



## EL CLOWN COMUNITARIO Y EL BIENESTAR PSICOLÓGICO

Community Clown and Psychological Well-being

NEITH GAMEZ IBARRA, MARÍA OFELIA ORTIZ MANCERA, ADRIANA LENOSKA LEMUS ORTIZ  
Instituto Politécnico Nacional, México

---

### KEYWORDS

Clown  
Community  
Psychological well-being  
Psychosocial processes

---

### ABSTRACT

*This publication intertwines community psychology and clown art to problematize psychological well-being; It arose from giving workshops with participants from cities in the Mexican Republic. The methodology used was the research called: "Participatory Action", to analyze the experiences of 10 years of work in 8 cities of Mexico. As a result, we found that well-being according to Prilleltensky, and cited in Montero (2004): In the sphere of individual needs, there was personal growth; in the relational sphere, the participants showed a commitment to the community, in the collective needs, by de-dramatizing the communities' environments, they created a strengthening process.*

---

### PALABRAS CLAVE

Clown  
Comunidad  
Bienestar psicológico  
Procesos psicosociales

---

### RESUMEN

*La presente publicación entrelaza la psicología comunitaria y el arte clown para problematizar el bienestar psicológico; surgió de impartir talleres con participantes de 8 ciudades en México; la metodología utilizada fue la investigación "Acción participativa", para analizar las experiencias de 10 años de trabajo. Como resultado, se encontró que el bienestar psicológico de acuerdo con Prilleltensky, citado en Montero (2004), En la esfera de necesidades individuales, hubo un crecimiento personal; en la esfera relacional, los participantes mostraron un compromiso con la comunidad, en las necesidades colectivas, al desdramatizar los ambientes de las comunidades generaron un proceso de fortalecimiento.*

Recibido: 17/ 02 / 2020  
Aceptado: 23/ 06 / 2022

## 1. Introducción

Las desventajas sociales existen dada la desigualdad social que genera el modelo capitalista en el que estamos inmersos y que impacta significativamente a una gran parte de la población de México. Es claro que estas desventajas generan desajustes a nivel social y económico; esto propicia problemáticas psicosociales tales como miedo, soledad, tristeza, desesperanza y depresión, lo cual, a su vez, ocasiona un deterioro en la estabilidad emocional.

Sánchez (2011) menciona que las desventajas son de índole social y ambiental, y las define a partir de «la comprensión de las desigualdades frente a riesgos tanto sociales como ambientales y sus efectos a distintas escalas espaciales, desde una local y micro a otra global y macro» (p.154).

Para esta investigación, nos referiremos sólo a las desventajas sociales; éstas incluyen conceptos que merman el bienestar con los que frecuentemente se describen diversas situaciones por las que pasan las familias mexicanas, como pobreza extrema, violencia e inseguridad. En décadas recientes, las políticas gubernamentales no han tenido impacto y las ayudas económicas destinadas a apaciguar las contingencias, que de por sí no son suficientes, crecen a menor ritmo de lo deseado, planteando enormes dudas sobre el cómo enfrentar las necesidades de crisis actuales, (Chambers, 2006) y promover el desarrollo del bienestar psicológico.

Nelson y Prilleltensky (2004) describen cómo el bienestar psicológico proviene de la interacción entre los factores personales, relacionales y colectivos, los cuales trabajan en sinergia para generar una experiencia de bienestar emocional.

El bienestar personal hace referencia a la autoestima, dominio, control y esperanza; el bienestar relacional al afecto, cuidado, compasión, vinculación y apoyo; y por último el bienestar colectivo, al acceso a servicios de salud, redes de seguridad e igualdad, entre otras.

El bienestar y la felicidad son elementos que contribuyen en el desarrollo socioemocional; la gente consigue ser feliz y estar bien con aparentemente muy poco mientras la felicidad vista como bienestar social implica una responsabilidad, ya que considera una serie de factores que al parecer corresponden a otra naturaleza pero que están relacionados entre sí.

Arés Muzio (2018) menciona que cada época y contexto ha hecho depender el ser feliz de factores y discursos diferentes; estos *discursos de felicidad* contribuyen a la construcción del imaginario social desde donde las personas miden su propia felicidad. En este sentido, el sistema capitalista ha generado discursos basados en la competencia para lograr el tan deseado «éxito que llevará al sujeto a la felicidad» (p.103)

### 1.1. Depresión y capitalismo (personal y social)

Desde la psiquiatría hegemónica, se ve a la depresión desde un punto de vista solo biológico, individualista, ahistórico y asocial; la depresión va a consistir en una alteración bioquímica en el cerebro, como es el desequilibrio de los neurotransmisores serotonina y norepinefrina (Tellez Vargas, 2000) y no es casual que en y sus consecuencias, como el suicidio, se hayan convertido en una de las enfermedades del siglo XXI y una de las principales causas de defunción, en particular para un amplio sector de la juventud, ya trabajadora o que lo será en el futuro próximo, lo cual ocurre aparentemente por ver coartadas sus expectativas de vida digna.

El suicidio es un problema de salud pública, en México, ya que se registró en el 2020 en comparación con el año anterior, según datos del Instituto Nacional de Geografía y Estadística (INEGI), que del millón 69 mil 301 fallecimientos registrados en 2020, un total de 7 mil 818 fueron de personas que se quitaron la vida por propia mano, esto es, un 0.7% de todos los decesos y una tasa de tasa de suicidio de 6.2 por cada 100 mil habitantes, superior a la registrada en 2019 que fue de 5.6 y la población de 18 a 29 años presenta la tasa de suicidio más alta: 10.7 decesos por cada 100 mil personas, seguida del grupo de 30 a 59 años, con 7.4 fallecimientos por cada 100 mil (INEGI, 2022).

Dicho lo anterior, conviene subrayar que la depresión tiene múltiples factores, no se puede generalizar, ya que depende de cada sujeto, cada historia familiar y psíquica; no obstante, el factor psicosocial es un hecho en su desencadenamiento y permanencia. Fernández (2012) dice que

no se puede aislar el contexto social actual que deja a los jóvenes sin posibilidad de planificación a futuro como lo han hecho las economías neoliberales que instituyen en la subjetividad una fractura en la esperanza colectiva y esto corresponde a toda una estrategia biopolítica de vulnerabilización. (p.20)

Es por lo anterior que, como lo dice Prilleltensky (2004), hablar de un bienestar psicológico desde la esfera personal en un modelo económico que no permite la esperanza colectiva y al que no le interesa atender el trastorno depresivo ni su brutal aumento, parece ser más bien un síntoma de época que refleja la poca esperanza hacia el futuro, generada por las condiciones cada vez más insostenibles para la clase trabajadora. No es de sorprenderse que este sector sienta desesperanza y tienda hacia una depresión crónica.

### **1.2. El cuidado entre humanos (relacionales-colectivos)**

Con respecto a los factores relacionales, observamos que hay un serio problema en la educación cívica colectiva que cotidianamente ha sido excluida de nuestro ser y actuar; en efecto, se ha dejado de promover la empatía y el cuidar-nos.

De acuerdo con el *Diccionario de la Lengua Española de la Real Academia Española* (2001), el *cuidado* se define en primera instancia como la acción de ser diligente, poner atención y solicitud en la ejecución de algo; sin embargo, la segunda definición es «asistir, guardar, conservar» (Real Academia Española, s.f., definición 2) y en ésta es que nos enfocaremos, porque el cuidado no es sólo una acción.

Jaak Panksepp (como se citó en Eisenberger, 2013), quien acuñó el término *neurociencia afectiva* como el estudio de los mecanismos cerebrales de la emoción, define *cuidado* como uno de los siete sistemas emocionales primarios positivos. Se ha comprobado que los mamíferos somos seres con una orientación hacia lo social y nuestras emociones están al servicio de ello.

Específicamente, el sistema de cuidado consiste en la motivación de nutrir/criar a nuestra prole para preservar su integridad física, cosa que nos sirve en términos evolutivos porque si la supervivencia depende de la alimentación a través de otro cuerpo, es necesario que se desarrolle un sistema de unión que evite la separación. Aunque se activa principalmente en las madres, puede ponerse en acción en cualquiera que ejerza una conducta de cuidado. El propio Panksepp (como se citó en Davis, 2019) ha comprobado que al poner en marcha estas conductas con la pareja, las mascotas y los hijos, se activan neuromoduladores; (los neuromoduladores están formados por dos o más sustancias neuroactivas que pueden estar en una misma terminal nerviosa y funcionan como neurotransmisor e intervienen en la inter comunicación entre células nerviosas, las endorfinas, encefalinas y dinorfinas son neurotransmisores opioides producidos en el sistema nervioso central como moduladores del dolor, reproducción, temperatura corporal, hambre y funciones reproductivas), que generan una sensación de bienestar.

Aquí cabe formular el siguiente cuestionamiento: ¿por qué se está perdiendo este factor relacional? La respuesta es: por el discurso de un modelo económico donde, por un lado, se educan a las personas en el individualismo, mientras que por el otro, los cuerpos mediáticos bombardean con mensajes sobre cómo lograr la realización individual a costa del cuidado de otros. Podría ser incluso que el discurso tenga que ver con que se trata de un trabajo desvalorizado que suele confundirse con servidumbre, por tanto se asume que la tarea concierne únicamente a las mujeres; pareciera que el trabajo remunerado es más importante que cuidar o cuidarnos debido a que persigue un modelo capitalista patriarcal, mientras que, como sociedad, nos está haciendo mucha más falta cuidarnos. Toca poner atención en la manera en que nos cuidamos a nosotros mismos y a los demás, y los recursos con los que lo hacemos.

### **1.3. Los factores colectivos (personal, relacional y colectivo)**

Los espacios públicos y privados son impactados por la nueva reestructuración social y económica que estamos viviendo. Los espacios públicos tradicionales son reemplazados cada vez más por espacios construidos y poseídos por entidades privadas, pero con subsidios públicos (Bauman, 2002). Los espacios públicos son de consumo y se encuentran muy lejos de los espacios públicos en los que pasear, oír música, platicar, conocerse y encontrarse era lo más importante.

Ahora en esos espacios no se intercambian saberes, ni experiencias, ni relatos cotidianos que resocialicen los comportamientos individuales y colectivos, sino que se busca controlar los impulsos de los seres humanos y guiarlos al consumo de lo que se expende, evitando así lo imprevisible y lo contingente que pueda desviar el sentido de un espacio comercial (Bauman, 2002). Esto es complejo porque al no haber desarrollo económico y en lugar de tener opciones de desarrollo personal, lo que se tiene es la presión social del consumo, se generan subjetividades desvaloradas.

Por dar algunas cifras, en México el 43.6% de la población está en situación de pobreza, lo que significa que 4 de cada 10 habitantes tiene esta condición. Además, de los 53.4 millones de personas pobres que hay en el país, otros 9.4 millones están en pobreza extrema, ello de acuerdo con el Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social (CONEVAL, 2018).

Por lo anterior, hablar de la distribución de los bienes sociales en el país deja visualizar una mayor brecha de desigualdad social a partir de la cual las poblaciones trabajan más y obtienen menos, generando una frustración constante que se ve reflejada en el individualismo, la violencia, la indiferencia y el no hacer comunidad como un elemento importante y trascendente para lograr el bienestar.

#### **1.4. Bienestar psicológico y la felicidad**

Ante este panorama, hablar de la dinámica que se mencionó al inicio con Prilleltensky (2004) respecto a las tres esferas del bienestar, nos invita a intuir que la interacción entre éstas se está modificando de tal forma que no nos permite ver que el auto-reporte de la felicidad y el bienestar está mediado por las ofertas que da el modelo capitalista en el que nos encontramos inmersos, lo cual convierte a la felicidad, como diría Arés Muzio (2018), en un «mandato social» (p.128).

Dicho mandato social está ligado íntimamente a la miopía que es invitada a juzgar e invisibiliza conductas, ideas, motivaciones y emociones que son el ejercicio de libertad y justicia que tienen los seres humanos y que es sancionado con la posibilidad de evidenciar que se ven disminuidos al verse arrojados en la cotidianidad de las grandes urbes.

Hablar del *clown* como herramienta para impulsar el bienestar es empezar a mirar el mundo con otra lógica: la lógica del juego, la lógica del amor, la mirada del niño que habita dentro de sí mismo. En otras palabras, el *clown* rompe con la inercia de la miopía social que es invitada a juzgar e invisibilizar. El *clown* incita a desarrollar en las personas habilidades creativas personales y de socialización, recuperando con esto la sensibilidad, el poder mirar a los seres vivos, las cosas, el sentido de la libertad y la justicia.

El *clown* se reconoce como una técnica de teatro basado en la risa donde el participante asume un personaje usando sólo la nariz roja que le permite expresar emociones, sentimientos y acciones, y le permite también confrontar a las demás personas con su realidad de manera juguetona, vulnerable, espontánea, libre y creativa, comunicando humor y verdad.

Jara Fernández (2000) afirma que

el *clown* es alguien que vive, siente y reacciona de todas las maneras que una persona puede registrar en cualquiera de sus fases vitales: infancia, adolescencia, madurez, vejez... Se diferencia de un personaje teatral en que éste está acotado por toda una serie de características y relaciones dadas por el autor, el director, los creadores, la dramaturgia o los otros personajes. Por el contrario, el *clown* sólo tiene como referencia aproximada a cada uno de nosotros cuando nos deslizamos hacia ese otro yo que es nuestro *clown*. Se podría decir que en el *clown* encontramos nuestro mejor otro yo, aquel que es más sincero, primario, apasionado y transparente. (p.20)

Relacionando las esferas del bienestar (Prilleltensky, 2004) con la poética del *clown* (Jara Fernández, 2000) podemos observar por qué el *clown* favorece el bienestar:

Prilleltensky (2004) refiere el bienestar personal a la autoestima, dominio, control, esperanza; en este sentido, Jara Fernández (2000) nos explica que de entre todas las emociones que habitan en un *clown*, una es imprescindible: la ternura. En el registro emocional de un *clown*, éste puede pasar de un estado a otro con la misma rapidez con que lo sienta dentro de sí; el *clown* no es consciente de exagerar. Si lo hace, es debido a su apasionamiento, que le hace creer en la veracidad de su exageración; el *clown* tiene una buena autoestima. Cree en su inteligencia, aun cuando ésta lo traicione, lo cual ocurre con bastante frecuencia.

Por otra parte, Prilleltensky (2004) especifica bienestar relacional como afecto, cuidado, compasión, vinculación y apoyo; para Jara Fernández (2000), el *clown* es y siempre debe ser auténtico; el *clown* es sincero y espontáneo; la mirada del *clown* es un espejo a través del cual vemos su interior y nuestro reflejo en él; el *clown* es transparente. Sus intenciones se ven, incluso cuando intenta engañar;

el *clown* es complejo, es decir, está compuesto de multitud de elementos que conforman los múltiples rasgos de su personalidad, lo cual le confiere una gran riqueza, expresiva y personal.

Por último, respecto al bienestar colectivo, Prilleltensky (2004) lo precisa como el acceso a servicios de salud, redes de seguridad e igualdad, entre otras. En este sentido, nos detendremos en las redes de seguridad, ya que para Jara Fernández (2000) el *clown* es curioso ante el mundo que le rodea; el *clown* no busca problemas; se los encuentra... constantemente; el *clown* no busca provocar la risa, sino que ésta se produce como consecuencia del choque entre su espíritu y su lógica, por un lado, y los de la sociedad y los demás, por otro.

Mirar el mundo con otra lógica nos permite entonces empezar a romper con los paradigmas impuestos, lo cual genera sentimientos de libertad y de justicia. El hecho de impulsar procesos personales por medio de esta herramienta favorece el fortalecimiento de la autoestima. *Liberadora* es la palabra que utilizan las personas después de tomar un taller de *clown* comunitario; esto nos habla de cómo repensar o problematizar la lógica con la que el sistema capitalista nos guía y dicta nuestro comportamiento.

Asimismo, el *clown* re-significa el concepto de *ayudar*, apoyar a los otros y animarlos para lograr los objetivos tanto individuales como colectivos, pues el propósito es juntos fortalecer una comunidad en desventaja social, con el fin de poder contribuir con ella en su fortalecimiento.

### **1.5. El *clown* y la comunidad**

El *clown* comunitario -así lo denominaremos en este artículo- es aquel que realiza su actividad artística en lugares como hospitales o comunidades con desventajas sociales, en zonas de emergencia y en campos de refugiados de todo el mundo; su propósito es desdramatizar ambientes (problematizarlos), promover la salud por medio de la alegría y la armonía, generando así una relación auténtica y verdadera entre las comunidades o población con desventaja social y el *clown*. Este trabajo se realiza a partir de formar agentes artísticos dedicados a la construcción, búsqueda y creación de espacios de juego cooperativo, cómico, poético para compartir con el público el objetivo de llegar a conseguir la implicación de la comunidad (Ros Clemente, 2015).

Explicaremos la actividad del *clown* comunitario a partir del trabajo que realiza Montero (2004), por medio de procesos psicosociales que son «las cogniciones, emociones y motivaciones que influyen en las relaciones sociales de las personas y a su vez están influidos por las circunstancias sociales» (p. 123).

Estos procesos constituyen el eje del trabajo comunitario ya que afectan a los individuos, pero sobre todo a las relaciones mediante las cuales las personas se construyen a sí mismas y construyen su mundo.

El *clown* es una herramienta que ayuda a los participantes a vivenciar e identificar los procesos psicosociales y el estado de bienestar propio y de la comunidad con la que trabajan.

Los procesos psicosociales son siete; los primeros tres hacen referencia a la invisibilización de los fenómenos o problemas y son: la habituación, naturalización y familiarización; y los otros cuatro se refieren a la visibilización y son la problematización, desnaturalización, concientización y desideologización (Montero, 2004).

La habituación constituye una conducta estructurante, que a la vez es estructurada; es decir, constituye un patrón de comportamiento establecido y estable que produce sistematización de patrones conductuales, dicho patrón se ajusta, paralelamente, a constituir una respuesta socialmente codificada y esperada.

Por ejemplo, lo que se espera de un *clown* es que nos haga reír, según Jara Fernández (2000), «la mirada del *clown* es un espejo a través del cual vemos su interior y nuestro reflejo en él [...] Sus intenciones se ven, incluso cuando intenta engañar» (p.73). Según Enríquez (2015), «con la nariz de payaso soy yo mismo, amplificado al punto de ser también quienes me miran» (p. / párr.); esto rompe con el concepto habitual de un *clown* y lo curioso es que el público se ríe de sí mismo sin darse cuenta, lo que hace una conducta habituada donde se tiende a reproducir las estructuras sociales objetivas (es decir se ríe del *clown*), de las cuales es el efecto al mismo tiempo que mantiene los patrones existentes.

La familiarización y naturalización son procesos que hacen que lo extraño se acerque a lo conocido mediante los mecanismos de clasificación, categorización, etiquetamiento, denominación y explicación; estos, sujetos a una lógica específica, permiten asumir lo extraño haciéndolo familiar, es

decir, indica a lo ya conocido, que eso extraño pasa a ser familiar y que se asemeja a lo sabido. En este sentido tomaremos el siguiente fragmento de una reflexión que hace Enríquez (2015):

Con la nariz de payaso soy yo mismo, amplificado al punto de ser también quienes me miran. Con la nariz de payaso, aún inmóvil, soy entretenido. Para enfrentarse al público los payasos entrenan años. Sin embargo, la nariz de payaso nueva, recién sacada del paquete y sin estrenar, tiene ya completo su poder. El poder del payaso no se reduce a llevar una nariz roja, pero el poder de la nariz roja es independiente al poder del payaso. Mi nariz es de payaso, aunque yo no lo sea. (p. 45)

Es interesante observar cómo el conocimiento previo que la sociedad tiene de una nariz roja, ese plástico rojo o máscara pequeña, el poder que se le da es una cadena de acontecimientos cognitivos que lleva a *anclar* el conocimiento así estructurado, al conocimiento ya habido, «objetivándolo». Esta última condición, según Moscovici (1999), «satura el concepto no familiar con la realidad, transformándolo en un bloque constructor de la misma realidad» (p. 39).

Lo mismo ocurre cuando revisamos la poética del *clown* de Jara Fernández (2000), quien nos dice en el apartado de su relación con el exterior que: «El *clown* no busca problemas. Se los encuentra constantemente y ello le moviliza. El *clown* no pretende divertir, sino divertirse. No busca hacer reír sino el cariño del público» (p. 74).

Se naturaliza la imagen del *clown* como un sujeto de nariz roja que hace reír, pero al mirar detalladamente se puede observar que este proceso de carácter cognoscitivo es guiado por los agentes externos e internos ya establecidos por la cultura de lo que simboliza un *clown*, donde lo más importante en apariencia es el humor, pero en esencia para lograrlo él debe buscar problemas, para moverse, divertirse, encontrarse con el cariño del público y al último «la risa pero como consecuencia del choque entre el espíritu y la lógica del clown por un lado, y los de la sociedad y los demás, por otro» (Jara Fernández, 2000, p. 74).

El arte *clown* retoma los procesos psicosociales que visibilizan justo como la herramienta que coadyuva con la comunidad en el proceso de fortalecimiento, haciendo ver de una forma empática la problematización, desnaturalización, concientización y desideologización de situaciones que antes nunca se habían cuestionado en la comunidad.

El concepto de problematización es introducido por Freire en 1970, que consiste en el proceso de analizar críticamente al ser en el mundo «en el qué y con el qué se está interactuando constantemente» (citado en Montero, 2004, p.125) al ser el *clown* un ser mágico con una carga emocional ya definida históricamente, y ser introducido en situaciones no comunes (hospitales, comunidades, refugios, zonas de desastre) se convierte en un perfecto agente problematizador (desdramatizador) que invita a reflexionar en dos niveles a nivel personal —cómo estoy yo— y a nivel comunidad —qué sucede aquí—, permitiendo la movilidad del conocimiento como lo menciona Montero (2004). El desnaturalizar y el problematizar es de carácter esencial y natural adjudicado a ciertos hechos o relaciones, se revelan a sus contradicciones, así como su carácter ligado a intereses sociales o políticos y sus limitaciones respecto a la capacidad de avanzar o de superar situaciones negativas o limitantes.

En este sentido, la concientización se entiende como el proceso de movilización de la conciencia, de carácter liberador respecto a situaciones, hechos o relaciones, causas y efectos hasta ese momento ignorados o inadvertidos; el *clown* juega un papel importante porque incide de una manera tal que los sujetos de ese proceso consideran positiva (Barreiro, 1974).

Lo interesante en esta investigación es que se ha trabajado en los tres niveles de desarrollo de bienestar que nos menciona Prilleltlesky (2004), haciendo visibles las problemáticas a nivel individual, interrelacional y colectivo, que los participantes visibilizaron en cada una de sus comunidades pertenecientes a los Estados de Baja California, Chiapas y Sinaloa, Ciudad de México.

Para hacer visibles las problemáticas presentadas en las distintas comunidades con las que se ha trabajado, se ha utilizado el *clown* comunitario como herramienta lúdica mediante la implementación de talleres que facilitan el poner a la luz la potencialidad de cada participante, partiendo de las premisas: «tus defectos se convierten en virtudes» y «sacar la mejor versión de ti mismo». Desde esta perspectiva, el *clown* es un estado potencial, un arte de permitirse sacar el máximo de cada persona, sin juicios. A su vez, es un personaje humilde, valiente, inocente; va del corazón a la acción, es transparente, nos ayuda a avanzar. Es un trabajo en el que se van rompiendo las barreras, las

resistencias, disminuyendo los juicios, abriendo la mente para que cada persona se conecte con su naturaleza, y consiga entrar en un estado de des-inhibición, disfrute del juego y creación.

## 2. Metodología

Se utilizó la metodología de la investigación-acción participante, enfoque que representa una «ruptura metodológica» con las perspectivas distributiva (cuantitativa) y estructural (cualitativa) definida por Jesús Ibáñez (como se citó en Pereda, 2015) como perspectiva dialéctica (implicativa) que facilita los procesos colectivos de reflexión-acción.

La Investigación Acción Participante (IAP) realiza un esfuerzo por integrar la participación (la vida en la sociedad y democracia), la acción (compromiso con la experiencia y la historia), e investigación (solidez en el pensamiento y el desarrollo del conocimiento) (Chevalier y Buckles, 2013).

La técnica que se utilizó fue el análisis del discurso en los testimonios recabados a lo largo de 10 años de experiencia en hospitales por medio de las organizaciones Sonríe Chiapas A.C., en el Estado de Chiapas, y Risaterapia A.C. en Mazatlán, Estado de Sinaloa; en comunidades por medio de la organización Vivir Sonriendo Tijuana en Baja California y en el ámbito académico, en la Ciudad de México en el IPN CICS UST con los alumnos de la Unidad de Aprendizaje Psicología Comunitaria implementada en tres periodos parciales consecutivos.

Todos los testimonios derivan de la aplicación de los talleres de *clown* comunitario y hospitalario como metodología de fortalecimiento que articula la *convergencia lúdica* —que se define como la interrelación del arte *clown*, la escucha efectiva y afectiva, la sensibilización, la improvisación y el juego cooperativo como detonador— con la praxis de la psicología comunitaria, organizada en una pedagogía que problematiza los factores psicosociales; apuntado a generar mediante el aprendizaje el desarrollo integral de las personas e incorpora nuevas formas de vinculación comunitaria, así como la utilización positiva del tiempo libre, facilitando experiencias que sirven de metáfora de la vida cotidiana.

## 3. Análisis y discusión de hallazgos

### 3.1. «La primera obligación de todo ser humano es ser feliz ...» (Moreno Cantinflas, mediante, s.f.)

En este proceso de reflexión-acción se retomaron los testimonios que a continuación se analizarán; escuchamos cómo el taller ha impactado en el bienestar personal de los participantes ya que este ha contribuido a la desnaturalización y problematización del *ridículo* o *fracaso*, concepto que ha sido naturalizado por el entorno social como «un adjetivo que provoca risa o burla por resultar muy extraño, grotesco, extravagante» (Real Academia de la Lengua Española, 2001, p.1.); este concepto ha variado con el tiempo y con las sociedades. Para Foucault (1979/1990), el poder controla los espacios, los comportamientos y está encaminado a la producción de sujetos, volviendo a los cuerpos metáforas de ese poder y haciendo de la disciplina en las instituciones de encierro (cárceles, hospitales, escuelas...) una tecnología de gestión de la población, donde el poder produce realidad, ámbitos de objetos y rituales de verdad.

En este sentido, Alemán (citado en Zubillaga, 2018) nos habla de que este poder nos envuelve en una lógica de rendimiento ilimitado, de sujetos arrojados a una situación que los desborda, que está más allá de sí mismos y de sus posibilidades, lo que ha generado en las personas una depresión, entendida como una patología de la responsabilidad, una patología del sujeto que se hace cargo de no haber cumplido, de no estar a la altura de sus exigencias, ya que no hacerlo es hacer el ridículo en una sociedad en extremo exigente.

Pero para el *clown*, ¿qué es el fracaso? Más allá de los prejuicios y las normas, el fracaso de un *clown* es oponer resistencia al valor de la jerarquía, porque reduce a todos a lo mismo: «a simples personas [que están] en un estado latente de vulnerabilidad» (Diz Reboledo, 2011, p. 163). En su camino no huye de tropezones, golpes o cicatrices, sino que trata de hacer del fracaso un éxito, de encajar y aprender del error y, pese a las continuas derrotas, seguir caminando.

Para mí fue un proceso que al principio la verdad me costó mucho trabajo, porque no sentía que fuera algo parte de mí, estar haciendo el ridículo, pero en el momento que decidí apagar el mono

ya fue algo diferente, me di la oportunidad... (K. Rodríguez, comunicación personal, noviembre de 2017)

Al principio fue muy difícil, no me agradaba para nada la idea, no me consideraba capaz de hacer el ridículo para alguien más, después fui aprendiendo que no se trataba de hacer el ridículo o de exponerme nada más por exponerme sino se trataba de ponerme en un nivel igual al otro aprender de él y también aprender de mí misma... (V. Hernández, comunicación personal, noviembre de 2017)

Será entonces en esos estados-límite, cuando el individuo aparezca desprotegido para el resto, y es cuando aparecerá lo cómico generando en esta circunstancia un proceso de auto aceptación donde se realiza una valoración positiva de sí y de su historia.

«A mí me sirvió para darme la oportunidad de “hacer el ridículo” sí así lo queremos ver... descuadrar un poco mi mente para poder interactuar con el otro... me permitió ser más sensible conmigo...». (S. Domínguez, comunicación personal, noviembre de 2018)

«...con la sensibilización yo empecé a hablar menos y a escuchar más, esto me trajo menos conflictos y más tranquilidad en cuanto al *clown*; el perder el miedo al fracaso me ha traído confianza y seguridad...». (S. Domínguez, comunicación personal, noviembre de 2018)

Pero ¿por qué habrían de perder el miedo al ridículo o fracaso? Para esto Alemán (citado en Zubillaga, 2018) nos plantea que existe un tipo de subjetividad que se denomina *empresario de sí mismo*, como alguien que piensa, gestiona y organiza su vida, la relación consigo mismo y con los otros, como una empresa de rendimiento, esto es, una subjetividad que concibe la vida bajo una performance —de sexualidad, deporte y trabajo— donde priman las lógicas empresariales de rendimiento, optimización de recursos y competencia, lo cual confronta al sujeto con una exigencia frente a la cual no da la talla y siempre está endeudado. Esto explicaría el por qué la mayoría de los participantes cuentan que después del taller se han sentido más seguros de sí, por ejemplo:

«...para mí fue aumentar mi seguridad que tenía hacia mí y cómo la demostraba hacia mis compañeros...». (A. Vargas, comunicación personal, octubre de 2017)

«...Me ayudó de alguna forma a superarme a mí misma y poder expresarme sin temor al qué dirán los demás y de alguna forma me hizo sentir más feliz conmigo misma...». (D. Rosales, comunicación personal, octubre de 2017)

...el impacto que tuvo más grande en mi vida fue la confianza que tuve al pasar enfrente de mis compañeros, ya que para mí era muy complicado poder expresarme y poder hablar en público, y el hecho de tener que pasar y hacer cosas que te ridiculizan, estar en un punto de vulnerabilidad hace que estar en otro momento como ahora que daré mi clase en docencia pueda tener más confianza en compartir los conocimientos que ya adquirí... tal vez es la confianza que he tenido para desenvolverme... (A. Solís, comunicación personal, septiembre de 2017)

Esto muestra cómo los participantes han problematizado y desnaturalizado la exigencia frente a la cual consideraban «no dar la talla», disminuyendo así esa presión social donde el auto-reporte de la felicidad y el bienestar que está mediado por las ofertas que da el modelo capitalista se rompe y da paso a la felicidad y el bienestar como un «mandato social» (Arés Muzio, 2018, p.128).

### **3.2. «... La segunda obligación de todo ser humano es hacer feliz a los demás» (Moreno Cantinflas, comediante, s.f.)**

Esta segunda fase la dividiremos en dos momentos para su análisis, tomando como primera referencia a la tercera esfera del bienestar psicológico, que es la comunidad, y para finalizar la segunda, que es el trabajo interpersonal por así manifestarlo en sus testimonios los participantes, lo cual nos habla de un dinamismo de las tres esferas en las comunidades.

## **4. Esfera comunidad**



La *comunidad* es un término polisémico, complejo y confuso; para Montero (1998) la comunidad es

un grupo social dinámico, histórico y culturalmente constituido y desarrollado, preexistente a la presencia de los investigadores o de los interventores sociales, que comparte intereses, objetivos, necesidades y problemas, en un espacio y un tiempo determinados y que genera colectivamente una identidad, así como formas organizativas, desarrollando y empleando recursos para lograr sus fines. (p. 95)

De acuerdo con esta definición se encontró que los participantes manifestaron que al concluir el taller lo más importante fue generar una identidad colectiva; es decir, hacer comunidad:

Lo más importante que me ha dejado el taller es la amistad de las personas que conocí ahí, es un taller en el cual uno se abre y dice «esto es lo que soy» y no solamente uno hace eso, sino las demás personas también lo hacen y eso genera un vínculo muy fuerte; para mí es la parte más valiosa y eso, el hecho de sentirte parte de un grupo, te da una gran satisfacción. (S. Domínguez, comunicación personal, noviembre de 2018)

En este testimonio encontramos que el taller se vivió en un espacio público que les permitió pasear, oír música, platicar, conocerse; un espacio donde encontrarse era lo más importante rompiendo con la inercia de que los espacios están diseñados para el consumo y no para intercambiar saberes, ni experiencias, ni relatos cotidianos que resocialicen los comportamientos individuales y colectivos Bauman (2000), lo que evidentemente se vuelve un peso no consiente para los sujetos y el hecho de problematizarlo hace que, el «sujeto sujetado» se vuelva un «sujeto en proceso», en expresión de Jesús Ibáñez (como se citó en Pereda, 2015).

...en lo personal puedo decirte que es un descubrimiento que nos puede llevar a crecer desde el interior para compartir a la comunidad...en tu entorno y en tu comunidad; gracias a esto en ocho años hemos creado nuestra Asociación Civil Vivir Sonriendo, aplicando el *clown* comunitario... (P. Salcedo, comunicación personal, noviembre de 2007)

...para mi fundar sonríe Chiapas fue un regalo, ya que tener la oportunidad de poder llevarme la sonrisa de los niños es una satisfacción muy grande y por eso decidimos continuar con Sonríe... es dejar un legado a la comunidad. (P. Courtois, comunicación personal, 2018)

En estos últimos testimonios observamos y rescatamos el dinamismo social, histórico y culturalmente de las comunidades al grado tal que se generaron procesos de organización, al compartir intereses, objetivos, necesidades y problemas, en un espacio y un tiempo determinados y que genera colectivamente la identidad de Vivir Sonriendo A.C. y Sonríe Chiapas.

## 5. Esfera interpersonal

Al ser *clown* una herramienta que impulsa el bienestar es la invitación a mirar el mundo con otra lógica: la lógica del juego, la lógica del amor que, efectivamente, rompe con la inercia de la miopía social que invita a juzgar y juzgarse, lo cual modifica el auto-reporte de la felicidad y el bienestar, y se enfoca a visibilizar conductas, ideas, motivaciones y emociones que son el ejercicio de libertad y justicia que tienen los seres humanos.

Desde la neurociencia afectiva de Jaak Panksepp (citado en Eisenberger, 2013) se observa que efectivamente los participantes tienen una orientación hacia lo social y sus emociones están al servicio de ello:

...entregar mi amor, mi humanidad a personas que no, que posiblemente nunca más voy a volver a ver y hacer ese cambio de vibras y de actitud en todas las personas del hospital, de la sala de espera, del estacionamiento del hospital, créanme es algo que los llena mucho, es algo que nosotros vamos a hacer risoterapia, pero créanme que nosotros, hay veces que nosotros salimos más sanados después de una visita... (C. Vera, comunicación personal, 2011)

En este sentido, hablar del discurso del cuidado como un acto desvalorizado pareciera romperse para reconstruir un nuevo significado; toca poner atención en la sociedad, ya que está haciendo mucha

falta crear una red social del cuidado. «... esta nariz nos acerca más al otro y sin duda ser un *clown* hospitalario ha sido un regalo para la vida...» (R. Morales, comunicación personal, 2007).

Es interesante observar el sistema de cuidado con el que juega el *clown*, ya que busca mediante el humor promover la motivación y el interés por estar juntos generando una sensación de bienestar que activan los distintos neuromoduladores (oxitocina, prolactina, dopamina y opioides).

## 6. Conclusiones

Según Prilleltensky (2004), el bienestar se genera a partir de la sinergia entre los tres dominios y esta sinergia nos invita a analizar la perspectiva dialéctica que se da en el proceso colectivo de reflexión y acción en las poblaciones, permitiéndonos concluir que:

En las necesidades individuales, el crecimiento personal fue generalizado y muchos de los participantes lo mencionan *hasta liberador*, generando un proceso de reflexión que les permitió experimentar y comparar esa sensación liberadora.

En las necesidades colectivas, la mayoría de los participantes se sintieron identificados con su grupo y en algunos casos reportan compromiso para continuar con su voluntariado; más aún, en dos estados —Chiapas y Baja California— se observó la creación de sus propias organizaciones como una necesidad de compartir lo que vivieron, lo cual nos permite observar un proceso de acción que genera una propuesta de organización al menos en dos estados de la república mexicana.

En las necesidades relacionales, la reacción de los espectadores al recibir el fortalecimiento de los participantes mediante las visitas a los hospitales o el realizar actividades lúdicas cooperativas en las comunidades, fue recibida como: «una gota fresca que alivió nuestra angustia» (T. Chis.); «es como que llenaran el hospital de colores» (T. Mazatlán); «verlos jugar, cantar, reír me relajó, voy a casa con otra actitud» (T. Tijuana). Aquí vemos como el *clown* actúa como un perfecto agente problematizador (desdramatizador) que invita a reflexionar a la población en los dos niveles ya mencionados: a nivel personal, *cómo estoy yo* y a nivel comunidad, *qué sucede aquí*, lo cual permite la movilidad del conocimiento como lo menciona Montero (2004). Se observan en esta esfera ambos procesos dialécticos: la reflexión y la acción.

Para finalizar, nos parece trascendente concluir que la risa con el otro es una práctica corporal de libertad y, por lo mismo, de resistencia al modelo hostil en el que estamos inmersos, pero también es una invitación a conocernos y conocer al otro, para vivir en comunidad y pensar en la posibilidad de un porvenir distinto.

## Referencias

- Arés Muzio, P. (2018). *Individuo Familia Sociedad, El desafío de ser feliz*. Editorial Caminos.
- Bauman, Z. (2002). *Modernidad Líquida*. Fondo de cultura económica.
- Botella, L. y Figueras, S. (2014) Introducción: Psicología y Pensamiento Posmoderno. *ResearchGate*. <https://bit.ly/3ngPzt4>
- Chambers, R. (2006). Vulnerability, coping and policy. *IDS Bulletin*, 37(4), Institute of Development Studies, University of Sussex.
- CONEVAL (2018) <https://www.coneval.org.mx/Medicion/Paginas/Pobrezalncio.aspx>
- Davis, K., & Montag, C. (2019). Selected principles of Pankseppian Affective Neuroscience. *Frontiers in Neuroscience*, 12(1025), 1-11.
- Diz Reboledo, C. (2011). *Los caminos del clown: resistencia en movimiento. Juego, carnaval y frontera*. Universidad de A Coruña. <https://atheneadigital.net/article/view/v11-n2-diz/675-pdf-es>
- Eisenberger, N.I. (2019). Social ties and health: A social neuroscience perspective. *Current Opinion in Neurobiology*, 23, 407-413.
- Real Academia Española (2001). *Diccionario de la Lengua Española (DRAE)*, en su vigésima segunda edición. RAE/Espasa calpe. <https://www.rae.es/drae2001/rid%C3%ADculo>
- Ros Clemente, F. (2015). Cómo reivindicar derechos humanos a través del arte del clown: la función social en el payaso. *RES, Revista de Educación Social*, 20. <https://bit.ly/3vStqG1>
- Fernández, A. M. (2012). *Jóvenes de vidas grises, psicoanálisis y biopolítica*. Nueva Visión.
- INEGI. (2022) Instituto Nacional de Geografía y Estadística. <https://bit.ly/3P8ZL2b>
- Jara Fernández, J. (2000). El navegante de las emociones. En A. Mantovani (Coord.) *SE RIE Educación: Pedagogía de lenguajes artísticos*. Ediciones Novedades Educativas.
- Kaminsky, G. y Varela, C. (2001). *Grupo objeto y grupo sujeto*. Mimeo.
- Lecoq, J. (2004). *El cuerpo poético. Una pedagogía de la creación teatral*. (J. Hinojosa y M. M. Navarro, Trad.). Colección: Artes Escénicas. Alba editorial.
- Maffi, I. (2010). *El Clown como herramienta terapéutica. Una mirada transpersonal*. <https://bit.ly/3QNRhQb>
- Moscovici. (1999): *Social Representations*. Londres: Cambridge University Press. Sirvent María Teresa. *Cultura Popular y Participación*. Miño y Dávila Editores. Buenos Aires.
- Montero, M. (2004). *Introducción a la psicología comunitaria. Desarrollo, conceptos y procesos*. Paidós.
- Pereda, C. y de Prada, M. A. (2015). Investigación-acción participativa y perspectiva dialéctica. *Arxius*, 31, 57-68. [https://drive.google.com/drive/folders/1ZTN6AaisNYHcuFFH3fUANwp\\_XyYgMVqE](https://drive.google.com/drive/folders/1ZTN6AaisNYHcuFFH3fUANwp_XyYgMVqE)
- Real Academia Española. (s.f). Cuidado. En *Diccionario de la lengua española*. Recuperado de <https://dle.rae.es/cuidado?m=form>
- Sánchez, G. D. y E. J. C. (2011) *Enfoque de vulnerabilidad social para investigar las desventajas socioambientales. Su aplicación en el estudio de los adultos mayores*. Universidad Autónoma de Nuevo León y Universidad de Granada. <https://bit.ly/3ynjrKt>
- Tellez Vargas, J. (2000). La noradrenalina, su rol en la depresión. *Revista colombiana de Psiquiatría*, XXIX(1), 59-73. <https://www.redalyc.org/pdf/806/80629104.pdf>
- Zubillaga, P. (2018). Capitalismo y producción de subjetividad. Reseña de Alemán, Jorge. Horizontes neoliberales en la subjetividad, Grama ediciones, Buenos Aires. 2016. 192 p. *Sociohistórica*, 41, p. e055. [https://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/art\\_revistas/pr.8556/pr.8556.pdf](https://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/art_revistas/pr.8556/pr.8556.pdf)