



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

STAGE OF mind

**El impacto del proyecto “StaGe of Mind:
mejorando las habilidades de los adultos con
enfermedad mental a través de las artes
escénicas multidisciplinares”**

El impacto del proyecto “StaGe of Mind: mejorando las habilidades de los adultos con enfermedad mental a través de las artes escénicas multidisciplinares”

Autoras: Despina Katsouda, Barbara Tsougrani, Nikoletta Turlende, Cleo Mavroudi

El apoyo de la Comisión Europea a la elaboración de esta publicación no constituye la aprobación de sus contenidos, que reflejan únicamente las opiniones de sus autores. La Comisión no se hace responsable del uso que pueda hacerse de la información contenida en ella.

Número del proyecto: 2020-1-ES01-KA227-ADU-095918

Página web del proyecto: www.stageofmind-project.eu

Introducción

"El artista es el origen de la obra de arte. La obra de arte es el origen del artista. Uno no existe sin el otro. Y, sin embargo, ninguno es el único origen del otro."
Martin Heidegger (El origen de la obra de arte, 1960)

Las artes son un terreno fértil para que personas de todas las edades se liberen, sean creativas, se diviertan, adquieran conocimientos y cultiven su sensibilidad estética. Además, funcionan como medio de relajación y descarga emocional, al tiempo que tienen un papel terapéutico al ofrecer a la persona la posibilidad de expresar libremente sentimientos, pensamientos e inquietudes de forma creativa y en un entorno seguro (Alkistis, 2008, Samaras, 2020).

El teatro es una de las artes cuya contribución y valor han sido reconocidos desde la antigüedad. Desde el punto de vista mental, emocional, estético y educativo, contribuye al desarrollo integral y a la evolución de la persona (Sextou, 2007, Samaras, 2020). En la antigua Grecia, ya se percibía como un arte complejo, que combinaba tres artes juntas: danza, canto, actuación (Dermati, 2017), algo que también reconocen los teóricos modernos del teatro, que lo caracterizan como un arte colectivo y complejo, ya que incluye el arte de la actuación, el habla, la retórica, la danza, la música, las artes visuales, incluyendo, en nuestros tiempos, también elementos de la tecnología.

Además de las anteriores cualidades del teatro, según Faigin & Stein (2010), es especialmente importante su papel en la recuperación y rehabilitación de personas con problemas psicosociales. Entre las formas más extendidas de cooperación entre el teatro y el campo de la salud mental se encuentran los métodos psicoterapéuticos del psicodrama y la dramaterapia, que tienen sus raíces en una amplia gama de enfoques psicológicos y sociológicos, como el psicoanálisis, la teoría de la relación de objeto, la psicología evolutiva y otros enfoques de las ciencias sociales. Sus objetivos incluyen la mejora de la

autoimagen y la autoconciencia, la exploración y el procesamiento de acontecimientos traumáticos, el fortalecimiento de las habilidades de resolución de problemas y la mejora de los síntomas asociados a diferentes tipos de trastornos (Schnee, 1996, Landy, 1997, Faigin y Stein, 2010).

Los estudios sobre el efecto de las terapias artísticas en diversos grupos de población, por ejemplo, personas sin hogar con problemas psicosociales, hacen referencia al fortalecimiento de las habilidades de resolución de problemas, a la mejora de la adaptación y de las habilidades sociales (Golub, Nardacci, Frohock, Friedman, 1993, Katz, Nardacci, Sabatini, 1993, Schnee, 1996, Faigin & Stein, 2010), así como a la promoción de la inclusión social (Schnee, 1996, Manos 1997).

Breve descripción del proyecto StaGe of Mind

El proyecto StaGe of Mind ha tenido una duración de dos años (mayo 2021-abril 2023) y se implementó en 3 países – España, Grecia e Irlanda – con la participación de seis organizaciones: tres organizaciones de salud mental unieron fuerzas con tres organizaciones de artes escénicas, con el fin de dar a las personas con problemas de salud mental la oportunidad de participar en actividades creativas y en un proceso de co-creación bajo la guía de profesionales expertos en artes escénicas y presentar al público una obra original.

El proyecto, cofinanciado por el Programa Erasmus+ de la Unión Europea, ha sido coordinado por la Fundación INTRAS (España) con la colaboración de Rayuela Producciones Teatrales S.L. (España), Society of Social Psychiatry P. Sakellaropoulos (Grecia), Angels of Joy (Grecia), Housing Association for Integrated Living (Irlanda) y Smashing Times Theater Company Limited (Irlanda).

El proyecto, que tenía previsto involucrar al menos a 45 personas, llegó finalmente a 62 beneficiarios, aunque no todos ellos asistieron a todo el programa de formación, abandonándolo en algún momento o incorporándose más tarde. La mayoría de los participantes fueron personas con problemas de salud mental

graves y prolongados, beneficiarios de servicios de salud mental proporcionados por las organizaciones de salud mental socias del proyecto en Atenas, Dublín y Valladolid. En el caso del grupo español, también se ofreció la oportunidad de participar en el programa a algunas personas sin hogar, usuarias del albergue municipal de la ciudad.

Objetivos del proyecto

El proyecto se creó con el propósito principal de ofrecer acceso a las personas con problemas de salud mental al entorno artístico y cultural del teatro con el objetivo de contribuir a la mejora de su calidad de vida y de sus habilidades, pero también a la eliminación del estigma asociado a la enfermedad mental, promoviendo su inclusión y participación social a través de su participación activa en la escena cultural y artística. Los objetivos específicos del proyecto han sido:

- Mejorar las capacidades cognitivas y las habilidades transversales de personas adultas con problemas de salud mental a través de una formación a medida en artes escénicas.
- Facilitar su acceso a la escena cultural y artística.
- Combatir el estigma asociado a las enfermedades mentales dando visibilidad al colectivo a través de la escena cultural y artística.
- Preparar a los participantes para autogestionar un grupo de teatro de cara a mantener un grupo duradero con un sentido intrínseco de pertenencia.

En el StaGe of Mind participaron finalmente 62 beneficiarios que tuvieron la oportunidad de acercarse a las artes escénicas a través de un programa educativo desarrollado por profesionales especializados del ámbito artístico en colaboración con profesionales de la salud mental. El programa se ha desarrollado con la intención de formar a personas con problemas de salud mental y luego involucrarlas en un proceso de co-creación que finalmente ha desembocado en la

creación de tres obras de teatro originales representadas en teatros de Atenas, Valladolid y Dublín.

Implementación del programa

El programa se ha desarrollado en dos fases. La primera, de aproximadamente ocho meses, se ha centrado en los principios y métodos básicos de las artes escénicas. La estructura y el contenido de los talleres se han basado en el contenido de diez módulos de formación desarrollados por las tres organizaciones expertas en artes escénicas involucradas en el proyecto y abarcan toda la gama de disciplinas artísticas y áreas de formación necesarias para dirigir un espectáculo de teatro musical.

La segunda fase ha durado unos seis meses y ha estado dirigida a la producción y preparación de una representación teatral original realizada por los propios participantes bajo la guía y coordinación de profesionales del sector artístico. El objetivo ha sido utilizar los conocimientos que los participantes habían adquirido durante la fase anterior e iniciar un proceso de co-producción en el que los participantes pudieran trabajar con profesionales de las artes escénicas con el objetivo de crear una obra de teatro desde cero.

Los talleres educativos

Los talleres del programa de formación desarrollado comenzaron a finales de 2021 y tuvieron una duración total de 14 meses, divididos en dos fases, la preparatoria y la creativa, para finalizar con la producción y presentación de una representación de teatro entre febrero y marzo de 2023.

El objetivo principal de los talleres ha sido mejorar las habilidades y aptitudes de los participantes, incluyendo su memoria, comunicación, creatividad, concentración y perseverancia. Además, otro de los objetivos ha sido crear un grupo sólido y estable. En resumen, el programa no solo ha buscado mejorar las

habilidades individuales de los participantes, sino también crear un espacio colaborativo y de apoyo, así como estimular el interés de los participantes hacia el arte con la posibilidad de crear y mantener en el tiempo un grupo de teatro amateur capaz de llevar a cabo nuevos proyectos creativos en el futuro.

El proyecto StaGe of Mind ha propuesto la innovadora idea de co-crear una obra de teatro musical a través de la colaboración entre participantes amateurs y profesionales de las artes escénicas. Para lograr esto, un grupo internacional de artistas ha trabajado con expertos en salud mental para diseñar una metodología educativa-artística para facilitar este proceso. Esta iniciativa ha sido innovadora porque las personas con enfermedades mentales graves y crónicas han sido históricamente estigmatizadas y excluidas de muchas áreas de la sociedad, incluyendo el mundo del arte y la cultura. Al brindarles la oportunidad de co-crear una obra de teatro con profesionales de las artes escénicas, se les ha dado una oportunidad única para explorar su creatividad y habilidades artísticas, y romper con los estereotipos y prejuicios asociados con su enfermedad. Además, la co-creación es una herramienta valiosa para la recuperación y mejora de la salud mental, ya que puede mejorar la autoestima, las habilidades sociales y de comunicación, y fomentar un sentido de pertenencia y comunidad en los participantes.

Los resultados del proyecto

Durante los dos años de duración del proyecto StaGe of Mind, los socios han colaborado para desarrollar diferentes resultados.

a) Un programa innovador de formación educativo-artística, basado en una variedad de artes escénicas: teatro, danza y coreografía, dirigido a la mejora de las habilidades transversales de personas adultas con problemas de salud mental.

- b) Un blog que alberga artículos sobre la conexión entre el arte y la salud mental, así como entradas sobre los avances de las diferentes actividades del proyecto a nivel local.
- c) Tres obras de teatro originales que se han producido durante la fase creativa del programa, de manera colaborativa, y se han representado en teatros de Valladolid, Dublín y Atenas.
- d) Un portal online donde es posible encontrar el material educativo desarrollado para poder replicar el programa en otras organizaciones y contactar con el consorcio del proyecto en caso de necesitar apoyo.
- e) Un informe que presenta los puntos fuertes y débiles del programa, así como recomendaciones para futuras réplicas.
- f) Un informe que recoge las impresiones de las personas que han participado en las actividades del proyecto, cuyos comentarios se han recogido periódicamente mediante cuestionarios y grupos focales para evaluar el programa.

Participantes y proceso de evaluación

El objetivo inicial del proyecto era involucrar a 45 participantes en 3 países, es decir, 15 por país. Esta expectativa se ha superado durante la fase de ejecución. Finalmente, 62 participantes han participado en las dos fases de implementación del programa de formación: 32 de España, 18 de Irlanda, 12 en Grecia, aunque cabe destacar que su participación no ha sido constante en el tiempo, es decir que no todos aquellos que empezaron la formación, han participaron en ambas fases y en la representación de la obra final y también que no todas las personas que finalmente han participado en la obra final participaron en ambas fases del programa. Un total de 36 beneficiarios han participado en la primera fase del programa (14 de España, 12 de Grecia y 10 de Irlanda), mientras 48 personas han participado en la segunda fase (22 de España, 18 de Irlanda y 8 de Grecia), o sea

en la preparación y la representación final del espectáculo. Además, cabe destacar que el grupo griego han involucrado en esa segunda fase a otros 35 beneficiarios que han participado en la representación final mediante grabaciones de vídeo. Involucrar a estos 35 beneficiarios ha sido la respuesta al abandono del programa de formación por parte de algunos participantes del grupo griego en la segunda fase de implementación del programa. Las organizaciones griegas han propuesto incluir en el proyecto a usuarios de las cuatro regiones geográficas donde ofrecen servicios de salud mental, dando así la posibilidad a más personas de participar, aunque a distancia, en la creación y representación de la obra final, donde su contribución consiste en una serie de vídeos que forman parte integrante de la narración representada en el escenario.

A lo largo de la duración del proyecto, los tres grupos no han sido estables por diversos motivos. Este hecho ha dificultado el proceso de comparación de resultados a intervalos regulares. Para superar este impasse metodológico, en la segunda fase de ejecución del programa, cuando se han involucrado a nuevos participantes, se han recogido datos adicionales mediante grupos focales y entrevistas en la fase de preparación del espectáculo final, así como después de la representación.

Todos los participantes tenían entre 20 y 70 años. En los tres países participantes había una alta concentración de participantes de entre 40 y 50 años. En cada fase del proyecto ha habido muchos más participantes masculinos que femeninos; la participación de los hombres ha sido mayor que la de las mujeres en los 3 países. A lo largo de la implementación del programa, los facilitadores han encontrado dificultades comunes a la hora de formar un grupo estable de participantes. Muchos, de hecho, se retiraron del proceso en diferentes momentos y por diversos motivos: algunos señalando su incomodidad ante la perspectiva de una actuación pública, otros por factores externos como recaídas o problemas relacionados con su proceso de recuperación, o cambios en sus vidas que afectaron su posibilidad de participar.

Evaluación del programa

A lo largo de la implementación del proyecto se ha seguido un complejo proceso de evaluación que ha incluido el diseño inicial de un cuestionario para la evaluación del programa de formación por parte de los participantes, su distribución y cumplimentación, la extracción de resultados preliminares y la elaboración de informes locales que luego se resumieron en un único informe conjunto. El proceso ha dado lugar a la redefinición de los objetivos de la siguiente fase tras la identificación de nuevas necesidades y tras valorar las habilidades alcanzadas y el grado de consecución de los objetivos del periodo de referencia.

El proceso de evaluación por parte de los beneficiarios del programa mediante cuestionarios se ha repetido tres veces desde el inicio de los talleres educativos hasta su finalización: unas semanas después del inicio de la primera fase del programa, a mitad de su ejecución e inmediatamente después de su finalización. También se ha distribuido un cuestionario poco antes de la representación de teatro, aunque en la segunda fase creativa del programa, los socios han decidido utilizar nuevas herramientas para recoger las opiniones de los participantes. Tras el espectáculo, se han llevado a cabo grupos focales y entrevistas para recabar datos significativos y opiniones de los participantes.

Los facilitadores de los talleres también han rellenado un formulario de evaluación al final de cada sesión para registrar el grado de consecución de los objetivos de y los progresos individuales de cada participante, así como los logros del grupo, con el fin de hacer un seguimiento de todo el proceso y ajustar el plan según las necesidades específicas.

Resultados de la evaluación

Los resultados de las evaluaciones muestran que el programa de formación ha tenido un efecto significativo en las áreas emocionales, comportamentales, cognitivas y de habilidades para la vida de los participantes. En términos generales, el programa ha tenido un impacto positivo en la vida cotidiana de los beneficiarios, mejorando su funcionalidad y disposición para realizar tareas diarias, así como también fomentando el mantenimiento de su rutina diaria y su higiene y cuidado personal. Además, les ha brindado la oportunidad de adoptar una nueva rutina que ha resultado en mejoras significativas en la gestión de comportamientos disfuncionales.

El programa también ha proporcionado un apoyo valioso para el desarrollo de nuevas conexiones sociales y amistades entre los participantes. Como resultado, algunos participantes expresan que el proceso ha apoyado su independencia en la vida diaria.

Además, una proporción significativamente alta de los beneficiarios indican que durante la formación han experimentado un aumento en la creatividad y aprendido cosas nuevas. También han manifestado su disposición a motivar a otros a arriesgarse e intentar algo nuevo en sus vidas, y han expresado sentirse más felices después de las sesiones. Asimismo, durante las sesiones, muchos participantes han desarrollado nuevas relaciones sociales y amistades fuera de su familia, y se han vuelto más autónomos e independientes, sintiéndose cada vez más presentes al desprenderse de pensamientos y preocupaciones fuera de la sesión.

Algunos participantes que habían reportado previamente ansiedad y angustia generalizadas han notado una mejora durante su participación en el programa de formación. Otros participantes, aunque inicialmente se han sentido incómodos con los ejercicios de memoria y concentración, también han señalado mejoras en estas áreas gracias a su participación en los talleres.

En cuanto a las relaciones y la conexión con el equipo, los participantes han indicado que han disfrutado trabajando en equipo y cooperando. Además, han

desarrollado nuevas formas de comunicación, habilidades de liderazgo, interés en trabajar en equipo, interés en aprender de las experiencias de los demás e ganas de trabajar hacia objetivos compartidos.

La mayoría de los participantes coincide en que el programa de formación ha mejorado significativamente sus habilidades comunicativas. Este progreso ha sido más evidente en la segunda fase, cuando los grupos se habían consolidado, aumentando la confianza y mejorando las relaciones entre los participantes, que, desde ese momento, se han sentido más seguros a la hora de asumir riesgos en la comunicación, lo que ha contribuido a crear un ambiente de trabajo más colaborativo y productivo. Es importante destacar que algunos participantes presentaban diagnósticos que afectaban su capacidad para participar plenamente en el programa, como deficiencias en el habla o limitaciones verbales. En algunos grupos, también ha habido personas extranjeras con escaso conocimiento del idioma local, lo que ha dificultado su participación de manera significativa. Si bien en algunos casos ha sido posible involucrar a personas que no se expresaban verbalmente pero que entendían lo que sucedía a su alrededor, en otros casos el proceso ha resultado muy complicado y, en ocasiones, ha llevado al abandono del programa por parte de estas personas.

También es importante destacar que todos los participantes se han sentido incluidos y valorados como parte del grupo, y que todos han sentido que contribuían activamente al proceso. Los facilitadores han aplicado un enfoque integrador en relación con el lenguaje y la comunicación, combinando ejercicios verbales y no verbales y proporcionando apoyo para mejorar la voz y la dicción. Los participantes han expresado sentirse apoyados por el grupo y han notado que los facilitadores han fomentado la interacción grupal y la expresión individual.

En cuanto a la relación con su cuerpo y su condición física, según cuentan los participantes, el programa les ha brindado la oportunidad de explorar su cuerpo a través del movimiento, lo que les ha permitido sentirse más cómodos expresándose físicamente. Además, algunos participantes han mencionado que el

programa les ha proporcionado un espacio para la reflexión y para descubrir nuevos intereses y facetas de sí mismos.

Además de los beneficios experimentados, los participantes también han mencionado algunos de los mayores retos que han enfrentado durante el programa, sobre todo aquellos relacionado con el movimiento físico y la coordinación, la memoria y la retención de información, la expresión individual, la toma de iniciativa, el miedo de cometer errores y la baja confianza en uno mismo.

En lo que respecta al diseño general del programa, los beneficiarios han expresado su satisfacción general con el mismo. Han destacado la capacidad de sus facilitadores para adaptarse a las necesidades del grupo, prestando especial atención a las personas que requerían más tiempo y ejercicios para mejorar su confianza y seguridad en sí mismos, así como para familiarizarse con los ejercicios vocales y musicales.

En cuanto a la actitud de los facilitadores, los beneficiarios de todos los países coinciden en que les han brindado apoyo y motivación constantemente. Además, se han preocupado por crear un ambiente cálido, seguro y de confianza, y comunicaron claramente los ejercicios y objetivos del programa. A su vez, han mantenido su autenticidad e interés real por el proyecto, al mismo tiempo que han respetado a los participantes en cuestiones de autoconfianza y autoconciencia.

Varios participantes han afirmado que estarían encantados de asumir el papel de co-facilitadores si tuvieran la oportunidad de repetir el programa en el futuro.

Los participantes han evaluado de manera positiva la flexibilidad y adaptación de las actividades en cada taller y el uso de la música como herramienta de apoyo, relajación, expresión, mejora de coordinación y concentración en el momento presente, así como para combatir la ansiedad. Asimismo, la música también ha funcionado como un medio para conectar al grupo y crear un ambiente de familiaridad y confianza.

Una característica particularmente apreciada ha sido la capacidad de valorizar las particularidades de cada participante e integrarlas en la trama y representación final, lo que ha fomentado la aceptación y la inclusión. Esto ha permitido que los participantes se sintiesen empoderados, al darse cuenta de la importancia de su historia personal y de su experiencia para la representación, para sus compañeros y, en última instancia, para el público.

Los facilitadores han utilizado el potencial de los participantes sin alterarlo y con aceptación, sin juzgarlo ni intentar cambiarlo, mejorarlo o embellecerlo. Este enfoque metodológico no directivo ha facilitado la cohesión del grupo, la asunción de responsabilidad e iniciativa, la conexión con objetivos comunes, y también ha contribuido a reforzar el desarrollo de la atención y la memoria, mejorando las habilidades cognitivas en general, y reforzando la resistencia física y mental.

Además del impacto cognitivo, social y emocional, los participantes han experimentado una transformación en sus percepciones sobre las artes y eventos culturales. Muchos de ellos, al principio, se sentían ajenos a las artes y no habían tenido experiencias similares a su participación en este programa o ni siquiera asistido a obras de teatro en algunos casos. Sin embargo, tras su participación, muchos afirman haber desarrollado una mayor confianza para conectarse con la cultura y las artes.

Además, en algunos casos, los participantes han establecido relaciones y vínculos con otros grupos que se dedican al teatro u otras disciplinas artísticas, manifestando su deseo de formar parte de una comunidad artística duradera y participar en más iniciativas culturales. Aunque se ha logrado en cierta medida el objetivo de promover la presencia a largo plazo en la escena artística y crear una comunidad duradera, algunos participantes necesitan más apoyo y formación para seguir avanzando.

Para una próxima fase del proyecto, se sugiere un programa similar pero basado en la creación de vídeos, que permita una exposición menos estresante y facilite los mismos resultados positivos para los participantes.

Dramaturgia e impacto artístico

A la hora de crear las obras finales del proyecto, los grupos se han enfrentado a la esencia de la dramaturgia y del teatro: nuestra verdad; es decir, nuestra verdad existencial humana. No se trata de la verdad objetiva y mensurable, sino de la subjetiva, infinita, la verdad de cada persona que es creadora y testigo de su obra y experiencia. Si esta verdad tiene infinitas caras, héroes y temas, a través de esta experiencia se ha demostrado que lo parcial puede expresar lo total. El teatro es un lugar único que nos concierne y nos incluye a todas las personas como seres humanos, sin discriminación alguna.

La dramaturgia de las obras teatrales creadas transmite en el escenario la verdad de sus creadores: la verdad de la angustia mental ante el trauma, la pérdida, la separación, la soledad, la frustración, la verdad de la tragedia de la existencia humana que se enfrenta a desafíos de la vida como un diagnóstico psiquiátrico, el estigma, la soledad. También se transmite la verdad de las relaciones humanas; y además la otra verdad, la de la transformación del drama en catarsis, en liberación, en “educación del alma” en el sentido griego antiguo y, finalmente, en una experiencia gratificante.

Por esta razón, las obras teatrales creadas utilizando la diversidad como herramienta no solo expresan las perspectivas de los participantes, sino que presentan temas universales, relevantes y cercanos, y tratan sobre todos nosotros, los seres humanos: como personas y testigos de nuestra experiencia, como protagonistas de nuestra historia y como público.

Es por eso que los tres espectáculos han tocado los corazones del público que llenaron los teatros de Valladolid, Dublín y Atenas.

Las obras finales y su impacto

- **Dublín, Irlanda. *“Awakening a Wake. Las familias son complicadas, incluso cuando estás muerto”***

“En "Awakening A Wake" conocemos a Mike, un dublinés recientemente fallecido, cuyo destino en la otra vida será juzgado por cómo le recuerden su familia, sus amigos y sus vecinos. Guiado por el Ángel de la Muerte, Mike dispone de tres días para aprender de lo que su familia y amigos piensan de él. Su espíritu observa a su familia y amigos hablando de él en su velatorio, y se revela un lado más amable de Mike. La obra termina con una oportunidad de redención. El ángel de la muerte le recuerda que él mismo creó su propio infierno en la tierra, ahora es el momento de que Mike tome una decisión sobre el viaje que emprenderá a continuación. Su destino está en sus manos...”

La obra se desarrolla en torno a la tradición irlandesa del "velatorio". El velatorio irlandés es una celebración de la vida, una última fiesta, una última canción y un último brindis en honor del difunto. Los irlandeses ríen y lloran mientras rememoran durante el velatorio algunos de sus momentos más entrañables con el difunto.

El tema original surgió de la experiencia de dolor y pérdida del padre de uno de los beneficiarios del proyecto StaGe of Mind en Irlanda. Para él, la pérdida de su padre fue el principio de sus problemas de salud mental. Los talleres del proyecto proporcionaron al participante un espacio seguro para nombrar y explorar esta experiencia.

A pesar de la incomodidad iniciales para abordar un tema tan desafiante, el grupo irlandés aceptó trabajar con este tema y le ofreció la oportunidad de explorar su historia y su experiencia de forma segura. Sus compañeros aprovecharon esta oportunidad para explorar en colaboración con él sus propias experiencias de dolor, arrepentimiento, soledad y redención, y se le proporcionó el espacio escénico y los medios teatrales para representarlo con los otros miembros del grupo que se dieron confianza mutua para compartir y explorar parte de su propia historia. Construyendo la confianza y explorando las poderosas e interesantes

representaciones de personas en duelo, se sorprendieron, cuando la historia finalmente salió a la luz, al enfrentarse a otra verdad: incluso ante la muerte, las familias pueden ser complicadas.

- **Valladolid, España. "Una fiesta de despedida"**

“Una fiesta de despedida es una obra musical con la que sus participantes, culminan un proceso de aprendizaje y creación.

Le dicen adiós, por un rato, a las presiones, a la invalidación y al agotamiento que supone ser disidentes de una norma que ni los escucha ni les da voz. Se convierten en protagonistas y escritores de su propia historia.

Una fiesta de despedida es un alegato a la resiliencia. Los intérpretes preparan el espacio escénico y a su vez la fiesta de la que participarán. Se visten con sus mejores galas y cuentan que: según el INE hay 3,4 millones de viviendas vacías y 28.552 personas sin hogar; que a veces hay que parar, construirse un nido y llorar en soledad; que hay ocasiones en las que te cortan las alas y después de un año de libertad esperas 5 para recuperar el vuelo; que la rabia se transforma en tristeza y tu felicidad, no depende de ti, sino de las oportunidades que tengas o de los idiotas con los que cruces ese día; que hay un muro que les impide pasar, decidir si quieren caminar, volar o ambas opciones.

Como el muro sigue ahí, ellas y ellos vuelven a sus refugios. Ven la saga de Harry Potter o el partido de fútbol, miran el mar desde la orilla, escuchan música en la habitación o en el escenario y montan una fiesta de despedida, con luces, chocolate con churros, mucho dorado y su Playlist ideal.”

Los participantes se enfrentaron a intensas inseguridades, miedos y dudas hasta que, al final, el elenco consiguió cautivar y emocionar al público. En la representación, se manifestaron con una seguridad y confianza en sí mismas que ninguna de ellos creía tener.

"Una fiesta de despedida" es un proyecto sencillo, pero inteligente y moderno. Uno de los logros más importantes del proceso creativo de su origen fue que surgió en los participantes una necesidad que antes no tenían o no sabían que podían tener: la de ponerse delante de un micrófono y descubrir que, además de terapéutico, también es valioso e importante dejar nuestros refugios un rato y compartir experiencias vitales con otras personas que puedan sentirse igual.

- **Atenas, Grecia. "El café de los tímidos"**

"El Café de los Tímidos" es un lugar de encuentro cotidiano, en un barrio de Atenas como Kallithea y en una época como la nuestra. Este domingo, sin embargo, es diferente... ¿Qué se esconde tras el mal humor del señor Fotis, el tendero? ¿Cómo se escribe una canción? ¿Y cómo puede un inocente juego llevar al reconocimiento y reencuentro de dos hermanos perdidos? Los tímidos que allí se reúnen se acercan más de lo habitual y son testigos tanto de la soledad y el aislamiento que dominan la vida contra nuestra voluntad, como del poder de la comunicación humana cuando se basa en la aceptación, el respeto, la celebración y la alegría de la convivencia...".

La representación griega fue también el resultado de un trabajo en equipo. Desde el título de la obra hasta el argumento y los personajes, la composición de la acción perteneció exclusivamente y sin excepción a todos los miembros del grupo, incluso a los que no llegaron al final del viaje, cuya presencia e impronta quedan sin embargo registradas en las escenas y frases de la obra.

Nadie hizo una audición para participar en el café de los tímidos. Una simple invitación reunió a beneficiarios de servicios de salud mental, terapeutas, artistas y voluntarios, miembros iguales de un gran grupo con un propósito común, algo así como lo que debería ser cualquier comunidad: personas diferentes, con capacidades diferentes que aportaban lo que cada una pueda. Todos ellos decidieron decir un rotundo "sí" a la vida y celebrar juntos lo que podían aportar.

A través de ensayos y pruebas, los miembros de esta pequeña comunidad temporal se convirtieron en partidarios unos de otros. Al final, lograron celebrar tímidamente, o no tan tímidamente, el hecho de haber alcanzado su objetivo. El público del abarrotado teatro compartió sus emociones, riendo y cantando junto a los tímidos, y experimentando una conexión emocional única. En definitiva, "El Café de los Tímidos" nos recuerda la importancia de la comunidad para superar la soledad y el aislamiento en nuestras vidas.

Conclusiones

El proyecto StaGe of Mind ha proporcionado un marco para que los participantes reflexionaran sobre sus problemas y pudieran proyectar nuevas formas de resolverlos. El espacio transitorio del escenario les ha permitido explorar sus emociones y áreas mentales previamente inaccesibles o abandonadas por años en la negación y el olvido de su historia personal.

A través del uso de mitos, cuentos, sueños y tradiciones, los participantes han revivido experiencias personales y las han procesado de manera más directa a pesar de la distancia estética del espectáculo. A través de la metáfora y el simbolismo, han procesado sus problemas de manera profunda y significativa.

El poder inclusivo del arte, el teatro y la creación ha sido redentor, demostrando que el teatro puede ser más que entretenimiento y liberación, puede ser una herramienta para el crecimiento personal y el desarrollo de una comunidad.

Epílogo

Entonces, ¿qué tienen en común las tres producciones teatrales del proyecto StaGe of Mind? ¿Qué tienen en común con otras creaciones teatrales?

El filósofo M. Heidegger nos da su contundente respuesta: "Entonces, la esencia del arte parece ser esto: revelar a través del proceso artístico, la verdad de los seres".

El arte tiene la capacidad de revelar y comunicar verdades profundas sobre la existencia humana y el mundo que nos rodea y estas tres producciones han mostrado verdades sobre la salud mental, las relaciones y la experiencia humana de una manera única y poderosa.

Bibliografía

Faigin, D. A., & Stein, C. H. (2010). The power of theater to promote individual recovery and social change. *Psychiatric services (Washington, D.C.)*, 61(3), 306–308. <https://doi.org/10.1176/ps.2010.61.3.306>

Golub, W., Nardacci, D., Frohock, J., & Friedman, S. (1993). Interdisciplinary strategies for engagement and rehabilitation. In S. E. Katz, D. Nardacci, and A. Sabatini (Eds.), *Intensive treatment of the homeless mentally ill*, Washington, D.C.: APPI.

Heidegger, M. *Der Ursprung des Kunstwerkes*, RECLAM 1960.

Heidegger, M. *Η προέλευση του έργου τέχνης*, μτφρ Γιάννης Τζαβάρας, Δωδώνη 1986.

Jones Ph. (2021) *THE ARTs THERAPIEs, A Revolution in Healthcare SECOND EDITION*

Katz, S. E., Nardacci, D., & Sabatini, A. (1993). *Intensive treatment of the homeless mentally ill*. Washington, DC: American Psychiatric Press.

Landy, R. J. (1997), Drama therapy—the state of the art, *The Arts in Psychotherapy*, 24 (1), 5-15, [https://doi.org/10.1016/S0197-4556\(96\)00069-X](https://doi.org/10.1016/S0197-4556(96)00069-X).

Lobrot, M. (1974), *L'animation non-directive des groupes*. Paris, éd. Payot.

Lobrot, M. (2015), *Ζώντας μαζί – Η παρεμβαίνουσα μη κατευθυντικότητα στη ζωή μας*. Αθήνα, εκδ. Αρμός.

Odell-Miller H., Hughes P. & Westacott M. (2006) An investigation into the effectiveness of the arts therapies for adults with continuing mental health problems, *Psychotherapy Research*, 16:1, 122-139, DOI: 10.1080/10503300500268342

Routledge 2 Park square, Milton Park, Abingdon, Oxon OX14 4RN

Schnee, G. (1996) Drama therapy in the treatment of the homeless mentally ill: Treating interpersonal disengagement. *The Arts in Psychotherapy*, 23 (1), 53-60 (doi.org/10.1016/0197-4556(95)00041-0.)

Άλκηστις (2008), Μαύρη αγελάδα-άσπρη αγελάδα. Δραματική Τέχνη στη Εκπαίδευση και Διαπολιτισμικότητα, Αθήνα: Τόπος

Δερμάτη, Α. (2018). Η αριστοτελική σκέψη για το θέατρο και το χορό: Σύνδεση με το σήμερα. *Conatus*, 2(1), 21-34. doi: <http://dx.doi.org/10.12681/conatus.16039>

Μάνος, Ν. (1997). Βασικά στοιχεία κλινικής ψυχιατρικής, Αθήνα: University studio press

Σέξτου, Π. (2005), Θέατρο-παιδαγωγικά προγράμματα στα σχολεία. Για εκπαιδευτικούς, ηθοποιούς, θεατρολόγους, και παιδαγωγούς-εμπυχωτές, Αθήνα: Μεταίχμιο