que aprovecho cada momento de mi vida disfrutándolo al máximo?		X			
	¿Puedo hacer una introspección para reconocer cuándo soy dominante y cuándo soy sumiso en mi vida cotidiana?			X		
	¿Soy capaz de reconocer estados emocionales intensos y ser consciente de ellos cuando se presentan?			X		
	¿Tengo una idea concreta sobre mí en relación a mi estado emocional actual?			X		
PUNTAJE SUBTOTAL: INTELIGENCIA EMOCIONAL						
PUNTAJE TOTAL			3	12	4	
Firma:						

AUTOEVALUACIÓN

INFORMACIÓN DE CONTACTO

Institución educativa	POCE	
Ciclo de estudio	2010 - 2011	
Nombre:	Roxana Marcela Ozae Reyes	
Correo electrónico	roxana.ozae.r@gmail.com	
Nombre del facilitador	Jaime Bacada	
Evaluación (señale con un visto)	Inicial <input type="checkbox"/>	Final <input checked="" type="checkbox"/>

Nos interesa conocer su respuesta con relación a las siguientes preguntas, a fin de conocer su autocriterio sobre aspectos socio-personales, emocionales y educativos. Seleccione una de las siguientes respuestas, tomando en cuenta el siguiente puntaje: 4 - Excelente; 3- Bien; 2 - Aceptable; 1-Deficiente; 0- Prefiero no responder.

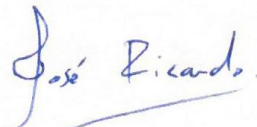
Categoría 1. Socio-personales		4	3	2	1	0
1.2 COMUNICACIÓN	¿Cuándo me expreso y comunico, soy consciente de los mensajes que emite mi lenguaje corporal?	X				
	¿Me siento seguro cuando debo expresar mis emociones y sentimientos a las personas que me rodean?		X			
PUNTAJE SUBTOTAL: SOCIO-PERSONALES						
Categoría 2: Meta-cognitivos		4	3	2	1	0
2.1 PENSAMIENTO CRÍTICO	¿Puedo identificar los factores filosóficos, políticos y espirituales que componen la visión integral de la risoterapia?	X				
	¿No tengo reparos, juicios negativos ni miedo al contacto físico en el trabajo grupal?	X				
	¿No le doy importancia a los juicios que las personas hacen sobre mi comportamiento y personalidad?	X				
2.2 CLOWN	¿Puedo reconocer y expresar fundamentos técnicos básicos sobre el uso correcto de la nariz de payaso como una máscara?	X				
PUNTAJE SUBTOTAL: ACADÉMICO y META-COGNITIVO						
Categoría 3: Introspectivos		4	3	2	1	0
3.1 AUTOCONOCIMIENTO EMOCIONAL	¿Me siento cómodo cuando enfrento situaciones que me exponen emocionalmente delante de la gente?		X			
	¿Siento que aprovecho cada momento de mi vida disfrutándolo al máximo?	X				
	¿Puedo hacer una introspección para reconocer cuándo soy dominante y cuándo soy sumiso en mi vida cotidiana?	X				
	¿Soy capaz de reconocer estados emocionales intensos y ser consciente de ellos cuando se presentan?	X				
	¿Tengo una idea concreta sobre mí en relación a mi estado emocional actual?	X				
PUNTAJE SUBTOTAL: INTELIGENCIA EMOCIONAL						
PUNTAJE TOTAL		36	6			

Firma:



José Montesinos / PUCE / 2010-2011

Resultado inicial: 27/44 / Resultado final: 42/44

AUTOEVALUACIÓN						
INFORMACIÓN DE CONTACTO						
Institución educativa	PUCE					
Ciclo de estudio	2010-2011					
Nombre:	José Ricardo Montesinos Guevara					
Correo electrónico	jose.montesinosg@gmail.com					
Nombre del facilitador	Jaime Borda					
Evaluación (señale con un visto)	Inicial	<input checked="" type="checkbox"/>	Final	<input type="checkbox"/>		
Nos interesa conocer su respuesta con relación a las siguientes preguntas, a fin de conocer su autocriterio sobre aspectos socio-personales, emocionales y educativos. Seleccione una de las siguientes respuestas, tomando en cuenta el siguiente puntaje: 4 - Excelente; 3- Bien; 2 - Aceptable; 1-Deficiente; 0- Prefiero no responder.						
Categoría 1: Socio-personales						
		4	3	2	1	0
1.2 COMUNICACIÓN	¿Cuándo me expreso y comunico, soy consciente de los mensajes que emite mi lenguaje corporal?			X		
	¿Me siento seguro cuando debo expresar mis emociones y sentimientos a las personas que me rodean?		X			
PUNTAJE SUBTOTAL: SOCIO-PERSONALES						
Categoría 2: Meta-cognitivos						
		4	3	2	1	0
2.1 PENSAMIENTO CRÍTICO	¿Puedo identificar los factores filosóficos, políticos y espirituales que componen la visión integral de la risoterapia?			X		
	¿No tengo reparos, juicios negativos ni miedo al contacto físico en el trabajo grupal?	X				
	¿No le doy importancia a los juicios que las personas hacen sobre mi comportamiento y personalidad?		X			
2.2 CLOWN	¿Puedo reconocer y expresar fundamentos técnicos básicos sobre el uso correcto de la nariz de payaso como una máscara?				X	
PUNTAJE SUBTOTAL: ACADÉMICO y META-COGNITIVO						
Categoría 3: Introspectivos						
		4	3	2	1	0
3.1 AUTOCONOCIMIENTO EMOCIONAL	¿Me siento cómodo cuando enfrente situaciones que me exponen emocionalmente delante de la gente?			X		
	¿Siento que aprovecho cada momento de mi vida disfrutándolo al máximo?		X			
	¿Puedo hacer una introspección para reconocer cuándo soy dominante y cuándo soy sumiso en mi vida cotidiana?			X		
	¿Soy capaz de reconocer estados emocionales intensos y ser consciente de ellos cuando se presentan?		X			
	¿Tengo una idea concreta sobre mí en relación a mi estado emocional actual?			X		
PUNTAJE SUBTOTAL: INTELIGENCIA EMOCIONAL						
		PUNTAJE TOTAL	4	12	10	1
Firma:						

AUTOEVALUACIÓN

INFORMACIÓN DE CONTACTO

Institución educativa	PUCE	
Ciclo de estudio	2010-2011	
Nombre:	José Ricardo Montesinos Guevara	
Correo electrónico	jose.montesinosg@gmail.com	
Nombre del facilitador	Jaime Borda	
Evaluación (señale con un visto)	Inicial <input type="checkbox"/>	Final <input checked="" type="checkbox"/>

Nos interesa conocer su respuesta con relación a las siguientes preguntas, a fin de conocer su autocriterio sobre aspectos socio-personales, emocionales y educativos. Seleccione una de las siguientes respuestas, tomando en cuenta el siguiente puntaje: 4 – Excelente; 3- Bien; 2 – Aceptable; 1-Deficiente; 0- Prefiero no responder.

Categoría 1. Socio-personales		4	3	2	1	0
1.2 COMUNICACIÓN	¿Cuándo me expreso y comunico, soy consciente de los mensajes que emite mi lenguaje corporal?	X				
	¿Me siento seguro cuando debo expresar mis emociones y sentimientos a las personas que me rodean?	X				
PUNTAJE SUBTOTAL: SOCIO-PERSONALES						
Categoría 2: Meta-cognitivos		4	3	2	1	0
2.1 PENSAMIENTO CRÍTICO	¿Puedo identificar los factores filosóficos, políticos y espirituales que componen la visión integral de la risoterapia?		X			
	¿No tengo reparos, juicios negativos ni miedo al contacto físico en el trabajo grupal?	X				
	¿No le doy importancia a los juicios que las personas hacen sobre mi comportamiento y personalidad?	X				
2.2 CLOWN	¿Puedo reconocer y expresar fundamentos técnicos básicos sobre el uso correcto de la nariz de payaso como una máscara?	X				
PUNTAJE SUBTOTAL: ACADÉMICO y META-COGNITIVO						
Categoría 3: Introspectivos		4	3	2	1	0
3.1 AUTOCONOCIMIENTO EMOCIONAL	¿Me siento cómodo cuando enfrento situaciones que me exponen emocionalmente delante de la gente?	X				
	¿Siento que aprovecho cada momento de mi vida disfrutándolo al máximo?	X				
	¿Puedo hacer una introspección para reconocer cuándo soy dominante y cuándo soy sumiso en mi vida cotidiana?	X				
	¿Soy capaz de reconocer estados emocionales intensos y ser consciente de ellos cuando se presentan?	X				
	¿Tengo una idea concreta sobre mí en relación a mi estado emocional actual?		X			
PUNTAJE SUBTOTAL: INTELIGENCIA EMOCIONAL						
PUNTAJE TOTAL		36	6			

Firma: 

Aarón Zambrano / PUCE / 2010-2011

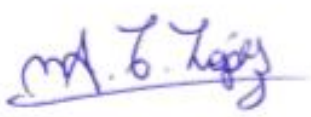
Resultado inicial: 23/44 / Resultado final: 36/44


AUTOEVALUACIÓN						
INFORMACIÓN DE CONTACTO						
Institución educativa	PUCE sede Quito.					
Ciclo de estudio	2010 - 2011					
Nombre:	Aarón Zambrano López					
Correo electrónico	azambrano979@puce.edu.ec.					
Nombre del facilitador	Jaime Boada.					
Evaluación (señale con un visto)	Inicial	<input checked="" type="checkbox"/>	Final	<input type="checkbox"/>		
Nos interesa conocer su respuesta con relación a las siguientes preguntas, a fin de conocer su autocriterio sobre aspectos socio-personales, emocionales y educativos. Seleccione una de las siguientes respuestas, tomando en cuenta el siguiente puntaje: 4 - Excelente; 3 - Bien; 2 - Aceptable; 1 - Deficiente; 0 - Puntaje no responder.						
Categoría 1: Socio-personales		4	3	2	1	0
1.2 COMUNICACIÓN	¿Cuándo me expreso y comunico, soy consciente de los mensajes que emite mi lenguaje corporal?					X
	¿Me siento seguro cuando debo expresar mis emociones y sentimientos a las personas que me rodean?			X		
PUNTAJE SUBTOTAL: SOCIO-PERSONALES				1		1
Categoría 2: Meta-cognitivos		4	3	2	1	0
2.1 PENSAMIENTO CRÍTICO	¿Puedo identificar los factores filosóficos, políticos y espirituales que componen la visión integral de la risoterapia?				X	
	¿No tengo reparos, juicios negativos ni miedo al contacto físico en el trabajo grupal?		X			
2.2 CLOWN	¿No le doy importancia a los juicios que las personas hacen sobre mi comportamiento y personalidad?		X			
	¿Puedo reconocer y expresar fundamentos técnicos básicos sobre el uso correcto de la nariz de payaso como una máscara?		X			
PUNTAJE SUBTOTAL: ACADÉMICO y META-COGNITIVO			3		1	
Categoría 3: Introspectivos		4	3	2	1	0
3.1 AUTOCONOCIMIENTO EMOCIONAL	¿Me siento cómodo cuando enfrente situaciones que me exponen emocionalmente delante de la gente?			X		
	¿Siento que aprovecho cada momento de mi vida disfrutándolo al máximo?			X		
	¿Puedo hacer una introspección para reconocer cuándo soy dominante y cuándo soy sumiso en mi vida cotidiana?		X			
	¿Soy capaz de reconocer estados emocionales intensos y ser consciente de ellos cuando se presentan?		X			
	¿Tengo una idea concreta sobre mí en relación a mi estado emocional actual?				X	
PUNTAJE SUBTOTAL: INTELIGENCIA EMOCIONAL			2	2	1	
PUNTAJE TOTAL			5	3	2	1
Firma:	Aarón Zambrano.					

AUTOEVALUACIÓN						
INFORMACIÓN DE CONTACTO						
Institución educativa	PUCE sede Quito					
Ciclo de estudio	2010 - 2011					
Nombre:	Araú Fabiana López					
Correo electrónico	araulo@puce.edu.ec					
Nombre del facilitador	Jaime Boachi					
Evaluación (señale con un visto)	Inicial		Final	X		
Nos interesa conocer su respuesta con relación a las siguientes preguntas, a fin de conocer su autocriterio sobre aspectos socio-personales, emocionales y educativos. Seleccione una de las siguientes respuestas, tomando en cuenta el siguiente puntaje: 4 - Excelente; 3 - Bien; 2 - Aceptable; 1 - Deficiente; 0 - Realicen su respuesta						
Categoría 1: Socio-personales						
1.2 COMUNICACIÓN	¿Cuándo me expreso y comunico, soy consciente de los mensajes que emite mi lenguaje corporal?				X	
	¿Me siento seguro cuando debo expresar mis emociones y sentimientos a las personas que me rodean?		X			
PUNTAJE SUBTOTAL: SOCIO-PERSONALES			1		1	
Categoría 2: Meta-cognitivos						
2.1 PENSAMIENTO CRÍTICO	¿Puedo identificar los factores filosóficos, políticos y espirituales que componen la visión integral de la risoterapia?		X			
	¿No tengo reparos, juicios negativos ni miedo al contacto físico en el trabajo grupal?			X		
	¿No le doy importancia a los juicios que las personas hacen sobre mi comportamiento y personalidad?	X				
2.2 CLOWN	¿Puedo reconocer y expresar fundamentos técnicos básicos sobre el uso correcto de la nariz de payaso como una máscara?	X				
PUNTAJE SUBTOTAL: ACADÉMICO y META-COGNITIVO		2	1	1		
Categoría 3: Introspectivos						
3.1 AUTOCONOCIMIENTO EMOCIONAL	¿Me siento cómodo cuando enfrente situaciones que me exponen emocionalmente delante de la gente?		X			
	¿Siento que aprovecho cada momento de mi vida disfrutándolo al máximo?	X				
	¿Puedo hacer una introspección para reconocer cuándo soy dominante y cuándo soy sumiso en mi vida cotidiana?	X				
	¿Soy capaz de reconocer estados emocionales intensos y ser consciente de ellos cuando se presentan?	X				
	¿Tengo una idea concreta sobre mí en relación a mi estado emocional actual?	X				
PUNTAJE SUBTOTAL: INTELIGENCIA EMOCIONAL		4	1			
PUNTAJE TOTAL		6	3	1	1	
Firma:		Araú Fabiana				

Alejandra Castellanos / PUCE / 2014-2015


Resultado inicial: 10/44 / Resultado final: 38/44

AUTOEVALUACIÓN						
INFORMACIÓN DE CONTACTO						
Institución educativa	Pontificia Universidad Católica del Ecuador					
Ciclo de estudio	Primer Semestre 2014-2015					
Nombre:	Alejandra Castellanos					
Correo electrónico	alejo152008@gmail.com					
Nombre del facilitador	Jaime Borja					
Evaluación (señale con un visto)	Inicial	<input checked="" type="checkbox"/>	Final	<input type="checkbox"/>		
Nos interesa conocer su respuesta con relación a las siguientes preguntas, a fin de conocer su autocrterio sobre aspectos socio-personales, emocionales y educativos. Selección una de las siguientes respuestas, tomando en cuenta el siguiente puntaje: 4 - Excelente; 3- Bien; 2 - Aceptable; 1-Deficiente; 0- Prefiero no responder.						
Categoría 1: Socio-personales		4	3	2	1	0
1.2 COMUNICACIÓN	¿Cuándo me expreso y comunico, soy consciente de los mensajes que emite mi lenguaje corporal?			✓		
	¿Me siento seguro cuando debo expresar mis emociones y sentimientos a las personas que me rodean?				✓	
PUNTAJE SUBTOTAL: SOCIO-PERSONALES						
Categoría 2: Meta-cognitivas		4	3	2	1	0
2.1 PENSAMIENTO CRÍTICO	¿Puedo identificar los factores filosóficos, políticos y espirituales que componen la visión integral de la risoterapia?				✓	
	¿No tengo reparos, juicios negativos ni miedo al contacto físico en el trabajo grupal?				✓	
	¿No le doy importancia a los juicios que las personas hacen sobre mi comportamiento y personalidad?					✓
2.2 CLOWN	¿Puedo reconocer y expresar fundamentos técnicos básicos sobre el uso correcto de la nariz de payaso como una máscara?				✓	
PUNTAJE SUBTOTAL: ACADÉMICO y META-COGNITIVO						
Categoría 3: Introspectivos		4	3	2	1	0
3.1 AUTOCONOCIMIENTO EMOCIONAL	¿Me siento cómodo cuando enfrento situaciones que me exponen emocionalmente delante de la gente?					✓
	¿Siento que aprovecho cada momento de mi vida disfrutándolo al máximo?			✓		
	¿Puedo hacer una introspección para reconocer cuándo soy dominante y cuándo soy sumiso en mi vida cotidiana?				✓	
	¿Soy capaz de reconocer estados emocionales intensos y ser consciente de ellos cuando se presentan?				✓	
	¿Tengo una idea concreta sobre mí en relación a mi estado emocional actual?					✓
PUNTAJE SUBTOTAL: INTELIGENCIA EMOCIONAL						
PUNTAJE TOTAL						
Firma:						

AUTOEVALUACIÓN						
INFORMACIÓN DE CONTACTO						
Institución educativa	Pontificia Universidad Católica del Ecuador					
Ciclo de estudio	Primer Semestre 2014-2015					
Nombre:	Alejandra Castellanos					
Correo electrónico	alejandra2008@gmail.com					
Nombre del facilitador	Jaime Borja					
Evaluación (señale con un visto)	Inicial	<input type="checkbox"/>	Final	<input checked="" type="checkbox"/>		
Nos interesa conocer su respuesta con relación a las siguientes preguntas, a fin de conocer su autocriterio sobre aspectos socio-personales, emocionales y educativos. Seleccione una de las siguientes respuestas, tomando en cuenta el siguiente puntaje: 4 - Excelente; 3 - Bien; 2 - Aceptable; 1 - Deficiente; 0 - Prefiero no responder.						
Categoría 1: Socio-personales		4	3	2	1	0
1.2 COMUNICACIÓN	¿Cuándo me expreso y comunico, soy consciente de los mensajes que emite mi lenguaje corporal?	✓				
	¿Me siento seguro cuando debo expresar mis emociones y sentimientos a las personas que me rodean?		✓			
PUNTAJE SUBTOTAL: SOCIO-PERSONALES						
Categoría 2: Meta-cognitivos		4	3	2	1	0
2.1 PENSAMIENTO CRÍTICO	¿Puedo identificar los factores filosóficos, políticos y espirituales que componen la visión integral de la risoterapia?	✓				
	¿No tengo reparos, juicios negativos ni miedo al contacto físico en el trabajo grupal?	✓				
	¿No le doy importancia a los juicios que las personas hacen sobre mi comportamiento y personalidad?		✓			
2.2 CLOWN	¿Puedo reconocer y expresar fundamentos técnicos básicos sobre el uso correcto de la nariz de payaso como una máscara?	✓				
PUNTAJE SUBTOTAL: ACADÉMICO y META-COGNITIVO						
Categoría 3: Introspectivos		4	3	2	1	0
3.1 AUTOCONOCIMIENTO EMOCIONAL	¿Me siento cómodo cuando enfrente situaciones que me exponen emocionalmente delante de la gente?		✓			
	¿Siento que aprovecho cada momento de mi vida disfrutándolo al máximo?		✓			
	¿Puedo hacer una introspección para reconocer cuándo soy dominante y cuándo soy sumiso en mi vida cotidiana?		✓			
	¿Soy capaz de reconocer estados emocionales intensos y ser consciente de ellos cuando se presentan?	✓				
	¿Tengo una idea concreta sobre mí en relación a mi estado emocional actual?		✓			
PUNTAJE SUBTOTAL: INTELIGENCIA EMOCIONAL						
PUNTAJE TOTAL						
Firma:						

Carmen Elena Escobar / UDLA / 2010-2011

Resultado inicial: 6/44 / Resultado final: 38/44

AUTOEVALUACIÓN						
INFORMACIÓN DE CONTACTO						
Institución educativa	Universidad de las Américas					
Ciclo de estudio	2010 - 2011					
Nombre:	Carmen Elena Escobar					
Correo electrónico	carmen.escobar@gmail.com					
Nombre del facilitador	Jaime Borda					
Evaluación (señale con un visto)	Inicial	<input checked="" type="checkbox"/>	Final	<input type="checkbox"/>		
Nos interesa conocer su respuesta con relación a las siguientes preguntas, a fin de conocer su autocriterio sobre aspectos socio-personales, emocionales y educativos. Seleccione una de las siguientes respuestas, tomando en cuenta el siguiente puntaje: 4 - Excelente; 3- Bien; 2 - Aceptable; 1-Deficiente; 0- Prefiero no responder.						
Categoría 1: Socio-personales		4	3	2	1	0
1.2 COMUNICACIÓN	¿Cuándo me expreso y comunico, soy consciente de los mensajes que emite mi lenguaje corporal?				X	
	¿Me siento seguro cuando debo expresar mis emociones y sentimientos a las personas que me rodean?			X		
PUNTAJE SUBTOTAL: SOCIO-PERSONALES		3				
Categoría 2: Meta-cognitivos		4	3	2	1	0
2.1 PENSAMIENTO CRÍTICO	¿Puedo identificar los factores filosóficos, políticos y espirituales que componen la visión integral de la risoterapia?					X
	¿No tengo reparos, juicios negativos ni miedo al contacto físico en el trabajo grupal?				X	
	¿No le doy importancia a los juicios que las personas hacen sobre mi comportamiento y personalidad?					X
2.2 CLOWN	¿Puedo reconocer y expresar fundamentos técnicos básicos sobre el uso correcto de la nariz de payaso como una máscara?					X
PUNTAJE SUBTOTAL: ACADÉMICO y META-COGNITIVO		1				
Categoría 3: Introspectivos		4	3	2	1	0
3.1 AUTOCONOCIMIENTO EMOCIONAL	¿Me siento cómodo cuando enfrente situaciones que me exponen emocionalmente delante de la gente?				X	
	¿Siento que aprovecho cada momento de mi vida disfrutándolo al máximo?				X	
	¿Puedo hacer una introspección para reconocer cuándo soy dominante y cuándo soy sumiso en mi vida cotidiana?					X
	¿Soy capaz de reconocer estados emocionales intensos y ser consciente de ellos cuando se presentan?					X
	¿Tengo una idea concreta sobre mí en relación a mi estado emocional actual?					X
PUNTAJE SUBTOTAL: INTELIGENCIA EMOCIONAL		2				
PUNTAJE TOTAL		6				
Firma:						

AUTOEVALUACIÓN

INFORMACIÓN DE CONTACTO

Institución educativa	UNIVERSIDAD DE LAS AMERICAS	
Ciclo de estudio	2010 - 2011	
Nombre:	Carmen Elena Escobar	
Correo electrónico	carmen.escobar@gmail.com	
Nombre del facilitador	Jaime Borda	
Evaluación (señale con un visto)	Inicial <input type="checkbox"/>	Final <input checked="" type="checkbox"/>

Nos interesa conocer su respuesta con relación a las siguientes preguntas, a fin de conocer su autocriterio sobre aspectos socio-personales, emocionales y educativos. Seleccione una de las siguientes respuestas, tomando en cuenta el siguiente puntaje: 4 – Excelente; 3- Bien; 2 – Aceptable; 1-Deficiente; 0- Prefiero no responder.

Categoría 1: Socio-personales		4	3	2	1	0
1.2 COMUNICACIÓN	¿Cuándo me expreso y comunico, soy consciente de los mensajes que emite mi lenguaje corporal?	X				
	¿Me siento seguro cuando debo expresar mis emociones y sentimientos a las personas que me rodean?	X				
PUNTAJE SUBTOTAL: SOCIO-PERSONALES		8				
Categoría 2: Meta-cognitivos		4	3	2	1	0
2.1 PENSAMIENTO CRÍTICO	¿Puedo identificar los factores filosóficos, políticos y espirituales que componen la visión integral de la risoterapia?		X			
	¿No tengo reparos, juicios negativos ni miedo al contacto físico en el trabajo grupal?		X			
	¿No le doy importancia a los juicios que las personas hacen sobre mi comportamiento y personalidad?		X			
2.2 CLOWN	¿Puedo reconocer y expresar fundamentos técnicos básicos sobre el uso correcto de la nariz de payaso como una máscara?	X				
PUNTAJE SUBTOTAL: ACADÉMICO y META-COGNITIVO		13				
Categoría 3: Introspectivos		4	3	2	1	0
3.1 AUTOCONOCIMIENTO EMOCIONAL	¿Me siento cómodo cuando enfrento situaciones que me exponen emocionalmente delante de la gente?		X			
	¿Siento que aprovecho cada momento de mi vida disfrutándolo al máximo?		X			
	¿Puedo hacer una introspección para reconocer cuándo soy dominante y cuándo soy sumiso en mi vida cotidiana?	X				
	¿Soy capaz de reconocer estados emocionales intensos y ser consciente de ellos cuando se presentan?	X				
	¿Tengo una idea concreta sobre mí en relación a mi estado emocional actual?		X			
PUNTAJE SUBTOTAL: INTELIGENCIA EMOCIONAL		17				
PUNTAJE TOTAL		38				

Firma:



Gabriel Galarza / PUCE / 2012-2013

Resultado inicial: 16/44 / Resultado final: 38/44

AUTOEVALUACIÓN						
INFORMACIÓN DE CONTACTO						
Institución educativa	PUCE					
Ciclo de estudio	2012 - 2013					
Nombre:	GABRIEL GALARZA					
Correo electrónico	gnga.93@gmail.com					
Nombre del facilitador	JAIME BOADA					
Evaluación (señale con un visto)	Inicial	<input checked="" type="checkbox"/>	Final	<input type="checkbox"/>		
Nos interesa conocer su respuesta con relación a las siguientes preguntas, a fin de conocer su autocriterio sobre aspectos socio-personales, emocionales y educativos. Seleccione una de las siguientes respuestas, tomando en cuenta el siguiente puntaje: 4 - Excelente; 3 - Bien; 2 - Aceptable; 1 - Deficiente; 0 - Prefiero no responder.						
Categoría 1: Socio-personales		4	3	2	1	0
1.2 COMUNICACIÓN	¿Cuándo me expreso y comunico, soy consciente de los mensajes que emite mi lenguaje corporal?				X	
	¿Me siento seguro cuando debo expresar mis emociones y sentimientos a las personas que me rodean?			X		
PUNTAJE SUBTOTAL: SOCIO-PERSONALES						
Categoría 2: Meta-cognitivos		4	3	2	1	0
2.1 PENSAMIENTO CRÍTICO	¿Puedo identificar los factores filosóficos, políticos y espirituales que componen la visión integral de la risoterapia?				X	
	¿No tengo reparos, juicios negativos ni miedo al contacto físico en el trabajo grupal?			X		
	¿No le doy importancia a los juicios que las personas hacen sobre mi comportamiento y personalidad?				X	
2.2 CLOWN	¿Puedo reconocer y expresar fundamentos técnicos básicos sobre el uso correcto de la nariz de payaso como una máscara?					X
PUNTAJE SUBTOTAL: ACADÉMICO y META-COGNITIVO						
Categoría 3: Introspectivos		4	3	2	1	0
3.1 AUTOCONOCIMIENTO EMOCIONAL	¿Me siento cómodo cuando enfrento situaciones que me exponen emocionalmente delante de la gente?				X	
	¿Siento que aprovecho cada momento de mi vida disfrutándolo al máximo?		X			
	¿Puedo hacer una introspección para reconocer cuándo soy dominante y cuándo soy sumiso en mi vida cotidiana?			X		
	¿Soy capaz de reconocer estados emocionales intensos y ser consciente de ellos cuando se presentan?			X		
	¿Tengo una idea concreta sobre mí en relación a mi estado emocional actual?				X	
PUNTAJE SUBTOTAL: INTELIGENCIA EMOCIONAL						
PUNTAJE TOTAL						
Firma:						

AUTOEVALUACIÓN

INFORMACIÓN DE CONTACTO

Institución educativa	PUCE	
Ciclo de estudio	2012 - 2013	
Nombre:	GABRIEL GALAZZA.	
Correo electrónico	guga.93@gmail.com.	
Nombre del facilitador	JAIME BORDA	
Evaluación (señale con un visto)	Inicial <input type="checkbox"/>	Final <input checked="" type="checkbox"/>

Nos interesa conocer su respuesta con relación a las siguientes preguntas, a fin de conocer su autocriterio sobre aspectos socio-personales, emocionales y educativos. Seleccione una de las siguientes respuestas, tomando en cuenta el siguiente puntaje: 4 - Excelente; 3- Bien; 2 - Aceptable; 1-Deficiente; 0- Prefiero no responder.

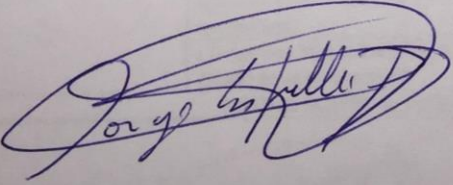
Categoría 1: Sodo-personales		4	3	2	1	0
1.2 COMUNICACIÓN	¿Cuándo me expreso y comunico, soy consciente de los mensajes que emite mi lenguaje corporal?	X				
	¿Me siento seguro cuando debo expresar mis emociones y sentimientos a las personas que me rodean?		X			
PUNTAJE SUBTOTAL: SOCIO-PERSONALES						
Categoría 2: Meta-cognitivos		4	3	2	1	0
2.1 PENSAMIENTO CRÍTICO	¿Puedo identificar los factores filosóficos, políticos y espirituales que componen la visión integral de la risoterapia?		X			
	¿No tengo reparos, juicios negativos ni miedo al contacto físico en el trabajo grupal?	X				
	¿No le doy importancia a los juicios que las personas hacen sobre mi comportamiento y personalidad?		X			
2.2 CLOWN	¿Puedo reconocer y expresar fundamentos técnicos básicos sobre el uso correcto de la nariz de payaso como una máscara?		X			
PUNTAJE SUBTOTAL: ACADÉMICO y META-COGNITIVO						
Categoría 3: Introspectivos		4	3	2	1	0
3.1 AUTOCONOCIMIENTO EMOCIONAL	¿Me siento cómodo cuando enfrente situaciones que me exponen emocionalmente delante de la gente?		X			
	¿Siento que aprovecho cada momento de mi vida disfrutándolo al máximo?	X				
	¿Puedo hacer una introspección para reconocer cuándo soy dominante y cuándo soy sumiso en mi vida cotidiana?		X			
	¿Soy capaz de reconocer estados emocionales intensos y ser consciente de ellos cuando se presentan?	X				
	¿Tengo una idea concreta sobre mí en relación a mi estado emocional actual?	X				
PUNTAJE SUBTOTAL: INTELIGENCIA EMOCIONAL						
PUNTAJE TOTAL						

Firma:

GABRIEL GALAZZA

Jorge Estrella / USFQ / 2015-2016

Resultado inicial: 20/44 / Resultado final: 39/44

AUTOEVALUACIÓN						
INFORMACIÓN DE CONTACTO						
Institución educativa	USFQ					
Ciclo de estudio	2015-2016					
Nombre:	Jorge Estrella					
Correo electrónico	george.estrella@usfq.edu.pe					
Nombre del facilitador	Jairo Boada					
Evaluación (señale con un visto)	Inicial	<input checked="" type="checkbox"/>	Final	<input type="checkbox"/>		
Nos interesa conocer su respuesta con relación a las siguientes preguntas, a fin de conocer su autocriterio sobre aspectos socio-personales, emocionales y educativos. Seleccione una de las siguientes respuestas, tomando en cuenta el siguiente puntaje: 4 – Excelente; 3- Bien; 2 – Aceptable; 1-Deficiente; 0- Prefiero no responder.						
Categoría 1: Socio-personales		4	3	2	1	0
1.2 COMUNICACIÓN	¿Cuándo me expreso y comunico, soy consciente de los mensajes que emite mi lenguaje corporal?			X		
	¿Me siento seguro cuando debo expresar mis emociones y sentimientos a las personas que me rodean?				X	
PUNTAJE SUBTOTAL: SOCIO-PERSONALES		3				
Categoría 2: Meta-cognitivos		4	3	2	1	0
2.1 PENSAMIENTO CRÍTICO	¿Puedo identificar los factores filosóficos, políticos y espirituales que componen la visión integral de la risoterapia?			X		
	¿No tengo reparos, juicios negativos ni miedo al contacto físico en el trabajo grupal?				X	
	¿No le doy importancia a los juicios que las personas hacen sobre mi comportamiento y personalidad?			X		
2.2 CLOWN	¿Puedo reconocer y expresar fundamentos técnicos básicos sobre el uso correcto de la nariz de payaso como una máscara?				X	
PUNTAJE SUBTOTAL: ACADÉMICO y META-COGNITIVO		6				
Categoría 3: Introspectivos		4	3	2	1	0
3.1 AUTOCONOCIMIENTO EMOCIONAL	¿Me siento cómodo cuando enfrente situaciones que me exponen emocionalmente delante de la gente?			X		
	¿Siento que aprovecho cada momento de mi vida disfrutándolo al máximo?			X		
	¿Puedo hacer una introspección para reconocer cuándo soy dominante y cuándo soy sumiso en mi vida cotidiana?			X		
	¿Soy capaz de reconocer estados emocionales intensos y ser consciente de ellos cuando se presentan?		X			
	¿Tengo una idea concreta sobre mí en relación a mi estado emocional actual?			X		
PUNTAJE SUBTOTAL: INTELIGENCIA EMOCIONAL		11				
PUNTAJE TOTAL		20				
Firma:						

AUTOEVALUACIÓN

INFORMACIÓN DE CONTACTO

Institución educativa	USFQ	
Ciclo de estudio	2015-2016	
Nombre:	Jorge Espolla	
Correo electrónico	george-porter@hotmail.com	
Nombre del facilitador	Tatiana Borda	
Evaluación (señale con un visto)	Inicial <input type="checkbox"/>	Final <input checked="" type="checkbox"/>

Nos interesa conocer su respuesta con relación a las siguientes preguntas, a fin de conocer su autocriterio sobre aspectos socio-personales, emocionales y educativos. Seleccione una de las siguientes respuestas, tomando en cuenta el siguiente puntaje: 4 – Excelente; 3- Bien; 2 – Aceptable; 1-Deficiente; 0- Prefiero no responder.

Categoría 1: Socio-personales		4	3	2	1	0
1.2 COMUNICACIÓN	¿Cuándo me expreso y comunico, soy consciente de los mensajes que emite mi lenguaje corporal?	X				
	¿Me siento seguro cuando debo expresar mis emociones y sentimientos a las personas que me rodean?		X			
PUNTAJE SUBTOTAL: SOCIO-PERSONALES		7				
Categoría 2: Meta-cognitivos		4	3	2	1	0
2.1 PENSAMIENTO CRÍTICO	¿Puedo identificar los factores filosóficos, políticos y espirituales que componen la visión integral de la risoterapia?	X				
	¿No tengo reparos, juicios negativos ni miedo al contacto físico en el trabajo grupal?	X				
	¿No le doy importancia a los juicios que las personas hacen sobre mi comportamiento y personalidad?		X			
2.2 CLOWN	¿Puedo reconocer y expresar fundamentos técnicos básicos sobre el uso correcto de la nariz de payaso como una máscara?	X				
PUNTAJE SUBTOTAL: ACADÉMICO y META-COGNITIVO		15				
Categoría 3: Introspectivos		4	3	2	1	0
3.1 AUTOCONOCIMIENTO EMOCIONAL	¿Me siento cómodo cuando enfrento situaciones que me exponen emocionalmente delante de la gente?		X			
	¿Siento que aprovecho cada momento de mi vida disfrutándolo al máximo?		X			
	¿Puedo hacer una introspección para reconocer cuándo soy dominante y cuándo soy sumiso en mi vida cotidiana?		X			
	¿Soy capaz de reconocer estados emocionales intensos y ser consciente de ellos cuando se presentan?	X				
	¿Tengo una idea concreta sobre mí en relación a mi estado emocional actual?	X				
PUNTAJE SUBTOTAL: INTELIGENCIA EMOCIONAL		17				
PUNTAJE TOTAL		39				


Firma:



Michel Romero / PUCE / 2011-2012

Resultado inicial: 26/44 / Resultado final: 38/44

AUTOEVALUACIÓN						
INFORMACIÓN DE CONTACTO						
Institución educativa	PUCE					
Ciclo de estudio	2011-2012					
Nombre:	Michelle Elizabeth Romero Navarrete					
Correo electrónico	michellelyto@hotmail.com					
Nombre del facilitador	Jaime Boadq					
Evaluación (señale con un visto)	Inicial	<input checked="" type="checkbox"/>	Final	<input type="checkbox"/>		
Nos interesa conocer su respuesta con relación a las siguientes preguntas, a fin de conocer su autocriterio sobre aspectos socio-personales, emocionales y educativos. Seleccione una de las siguientes respuestas, tomando en cuenta el siguiente puntaje: 4 – Excelente; 3- Bien; 2 – Aceptable; 1-Deficiente; 0- Prefiero no responder.						
Categoría 1. Socio-personales		4	3	2	1	0
1.2 COMUNICACIÓN	¿Cuándo me expreso y comunico, soy consciente de los mensajes que emite mi lenguaje corporal?			✓		
	¿Me siento seguro cuando debo expresar mis emociones y sentimientos a las personas que me rodean?			✓		
PUNTAJE SUBTOTAL: SOCIO-PERSONALES						
Categoría 2: Meta-cognitivos		4	3	2	1	0
2.1 PENSAMIENTO CRÍTICO	¿Puedo identificar los factores filosóficos, políticos y espirituales que componen la visión integral de la risoterapia?			✓		
	¿No tengo reparos, juicios negativos ni miedo al contacto físico en el trabajo grupal?		✓			
2.2 CLOWN	¿No le doy importancia a los juicios que las personas hacen sobre mi comportamiento y personalidad?			✓		
	¿Puedo reconocer y expresar fundamentos técnicos básicos sobre el uso correcto de la nariz de payaso como una máscara?			✓		
PUNTAJE SUBTOTAL: ACADÉMICO Y META-COGNITIVO						
Categoría 3: Introspectivos		4	3	2	1	0
3.1 AUTOCONOCIMIENTO EMOCIONAL	¿Me siento cómodo cuando enfrente situaciones que me exponen emocionalmente delante de la gente?			✓		
	¿Siento que aprovecho cada momento de mi vida disfrutándolo al máximo?		✓			
	¿Puedo hacer una introspección para reconocer cuándo soy dominante y cuándo soy sumiso en mi vida cotidiana?		✓			
	¿Soy capaz de reconocer estados emocionales intensos y ser consciente de ellos cuando se presentan?		✓			
	¿Tengo una idea concreta sobre mí en relación a mi estado emocional actual?			✓		
PUNTAJE SUBTOTAL: INTELIGENCIA EMOCIONAL						
		PUNTAJE TOTAL				
Firma:						

AUTOEVALUACIÓN						
INFORMACIÓN DE CONTACTO						
Institución educativa	PUCE					
Ciclo de estudio	2011 - 2012					
Nombre:	Michelle Elizabeth Romero Narayo					
Correo electrónico	michu_ely10@hotmail.com					
Nombre del facilitador	Jaime Boada					
Evaluación (señale con un visto)	Inicial	<input type="checkbox"/>	Final	<input checked="" type="checkbox"/>		
Nos interesa conocer su respuesta con relación a las siguientes preguntas, a fin de conocer su autocriterio sobre aspectos socio-personales, emocionales y educativos. Seleccione una de las siguientes respuestas, tomando en cuenta el siguiente puntaje: 4 - Excelente; 3 - Bien; 2 - Aceptable; 1 - Deficiente; 0 - Prefiero no responder.						
Categoría 1. Socio-personales		4	3	2	1	0
1.2 COMUNICACIÓN	¿Cuándo me expreso y comunico, soy consciente de los mensajes que emite mi lenguaje corporal?		✓			
	¿Me siento seguro cuando debo expresar mis emociones y sentimientos a las personas que me rodean?		✓			
PUNTAJE SUBTOTAL: SOCIO-PERSONALES						
Categoría 2: Meta-cognitivos		4	3	2	1	0
2.1 PENSAMIENTO CRÍTICO	¿Puedo identificar los factores filosóficos, políticos y espirituales que componen la visión integral de la risoterapia?	✓				
	¿No tengo reparos, juicios negativos ni miedo al contacto físico en el trabajo grupal?	✓				
	¿No le doy importancia a los juicios que las personas hacen sobre mi comportamiento y personalidad?		✓			
2.2 CLOWN	¿Puedo reconocer y expresar fundamentos técnicos básicos sobre el uso correcto de la nariz de payaso como una máscara?	✓				
PUNTAJE SUBTOTAL: ACADÉMICO y META-COGNITIVO						
Categoría 3: Introspectivos		4	3	2	1	0
3.1 AUTOCONOCIMIENTO EMOCIONAL	¿Me siento cómodo cuando enfrente situaciones que me exponen emocionalmente delante de la gente?		✓			
	¿Siento que aprovecho cada momento de mi vida disfrutándolo al máximo?	✓				
	¿Puedo hacer una introspección para reconocer cuándo soy dominante y cuándo soy sumiso en mi vida cotidiana?		✓			
	¿Soy capaz de reconocer estados emocionales intensos y ser consciente de ellos cuando se presentan?	✓				
	¿Tengo una idea concreta sobre mí en relación a mi estado emocional actual?		✓			
PUNTAJE SUBTOTAL: INTELIGENCIA EMOCIONAL						
PUNTAJE TOTAL						
Firma:						

Resultado inicial: 14/44 / Resultado final: 37/44

AUTOEVALUACIÓN						
INFORMACIÓN DE CONTACTO						
Institución educativa	Universidad Peruana Cayetano Heredia					
Ciclo de estudio	2016 - 2017					
Nombre:	Vanessa Gerarda Burbano					
Correo electrónico	vanessa.g.burbano@gmail.com					
Nombre del facilitador	Jaime Borata					
Evaluación (señale con un visto)	Inicial	<input checked="" type="checkbox"/>	Final	<input type="checkbox"/>		
Nos interesa conocer su respuesta con relación a las siguientes preguntas, a fin de conocer su autocríterio sobre aspectos socio-personales, emocionales y educativos. Seleccione una de las siguientes respuestas, tomando en cuenta el siguiente puntaje: 4 - Excelente; 3 - Bien; 2 - Aceptable; 1 - Deficiente; 0 - Prefiero no responder.						
Categoría 1: Socio-personales		4	3	2	1	0
1.2 COMUNICACIÓN	¿Cuándo me expreso y comunico, soy consciente de los mensajes que emite mi lenguaje corporal?				✓	
	¿Me siento seguro cuando debo expresar mis emociones y sentimientos a las personas que me rodean?				✓	
PUNTAJE SUBTOTAL: SOCIO-PERSONALES						
Categoría 2: Meta-cognitivos		4	3	2	1	0
2.1 PENSAMIENTO CRÍTICO	¿Puedo identificar los factores filosóficos, políticos y espirituales que componen la visión integral de la risoterapia?				✓	
	¿No tengo reparos, juicios negativos ni miedo al contacto físico en el trabajo grupal?			✓		
	¿No le doy importancia a los juicios que las personas hacen sobre mi comportamiento y personalidad?				✓	
2.2 CLOWN	¿Puedo reconocer y expresar fundamentos técnicos básicos sobre el uso correcto de la nariz de payaso como una máscara?				✓	
PUNTAJE SUBTOTAL: ACADÉMICO Y META-COGNITIVO						
Categoría 3: Introspectivos		4	3	2	1	0
3.1 AUTOCONOCIMIENTO EMOCIONAL	¿Me siento cómodo cuando enfrente situaciones que me exponen emocionalmente delante de la gente?				✓	
	¿Siento que aprovecho cada momento de mi vida disfrutándolo al máximo?			✓		
	¿Puedo hacer una introspección para reconocer cuándo soy dominante y cuándo soy sumiso en mi vida cotidiana?				✓	
	¿Soy capaz de reconocer estados emocionales internos y ser consciente de ellos cuando se presentan?				✓	
	¿Tengo una idea concreta sobre mí en relación a mi estado emocional actual?			✓		
PUNTAJE SUBTOTAL: INTELIGENCIA EMOCIONAL						
PUNTAJE TOTAL						
Firma:						

AUTOEVALUACIÓN						
INFORMACIÓN DE CONTACTO						
Institución educativa	Universidad Peruana Cayetano Heredia					
Ciclo de estudio	2016 - 2017					
Nombre:	Vanessa Granga Burbano					
Correo electrónico	vanessa.g.burbano@gmail.com					
Nombre del facilitador	Jaime Prado					
Evaluación (señale con un vistazo)	inicial	<input type="checkbox"/>	final	<input checked="" type="checkbox"/>		
Nos interesa conocer su respuesta con relación a las siguientes preguntas, a fin de conocer su autocriterio sobre aspectos socio-personales, emocionales y educativos. Seleccione una de las siguientes respuestas, tomando en cuenta el siguiente puntaje: 4 - Excelente; 3 - Bien; 2 - Aceptable; 1 - Deficiente; 0 - Prefiero no responder.						
Categoría 1: Socio-personales		4	3	2	1	0
1.2 COMUNICACIÓN	¿Cuándo me expreso y comunico, soy consciente de los mensajes que emite mi lenguaje corporal?		✓			
	¿Me siento seguro cuando debo expresar mis emociones y sentimientos a las personas que me rodean?		✓			
PUNTAJE SUBTOTAL: SOCIO-PERSONALES						
Categoría 2: Meta-cognitivos		4	3	2	1	0
2.1 PENSAMIENTO CRÍTICO	¿Puedo identificar los factores filosóficos, políticos y espirituales que componen la visión integral de la risoterapia?		✓			
	¿No tengo reparos, juicios negativos ni miedo al contacto físico en el trabajo grupal?	✓				
	¿No le doy importancia a los juicios que las personas hacen sobre mi comportamiento y personalidad?		✓			
2.2 CLOWN	¿Puedo reconocer y expresar fundamentos técnicos básicos sobre el uso correcto de la nariz de payaso como una máscara?	✓				
PUNTAJE SUBTOTAL: ACADÉMICO y META-COGNITIVO						
Categoría 3: Introspectivos		4	3	2	1	0
3.1 AUTOCONOCIMIENTO EMOCIONAL	¿Me siento cómodo cuando enfrente situaciones que me exponen emocionalmente delante de la gente?		✓			
	¿Siento que aprovecho cada momento de mi vida disfrutándolo al máximo?		✓			
	¿Puedo hacer una introspección para reconocer cuándo soy dominante y cuándo soy sumiso en mi vida cotidiana?	✓				
	¿Soy capaz de reconocer estados emocionales intensos y ser consciente de ellos cuando se presentan?		✓			
	¿Tengo una idea concreta sobre mí en relación a mi estado emocional actual?	✓				
PUNTAJE SUBTOTAL: INTELIGENCIA EMOCIONAL						
PUNTAJE TOTAL						
Firma:						

8.2 Anexo 2. Histórico audiovisual de procesos de experimentación de la metodología desde el 2010 hasta la fecha en distintos espacios universitarios.

2010



Primer grupo Jambi Clown PUCE



El padre rector de la universidad felicitando a la primera promoción Jambi Clown PUCE

2011



Visita hospital Baca Ortiz, Jambi Clown PUCE



Visita Fundación ABEI adultos, Jambi Clown PUCE

2012



Visita Hospital Baca Ortiz, Jambi Clown PUCE



Visita Hospital Baca Ortiz, Jambi Clown PUCE

2013



Exposición de resultados del proyecto Jambi Clown PUCE a la facultad de medicina



Graduación Smile X 2013, AEMPPI (Asociación internacional de estudiantes de medicina para proyectos e intercambios)

2014



Apertura ciclo 2014, Jambi Clown PUCE



Reuniones 2014, Jambi Clown PUCE



Graduación Smile X 2014, AEMPPI (Asociación internacional de estudiantes de medicina para proyectos e intercambios)

2015



Primera reunión promoción 2015, Jambi Clown PUCE



Visita Hospital Militar, Jambi Clown PUCE



Graduación Smile X 2015, AEMPPI (Asociación internacional de estudiantes de medicina para proyectos e intercambios)

2016



Visita Hospital Militar, Jambi Clown PUCE y club de Clown UDLA juntos



Reuniones Club de clown UDLA y Jambi Clown PUCE juntos.

2017



Visita Hospital del Sur (Enrique Garcés), Jambi Clown PUCE



Intervención pública, Jambi Clown PUCE

2018



Afiche informativo visita de Patch Adams a la PUCE coordinada por Jambi Clown



El Dr. Hunter Patch Adams en la PUCE



Reconocimiento a la trayectoria y coordinación del grupo junto al Dr. Hunter Patch Adams en la PUCE