

Virginia Rangel, equip de teràpia familiar de l'Hospital de la Santa Creu i Sant Pau

«Tenemos que crear, si no seremos esclavos de la realidad.»
Spinoza

Tu no surts a la foto es una representació y una fusión magnífica entre el teatro y la terapia. El teatro es un laboratorio relacional que evoca emociones en los espectadores y que incide en la visión que la sociedad tiene del mundo (a la vez que es también una representación de la sociedad). La terapia es un contexto relacional protegido donde la comunicación y la relación son las herramientas principales para el cambio. Es un espacio de búsqueda de alternativas y de soluciones que tiene como objetivo disminuir el sufrimiento y activar las capacidades de las personas.

Este proyecto quiere promover el cambio más allá de las paredes de la consulta de un hospital. Busca alternativas en un entorno relacional diferente al familiar. El teatro como contexto que ayuda a la búsqueda de alternativas relacionales y emocionales.

Este proyecto creativo busca activar diferentes capacidades creativas y personales. Ha sido el encuentro de dos grupos de personas que crean un proyecto conjunto: 1) un grupo de terapia y 2) un grupo de profesionales del teatro. Ambos se fusionaron compartiendo sus vivencias con una frecuencia mensual durante dos años.

Producto de esos dos años de relación, es la escritura de esta obra. Durante este tiempo, se construye un objetivo común de grupo. A la vez, el grupo aporta sentimiento de pertenencia, de no estar solos, un sentimiento de unión. La fusión de ambos grupos ayuda a enfrentar miedos, a contactar con los recursos personales, a definir diferentes roles. Se comparten experiencias, sentimientos, creencias acerca del mundo. Los participantes del grupo terapéutico son capaces de dar consuelo y consejos a los profesionales del teatro. A su vez, estos últimos son capaces de compartir experiencias personales, así como de compartir estrategias teatrales como modelo de afrontamiento ante las dificultades.

Poco a poco se consolida un mismo grupo. Aquellas personas que estamos bajo la misma condición existencial y un ciclo vital similar. Se comparte el dolor, la lucha, la búsqueda y las alegrías. Todo ello recuerda el común denominador del ser humano. Se comparten fórmulas para mejorar la vida y para tirar adelante. Se produce la llamada integración grupal o inserción social.

La otra vertiente terapéutica del proyecto tiene que ver con incidir en la mirada de la sociedad en el individuo. El vivir una crisis o el tener un diagnóstico psicológico o psiquiátrico no invalida a las personas en su condición humana, en su posición existencial, tampoco a las capacidades de esa persona. No hay nada del individuo

que no represente la sociedad. Luchar contra el estigma social en el ámbito de la salud mental es tan importante como el tratamiento individual o familiar. No podemos juzgar a una persona desde el desconocimiento, desde el miedo y desde los mitos. El validar a las personas como personas capaces, que a pesar de las dificultades pueden construirse una vida mejor, es un eje principal de la intervención desde el modelo de reconfirmación (Linares, 2005).

La salud mental tiene que ver con la capacidad de amar, con la capacidad de ser activo y con la capacidad de establecer vínculos y red social. Este proyecto permite activar estas capacidades a través de la relación dentro de un grupo.

Le invitamos a ver este espectáculo con unas gafas sin tela de juicio, desde unos cristales llenos de comprensión con cada miembro de la familia. ¿Cuán empático puedo llegar a ser?

Le invitamos a vivir el viaje de esta familia.