

EL TEATRO DE SOMBRAS COMO HERRAMIENTA TERAPÉUTICA

Formación dirigida a:

Arteterapeutas, psicólogos, maestros, educadores, profesionales de la salud, titiriteros y personas interesadas.

Impartido por Mercè Framis:

Titiritera especialista en teatro de sombras.

Arteterapeuta por la UDG.

Licenciada en Filosofía por la URL y Máster en Psicología Junguiana por la UAB.



El teatro de sombras, por su naturaleza inmaterial y simbólica, permite representar y explorar las emociones.

Como herramienta terapéutica, facilita el diálogo con nuestros deseos y anhelos inconscientes, despierta la imaginación y ofrece un espacio seguro para el reconocimiento y la transformación interna.

Teatro de sombras como herramienta terapéutica

Las emociones tienen su origen en las experiencias vividas. Estas experiencias crean imágenes internas que muestran lo que hemos vivido y configuran nuestra narrativa emocional. Aquello que permanece oculto en el inconsciente a menudo no es reconocido como propio, y para acceder a ello y facilitar la sanación es necesario reducir las defensas de la conciencia. Cuando la conciencia está alerta o a la defensiva, el acceso a estos contenidos es limitado.

Existen diversas maneras de explorar estas emociones: los sueños, los estados de relajación, la confianza, la ausencia de juicio, el juego, el arte y la cultura. A través de la creación y el juego, ajustamos la realidad exterior a nuestras necesidades, damos forma a las emociones y podemos transitarlas de manera constructiva.

El teatro de sombras, por su naturaleza inmaterial y simbólica, permite representar y explorar las emociones dentro de un espacio seguro. Como herramienta terapéutica, facilita el diálogo con nuestros deseos y anhelos inconscientes, despierta la imaginación y ofrece un entorno propicio para el reconocimiento y la transformación interna.

Objetivos del curso

1. El Reino de las sombras: Dramaturgia de las imágenes

- Descubrimiento y alteridad de la sombra.
- La imagen de la sombra como objeto de proyección de la psique.
- Conectar con lo propio y acoger lo que proviene del otro.
- Relación con el grupo: acoger y confiar.
- Elegir, destruir, reconstruir, crear.

2. Diálogo con la sombra

- Movilización del cuerpo y de la capacidad dramática.
- Explorar mi identidad y mi alteridad: darle un lugar, interpelarla, desplegarla.
- Dar forma y espacio a la representación de las imágenes internas.
- Encarnar, dar vida y trayectoria a la propia sombra.

3. La casa de mi sombra: Simbología

- Comprensión de los símbolos, mi casa y la simbología en los cuentos.
- Explorar mi espacio interior y sus personajes: acogerlos y jugar con ellos.
- Conectar con mi capacidad creadora.
- Convertirse en demiurgo: dominar las sombras, dar voz a todas las imágenes y hacerlas dialogar.
- Ser actor y observador al mismo tiempo, compartir y ofrecer algo de mí a los demás.