



Guía Metodológica CDAI

Metodología pedagógica para la inclusión social de adultos vulnerables a través de la Commedia dell'Arte

Comedia del Arte e Integración — proyecto Erasmus+ de educación de adultos
Socios: Asociación Cultural La Sala de Sevilla (coordinador, España) y UBO Teatro APS (Italia)

KA210-ADU-7FE27246 · 2025-1-ES01-KA210-ADU-000358089

lasala-sevilla.netlify.app · Documento descargable en la web del proyecto



Cofinanciado por la Unión Europea

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados solo comprometen a su(s) autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea ni los del Servicio Español para la Internacionalización de la Educación (SEPIE). Ni la Unión Europea ni el SEPIE pueden ser considerados responsables de ellos.

Parte I – Fundamentos

1. Introducción y finalidad de la metodología

La metodología CDAI – *Commedia dell'Arte e Integrazione* nace de la colaboración entre UBO Teatro, entidad italiana con experiencia en el ámbito de la Commedia dell'Arte, la formación teatral y el trabajo con personas en situación de vulnerabilidad, y La Sala de Sevilla, organización española activa en la producción cultural, la formación y la promoción de las artes escénicas.

La metodología nace de la convicción de que el teatro no debe considerarse exclusivamente como una disciplina artística, sino que puede representar una potente herramienta educativa, relacional y social.

En particular, la Commedia dell'Arte posee características que la hacen especialmente adecuada para el trabajo con adultos que viven situaciones de vulnerabilidad o riesgo de exclusión social: el cuerpo, el movimiento, el ritmo, la improvisación, la relación con el compañero y con el grupo, la construcción del personaje y el uso de la máscara permiten trabajar simultáneamente las dimensiones individual, emocional, relacional y cultural.

El objetivo de la metodología CDAI no es formar necesariamente actores profesionales. El objetivo principal es **utilizar las herramientas del actor para desarrollar competencias útiles para la vida personal, social y profesional**.

A través de un recorrido progresivo, los participantes son acompañados desde el conocimiento de sí mismos hasta la relación con los demás, desde el descubrimiento del propio cuerpo hasta la capacidad de comunicar, desde la expresión de las emociones hasta la gestión de situaciones imprevistas.

La metodología utiliza, por tanto, la Commedia dell'Arte como **herramienta pedagógica y no como simple contenido artístico**.

El recorrido conduce progresivamente al participante a:

- aumentar la conciencia de su propio cuerpo;
- mejorar la capacidad comunicativa;
- reconocer y expresar sus propias emociones;
- desarrollar la escucha y la empatía;
- aumentar la confianza en sí mismo y en los demás;
- desarrollar la creatividad y la capacidad de improvisación;
- mejorar la capacidad de trabajar en grupo;
- afrontar situaciones imprevistas;
- desarrollar la capacidad de resolución de problemas;
- experimentar diferentes puntos de vista;
- reforzar el sentido de pertenencia a la comunidad;
- conocer un elemento significativo del patrimonio cultural europeo.

La metodología CDAI está concebida como una herramienta **flexible y replicable**. Puede ser utilizada por asociaciones culturales, organizaciones sociales, entidades educativas, profesionales del teatro y personas que trabajan con adultos vulnerables.

El método no requiere que los participantes tengan experiencias teatrales previas. Al contrario, la ausencia de competencias artísticas previas representa una característica importante del recorrido: cada participante parte de su propio nivel y es acompañado a través de ejercicios progresivos.

2. Destinatarios y contextos de aplicación

La metodología CDAI está dirigida principalmente a **adultos vulnerables o en riesgo de exclusión social**, con especial atención a las personas que pueden encontrar obstáculos en el acceso a la formación, la cultura, la socialización o el mercado laboral.

Entre los destinatarios prioritarios se encuentran:

- personas con discapacidades físicas o cognitivas;
- migrantes y personas con trasfondo intercultural;
- desempleados de larga duración;
- mujeres adultas en situaciones de vulnerabilidad;
- personas con oportunidades limitadas de participación social;
- adultos con fragilidades relacionales o comunicativas;
- personas que han tenido un acceso limitado a las oportunidades culturales y educativas.

La metodología puede, sin embargo, adaptarse a otros grupos de adultos, incluso no clasificados formalmente como vulnerables.

2.1 Un enfoque centrado en la persona

CDAI no considera la vulnerabilidad como una etiqueta que define a la persona. Cada participante es considerado portador de competencias, experiencias, capacidades y potencialidades. El formador no parte, por tanto, de lo que el participante "no sabe hacer", sino de lo que ya es capaz de hacer, construyendo progresivamente nuevas competencias.

Este principio modifica profundamente la relación educativa. El participante no es un sujeto pasivo que recibe una formación, sino que se convierte en **protagonista de su propio proceso de aprendizaje**.

2.2 Contextos de aplicación

La metodología puede utilizarse a través de:

- talleres teatrales;
- cursos de formación para adultos;
- itinerarios de inclusión social;
- actividades de educación no formal;
- talleres interculturales;
- actividades de teatro social;
- itinerarios de orientación y desarrollo de competencias;
- actividades culturales dirigidas a comunidades locales;
- proyectos europeos;
- actividades de formación continua para educadores y trabajadores sociales.

La metodología puede aplicarse tanto en recorridos breves como en programas más estructurados.

3. Fundamentos teóricos

La metodología CDAI nace del encuentro entre diferentes ámbitos: **Commedia dell'Arte, pedagogía teatral, aprendizaje experiencial, educación emocional y teatro social**. No se trata, por tanto, de una simple traslación de la práctica teatral a un contexto social, sino de la construcción de un recorrido en el que las herramientas artísticas se orientan intencionadamente al desarrollo de competencias.

3.1 La Commedia dell'Arte

La Commedia dell'Arte representa el fundamento artístico de la metodología. Nacida en Italia en el siglo XVI, constituye una de las experiencias fundamentales en la historia del teatro europeo y representa un patrimonio cultural capaz de conectar arte, trabajo del actor, improvisación, máscara, movimiento y relación con el público.

La metodología CDAI no pretende reproducir simplemente un espectáculo tradicional de Commedia dell'Arte. En cambio, utiliza sus herramientas pedagógicamente más significativas:

- tipificación del personaje;
- cuerpo del personaje;
- ritmo;
- relación;
- improvisación;
- escucha;
- construcción de la escena;
- relación con el público;
- uso de la máscara;
- capacidad de reaccionar ante lo imprevisto.

La estructura codificada de la Commedia dell'Arte permite, de hecho, crear una situación particularmente interesante desde el punto de vista educativo: el participante dispone de **reglas claras dentro de las cuales puede experimentar libremente**. Esta combinación entre estructura y libertad representa uno de los principios centrales de la metodología.

3.2 Pedagogía teatral

El teatro se utiliza como espacio de aprendizaje. El participante aprende a través de la experiencia directa y no exclusivamente mediante explicaciones teóricas. Un ejercicio teatral puede desarrollar simultáneamente: **competencia artística + competencia personal + competencia social**.

Por ejemplo, un ejercicio de improvisación puede requerir que el participante escuche a su compañero, tome una decisión rápidamente, modifique su comportamiento en función de la situación y comunique con eficacia. La actividad teatral se convierte, así, en un contexto en el que experimentar competencias transferibles también fuera del taller.

3.3 Aprendizaje experiencial

El método CDAI se basa en el principio del *learning by doing*. El participante no aprende primero la teoría para luego aplicarla. **Actúa, experimenta, observa, reflexiona y vuelve a intentarlo**.

El proceso puede representarse mediante el siguiente ciclo:

EXPERIENCIA → OBSERVACIÓN → REFLEXIÓN → REELABORACIÓN → NUEVA EXPERIENCIA

El ciclo se repite a lo largo de todo el recorrido. El error no se considera un fracaso, sino una parte natural del proceso de aprendizaje.

3.4 Educación emocional

La escena teatral ofrece un espacio protegido en el que experimentar emociones y comportamientos. El trabajo no busca "actuar bien" una emoción, sino desarrollar la capacidad de: reconocerla, distinguirla, comunicarla, observar las reacciones de los demás, modificar la propia respuesta, comprender diferentes puntos de vista.

La educación emocional queda así estrechamente ligada a la relación social.

3.5 Teatro social

La dimensión social está presente en todo el recorrido. El grupo teatral se convierte en una pequeña comunidad en la que es necesario: escuchar, respetar, colaborar, negociar, esperar, apoyar a los demás, asumir responsabilidades, gestionar los conflictos.

El taller se convierte así en un espacio en el que las competencias sociales se **ejercitan concretamente**.

4. Los principios de la metodología CDAI

La metodología CDAI se basa en diez principios fundamentales.

- 1 **Centralidad de la persona** — Cada participante es considerado en su unicidad. El recorrido se adapta a las capacidades, los tiempos y las necesidades del grupo.
- 2 **Inclusión** — Toda persona debe poder participar. Los ejercicios se modifican cuando es necesario sin perder su objetivo pedagógico.
- 3 **Seguridad** — El taller debe percibirse como un espacio físico y emocionalmente seguro. No se admiten juicios sobre el desempeño individual.
- 4 **Aprendizaje a través de la experiencia** — El participante aprende haciendo. La experiencia concreta precede a la explicación teórica.
- 5 **El cuerpo como herramienta de comunicación** — El cuerpo no es solo una herramienta técnica del actor. Es uno de los principales instrumentos a través de los cuales el individuo se comunica con el mundo.
- 6 **Improvisación estructurada** — La improvisación no significa ausencia de reglas. El participante se inserta en estructuras sencillas que le permiten experimentar libertad y creatividad manteniendo un sentido de seguridad.
- 7 **Relación** — Ninguna actividad se considera exclusivamente individual. Incluso cuando el ejercicio parte de uno solo, su objetivo final es desarrollar una mayor capacidad de relación con el otro.
- 8 **Valorización del error** — El error se transforma en una posibilidad de aprendizaje. El participante debe poder equivocarse sin sentirse juzgado.
- 9 **Progresividad** — Los ejercicios siguen una progresión: simple → complejo; individual → pareja → grupo; controlado → improvisado; taller → performance.
- 10 **Transferibilidad** — Toda competencia desarrollada durante el taller debe poder conectarse con la vida cotidiana. El formador ayuda al participante a reconocer la relación entre lo que ocurre en escena y lo que puede utilizarse fuera de ella.

5. Las competencias que la metodología pretende desarrollar

El resultado principal de la metodología CDAI no es la producción del espectáculo final. El espectáculo representa, más bien, **el contexto en el que las competencias se ponen a prueba y se hacen visibles**.

Las competencias se organizan en cinco áreas.

5.1 Competencias personales: conciencia de sí mismo, confianza en las propias capacidades, autonomía, capacidad de tomar iniciativas, gestión del error, capacidad de afrontar situaciones nuevas.

5.2 Competencias comunicativas: comunicación verbal, comunicación no verbal, escucha activa, uso de la voz, claridad expresiva, capacidad de leer las señales corporales de los demás, capacidad de adaptar la comunicación al contexto.

5.3 Competencias emocionales: reconocimiento de las emociones, expresión de las emociones, conciencia de las propias reacciones, gestión de la tensión, empatía, capacidad de comprender las emociones ajenas.

5.4 Competencias sociales: cooperación, confianza, respeto, capacidad de negociación, gestión de conflictos, asunción de responsabilidades, pertenencia al grupo.

5.5 Competencias creativas y cognitivas: creatividad, imaginación, flexibilidad cognitiva, capacidad de adaptación, resolución de problemas, capacidad de decisión, concentración, gestión de lo imprevisto.

La competencia como resultado transferible

Un elemento central del método CDAI es la **transferibilidad**. Al final de un ejercicio, el formador no se limita a preguntar: *"¿Cómo ha ido la escena?"*. Puede preguntar en cambio: *"¿Qué has aprendido de esta experiencia que también puede serte útil fuera del teatro?"*

Esta pregunta permite transformar la experiencia artística en conciencia. El objetivo final es, por tanto, que el participante pueda reconocer: **"Esta capacidad que he utilizado en escena es una capacidad que también poseo en mi vida."**

Es en este paso donde la Commedia dell'Arte se convierte realmente en una **herramienta de integración social**.

Parte II – Herramientas, técnicas y recorrido pedagógico

6. El cuerpo como primera herramienta de integración

En la metodología CDAI, el cuerpo representa la primera herramienta de comunicación. Antes incluso que la palabra, toda persona se comunica a través de la postura, el movimiento, la distancia, el ritmo, la dirección de la mirada y la presencia en el espacio.

Por este motivo, el trabajo corporal constituye el punto de partida del recorrido. El objetivo no es lograr una prestación física o una habilidad teatral concreta. El cuerpo se utiliza para aumentar la conciencia de sí mismo y la capacidad de relacionarse con los demás.

El participante es acompañado progresivamente a: percibir su propio cuerpo, reconocer tensiones y rigideces, ocupar el espacio con mayor seguridad, modificar postura y ritmo, observar el cuerpo de los demás, utilizar el movimiento como forma de comunicación, adaptar su comportamiento corporal a las situaciones.

6.1 El espacio como herramienta social

El espacio teatral se considera un laboratorio social. Caminar en el mismo espacio significa necesariamente enfrentarse a los demás. El participante debe aprender a: evitar a los demás, respetar las distancias, compartir el espacio, modificar su trayectoria, percibir la presencia de los demás, coordinarse con el grupo.

Un simple ejercicio de caminar puede así convertirse en un ejercicio de escucha y cooperación.

7. La voz y la comunicación

La voz representa la segunda gran herramienta de la metodología. El trabajo vocal no se orienta exclusivamente a la interpretación, sino a la capacidad de comunicar con mayor conciencia.

Se trabaja progresivamente sobre: respiración, emisión, volumen, articulación, ritmo, pausas, intención, escucha.

Se presta especial atención a la relación entre voz y emoción. El participante experimenta cómo una misma frase puede adquirir significados diferentes al modificar el ritmo, el volumen, la intención y la postura. Esto permite comprender que la comunicación no depende exclusivamente de las palabras.

8. Emoción y conciencia emocional

La metodología CDAI introduce el trabajo sobre las emociones de forma gradual. Al participante se le invita primero a reconocer sus propias reacciones corporales y después a reconocer y representar diferentes estados emocionales.

Las emociones no se presentan como categorías rígidas, sino como experiencias dinámicas. El trabajo puede partir de una pregunta sencilla: "**¿Cómo cambia mi cuerpo cuando siento esta emoción?**"

A continuación, el participante experimenta: **emoción → cuerpo → voz → movimiento → relación**.

Este proceso permite comprender que la emoción puede comunicarse a través de diferentes canales. El trabajo teatral permite además experimentar una distinción importante: **sentir una emoción no significa necesariamente estar dominado por ella**. A través del personaje y la escena, el participante puede observar la emoción, modificar su intensidad y experimentar diferentes respuestas.

9. La máscara como herramienta pedagógica

La máscara constituye uno de los elementos distintivos de la metodología CDAI. En la tradición de la Commedia dell'Arte, la máscara identifica al personaje y determina sus características corporales, vocales y de comportamiento.

En el método CDAI, la máscara asume además una función pedagógica. Ponerse una máscara permite al participante experimentar una condición particular: "**Puedo ser otra persona para descubrir algo de mí mismo.**"

La máscara crea una distancia entre la persona y el comportamiento que está experimentando. Esta distancia puede reducir el temor al juicio y facilitar la experimentación. El participante puede así probar: mayor seguridad, agresividad, timidez, autoridad, comicidad, miedo, deseo, curiosidad, relación, conflicto.

La máscara se convierte así en un **dispositivo de mediación entre la identidad personal y el comportamiento social**.

10. Los personajes de la Commedia dell'Arte

Los personajes tradicionales de la Commedia dell'Arte se utilizan como arquetipos pedagógicos. Entre los más utilizables en el recorrido CDAI: Arlequín, Pantalone, El Capitán, El Doctor, Brighella, Pedrolino, los Enamorados, otros personajes que pueden introducirse en función del recorrido.

El personaje no se estudia solo desde el punto de vista histórico. Cada personaje se analiza a través de cuatro elementos:

- **Cuerpo** — ¿Cómo camina? ¿Dónde lleva el peso? ¿Cuál es el ritmo?
- **Voz** — ¿Cómo habla? ¿Cuál es el volumen? ¿Cuál es el ritmo?
- **Deseo** — ¿Qué quiere conseguir?
- **Relación** — ¿Cómo considera a los demás?

Esta estructura permite transformar el personaje en una herramienta de observación del comportamiento humano.

11. La improvisación estructurada

La improvisación constituye el centro operativo de la metodología CDAI. No se utiliza como actividad casual, sino a través de estructuras progresivas. El participante debe aprender a reaccionar ante lo que ocurre sin tener siempre una respuesta preparada. Esta competencia es especialmente importante también en la vida cotidiana.

La improvisación permite trabajar sobre: flexibilidad, capacidad de escucha, rapidez de decisión, creatividad, gestión del error, resolución de problemas, adaptación, confianza en el grupo.

11.1 El principio de la aceptación

Uno de los principios fundamentales de la improvisación utilizados en el método es: **"Acoger antes de modificar."** El participante aprende a no bloquear inmediatamente la iniciativa del otro. En escena, esto significa aceptar la propuesta del compañero y construir sobre ella. A nivel social significa desarrollar una mayor capacidad de escuchar y considerar el punto de vista del otro.

12. El conflicto como herramienta educativa

El conflicto constituye un elemento natural de la Commedia dell'Arte. Los personajes tienen deseos diferentes y buscan alcanzar objetivos a menudo incompatibles. El conflicto escénico permite, por tanto, trabajar sobre la gestión de los conflictos reales.

El participante aprende a distinguir: **persona ≠ problema ≠ comportamiento.**

Una escena puede construirse a partir de dos personajes que quieren cosas diferentes. El formador observa: cómo nace el conflicto, cómo se comunica, qué reacciones produce, cómo puede transformarse, qué estrategias permiten alcanzar una solución.

El objetivo no es eliminar el conflicto, sino aprender a **gestionarlo de forma constructiva.**

13. La relación con el grupo

El grupo representa un componente esencial del método. El recorrido pasa progresivamente por cuatro niveles:

YO → YO + EL OTRO → PEQUEÑO GRUPO → COMUNIDAD

Al principio, el participante trabaja principalmente sobre su propia conciencia. Después entra en relación con un compañero. Luego trabaja en pequeños grupos. Finalmente participa en la construcción colectiva de una performance.

Esta progresión permite reducir gradualmente el miedo a la exposición y aumentar el sentido de pertenencia.

14. Estructura de una sesión CDAI

Una sesión estándar puede tener una duración de entre 90 y 120 minutos.

Fase	Duración	Contenido
---	---	---
A – Acogida	10 min	Saludo, verificación del estado del grupo y breve actividad de activación
B – Calentamiento	15–20 min	Trabajo corporal y vocal
C – Técnica	20–25 min	Introducción de un elemento específico de la Commedia dell'Arte
D – Aplicación	25–35 min	Ejercicios individuales, en parejas o de grupo
E – Improvisación	15–20 min	Aplicación creativa de las competencias adquiridas
F – Reflexión	10–15 min	Puesta en común de la experiencia y conexión con la vida cotidiana

La reflexión final es parte integrante de la actividad y no debe considerarse un elemento opcional.

15. El ciclo CDAI

Cada actividad sigue el modelo:

- 1 **Experiencia** — el participante realiza el ejercicio.
- 2 **Observación** — el participante observa lo que ha ocurrido.
- 3 **Reflexión** — el grupo identifica dificultades, emociones y estrategias.
- 4 **Reelaboración** — el participante modifica su comportamiento.
- 5 **Nueva experiencia** — el ejercicio se repite con una nueva conciencia.

Este ciclo representa uno de los elementos metodológicos centrales de CDAI.

16. Actividad 1 – El espacio compartido

Objetivo: desarrollar conciencia corporal, atención y relación con el grupo.

Duración: 15 minutos. **Número de participantes:** 6–15. **Materiales:** espacio libre.

Desarrollo: los participantes caminan libremente por el espacio. El formador introduce progresivamente algunas consignas: cambiar de dirección, modificar la velocidad, detenerse al mismo tiempo, mantener una distancia con los demás, ocupar los espacios vacíos, evitar caminar siempre siguiendo a la misma persona. A continuación, el grupo debe intentar detenerse simultáneamente sin usar palabras ni señales preestablecidas.

Competencias desarrolladas: atención, escucha no verbal, coordinación, conciencia del espacio, cooperación, capacidad de adaptación.

Debriefing: ¿Cómo supiste cuándo detenerte? ¿Observaste a los demás? ¿Necesitaste controlarlo todo? ¿Qué ocurrió cuando empezaste a confiar en el grupo?

17. Actividad 2 – El cuerpo del personaje

Objetivo: desarrollar la conciencia corporal y la capacidad de modificar el propio comportamiento.

Duración: 20 minutos. **Materiales:** ninguno.

El participante camina normalmente. Después, el formador introduce diferentes indicaciones: caminar como una persona muy importante; caminar como alguien que tiene miedo; caminar como alguien que quiere conquistar espacio; caminar como alguien que quiere pasar desapercibido. El participante observa cómo cambian: postura, paso, ritmo, mirada, dirección, respiración.

A continuación se introduce un personaje de la Commedia dell'Arte. El participante debe construir su cuerpo sin usar palabras.

Competencias desarrolladas: expresividad, conciencia corporal, creatividad, observación, capacidad de asumir diferentes puntos de vista.

18. Actividad 3 – El sí de la improvisación

Objetivo: desarrollar la escucha, la aceptación y la cooperación. **Duración:** 20 minutos.

Un participante propone una situación. El segundo debe aceptarla y añadir un elemento. Ejemplo: A: "Tenemos que irnos ahora mismo." B: "Sí, y también tenemos que llevar al perro." A: "Sí, y el perro sabe adónde ir." La escena continúa construyendo progresivamente una situación. El formador introduce después un elemento de dificultad. El participante debe seguir aceptando la propuesta y transformándola.

Competencias desarrolladas: escucha, creatividad, cooperación, flexibilidad, capacidad de adaptación, comunicación.

19. Actividad 4 – El conflicto de los personajes

Objetivo: trabajar sobre la gestión del conflicto. **Duración:** 25 minutos.

Dos participantes reciben dos personajes de la Commedia dell'Arte. A cada uno se le asigna un objetivo diferente. Por ejemplo: **Pantalone quiere vender. Arlequín quiere conseguir algo sin pagar.** Los participantes improvisan la situación. El formador no interrumpe inmediatamente la escena.

Al final se analiza el comportamiento de los dos personajes: quién escuchó, quién impuso, quién cedió, quién modificó su estrategia, qué comportamiento hizo evolucionar la situación. La escena puede repetirse pidiendo a los participantes que utilicen una estrategia diferente.

20. Actividad 5 – La máscara y la libertad

Objetivo: utilizar la máscara como herramienta de exploración personal y relacional. **Duración:** 30 minutos.

El participante se pone una máscara. Durante unos minutos explora simplemente el modo en que el personaje se mueve. Después entra en el espacio junto con los demás participantes. El formador introduce situaciones sencillas: encuentro, rechazo, sorpresa, miedo, deseo, conflicto, colaboración. El participante responde utilizando principalmente el cuerpo. Al final de la sesión se retira la máscara y sigue un momento de reflexión.

Preguntas: ¿Qué hiciste con la máscara que no habrías hecho sin ella? ¿Te sentiste más libre? ¿El personaje te permitió experimentar algo nuevo? ¿Qué comportamiento del personaje reconoces también en ti?

21. Adaptación y accesibilidad

La metodología CDAI no debe aplicarse de forma rígida. El principio fundamental es: **adaptar el ejercicio sin perder el objetivo pedagógico.**

Una persona con movilidad reducida, por ejemplo, puede trabajar el movimiento utilizando principalmente: manos, torso, mirada, voz, ritmo, respiración. El objetivo no es que todos ejecuten el mismo movimiento, sino que todos puedan desarrollar la competencia asociada al ejercicio. El mismo principio vale para personas con dificultades cognitivas, lingüísticas, sensoriales o relacionales.

El formador debe poder modificar: duración, complejidad, modalidad de comunicación, tamaño del grupo, intensidad física, cantidad de estímulos, uso del espacio.

La inclusión no consiste, por tanto, en crear un ejercicio "especial" para una persona, sino en diseñar actividades que puedan ser **accesibles a través de diferentes modalidades de participación.**

22. El papel del formador

El formador CDAI no es solo un profesor de técnicas teatrales. Es al mismo tiempo: facilitador, observador, guía, mediador, organizador del grupo, estimulador de la reflexión.

El formador no debe sustituir al participante. Debe crear las condiciones para que el participante pueda experimentar. Una regla fundamental es: **menos explicación, más experiencia.**

El formador introduce una consigna clara, observa lo que ocurre, interviene cuando es necesario y después facilita la reflexión. Debe prestarse especial atención a las señales de malestar: la metodología no debe convertirse en una forma de presión psicológica. El participante debe poder comunicar siempre

un límite y el formador debe respetarlo.

23. Del taller a la performance

La performance final no debe considerarse un simple espectáculo de cierre. Representa la fase en la que las competencias desarrolladas se ponen en relación con un público real.

El recorrido sigue, por tanto: **EXPERIENCIA → COMPETENCIA → CREACIÓN → PERFORMANCE → REFLEXIÓN**

La performance permite al participante experimentar: responsabilidad, gestión de la ansiedad, colaboración, respeto de los tiempos, concentración, capacidad de afrontar lo imprevisto, relación con el público.

El Festival en Valores representa, así, el momento público en el que el recorrido individual se convierte en experiencia colectiva. El participante no se presenta como "persona vulnerable que participa en un proyecto social", sino como **artista y protagonista de un proceso creativo**. Este cambio de perspectiva representa uno de los elementos más importantes del enfoque CDAI.

24. El modelo de transferencia

La metodología CDAI está diseñada para poder transferirse a otras organizaciones. El modelo de transferencia prevé cuatro niveles:

- 1 **Formación** — El futuro formador aprende los principios y las técnicas de CDAI.
- 2 **Experimentación** — El formador aplica los ejercicios con un grupo.
- 3 **Supervisión** — Un formador experto observa el recorrido y aporta feedback.
- 4 **Autonomía** — La organización utiliza autónomamente la metodología adaptándola a su propio contexto.

La transferencia debe mantener invariables los principios fundamentales del método, permitiendo al mismo tiempo adaptaciones culturales y organizativas.

25. La fórmula CDAI

CUERPO + EMOCIÓN + RELACIÓN + IMPROVISACIÓN + CULTURA = COMPETENCIA

La Commedia dell'Arte aporta el lenguaje artístico. El cuerpo aporta la primera herramienta de comunicación. La emoción permite desarrollar conciencia. La relación construye el sentido de pertenencia. La improvisación desarrolla flexibilidad y capacidad de afrontar lo imprevisto. La cultura crea una conexión con el patrimonio europeo.

El resultado esperado es el desarrollo de competencias personales, sociales y comunicativas que puedan transferirse a la vida cotidiana.

26. Principio final

La metodología CDAI no considera el teatro como una terapia ni pretende sustituir intervenciones psicológicas, sociales o sanitarias especializadas. Su objetivo es educativo. A través de la práctica teatral, el participante se sitúa en condiciones de experimentar nuevas formas de comunicación, relación y participación.

El principio fundamental es: **No utilizamos la Commedia dell'Arte para enseñar a las personas a convertirse en actores. Utilizamos las herramientas del actor para ofrecer a las personas nuevas posibilidades de ser, comunicar y estar juntas.**

Esto representa el núcleo identitario de la metodología CDAI.

Parte III – Evaluación, seguimiento y medición del impacto

27. Finalidad del sistema de evaluación

La evaluación de la metodología CDAI tiene una doble función: verificar la eficacia del recorrido respecto a los objetivos educativos y sociales establecidos, y permitir a los socios mejorar progresivamente la metodología a través del análisis de los resultados obtenidos durante la fase de experimentación.

La evaluación no se concibe, por tanto, como un examen del participante. Su objetivo es observar **el cambio producido por la experiencia formativa**, combinando: instrumentos cuantitativos, observación cualitativa, autoevaluación, evaluación del formador, feedback de los participantes, observación del comportamiento durante las actividades, comparación entre la situación inicial y final.

El sistema se estructura según el principio: **MEDIR → INTERPRETAR → MEJORAR**.

28. Qué evaluamos

La metodología CDAI identifica nueve áreas de competencia:

Área	Competencia principal
---	---
1. Conciencia corporal	Percepción y control del cuerpo
2. Comunicación	Capacidad de expresarse y escuchar
3. Conciencia emocional	Reconocimiento y expresión de las emociones
4. Empatía	Comprensión del punto de vista ajeno
5. Relación	Cooperación y participación en el grupo
6. Creatividad	Capacidad de generar respuestas nuevas
7. Adaptabilidad	Gestión de lo imprevisto y resolución de problemas
8. Autonomía y confianza	Iniciativa y confianza en las propias capacidades
9. Conciencia intercultural y europea	El proyecto usa la Commedia dell'Arte como patrimonio cultural europeo y herramienta de encuentro entre personas de contextos diferentes

29. Evaluación previa al recorrido

Antes del inicio de las actividades se realiza una evaluación inicial, con tres objetivos: conocer el punto de partida de los participantes, identificar posibles necesidades específicas, crear una referencia respecto a la cual medir los cambios finales. No sirve para excluir participantes, solo para comprender mejor al grupo y adaptar el recorrido.

30. Cuestionario de autoevaluación

Escala 1–5 (1 = totalmente en desacuerdo → 5 = totalmente de acuerdo).

Área A – Conciencia personal: me siento cómodo/a cuando tengo que participar en una actividad nueva; consigo reconocer mis puntos fuertes; me siento capaz de aprender cosas nuevas; consigo afrontar una situación nueva sin rendirme enseguida.

Área B – Comunicación: consigo expresar lo que pienso; consigo hacerme entender por los demás; consigo escuchar a una persona sin interrumpirla; consigo utilizar también el cuerpo y el tono de voz para

comunicar.

Área C – Emociones: consigo reconocer lo que estoy sintiendo; consigo expresar mis emociones; consigo mantener el control cuando estoy en una situación difícil; consigo reconocer las emociones de las demás personas.

Área D – Relación: me siento cómodo/a trabajando con otras personas; consigo colaborar también con personas que no conozco; consigo aceptar puntos de vista diferentes al mío; cuando surge un problema en el grupo, busco una solución.

Área E – Creatividad y adaptabilidad: consigo encontrar soluciones alternativas cuando algo no funciona; me gusta experimentar cosas nuevas; consigo reaccionar cuando ocurre algo que no había previsto; me siento libre para expresar ideas creativas.

Área F – Interculturalidad: me interesa conocer a personas de culturas diferentes; siento curiosidad por conocer tradiciones y formas de vida diferentes; pienso que las diferencias culturales pueden representar una riqueza; me siento parte de una comunidad europea más amplia.

31. Evaluación final

El mismo cuestionario se vuelve a proponer al finalizar el recorrido. La comparación entre los resultados iniciales y finales permite observar la evolución percibida por los participantes (media por área, ej. Comunicación: inicial 2,8/5 → final 3,9/5, variación +1,1). El dato cuantitativo debe interpretarse junto con las observaciones cualitativas, no como prueba definitiva aislada.

32. Rejilla de observación del formador

Cada competencia se valora de 1 (dificultad marcada / necesita guía constante) a 5 (plena autonomía, intencionalidad y capacidad de apoyar también a los demás), para: conciencia corporal, comunicación, gestión emocional, empatía, cooperación, creatividad, adaptabilidad, autonomía. (Escala detallada 1–5 para cada competencia en el documento original de UBO Teatro.)

33. Observación cualitativa

El formador recoge breves notas cualitativas sobre: cambios en el comportamiento, participación espontánea, relaciones con los demás, capacidad de tomar iniciativas, gestión del error, capacidad de afrontar lo imprevisto, evolución de la comunicación, episodios significativos, eventuales dificultades — describiendo siempre comportamientos observables, nunca juicios personales.

34. Diario del participante

Diario individual opcional, tras algunas sesiones: "Hoy he descubierto...", "Hoy he tenido dificultades para...", "La próxima vez me gustaría..." — escrito, grabado en voz o realizado con imágenes/símbolos según las capacidades del participante.

35. Feedback después de cada sesión

Al finalizar cada encuentro: "¿Cómo me he sentido hoy?" (escala de emoticonos 1–5) + "¿Cuál ha sido lo más importante que he aprendido hoy?".

36. Matriz ejercicio – competencia – indicador

Actividad	Competencia primaria	Indicador observable
---	---	---
El espacio compartido	Cooperación	Respeto el espacio y se adapta al grupo

Actividad	Competencia primaria	Indicador observable
El cuerpo del personaje	Expresividad	Modifica conscientemente la postura y el movimiento
El sí de la improvisación	Escucha	Acoge y desarrolla la propuesta del compañero
Conflicto de los personajes	Resolución de problemas	Modifica la estrategia durante la escena
La máscara	Expresión emocional	Experimenta comportamientos diferentes
Improvisación colectiva	Creatividad	Propone soluciones sin bloquear al grupo
Construcción de la escena	Responsabilidad	Lleva a término una tarea asignada
Performance final	Autonomía	—

37. Indicadores cuantitativos del proyecto

- **Participación:** número de participantes involucrados; % que completan el recorrido; número medio de sesiones asistidas.
- **Competencias:** variación media de las puntuaciones pre/post; número de participantes que mejoran al menos una competencia; número de competencias con mejora media.
- **Inclusión:** número de participantes de grupos vulnerables; actividades adaptadas para necesidades específicas; participación en actividades colectivas y en la performance final.
- **Dimensión internacional:** participantes en actividades transnacionales; actividades Italia–España; profesionales involucrados; materiales producidos en los tres idiomas.
- **Difusión:** espectadores del Festival; participantes en eventos divulgativos; organizaciones alcanzadas; descargas/accesos a la metodología; organizaciones interesadas en replicarla.

38. Indicadores cualitativos

Testimonios de los participantes y de los formadores, observaciones de los trabajadores sociales, feedback del público, episodios significativos, ejemplos de cambio individual o de grupo — con especial atención a las **historias de cambio**: situación inicial → experiencia → cambio observado → posible transferencia a la vida cotidiana.

39. Evaluación de la metodología por parte de los formadores

Al finalizar la experimentación, ficha 1–5 sobre: claridad de las instrucciones, facilidad de aplicación, adecuación de los ejercicios, accesibilidad, capacidad de implicación, adecuación de los tiempos, eficacia pedagógica percibida, adaptabilidad a diferentes grupos, utilidad de los instrumentos de evaluación, posibilidad de replicación.

40. Evaluación de la replicabilidad (Replication Test)

Un formador externo, no implicado en el diseño, recibe el manual metodológico, las fichas de los ejercicios, los instrumentos de evaluación y las indicaciones de adaptación; tras aplicar una selección de actividades, evalúa comprensibilidad, autonomía en la aplicación, adecuación de las instrucciones, dificultades encontradas, adaptabilidad a su propio contexto. La información recogida sirve para mejorar la versión final del manual.

41. Criterios de éxito de la metodología

- **Individual:** los participantes muestran una mejora en las competencias identificadas.

- **Relacional:** el grupo muestra una mayor capacidad de colaboración y participación.
- **Artístico:** los participantes adquieren herramientas básicas de la Commedia dell'Arte y de la improvisación.
- **Social:** los participantes experimentan nuevas oportunidades de participación cultural y social.
- **Organizativo:** UBO Teatro y La Sala adquieren una metodología compartida y utilizable.
- **Europeo:** la metodología puede transferirse y adaptarse a otras organizaciones.

42. El sistema de evaluación CDAI (T0–T4)

T0 (antes de la actividad: autoevaluación + observación inicial + recogida de necesidades) → T1 (durante el recorrido: observación + feedback + diario + seguimiento de la participación) → T2 (fin del recorrido: cuestionario final + observación final + feedback) → T3 (Performance/Festival: observación de la participación pública + feedback) → T4 (seguimiento a distancia de semanas/meses sobre el uso de las competencias y la continuidad de la participación).

43. Seguimiento posterior (follow-up)

Tras un periodo acordado (p. ej., tres meses), cuestionario breve: ¿Has utilizado algo de lo que aprendiste durante el taller? ¿Has mantenido relaciones con otros participantes? ¿Has participado en otras actividades culturales? ¿Te sientes más dispuesto/a a probar actividades nuevas? ¿Has utilizado técnicas de comunicación o gestión de emociones aprendidas? ¿Has adquirido mayor confianza en tus capacidades? ¿Te gustaría seguir practicando actividades teatrales?

44. Del dato a la mejora

APLICACIÓN → MEDICIÓN → ANÁLISIS → MODIFICACIÓN → NUEVA APLICACIÓN. Si un ejercicio resulta demasiado complejo, el formador puede: simplificarlo, reducir la duración, introducir una fase preparatoria, modificar el número de participantes, usar un apoyo visual, crear una variante accesible.

45. El resultado final

El proyecto produce: metodología, ejercicios, instrumentos de evaluación, datos de la experimentación, evidencias cualitativas, líneas guía para la replicación — un modelo pedagógico experimentado, evaluado y transferible, no solo un espectáculo teatral.

46. Principio conclusivo

La evaluación CDAI no busca demostrar que el teatro "resuelve" la vulnerabilidad. Busca documentar qué oportunidades de aprendizaje y desarrollo pueden crearse a través de la práctica de la Commedia dell'Arte: **HACER → EXPERIMENTAR → REFLEXIONAR → CAMBIAR → TRANSFERIR.**

Parte IV – Recorrido formativo experimental (programa operativo de 40 horas)

47. Estructura general del recorrido

Recorrido para un grupo de aproximadamente **8–10 adultos vulnerables**, **40 horas** totales orientativas, organizadas en **10 módulos de 4 horas**. Duración modificable según el contexto y los participantes, manteniendo la progresión pedagógica.

Fase	Módulos	Foco
---	---	---
1. Entrar en el grupo	1-2	Confianza, cuerpo, espacio
2. Descubrir el personaje	3-4	Commedia dell'Arte, cuerpo, voz
3. Entrar en relación	5-6	Máscara, emociones, improvisación
4. Crear juntos	7-8	Conflicto, escenas, dramaturgia
5. Compartir	9-10	Performance, público, Festival

Progresión: **YO → YO EN EL ESPACIO → YO CON EL OTRO → YO EN EL GRUPO → YO ANTE EL PÚBLICO**

48. Módulo 1 – Crear el espacio seguro (4h)

Objetivo: crear un grupo cohesionado y establecer las condiciones físicas y emocionales necesarias para el recorrido (conocer a los demás participantes, reducir el miedo al juicio, desarrollar confianza, tomar confianza con el espacio, introducir el trabajo corporal, establecer las reglas del taller).

Actividades: Presentación a través del movimiento; Caminata por el espacio (variaciones de velocidad/dirección/ritmo/nivel/distancia); Espejo (en parejas, guía y sigue, después sin guía); El nombre y el gesto.

Debriefing: "¿Qué significa sentirse parte de un grupo?"

Competencias: escucha, confianza, conciencia corporal, memoria, participación.

49. Módulo 2 – Cuerpo, espacio y ritmo (4h)

Objetivo: desarrollar la conciencia corporal y la capacidad de adaptarse a los demás.

Actividades: El semáforo (órdenes → coordinación sin órdenes); El ritmo del grupo; El cuerpo pesado / el cuerpo ligero; El cuerpo que cuenta (comunicar sin palabras).

Competencias: comunicación no verbal, coordinación, concentración, adaptabilidad, observación.

50. Módulo 3 – Entrar en el mundo de la Commedia dell'Arte (4h)

Objetivo: introducir el patrimonio histórico y artístico (nacimiento, compañías, actores, máscara, guion (canovaccio), improvisación, personajes, relación con el público — parte teórica breve, con imágenes/demostraciones/ejercicios).

Actividades: El personaje a través del cuerpo (Arlequín, Pantalone, Capitán, Doctor, Brighella, Pedrolino).

Pregunta pedagógica: "¿Qué cambia dentro de mí cuando cambia mi forma de caminar?"

Competencias: conciencia cultural, expresividad, creatividad, observación, flexibilidad.

51. Módulo 4 – Construir el personaje (4h)

Cada participante elige progresivamente un personaje (no necesariamente fijo durante todo el recorrido), construido a través de: **CUERPO → VOZ → DESEO → RELACIÓN**.

Ejercicio: el participante entra en el espacio como su personaje; los demás observan y describen lo que perciben; el participante no explica el personaje hasta el final (para verificar cuánto se comunica solo con el cuerpo).

52. Módulo 5 – La máscara (4h)

Momento central del recorrido. El formador introduce la máscara y su significado histórico. Antes de ponérsela, el participante observa forma, características, posible personaje, cualidades expresivas.

Ejercicios: 1) caminar enmascarado en silencio; 2) encuentro entre dos máscaras sin hablar (movimiento, mirada, distancia, ritmo, gestualidad); 3) situación "Quiero algo que tú tienes" — los dos personajes deben encontrar una solución.

Reflexión (sin máscara): ¿Te sentiste diferente? ¿Más libre? ¿Fue más fácil o más difícil comunicarte? ¿Descubriste algo sobre tu forma de relacionarte?

53. Módulo 6 – Emoción e improvisación (4h)

Ejercicio "La emoción camina": emoción → cuerpo → movimiento → voz (no imitar la emoción, observar cómo modifica el cuerpo).

Ejercicio "Cambia de emoción": misma escena, el formador cambia la emoción dominante — cambian voz, cuerpo, ritmo, relación.

Objetivo: comprender que una misma situación admite diferentes respuestas emocionales.

54. Módulo 7 – Improvisación y conflicto (4h)

Ejercicio "Dos deseos": dos personajes con objetivos incompatibles (ej. Pantalone quiere vender / Arlequín quiere conseguir algo sin pagar); después se repite cambiando de estrategia (convencer, escuchar, provocar, negociar, colaborar, cambiar de objetivo).

Reflexión: qué estrategias produjeron escalada, bloqueo, colaboración o solución.

Competencias: gestión del conflicto, resolución de problemas, flexibilidad, escucha, negociación.

55. Módulo 8 – Creación colectiva (4h)

El grupo construye el material para la performance final, partiendo de los ejercicios/improvisaciones anteriores: 1) Personajes; 2) Deseos; 3) Obstáculos; 4) Relaciones (alianzas/conflictos); 5) Situaciones (selección de las improvisaciones más eficaces); 6) Estructura (orden de las escenas, dramaturgia guiada por el formador sin eliminar la creatividad de los participantes).

56. Módulo 9 – Ensayo y performance (4h)

Trabajo sobre: entradas y salidas, tiempos, ritmo, escucha, relación entre escenas, relación con el público, gestión del error.

Principio fundamental: durante los ensayos no se busca la perfección, se busca la capacidad de **continuar incluso cuando algo va de forma diferente a lo previsto** — lo imprevisto como última fase del aprendizaje sobre la improvisación.

57. Módulo 10 – Performance y reflexión (4h)

Presentación pública (el público es parte de la experiencia educativa, no solo espectador). Los participantes experimentan responsabilidad, exposición pública, gestión de la emoción, colaboración, pertenencia, reconocimiento social. Puede incluirse en el **Festival en Valores**.

Después del espectáculo, puesta en común con tres preguntas: "Antes del proyecto yo...", "Durante el proyecto he descubierto...", "Después del proyecto me gustaría..." (material también para la evaluación cualitativa del impacto).

58. La estructura pedagógica de las 40 horas (espiral)

Conocerse → Confiar → Escuchar → Expresarse → Interpretar → Improvisar → Colaborar → Crear → Exponerse → Compartir.

El punto de llegada no es solo la performance, sino la capacidad del participante de reconocer nuevas posibilidades de relación y participación.

59. El "diario de a bordo" CDAI

Para cada sesión, el formador registra: fecha, participantes, actividades realizadas, nivel de participación, dificultades, adaptaciones realizadas, episodios significativos, competencias observadas, eventuales modificaciones necesarias — herramienta para la posterior revisión de la metodología.

60. Adaptaciones del recorrido

El programa de 40 horas no es rígido: el formador puede modificar la duración de los ejercicios, la intensidad física, el número de participantes por grupo, la cantidad de estímulos, la modalidad de comunicación, la complejidad de las consignas, el uso de la máscara, la modalidad de la performance. **El objetivo pedagógico permanece estable, el camino para alcanzarlo puede cambiar.**

61. Resultados esperados del recorrido

Al finalizar las 40 horas, en la medida coherente con el punto de partida de cada uno: mayor conciencia de sí mismo, confianza y autonomía (personales); mayor expresión, escucha y conciencia no verbal (comunicativas); mayor reconocimiento y expresión de las emociones (emocionales); mayor cooperación, apertura y capacidad de afrontar conflictos (sociales); mayor flexibilidad, capacidad de improvisar y encontrar soluciones alternativas (creativas); conocimiento de la Commedia dell'Arte, del patrimonio cultural europeo y mayor apertura intercultural (culturales).

62. Del participante al embajador

Los participantes que completan el recorrido pueden convertirse en **embajadores informales de la metodología** — no formadores automáticamente, pero con la posibilidad de contar su propia experiencia, participar en eventos de difusión, presentar el proyecto, dar testimonio de su recorrido, participar en actividades teatrales posteriores. El beneficiario se convierte así en **portador del resultado del proyecto en su propia comunidad.**

63. Modelo completo CDAI (8 fases)

Seguridad → Conciencia (cuerpo, voz, espacio, emociones) → Identidad (personajes y máscaras) → Relación (escucha, cooperación, conflicto) → Creatividad (improvisación, imprevisto) → Creación (performance colectiva) → Participación (puesta en común con el público) → Transferencia (reconocer y transferir las competencias adquiridas a la vida cotidiana).

64. La metodología en una frase

A través del cuerpo de la Commedia dell'Arte, el participante descubre nuevas formas de expresarse; a través de la máscara experimenta nuevas identidades; a través de la improvisación aprende a gestionar lo imprevisto; a través del grupo desarrolla relación; a través de la performance experimenta participación y reconocimiento social.