

Martín Martínez, Laura.

Investigación en Arte e inclusión social dentro del programa de Doctorado Artes y Educación interuniversitario entre la Universidad Complutense Madrid y la Universidad de Granada.

La investigación artística como hilo conductor entre dos mundos.

The artistic research as a conductor between two worlds.

TIPO DE TRABAJO:

Comunicación.

PALABRAS CLAVE:

Investigación artística, conciencia corporal, arteterapia.

KEY WORDS:

Artistic research, corporal consciousness, art therapy.

RESUMEN

Este artículo forma parte de una tesis doctoral centrada en el poder terapéutico del Arte capaz de abolir bloqueos emocionales. La investigación se orienta en múltiples direcciones que trascienden lo puramente académico y se entretajan con la experiencia del proceso experimental y los conocimientos adquiridos en el corpus teórico. El individuo que sufre bloqueos emocionales es capaz de construir o reconstruir correctamente la imagen mental y concepto de sí mismo mediante su propia teatralización. El arte encierra un poder terapéutico al establecer una relación entre la vida personal y corporal. Enlazando el arte y la neurociencia, podemos afirmar que la expresión artística tiene un carácter universal que sobrepasa situaciones donde el lenguaje verbal no llega.

ABSTRACT

This article is part of a doctoral thesis focused on the therapeutic power of Art capable of abolishing emotional blocks. The research is oriented in multiple directions that transcend the purely academic and are interwoven with the experience of the experimental process and the knowledge acquired in the theoretical corpus. The individual who suffers emotional blocks is able to construct or reconstruct correctly the mental image and concept of himself through his own theatricalisation. Art holds a therapeutic power in establishing a relationship between personal and bodily life. Linking art and neuroscience, we can say that artistic expression has a universal character that surpasses situations where verbal language does not arrive.

CONTENIDO.

INTRODUCCIÓN

La dramatización pone en marcha y movimiento el cuerpo en su totalidad, el cuerpo en el juego dramático es activo, lúdico e integral. Teatralizar las emociones genera un proceso terapéutico que desarticula conflictos emocionales y mejora la comunicación. Mediante el juego dramático vamos experimentando a través de propio cuerpo para alcanzar un lenguaje corporal propio. Este lenguaje corporal se transforma en un recurso expresivo puro donde la comunicación habita más allá de la expresión verbal.

La dramatización funciona como estímulo de la comunicación. Los juegos teatrales se transforman en ejercicios sensoriales que favorecen la expresión oral mediante la acción. Teatralizando las emociones se posibilita el autodescubrimiento y la exploración de diferentes sensaciones como un proceso de descubrimiento de la realidad aumentada. Escenificando conflictos emocionales se van formando y reestructurando progresivamente estados anímicos abriendo un nuevo campo de expresión.

La dramatización es el hilo conductor hacia el descubrimiento del mundo interior donde se expresa la individualidad. El movimiento y la percepción del cuerpo están interrelacionados, en el sentido de que el desarrollo motor estimula y es estimulado por el desarrollo de la visión y la audición.

Ser investigadora de mi propia experiencia vital hizo que especulara sobre la realidad tangible. Me convertí en espectadora de mi propia función. Para ser capaz de modificar y ampliar la realidad tuve que procesar un análisis exhaustivo que justifica como el cuerpo constituye un elemento esencial en la comunicación.

Enlazar el mundo del arte y la neurociencia, conduce a formular hipótesis que se plantean como vías que se trazan en la investigación para alcanzar distintos objetivos.



Figura 1 .Proceso experimental, *Entre dos mundos*. Laura Martín, (2014). Toma de imágenes luz&Lola.

Teatro y neurociencia

Varios científicos han podido observar como los pacientes que canalizan sus conflictos emocionales a través del teatro luchan mejor contra sus enfermedades y de forma más completa que recurriendo únicamente a la medicación, de alguna manera se restablecen de forma más humana interviniendo a través de su propio cuerpo y haciendo uso de la globalidad del ser. No han sido capaces de interpretar científicamente que es exactamente lo que genera el teatro pero si han podido observar resultados muy positivos a nivel físico y psíquico. Hoy en día sigue siendo un misterio mientras los nuevos estudios demuestran como enfermos de Parkinson y Alzheimer responden mejor a los tratamientos cuando participan en intervenciones de teatro.

El neurólogo y psiquiatra Pfau (1997) en su estudio del *lenguaje corporal de la depresión* pretende guiar a clínicos y médicos en su labor profesional resaltando la importancia de la observación de las manifestaciones y comportamientos de las personas depresivas. Critica como con frecuencia los psiquiatras se apartan de una parte esencial del comportamiento médico al dejar de lado una parte fundamental del ser humano como es el lenguaje corporal. Pretende estimular a los médicos para que se despierte de nuevo su propia capacidad de observación para recuperar así la confianza de nuevo de su propio análisis clínico. Declara como de esta manera, es posible atender a los pacientes de una manera más adecuada, y hallazgos y estado de salud se observan e interpretan fácilmente dentro de su relación recíproca. El doctor explica que las relaciones interpersonales, como relación recíproca entre personas, depende más de procesos espontáneos e inconscientes de intercambio de señales que procesos reflexionados, conscientes y más lentos. La

manifestación de estados de ánimo, movimientos apasionados o pasiones de una persona, ejercen sobre los demás una sensación de estado de ánimo o vibración compartida que es conocida vulgarmente como simpatía. Los estados de ánimo pueden ser respuestas a estímulos externos, pero también pueden deberse a causas internas como recuerdos o miedos (emociones). El doctor analiza las posturas corporales ya que las posturas también hablan en lenguaje mímico. Cada movimiento determinado a un fin es al mismo tiempo un gesto expresivo. Cuando una persona hace un acto específico sólo lo expresa a su manera. En los diferentes modos de actuar se reconoce una expresión personal.

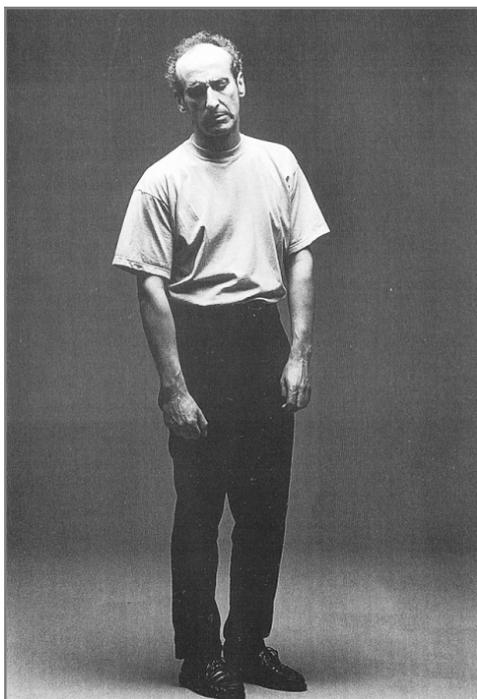


FIGURA 2. Lenguaje corporal de la depresión, B.Pfau (1997). Pag 15.

Los sentimientos y las experiencias íntimas se transmiten mediante manifestaciones expresivas. Por lo tanto se consideran manifestaciones expresivas muecas, gestos, tonos de voz y postura corporal. El doctor Pfau (1997) explica como *“muchas emociones humanas sólo se comprenden cuando se asocian a sus respectivas posturas corporales”*, (p.2).

La dramatización implica un lenguaje verbal y corporal al mismo tiempo, para que se puedan teatralizar las emociones tiene que existir una expresión corporal. A través de la teatralización de las emociones el ser humano es capaz de liberar inconscientemente sus emociones. Mediante el lenguaje corporal el individuo puede sentirse, reconocerse, percibirse en el tiempo y en el espacio para poder revelarse en su propio autoconocimiento.

La ciencia siempre ha sentido interés por los beneficios que recibe del teatro al igual que el teatro ha sentido interés por los cambios fisiológicos que genera sobre el ser humano. Ficción y realidad son tangibles cuando se produce la dramatización, la ciencia es consciente de los beneficios de la teatralización de las emociones pero no resultan cuantificables para la razón humana. Cruciani (1995) afirma *“es un error creer que existen algunos teatros-laboratorios. Todos los teatros son laboratorios: en todos se experimenta algo que no es real pero que es en vista de la denominada realidad”*, (p.92).

Lapierre y Aucountier (1980) proponen la psicomotricidad vivenciada como la mediación corporal que va más allá de las alteraciones psicomotrices y trascienden el espacio temporal. El terapeuta le ofrece su cuerpo al paciente como el espejo de sus fantasmas y así poder ayudarle a reencontrarse para poder modificar su estado emocional. La terapia que proponen estos autores consiste en una re-educación de las emociones vivenciadas a través del cuerpo. Recrear bloqueos emocionales significa el despegamiento progresivo del cuerpo para liberar la expresión de sentimientos. Estos autores afirman como la terapia psicomotriz se plantea de forma opuesta a las terapias analíticas que van de la verbalización de bloqueos o conflictos emocionales para reconducir el pensamiento consciente.

El lenguaje verbal no llega a las capas más profundas de la personalidad, en cambio el lenguaje corporal traspasa el lenguaje estructurado para revivir las relaciones corporales primarias (espacio fusional, comunicación simbólica, afirmación de identidad) y reestructurarlas.

Lapierre y Aucoutier (1980) explican como el cuerpo del terapeuta se convierte en el lugar de teatro del otro:

“Teatralidad en la que él es a la par el actor dócil y el espectador atento. A esos fantasmas el aporta la complementariedad que revelará los suyos. El cuerpo del terapeuta se troca en espejo de los fantasmas del otro, un espejo que no se refiere a la imagen real del otro, sino a la irrealidad de su imagen, a su imagen fantasmática y al complemento de esta imagen. En este sentido podemos decir que el lugar (el cuerpo del terapeuta) es “la otra cara del espejo”. (p. 76)

Gabriele Sofía (2010) coordina una serie de reflexiones publicadas en el libro 'Diálogos entre Teatro y Neurociencias' que pretenden analizar de manera científica cómo el actor estimula al espectador. Define la esencia del teatro como la relación entre el actor y el espectador. Se plantea si podemos hablar de arte-terapia o debemos decir que todo el arte es terapia. Este autor relata como un grupo de psicoanalistas de Chicago que dirigía Heinz Kohut (1999), psicoanalista austriaco, hablaba de oscilaciones psíquicas y corpóreas que se daban en una sesión terapéutica entre el psicoterapeuta y el paciente. Kohut hablaba de la existencia de correspondencia “a espejo” entre la postura asumida por el psicoterapeuta y la postura del paciente. Las neuronas en espejo funcionan de la siguiente manera según Sofía (2010):

“Las neuronas espejo son unos grupos específicos de neuronas que se activa, tanto cuando el individuo realiza una acción, como cuando el individuo ve esa misma acción realizada por otra persona. En otras palabras, el hecho de observar una acción provoca de forma inmediata la activación del mismo “programa motor” neuronal en el observador, “programa motor” que estará activo durante la ejecución de la acción: cuando observamos una acción, la estamos rehaciendo en nuestro interior. Quizá inhibamos la extensión espacial y temporal de esa acción, pero en nosotros ya ha tenido lugar una activación muscular que ha cambiado nuestro equilibrio interno y que nos ha enviado una información preciosísima acerca de la que está sucediendo frente a nuestros ojos”.(contraportada)

Si tenemos en cuenta que el actor estimula y activa las neuronas espejo del espectador, podemos afirmar que el actor mediante su expresión corporal puede hacer que el espectador reviva en su propio cuerpo lo que el actor interpreta. Por lo tanto el propio actor tiene el poder de teatralizar intencionadamente secuencias vivenciales en el espectador para que este pueda reajustarlas y revivirlas. Por lo tanto podemos establecer la hipótesis de como el actor es capaz de abrir nuevas vías de estimulación en el espectador posibles únicamente a través de la dramatización.

Conclusiones.

Teatralizar bloqueos emocionales mediante la expresión corporal conduce a revivir etapas enterradas en el subconsciente para reajustarlas. Por lo tanto, el Arte, nos ofrece recursos para resolver conflictos emocionales y enfrentarnos a la vida. En esta investigación se vislumbra como el arte puede funcionar como una estimulación multisensorial capaz de restablecer las conexiones neuronales y emocionales que han sido bloqueadas en algún momento.

FUENTES REFERENCIALES.

Cruciani, F. (1995): *Sulla scienza di Stanislavskij, en Registi pedagoghi*. Roma, Editori &Associati.

Gabriele de Sofía (coordinador). (2010). *Diálogos entre teatro y neurociencias*. Bilbao,Artezblai.

Lapierre, A.; Aucouturier, B. (1980): *El cuerpo y el inconsciente en educación y terapia*. Barcelona, Editorial Científico-médica.

Miravalles, L. (1990): *Iniciación al teatro, teoría y práctica*. Madrid, Editorial San Pablo.

Pfau, B. (1996): *Lenguaje Corporal de la Depresión / Atlas de Formas de Expresión Depresivas*. Barcelona, Ed. Mayo.