

Técnicas de vídeo en Terapia Artística

ANA MAMPASO

Universidad Autónoma de Madrid y

BELÉN NIETO

Universidad Nacional de Educación a Distancia

Resumen:

La comunicación humana cuenta con una amplia gama de formas de expresión entre las que destacan por su enorme impacto y gran incidencia las técnicas audiovisuales. Estos medios audiovisuales, omnipresentes en la vida cotidiana de cualquier individuo, tienen la peculiaridad de que por norma general son recibidos por el receptor de forma pasiva. Solamente un sector reducido y normalmente profesional, orientado preferentemente al ámbito comercial, tiene acceso a utilizar estos medios como forma de expresión.

Parece necesario facilitar a los diferentes grupos sociales las herramientas, las técnicas y los códigos específicos de este vehículo de comunicación, para que puedan disfrutar y participar de una forma de expresión clave y característica de la cultura contemporánea.

En el presente trabajo hemos elegido un grupo de personas con enfermedades mentales, pertenecientes a un centro diurno de salud mental. Se ha elegido la técnica de vídeo por ser sencilla, económica y de fácil acceso.

Puede decirse que en la mayoría de las patologías psicológicas existe una disfunción en las formas de comunicación. Tanto la percepción distorsionada del mundo externo como los propios conflictos de su mundo interno, producen en estos individuos un aislamiento social, afectivo e intelectual. El objetivo de este trabajo es irrumpir, a través de las técnicas de vídeo y de expresividad artística, en este aislamiento ampliando y generando distintas vías de comunicación.

Palabras clave: Comunicación, Lenguaje Audiovisual, Terapia Artística y Expresión Creativa.

Abstract:

At the beginning of the XXI century human communication has a great variety of ways of expression, and audio-visual techniques stand out by its great impact and influence.

The above-mentioned media, present in the daily life of all of us have a particular characteristic: in general terms they are received by the receptor in a passive way, only

a small sector of the society, (usually trade-orientated professionals) have access to these media as a form of expression.

It would be adequate to facilitate the tools, techniques and specific codes to the different social groups, in order to make them be part and enjoy a form of expression, which is fundamental and unavoidable to understand our contemporary culture.

In this work we have picked out a group of people, who are being treated in a psychiatric daily health centre, we have chosen the video technique as the most simple and easy to access.

We can say that in the majority of psychological pathologies there is a dysfunction in the ways of communications.

The external world disturbed perception, as well as the conflicts of their internal world cause to these patients a social, intellectual and emotive isolation. The aim of this work is to break into this isolation —using video techniques and artistic expressions— and to increase and generate different ways of communications.

Keywords: Communication, Audiovisual Lenguaje, Art Therapy, Creative Self Expression.

La capacidad y la variabilidad de COMUNICACIÓN es en el comportamiento humano la característica definitoria por excelencia.

La comunicación, el lenguaje, ha sido y es una herramienta terapéutica utilizada para curar o paliar trastornos psicológicos causantes de múltiples sufrimientos en las personas.

Desde un punto de vista psicológico no sería aventurado decir que en el fondo de todo trastorno mental hay un problema de comunicación. Según Carlos Castilla del Pino: «Lo que caracteriza al sujeto es esa actividad semántica que lleva a cabo, tanto como dador de significaciones, cuanto como receptor de los significados que la realidad le ofrece, y a los que dota de significación». Es fácil deducir que si lo que caracteriza al sujeto es esa actividad semántica cualquier anomalía que presente puede ser reflejada en su expresión comunicativa, a la vez que también podría entenderse que los déficit en la actividad semántica pueden ser la causa de esas anomalías.

Por tanto puede decirse que en las patologías psicológicas existe una disfunción en la comunicación. Tanto la percepción distorsionada del mundo externo como las percepciones propias del mundo interno, y sus deterioradas relaciones, producen en los enfermos un aislamiento social, un desgarramiento emocional y un deterioro cognitivo que retroalimentan la patología, agrandándola y/o cristalizándola.

El lenguaje como medio de comunicación ha evolucionado de forma vertiginosa, complicándose y sofisticándose de muy diferentes formas, abarcando un abanico de posibilidades cada vez más ricas y complejas. Somos capaces de expresarnos a través de formalismos con un alto nivel de abstracción, como por ejemplo el lenguaje computacional; igualmente podemos expresarnos a través de impactos visuales cargados de significado como en el lenguaje publicitario. Esta diversidad enriquecedora del vehículo de información humana, amplía los horizontes en cualquier forma de aplicación. Sería absurdo desdeñar las innumerables posibilidades que ofrecen las nuevas técnicas de comunicación audiovisual.

Todos conocemos la importancia de lo audiovisual en la cultura de nuestro tiempo, llegando a ser para una gran mayoría de individuo el único soporte cultural accesible. De entre las masivamente estudiadas características de los medios audiovisuales, llama la atención la omnipotente unidireccionalidad del mensaje: El receptor no tiene posibilidad de respuesta. Encontramos dos razones que subrayan esta incapacidad: la inexistencia de canales de difusión al alcance de cualquier individuo y el desconocimiento de las complejas y costosas técnicas de producción.

Tanto desde el punto de vista de la producción como la difusión del mensaje, el medio videográfico, posee, en palabras de Joan Ferrés y Antonio

Bartolomé «unas peculiaridades tecnológicas específicas, diferencias de las que caracterizan a otros medios, dando lugar a unas formas de expresión igualmente diferenciadas y en definitiva a unos usos sociales diferenciados. De esta manera el vídeo doméstico se revela como un medio muy accesible para utilizarlo como soporte de expresión artística: Posee ciertas características que lo hacen accesible a cualquier usuario profano, a saber: 1.º) La facilidad de uso por su reducido tamaño y liviandad de las cámaras, 2.º) Ofrece funciones técnicas simplificadas con la posibilidad de utilizarlas automáticamente, 3.º) Es económicamente asequible por que cuenta con una gran capacidad de reutilización del soporte (las cintas pueden grabarse y borrar un gran número de veces).

Por lo tanto parece recomendable facilitar a los diferentes grupos sociales las herramientas, las técnicas, el lenguaje específico y las posibilidades creativas de este vehículo de comunicación para que puedan participar y disfrutar de una forma de expresión clave y característica de la cultura contemporánea.

Igualmente llama la atención que con todas las posibilidades que brinda este medio no se ha sacado partido a todo el potencial que puede suponer dentro de la terapia artística. Si entendemos que el objetivo de la terapia artística es facilitar a los pacientes aquellos medios y técnicas de expresión creativa que promuevan ciertos estados favorecedores de salud y bienestar parece obvio que es recomendable absorber todo aquello que esté al alcance de este objetivo.

En el presente trabajo proponemos la utilización del vídeo como una técnica de terapia en un grupo de personas diagnosticadas como esquizofrénicas, pacientes del Hospital de Día Psiquiátrico de la Clínica Puerta de Hierro en Madrid, tomando como referencia la experiencia realizada por el cineasta Ernest Ansgore según una propuesta del Director de la Clínica Psiquiátrica, Profesor Doctor Muller.

Según los criterios diagnósticos del DSM IV, «los síntomas característicos de la esquizofrenia implican un abanico de disfunciones cognoscitivas y emocionales que incluyen la percepción, el pensamiento inferencial, el lenguaje y la comunicación, la organización comportamental, la afectividad, la fluidez y productividad del pensamiento y el habla, la capacidad hedónica, la voluntad, la motivación y la atención».

El objetivo del trabajo de la terapia artística, con las técnicas de vídeo, es irrumpir en mundo del enfermo desde diferentes frentes. Si hemos elegido las técnicas de vídeo es porque además de ser sencillas, económicas, versátiles y de fácil acceso; con su utilización damos cobertura a fuentes de socialización, expresiones emocionales y estrategias cognitivas.

Para intervenir en el área de las interacciones sociales, la propia dinámica de creación de un grupo de trabajo da pie a poner en marcha estrategias para la adquisición o afianzamiento de habilidades sociales. Hay que expresar opiniones de manera adecuada que puedan ser aceptadas o discutidas por los otros. Se debe crear un clima de debate orientado a establecer un consenso en las prioridades de ejecución, el orden de realización de las diferentes fases del trabajo: guiones, planificación, etc...

Según Vicente Caballo (1986) «La conducta socialmente habilidosa es ese conjunto de conductas emitidas por un individuo en un contexto interpersonal que expresa los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de ese individuo, de un modo adecuado a la situación respetando esa conducta en los demás, y que generalmente resuelve los problemas inmediatos de la situación mientras minimiza la probabilidad de futuros problemas».

Como más adelante veremos, el desarrollo de las técnicas para crear una película en vídeo es un campo más que abonado para fomentar y aplicar las técnicas de comunicación grupales. El objetivo del equipo: realizar una película de vídeo, va marcando unas pautas que por sí solas ponen en marcha interacciones y procesos de comunicación enriquecedores para los sujetos.

Es en este marco donde los enfermos y la/s persona/s que lo coordina crean un espacio para la comunicación de ideas y sentimientos, los ejercicios de autocontrol, el prestar atención al otro y a los otros, defender posturas y opiniones, dar y/o recibir instrucciones, etc.

Todo proceso artístico lleva consigo un componente emocional. En los enfermos mentales la posibilidad de manifestar sus sentimientos a través de diferentes formas de expresión creativas, como son los dibujos, las narraciones, la plástica, todas viables dentro del ámbito del vídeo, tiene una doble utilidad terapéutica; por un lado aquella que se deriva de la mera descarga emocional y por otro, quizá más efectiva, la que acarrea la creación de una distancia sobre sus sentimientos, distancia que facilita el análisis y la exploración necesarias para llevar a cabo una reestructuración o una reinterpretación cognitiva sobre aquellas emociones que son causa de sufrimiento.

En la enfermedad mental el pensamiento y el lenguaje sufren alteraciones que debilitan la capacidad intelectual de los sujetos sumergiéndoles en un mundo de perplejidad, desconcierto e incomunicación. Cuando las personas enfermas se encuentran implicadas en una actividad creativa hay factores de índole intelectual que pueden ser trabajados:

En el caso de la atención observamos por ejemplo que los sujetos implicados en la realización de un vídeo deben atender a un conjunto de estímulos determinados en cada parte de la tarea. Rodar una secuencia de animación requiere un método minucioso que exige no distraerse para no

necesitar repetir la secuencias, llevar la cámara y apretar el botón adecuado cuando debe comenzarse a rodar necesita de cierta capacidad de concentración y coordinación, etc...

Si nos centramos en los procesos de memoria igualmente encontraremos multitud de ocasiones en los que los sujetos deben retener información y recuperarla.

La utilización de procesos de razonamiento ha de aplicarse en la toma de decisiones, así como también se aplican los mecanismos de solución de problemas.

El formato de vídeo como todo soporte audiovisual maneja una coherencia narrativa específica que los pacientes abordan de la mano del terapeuta o coordinador, el manejo de una lógica en el discurso en donde además son libres en la expresión de sus sentimientos debe fomentar la seguridad y favorecer el contacto con la realidad.

Aplicando estos argumentos a la práctica y utilizando un equipamiento técnico mínimo, consistente en: cámara, trípode, dos focos y una pequeña mesa de edición, trabajamos con el grupo de enfermos mentales anteriormente mencionado, con objeto de elaborar una pequeña película en vídeo. Para esto, los pacientes deben realizar todo el proceso creativo y técnico necesario guiados por el/los coordinador/res.

Los pasos seguidos para la elaboración de la pequeña película finalmente titulada «El sueño» son:

Realizamos una presentación a los enfermos del centro psiquiátrico inscritos en terapia ocupacional, con el fin de informarles de la nueva actividad. La respuesta es más que favorable, hasta el punto de tener que realizar un proceso de selección ya que el número que se considera adecuado para este taller no debe de superar las seis personas. Además los integrantes del grupo deben comprometerse a continuar con el taller hasta su total finalización aunque sean dados de alta psiquiátrica en el centro.

De esta forma, se reúne un grupo de seis enfermos diagnosticados de esquizofrenia, tratados tanto farmacológicamente como con terapia individualizada. El equipo está coordinado por una experta en técnicas y didáctica de medios audiovisuales y también cuenta con el asesoramiento de una psicóloga clínica.

Una vez formado el equipo de trabajo el primer paso necesario para desarrollar la película es encontrar una idea que resulte interesante y atractiva a todos y cada uno de los miembros que van a trabajar en ella. Para esto se aplica la técnica de resolución de problemas. La coordinadora propone llevar a cabo lo que se conoce como «Torbellinos de ideas»: cada uno de los miembros escribe en diferentes fichas todas aquellas propuestas que se le cruzan por la cabeza, por ejemplo:

- «El miedo que produce sentirse enamorado y no ser correspondido».
- «Lo bonito que es ver nevar».
- «Lo bien que sé esta en una iglesia cuando hace calor».
- «La libertad de una mujer volando».
- «La paz que te hace sentir un bebé y el miedo por su fragilidad».
- «La fuerza de la soledad cuando es buscada».
- «Cuento de dragones y caballeros».
- «La niebla».
- «El mar».
- «Un día de tristeza»..... entre otras.

Después se presentan todas sobre la mesa agrupándolas entre todos por categorías: Sentimientos, Sensaciones, Cultura, Naturaleza, Familia, Amistad, etc.

Los pacientes opinan sobre sus preferencias y gustos, rebaten los argumentos en contra y finalmente por consenso eligen cuatro ideas originales.

- «Un duende comiendo almendras».
 - «Un beso, una caricia a tiempo en una depresión».
 - «Medicamentos».
 - «Colores».
- Que serán el germen de la futura película.

La coordinadora informa de la existencia de las diferentes limitaciones y ventajas que vienen impuestas según se opte por un rodaje basado en animación o en imagen real, que incluirá en el desarrollo posterior de la idea.

Las técnicas artesanales de animación dan muchas más posibilidades a la realización de historias fantásticas ya que tanto personajes como situaciones pueden ser todo lo imaginativas que queramos, no existiendo restricciones de tipo material como localización de espacios, creación de vestuario y ambientación en cualquier época en la que se quiera centrar la narración. El espacio necesario para llevar a cabo la elaboración y el rodaje de la película puede ser pequeño y por tanto manejable. Como contrapartida, el rodaje de animación resulta tedioso y necesita de unas buenas dotes de paciencia. Este factor influye negativamente en el metraje de la película, resultando por esto películas de muy corta duración.

La imagen real, en cambio, es más adecuada para contar historias contemporáneas, de personajes y situaciones que nos son cercanas, desarrolladas en ambientes cotidianos.

Tras un tiempo de discusión se opta por las técnicas de animación artesanal y en concreto por la animación corpórea de muñecos en plastilina, se argumenta el deseo de conducir la película por un camino fantástico.

Para desarrollar la idea se entrega a cada miembro del grupo una hoja tipo que contiene cuatro recuadros encabezados con los cuatro puntos claves de la futura historia, a saber, principio, desarrollo, situación culminante y final. Cada miembro debe plasmar por medio de dibujos esquemáticos y



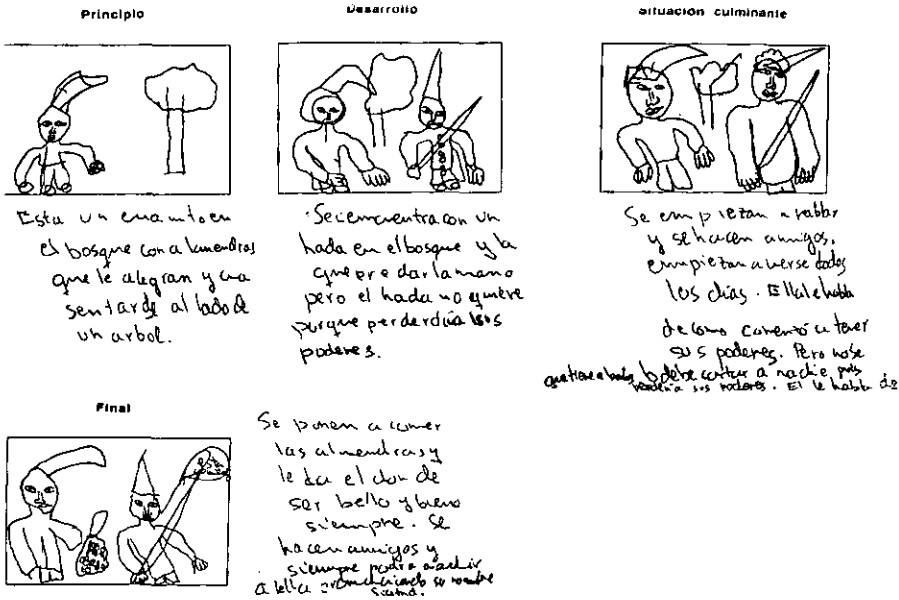
«El sueño» video-animación con plastilina realizada por pacientes con esquizofrenia.

breves anotaciones su propuesta partiendo de las ideas anteriormente elegidos. Las propuestas son posteriormente presentadas al grupo por cada uno de sus autores. Resultan elegidos tres historias que finalmente se refunden en una.

Contada con sus propias palabras, es la siguiente:

«Un gnomo está saltando de árbol en árbol cogiendo frutas del bosque y al cabo de un rato se sienta en una piedra y se pone a comer almendras que le alegran. Ve algo moverse en el bosque, es una ninfa que se acerca volando. La ninfa cae al agua en un descuido y el duende le salva y le ayuda a salir del agua. Se hacen amigos y se ponen a comer los dos juntos las almendras dentro de un nenúfar y se van alejando juntos río abajo.»

A partir de este momento las aptitudes y gustos personales se decantan en los trabajos más especializados, como son: la realización del «story-board» es decir, la planificación de la historia de forma más detallada por medio de dibujos, el diseño de muñecos en plastilina como son el duende, la ninfa, los animales, y la creación del decorado corpóreo del bosque, la elaboración de los títulos de crédito, etc.



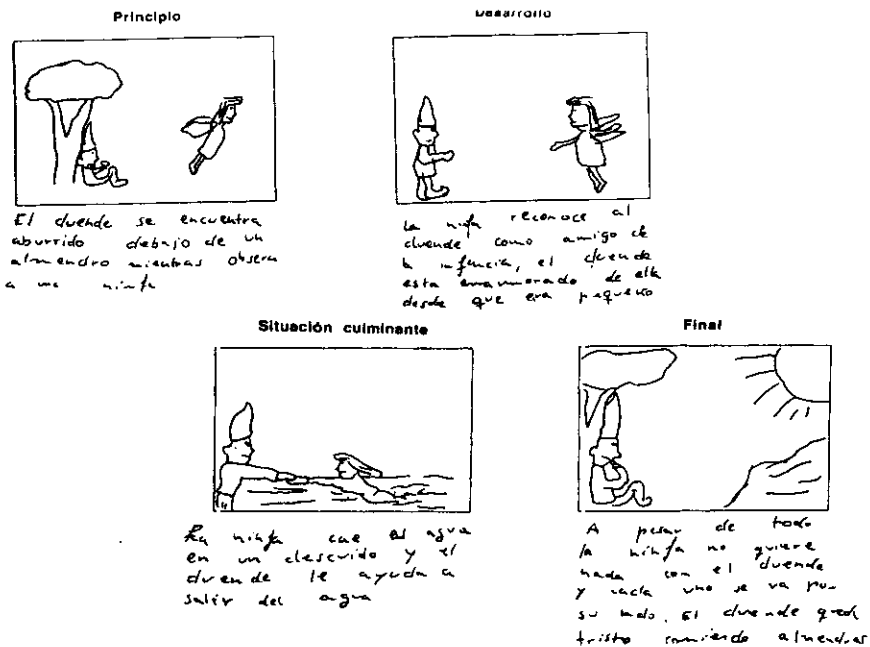
«Story-board de la película «El sueño» realizada por un paciente.

Una vez elaborados todos los elementos necesarios, pasamos al rodaje propiamente dicho. Las diferentes funciones que hay que realizar como manejo de la cámara, iluminación, animación de muñecos, las realizan todos los miembros del equipo de forma rotativa.

Tras el montaje y sonorización de la cinta se pasa al visionado y evaluación por medio del grupo. El resultado es altamente satisfactorio. Varios miembros del taller muestran interés en la posibilidad de seguir avanzando en esta técnica artística.

Resulta muy importante señalar que los objetivos de la aplicación de las técnicas de vídeo en terapia artística se centra fundamentalmente en la ejecución y desarrollo del proceso creativo y no en el resultado del producto final.

De todas formas los participantes de los talleres de terapia artística con vídeo adquieren una formación básica que no es desdeñable, dándoles a conocer y facilitándoles una opción nueva que si les interesa les abre posibilidades de poder acceder a mayores conocimientos técnicos y artísticos y de esta manera poder ser capaces de emitir mensajes audiovisuales.



«Story-board de la película «El sueño» realizada por un paciente.

Es posible pensar que la producción individual y colectiva provoque el surgimiento de imaginativos canales alternativos de difusión de estas obras como sucede con las demás modalidades artística.

Como conclusión, podemos decir que mediante las técnicas de vídeo, en el presente trabajo, se ha logrado establecer una vía de comunicación a través de expresiones artísticas. Los participantes expresan sus emociones y opiniones y, perciben y escuchan las de los demás integrantes del grupo. Discuten opciones, realizan tareas metódicas de trabajo y sobretodo toman conciencia de la existencia de una capacidad creativa real. En definitiva toman contacto con su mundo interno y con el exterior.