

VideodinamizArte. Talleres de videocreación desde una mirada giestáltica

Ana SEIJO CUBA¹
Sabela PERNAS SOTO²
info@videodinamizarte.com

Recibido: 29/03/14

Aceptado: 19/09/14

RESUMEN

Los talleres de videocreación que VideodinamizArte viene llevando a cabo desde 2011 plantean una aproximación particular a la herramienta audiovisual como medio de creación artística al alcance de todos los públicos. Los participantes son autores de todo el proceso creativo desde la idea hasta la elaboración de la pieza audiovisual, facilitándoles las herramientas y conocimientos necesarios para el rodaje y la edición.

En el presente artículo se plantea nuestra propuesta de trabajo vinculada al concepto de proceso creativo desde una perspectiva giestáltica.

Palabras clave: Videocreación, Terapia Gestalt, Videoterapia, Experimento giestáltico, Mirada

Referencia normalizada

PERNAS SOTO S. SEIJO CUBA A. (2014). "VideodinamizArte. Talleres de videocreación desde una mirada giestáltica". En *Arteterapia: Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social Vol.: 9*. Páginas 257-272 Madrid.

SUMARIO

Introducción. La creatividad como necesidad humana. La terapia como espacio de experimentación. La mirada como canal de comunicación. Metodología: el experimento audiovisual. Participantes. Puntos de partida. Procedimiento. Del qué al cómo. Materialización del experimento. Temporalización. Conclusión. Referencias bibliográficas.

VideodinamizArte: videocreación workshops from a Gestalt perspective.

ABSTRACT

Film-making workshops, which have been making by Videodinamizarte since 2011, outlined an unusual approach to audiovisual tool as way of artistic creation everyone's reach. Participants are

¹ Psicóloga, musicoterapeuta y terapeuta gestalt desarrolla su labor profesional a través del arte con diferentes colectivos, en intervención clínica y social. Forma parte de aVERTe (Asociación de Videoterapia Española y Recursos Telemáticos).

² Creadora audiovisual. Realiza labores de docente que combina con la puesta en marcha de diferentes proyectos audiovisuales y culturales. Forma parte de aVERTe.

authors of the whole creative process from the idea to the production of the film, provide them the tools and the knowledges required to the shooting and the editing.

The article outlines our work proposal linked to the concept of creative process from a Gestalt perspective.

Key words: Introduction. The creativity as human need. The therapy as experimentation system. The look as communication channel. Methodology: audiovisual experiment. Participants. Starting points. Procedure. From what to how. Materialization of the experiment. Scheduling. Conclusion. References.

CONTENTS

Introduction. The workshop. Methodology, activities and results. Final thoughts. Bibliographic references.

Introducción

En el contexto actual, momento en que nos encontramos inmersos en la Sociedad de la Información, somos consumidores, pasivos en la mayor parte de los casos, de gran cantidad de material audiovisual que ha pasado a tener un papel fundamental en las actividades sociales, culturales y económicas.

La sociedad está formada por un gran número de individuos y la participación activa de sus miembros en la generación de contenido audiovisual repercute a nivel social en la medida en que cada persona utilice esa herramienta para mirarse y mirar su entorno próximo.

El arte no deja de ser una expresión de una realización humana. En la medida en que el proceso creativo es una vía para la resolución e integración de conflictos internos es terapéutico por sí mismo. El audiovisual es considerado, desde nuestra perspectiva como un medio de expresión con mucho potencial, a la altura de otras expresiones artísticas y asequible, gracias al avance tecnológico y la democratización del medio.

Podríamos resumir el objetivo general de los talleres de videocreación VideodinamizArte como el acercamiento a las potencialidades creativas de cada participante a través de la elaboración de una pieza audiovisual, tomando conciencia sobre el hecho de que en la medida que miramos y encuadramos nuestra realidad, nos miramos y encuadramos a nosotros mismos.

La creatividad como necesidad humana.

Desde la perspectiva humanista, se percibe al ser humano como un todo integrado, de cuerpo, mente, emociones y espíritu, que tiende a la auto-realización.

Dentro de esta concepción, el acto de creación es una necesidad tan básica como respirar. Todos somos creativos y nos sentimos impulsados a crear, ya que la creatividad es una celebración de nuestra propia grandeza como seres capaces de generar algo único, personal e intransferible, algo auténticamente nuestro.

En la medida en que artista es todo aquel que interviene en un proceso creativo, todos somos artistas. Existe un impulso interno que nos apremia a arriesgarlos a proyectar la imagen más personal e idiosincrásica sobre los objetos, las palabras y otros símbolos, a encontrarnos con lo que nos rodea.

El creador toma contacto con una realidad concreta fuera de su vida subjetiva y se mueve hacia el reino de lo trascendente. En el proceso de hacer algo, de crear, una persona no sólo ilumina e ilustra su vida interior, sino que se coloca más allá de la expresión personal para realizar algo significativo por sí mismo.

La terapia como espacio de experimentación

Concebimos la terapia como una herramienta de auto-conocimiento y desarrollo personal, no ligada por defecto al concepto de enfermedad. El encuentro terapéutico y más concretamente el planteado desde una vertiente artística, es considerado como el desarrollo de los aspectos saludables de la persona para vivenciar estados de plenitud a través del proceso creativo.

La terapia guesáltica es un encuentro existencial entre personas, que permite al individuo “revelarse” a sí mismo en el proceso de ese encuentro. La terapia creativa trata a la persona como medio artístico.

La vinculación de terapia y acto creativo, va de la mano de dos conceptos fundamentales: *encuentro* y *proceso*. Tanto el acto creativo como la terapia suponen un encuentro en la medida en que la persona toma contacto con una realidad interna o externa, respectivamente, cuyo resultado es la extracción de un tema significativo a tratar, para elaborarlo y concluir con el surgimiento de un nuevo concepto – símbolo en el acto creativo, “darse cuenta” en terapia –.

Por otra parte tanto la creación, como la terapia implican *cambio*, ya sea de una forma en otra, o de una conducta o un nivel de conciencia respectivamente. En esta medida ambos son proceso, son experiencias continuadas, fluidas, no actos o experiencias aisladas.

Esta unión de terapia y creación da lugar a la terapia creativa definida por Zinker como “un encuentro, un proceso de crecimiento, un acontecimiento de resolución de problemas, una forma especial de aprendizaje y una exploración de toda la gama de nuestras aspiraciones a la metamorfosis y la dominación”.

El proceso creativo es terapéutico por sí mismo, porque nos permite expresarnos y examinar el contenido y las dimensiones de nuestra vida interior. Vivimos una vida plena en la medida en que disponemos de una serie completa de instrumentos que concreten, simbolizen y expresen de algún modo nuestras experiencias.

La razón por la cual dibujar o pintar puede resultar “terapéutico” reside en que cuando se experimenta tal actividad como proceso, permite al artista conocerse a sí mismo como persona total dentro de un lapso relativamente breve. No sólo adquiere conciencia del movimiento interno hacia una totalidad experiencial; además, recibe de los dibujos que ejecuta la confirmación visual de ese movimiento (Zinker, J., 1977, p. 187).

La mirada como canal de comunicación.

Al hilo de la cita de Zinker, centrada en la expresión plástica, pero que podemos extrapolar a la audiovisual por su resonancia en cuanto a arte visual, la confirmación a través de una imagen de un movimiento interno es muy potente como herramienta para facilitar el darse cuenta de la persona.

Más si esta expresión se toma como una especie de espejo en movimiento, lo cual es facilitado por las características intrínsecas en el vídeo y si el proceso de creación es guiado y orientado hacia una toma de conciencia personal.

Nos encontramos así con el fenómeno de la mirada, con el acto de mirar. Del latín *mirāri*, admirarse: dirigir la vista a un objeto; observar las acciones de alguien; revisar, registrar; tener en cuenta, atender; pensar, juzgar; inquirir, buscar algo, informarse de ello.

Los órganos de la visión son los ojos, una suerte de ventanas de nuestro cuerpo y un órgano sobre el que podemos decidir si abrirlo o cerrarlo. Decidimos qué, cuándo y cómo miramos, en qué momento y qué duración tiene nuestra mirada, en qué lugar queremos conectarnos con el mundo, o bien si queremos aislarnos.

El hecho de ver o no ver se relaciona con la neurosis, en la medida en que ésta nos impide ver lo obvio. Nuestra forma de mirar y ver lo que hay realmente a nuestro alrededor y no aquello que “debería haber” define nuestra relación con el mundo y en qué grado podemos satisfacer nuestras necesidades como organismo dentro del entorno con el que nos relacionamos.

De dónde ponemos el foco depende aquello que entra en nuestra conciencia. Cuando para mirar empleamos una cámara entra en juego el *encuadre*. El encuadre fragmenta, selecciona y pone límites a un espacio continuo, y lo hace en función de criterios personales. Construimos así un marco que actúa como frontera de nuestra mirada, una forma geométrica abstracta que separa lo que nosotros seleccionamos, lo que queremos, lo que decidimos expresar y comunicar. Ante las innumerables opciones que tenemos delante tomamos la decisión de encuadrar algo determinado de una forma concreta.

Cuando esta mirada, grabada a través de la cámara de video, se vuelca sobre la realidad que nos rodea, el espacio no es un decorado, sino que interactuamos con él, contamos con él para expresar aquello que nos ha motivado a focalizar allí nuestra atención.

Se trata de partir de la necesidad de expresar emociones y sentimientos, de filmar el pensamiento y el sentimiento personal a través de nuestro entorno y la elaboración del mismo en función de nuestra necesidad de comunicar lo personal, aquello que nos emociona – del latín *ex-movere*, que significa mover fuera de sí, hacia el mundo exterior, sacar fuera de sí, propulsar –. La palabra emoción introduce, de entrada, un movimiento que conecta al organismo con su entorno, el sujeto se encuentra propulsado fuera de sí mismo, indica el franqueo de un obstáculo, rebasar un límite.

Castaneda apunta que podemos procesar visualmente cosas sólo en el nivel en que nuestro organismo es capaz de procesarlas. En definitiva: vemos lo que estamos preparados para ver. De esta forma, facilitar la creación con el audiovi-

sual como herramienta permite un proceso natural para la persona, donde ésta elaborará un material que está preparado para recibir e integrar.

Cada uno colorea el mundo con su propia vida interna, la posibilidad de integrar aquello que vemos es el factor que determina que una *proyección* deje de ser patológica para convertirse en creativa.

La proyección creativa implica un diálogo con el propio sí mismo, que luego se concreta en un concepto, obra o conducta.

La diferencia entre las proyecciones patológicas y las creativas está en la relación que el creador establece con su entorno y su poder sobre él. Es patológica la proyección que no puede ser integrada por su creador, la que éste pone exclusivamente fuera sin asumir su propiedad, no puede verla como parte de su mundo puesto fuera. Es creativa aquella proyección que es integrada en su creador, a la que ponemos conciencia, la que experimentamos y de la que aprendemos.

Para que una proyección se vuelva creativa, el individuo pasa por tres pasos:

- Aprende a poseer aquello que teme en el mundo;
- Inicia un diálogo entre la polaridad interna que se moviliza en su interior, de forma que reconcilia, integra y experimenta la totalidad;
- Transforma su dilema en un producto o acto concreto.

Estos son los pasos que se desarrollan en los talleres de videocreación de VideodinamizArte.

Metodología: el experimento audiovisual.

Concebimos el desarrollo de nuestros talleres como un experimento global, donde se van empleando diversas técnicas en función del propósito final: facilitar que el participante defina la idea, el tema que quiere explorar a través de las técnicas audiovisuales y que resultará en una pieza audiovisual como obra final.

Dicho esto, el instrumento metodológico es, por tanto el *experimento*, definido como una herramienta, una manera de trabajar con una persona por medio de la experiencia. Vendría a ser una forma de pensar en voz alta, una concreción de la propia imaginación, una aventura creadora.

Participantes.

Los participantes de los talleres VideodinamizArte son, cada uno, autores individuales de una pieza audiovisual desde el inicio del proceso hasta el final. Son ellos quienes partiendo de su propia idea la elaboran, ruedan y editan hasta crear una obra audiovisual. Durante el proceso son acompañados por dos profesionales, una terapeuta y una comunicadora audiovisual que facilitarán su paso por las diferentes etapas que más adelante especificaremos.

A pesar de ser un trabajo individual, los talleres se desarrollan en un formato grupal, de entre 5 y 10 personas, con un promedio ideal de 8 miembros, para que el grupo sea lo suficientemente nutrido y la atención sea la adecuada para cada uno de ellos.

El formato grupal aporta un sistema único donde los miembros que lo conforman están interrelacionados, configurando un todo que tiene entidad más allá

de la suma de sus partes – una gestalt, en definitiva –. Cada parte aporta su individualidad al proceso creativo de los demás enriqueciéndolo en todos los sentidos. Se da desde el primer momento un juego de reflejos y resonancias, donde cada individuo actúa como un espejo de los que le rodean: señalando, ampliando y reflejando ideas, pensamientos, emociones...

La configuración del grupo, en tanto comunidad cohesionada, se aborda en las primeras etapas, haciendo hincapié en que los miembros se sientan recibidos, aceptados y respetados entre ellos, además de por las facilitadoras, para poder proceder a la tarea creadora, con el riesgo de ir hacia lo desconocido que ésta supone. Así podrán crear en común y poner a prueba los límites individuales de crecimiento para desarrollar las potencialidades de cada uno.

Se configura así una comunidad de aprendizaje. Aprendizaje que por sí mismo supone un cambio de conducta, y por lo tanto un trabajo en aras de la adaptación y el ajuste, además de un movimiento hacia niveles más altos de comprensión y realización de sí mismo.

Los asistentes a nuestros talleres abarcan un amplio rango de edades. No obstante podría definirse como nuestro público objetivo en un inicio aquellas personas de más de 50 años, sin experiencia previa con el audiovisual pero con interés y conocimientos de informática a nivel usuario que desean explorar la herramienta audiovisual con un objetivo no profesional. Este sector de la población es frecuentemente el que presenta una mayor distancia entre el manejo de las nuevas tecnologías en contraste con la capacidad y el interés que poseen, manifestándose así una mayor brecha tecnológica en esta generación.

Sin embargo los talleres de VideodinamizArte son también en este aspecto versátiles y en este sentido han sido llevados a cabo con un amplio espectro de edades, promoviendo además el encuentro intergeneracional en torno a un núcleo común: la creación audiovisual.

Los únicos requisitos mínimos que se plantean son un manejo del ordenador a nivel usuario y el interés por crear con esta herramienta audiovisual.

Las características de los participantes varían en función del promotor que organice el taller, ya que éste es versátil en cuanto al tema que orienta de forma genérica el curso.

Puntos de partida.

Partimos de una orientación general, un enfoque lo suficientemente abierto que señale la dirección de la propuesta, en ocasiones movida por el interés del promotor – por ejemplo, la vinculación de los participantes con su entorno inmediato, con el patrimonio cultural, histórico o natural; o bien un enfoque más orientado al ámbito laboral...–, en otras ocasiones ésta orientación es planteada por las facilitadoras del taller.

La razón de proponer lo que podríamos llamar un *título* general es dar una especie de sostén o ancla que dé un punto de partida a partir del cual comenzar a explorar. En todos nuestros talleres este “ancla” es abandonada sin dudar en caso de que el participante llegue ya con una idea para explorar, pero en caso de que

no sea así sirve como punto de referencia, dando seguridad en las primeras fases del proceso.

Para ilustrar el amplio espectro que abarcan estos títulos propuestos podemos citar algunos: el “Cambio”, “La huella del tiempo”, “Reflejos, luces y sombras”... En definitiva, hay una intención latente en el planteamiento del título, si bien éste se concretará en un tema individual según la propuesta encaje en cada uno de los participantes. De este modo cada persona lleva el título a su terreno, construyendo individualmente el abordaje que quieren llevar a cabo, respetando su proceso y recogiendo las aportaciones enriquecedoras del grupo.

En tanto encuentro entre varias personas, todo experimento implica cooperación y en él se dan complejas transacciones. Entre participante y facilitador o terapeuta no está claro quién guía y quién sigue instrucciones. El terapeuta cuando guía, actúa como una especie de radar, señalando puntos destacados, que le llaman la atención y pueden ser orientaciones a seguir; y sin embargo, el participante no lo sigue pasivamente, sino que nadie mejor que él conocer las direcciones que le pueden acercar más a su auto-realización, por lo que se potencia que siga su propio proceso, que confíe en su intuición y en aquello que se le hace figura con mayor claridad.

El experimento se inicia a partir de lo que existe y no de lo que debiera existir, el terapeuta ha de reconocer lo que hay, acogiendo y apreciando la manera que el otro tiene de estar y ser en el mundo. Se promueve tanto en el grupo como por parte de las facilitadoras una visión naturalista, que trata de dejar de lado juicios y evaluaciones a la hora de recibir lo que el otro decide contar.

Procedimiento.

Una vez planteadas las bases de donde parte el experimento de videocreación VideodinamizArte, nuestro procedimiento de trabajo se estructura en tres grandes bloques, al igual que todo proceso de creación audiovisual:

- I. Pre-producción
- II. Rodaje
- III. Edición

A continuación relacionaremos esta estructura con las fases que Joseph Zinker en su libro “El proceso creativo en la terapia gestáltica” (1977) plantea en la secuencia evolutiva según la que se desarrolla un experimento:

- Tender una base de trabajo;
- Negociar un consenso entre terapeuta y cliente;
- Graduar el trabajo en función de las dificultades que el cliente experimenta;
- Poner de manifiesto la conciencia del cliente;
- Localizar la energía del cliente;
- Concentrar la conciencia y la energía en el desarrollo de un tema;
- Generar, tanto en el cliente como en el terapeuta, factores que los ayuden a sostenerse;
- Desarrollo del tema

- Elegir un experimento particular;
- Ejecutar el experimento, y
- Desinstruir al cliente (insight y completamiento).

La etapa (1) *PRE-PRODUCCIÓN* se dirige al esclarecimiento de la idea a comunicar por cada participante, durante este proceso se dan diferentes fases:

El establecimiento de una *base de trabajo* (1), momento en que se establece una atmósfera grupal adecuada para el proceso creativo según hemos definido anteriormente. A través de dinámicas de contacto promovemos una actitud de curiosidad y sorpresa, con interactuación entre los miembros. De esta forma y con espejos como objeto intermediario vamos centrando el foco sobre el hecho de mirar, hacia dentro y hacia afuera.



Fig. 1. Dinámica de contacto con espejos como objeto intermediario.

También en esta etapa tratamos de conocer un poco más a los participantes a través de sus gustos y preferencias estéticas, lo que supone que muestren al grupo y las facilitadoras su forma de entender y observar el mundo. Esta tarea se concreta mediante la aportación de videos, fotos, música, libros u otros elementos que les definen.

Se plantean una serie de sugerencias u orientaciones para abordar el proceso que inician como: llevar una libreta encima para anotar todo aquello que nos pase por la cabeza; fijarse en los sueños que vayan teniendo – como símil de una película que creamos cada noche –; abrir y confiar en nuestra intuición, recogiendo todas las ideas sin juzgarlas aunque no “entendamos” por qué se presentan...

A lo largo de las sesiones que constituyen esta fase de pre-producción la terapeuta irá tirando de diversos hilos para ir vislumbrando un tema a trabajar, aquello que mueve al participante, que le emociona.

Es también el momento de llegar a un *consenso* (2) para la participación en el experimento. En nuestro caso la mayoría de los participantes vienen movidos por

el interés para conocer las herramientas audiovisuales, sin tener una motivación clara por la auto-exploración psicológica. El planteamiento de la propuesta ha de lidiar con concepciones erróneas de base como el: “yo no soy creativo”. Diferentes dinámicas abordan este tema en concreto, posibilitando, a través del juego, de la experimentación, dejar de lado dichas concepciones y predisponer a los participantes a una exploración, a un aprendizaje con mayor permiso para adentrarse en lo desconocido.

Es necesario por tanto *graduar* (3) la dificultad de la tarea, en función de dónde parte cada uno, facilitando dar el paso posible cada vez, animando a probar sin presionar en exceso y recogiendo cada intento y participación de la persona como válido. En este sentido las propuestas se adaptan a cada grupo, echando mano de la participación de los miembros del mismo, que actúan como reflejo, ejemplo y motivación en cada tarea.

A lo largo de diferentes sesiones y a través de diversas dinámicas de creatividad y técnicas, como: “tormenta de ideas”, “mapa mental”, o algunas de elaboración propia como la denominada “cinco sentidos” vamos llegando a un núcleo temático que se hace más fuerte a medida que pasan las sesiones.



Fig. 2. Participantes inmersas en la fase de generación de la idea.

Llega entonces el momento de poner *conciencia* (4), algo que sucede en el encuentro entre terapeuta y participante. Así en el intercambio comunicativo el terapeuta recoge aquello que tiene “chispa”, que vibra, aquello que percibe que tiene mayor fuerza para devolvérselo al participante y ver si encaja en su idea, a modo de aclaración de la misma. Esta etapa se enlaza con la localización de la

energía (5) ya que esa “semilla” de creatividad emana de aquel lugar donde el participante se siente vivo, ahí está la fuente de su auto-apoyo y es la movilización de ese potencial lo que debe facilitar el terapeuta, sin hacerse “cargado”, sino promoviendo que el participante vea el “camino hacia”.

De este modo llegamos al *enfoque* (6) del experimento en último término, es decir, se plantea una especie de esquema de resolución del “problema creativo”. Este enfoque puede variar pero siempre ha de existir esa dirección del trabajo para que la energía no se disipe y pueda concluir en una resolución.

La fase de *apoyo preliminar de sí mismo* (7), supone facilitar las condiciones que ayuden a sostenerse al participante. En este sentido el desarrollo del clima grupal, el haber infundido esa condición de apertura y confianza en el proceso, así como el uso de las técnicas que han posibilitado pasar de una idea abstracta, una intuición difusa, a un concepto más claro y concreto, constituyen pilares donde el participante puede apoyarse para construir su creación.

Es el momento en que comienza el *desarrollo del tema* (8) en sí mismo, cuando éste es completamente definido y articulado a través del lenguaje y el paciente tiene claro qué quiere comunicar. Una vez que tenemos el tema podemos abordarlo, ilustrarlo, a través de numerosas formas. Entramos así en la elección de la “historia” que queremos contar – *elección del experimento* (9) –.

Hasta llegar aquí, otras técnicas han sido utilizadas para concretar la idea abstracta inicial en el desarrollo de una historia específica narrada en lenguaje audiovisual que ejemplifique el tema que queremos abordar. Así el uso del “story-board”, el “story-line” o la “escaleta” ayudarán a dar concreción a qué queremos contar y cómo.

Del qué al cómo

Es ahora el momento, antes de pasar al desarrollo del experimento a través de los medios tecnológicos, de hablar del *cómo* los participantes llevarán a cabo su idea. Las fases anteriores han narrado la forma de averiguar *qué* quieren contar cada uno desde los pensamientos y emociones que les ocupan el momento en que deciden participar en el curso. Sin embargo, en la comunicación audiovisual el cómo dice algo más de lo que se dice.

Así, la profesional proveniente del ámbito de la comunicación audiovisual viene llevando a cabo su labor desde la primera sesión, ya que desde el primer momento se van intercalando las dinámicas citadas con la presentación de *referentes audiovisuales*. Consideramos muy importante la visualización de otras formas de contar historias, miradas diferentes hacia la realidad cotidiana, donde se manifieste la importancia de la idea, más allá de dificultad técnica. Es por ello que dichos referentes suelen ser extraídos del género documental, así como de trabajos de participantes de talleres anteriores. La idea es buscar resonancias en el participante en cuanto a un contexto común, un entorno reconocible donde lo importante es más la mirada que ponemos sobre él, que el espacio mismo.

Del mismo modo es fundamental el acercamiento al *lenguaje audiovisual* con las características de composición y narración intrínsecas que posee. Aprender a

comunicar en otro código supone acercarse al significado de las unidades mínimas de composición audiovisual: los *planos*. Hacemos hincapié en la importancia del punto de vista de cada uno, lo que puedes comunicar desde una u otra perspectiva, la implicación emocional que tiene cada encuadre – lo cual se entrelaza con dinámicas experienciales con el espejo como metáfora de cámara –.

Se facilita también la toma de conciencia de la importancia de la evocación a la hora de narrar con la imagen y el papel activo del espectador en la interpretación de planos a través del concepto de *elipsis* y los conceptos de *campo* y *fuera de campo*.

La relevancia del *sonido* es un apartado nuclear, como recurso para completar y potenciar las imágenes, aprendiendo los tipos de sonidos que se pueden dar en una película a través de ejemplos y ejercicios.

Por último se inicia en esta fase una explicación teórica del *montaje* y su relevancia como fase final de construcción de la idea.

En la medida en que los participantes hayan aclarado la idea que quieren comunicar y expresar, la plasmarán de forma concreta en la *escaleta*: un conglomerado de diversos documentos que se utilizan en producción audiovisual. La *escaleta* que proponemos tiene varios apartados concretos a fin de ordenar y preparar el rodaje, disponiendo todo lo que es necesario tener en cuenta: “Qué quiero comunicar” – idea –, “Cómo lo hago” – planos –, “Dónde” – localización –, “Cuándo” – organización en tiempo – y un último apartado de “Observaciones” – qué necesito, material o ayuda de otros, etc. –. De esta forma se optimizan los recursos, organizando de forma práctica los elementos necesarios para la materialización de la idea.

Se convierte así en una etapa donde el participante integra en su día a día directamente la actividad creativa. No ya en el plano abstracto, como hacía en un primer momento al estar pensando en la idea, sino en la práctica – implicando a las personas que le rodean, conociendo mejor su contexto a la hora de buscar localizaciones, etc. – ya que moviliza sus recursos para tratar de alcanzar un objetivo planteado por él mismo.



Fig. 3.
Fase de Rodaje.

Materialización del experimento

Una vez puestas en juego todas estas formas de abordar el qué quiero contar y cómo puedo contarlo el participante llega la hora de *ejecutar el experimento (10)* en sí. Es el momento de llevar a la práctica lo plasmado sobre el papel, en la escaleta y comenzar la fase de *(II) RODAJE*. Una vez especificado qué quiere rodar, qué planos comunican mejor su idea, cuándo puede hacerlo, dónde se localiza.... e incluso un “plan b” por si la primera opción resulta imposible, los participantes salen a grabar.

Durante la fase de grabación son completamente autónomos, se les han facilitado las directrices necesarias y unas cámaras de vídeo manejables – aportadas por VideodinamizArte – con un tiempo limitado de “brutos” – tiempo total de grabación antes de la edición – que posibilita el montaje en las sesiones que conforman el taller.

Una vez recogidas las imágenes, fase para la que disponen de una semana de duración, es el momento de pasar a la fase de *(III) EDICIÓN*. Esta etapa se desarrolla ya delante de los equipos informáticos – normalmente ordenadores portátiles de los propios participantes, o bien facilitados por el promotor –. Se aportan las directrices necesarias para el manejo del programa de montaje en función del nivel donde estén los participantes, así como las orientaciones o sugerencias respecto al engranaje de los planos definidos previamente.



Fig. 4. Fase de Edición.

En este momento tiene más relevancia el papel de profesional del mundo de la comunicación audiovisual, que también echa mano de los miembros del grupo que, en tanto creadores y autores, dan sus opiniones a sus compañeros, continuándose el proceso de colaboración y resonancias dentro del grupo.

Por último, rematada la pieza audiovisual de cada participante, que suele durar entre 2 y 5 minutos, llega la hora del visionado, que podríamos establecer como fase final y se relaciona con la última etapa del experimento según Zinker: *insight y completamiento* (11).

El visionado de la obra final de cada uno en grupo permite mostrar el producto ante el autor y otras miradas. Es una etapa que completa el proceso, más allá de que después, en función de la decisión del autor, esta obra pueda ser divulgada más allá del grupo de trabajo, por medio de Youtube o en una exposición pública. Por regla general los participantes, reticentes en un inicio ante la posibilidad de enseñar su obra a los demás, una vez realizada ésta están dispuestos a mostrarla, ante la satisfacción del trabajo producido.

El hecho de exponer el trabajo creativo resultante del proceso es una forma de mostrar una parte de ti, aquella que te motiva y te ha impulsado a expresarte, aquello que quieres comunicar en definitiva. Siempre bajo una mirada libre de juicio que respeta la naturaleza estética del cliente como individuo único y acoge el aspecto íntimo y personal volcado en cada obra.

En esta etapa es cuando el terapeuta hace tomar conciencia al participante del mensaje que él mismo se manda a través de la pieza audiovisual. Esto se hace preguntándole qué ha aprendido durante el proceso, ya que la conciencia sobre esto varía en función del momento personal de cada uno. Algunos participantes tienen un mayor nivel de conciencia desde el inicio, mientras que otros no elaboran la información hasta que visionan el resultado final, e incluso posteriormente, tras una fase de asimilación de lo creado. La configuración figura – fondo de conciencia en la persona es congruente con la formación figura – fondo visual de la obra, aquella idea que se nos transmite a través de la pieza audiovisual.

Es el momento de mirar desde fuera la proyección que hemos plasmado. La proyección, que no deja de ser una forma de escapismo, pone fuera aquello que surge del interior, y ahora nos es devuelta en forma de imagen, como si el video fuera un espejo en movimiento.



Fig. 5. Fotograma extraído de la obra de uno de los participantes, con su mirada particular sobre su entorno inmediato.

La obra es el resultado de un proceso, no un acto o experiencia aislado. El proceso posee ciertas características de legitimidad que se aplican al sentido interno del artista, en cuanto persona, y a la índole artística de su obra. La bondad estética de la obra es vehicularizada por la totalidad del proceso, antes que por la búsqueda empeñosa del resultado específico y así es acogida por el grupo y el autor.

La obra presenta las mismas características que los sentimientos cambiantes del participante en el proceso. De la fragmentación – la fase de abstracción inicial, con ideas inconexas – a la fluidez – aclaración del tema y enriquecimiento del mismo – para llegar a la totalidad – integración, obra, resultado final –.

Acoger y recibir los comentarios que sugiere y evoca la obra de cada uno en el resto de participantes colabora a esa integración del mensaje, a la apropiación de lo proyectado en la medida en que el terapeuta lleva al autor a conectarlo con su día a día y a encontrarle un lugar en su auto-concepto, flexibilizándolo y enriqueciéndolo. De esta manera es finalmente promovido un ejercicio de actua-

lización de la persona, formulando nuevas perspectivas de sí misma, ampliando su concepción del sí mismo.

Temporalización

Llegados a este punto y una vez descrito el proceso creativo según la perspectiva de VideodinamizArte de principio a fin, hemos de matizar algunos puntos relevantes en cuanto a la temporalización del mismo.

El proceso creativo y el experimento pasa por diferentes fases como hemos visto hasta ahora y según Zinker será elegante en la medida en que siga un ritmo apropiado, donde cada parte de la tarea sea fácilmente observada y asimilada por el cliente. Podría así equipararse el proceso a los movimientos de una sinfonía, que fluyen de una etapa a otra, aportando el tiempo necesario para que el tema a tratar vaya haciéndose figura para el creador respetando su proceso personal.

Para ello es necesaria una temporalización concreta, que las profesionales responsables de VideodinamizArte estiman en un mínimo de 30 horas de duración total del taller, repartidas en un mínimo de 10 sesiones, con espacios de incubación entre sesión y sesión – especialmente en la fase de Pre-producción – de una semana. A esto se añadiría una semana destinada a la fase de rodaje y las sesiones de edición – 4 por lo general –, que pueden ser agrupadas con una frecuencia mayor.

Conclusión

A modo de conclusión podemos resumir el desarrollo del experimento de video-creación VideodinamizArte de mano del símil de la sinfonía que propone Zinker y que es extrapolable a todo proceso creativo. Así en el *primer movimiento* se presenta la información y surge un tema general a tratar, de modo que en el *segundo movimiento* se realiza un proceso de búsqueda que incorpora detalles al tema esbozado, enriqueciendo comprensión del mismo. En el *tercer movimiento* es el momento de facilitar un desarrollo dinámico del tema principal, para por último en el *cuarto movimiento* resolver e integrar el tema, celebrando el acto mismo de la creación.

Todos los pasos o movimientos en lugar de la música o las artes plásticas se materializan en este caso a través de las herramientas audiovisuales, lo que es hoy por hoy posible gracias a la presencia de la tecnología en nuestro día a día.

En último término lo que esto supone es ampliar las posibilidades de expresión artística acercando un nuevo medio a la persona. Así los participantes pueden entregarse al proceso creativo para a través de la obra realizada confirmar su capacidad como creadores de convertirse en un seres humanos integrados.

Referencias bibliográficas

- AUMON, J., BERGALA, A., MARIE, M., VERNET, M (2005) *Estética del cine. Espacio filmico, montaje, narración, lenguaje*. Barcelona, Paidós.
- GUTIÉRREZ RODRÍGUEZ, E. (2011) *Arteterapia humanista*. Madrid, Mandala Ediciones.
- MARTÍN GUTIÉRREZ, G. (Ed.) (2008) *Cineastas frente al espejo*. Madrid, T&B Editores.
- MARTÍN GUTIÉRREZ, G. (2008) “Entre el reflejo y la sombra. Estrategias del yo en el cine”. En *Cineastas frente al espejo*, 53-65. Madrid, T&B Editores.
- MUÑOZ POLIT, M. (2006). “Las necesidades desde el punto de vista de la psicología Gestalt”. *Psicología Humanista, vol2*, IHPG, México.
- PEÑARRUBIA, F. (2008) *Terapia Gestalt. La vía del vacío fértil*. Madrid, Alianza Editorial.
- POLSTER, E. y POLSTER, M. (1974). *Terapia gestáltica*. Buenos Aires, Amorrutu Editores.
- ZINKER, J. (1977) *El proceso creativo en la terapia gestáltica*. Buenos Aires, Paidós.