

# LA ACTIVIDAD CREATIVA COMO PROMOTORA DE LA SALUD MENTAL. UN ESTUDIO LONGITUDINAL

Mercedes Esmirna Rios Bustos

## RESUMEN

Hace 17 años se abre en la Facultad de Estudios Superiores Zaragoza (FES Zaragoza), una serie de Talleres Artísticos que con el tiempo se conforman en dieciséis. En ellos se ofrece una formación artística diversa sin un interés profesional, sólo como una educación complementaria a la académica.

Con la finalidad de conocer más estos talleres, se realiza un estudio cualitativo con esta hipótesis: La expresión creativa canalizada a un campo social adecuado dentro de una Universidad, provoca procesos transformadores tanto en el universo subjetivo como en el intersubjetivo.

Se realizaron entrevistas individuales y grupales semidirigidas a 58 alumnos de ambos sexos con la mayor antigüedad en estos espacios, que se recabaron tanto en forma manuscrita, como en video por cámara Hi8.

Se observa una semejanza en el proceso creativo que vivieron, en el que se distinguen cuatro momentos que favorecen un crecimiento integral y más pleno, convirtiéndolos en mejores seres humanos y profesionistas, así como con una mayor tolerancia y madurez en sus relaciones grupales.

**Palabras Claves:** *Expresión creativa, sucesos transformadores, subjetividad, intersubjetividad.*

## The creative activity as mental health promotion. A longitudinal study

## SUMMARY

Seventeen years ago, at the Faculty of Superior Studies Zaragoza (FES Zaragoza), several Artistic Workshops were open to make a total of sixteen. They offered an artistic formation without a professional interest, only as a complementary academic education, with the next hypothesis: The creative expressions canalized to an adequate social field in the University provoke in the subjective and intersubjective universes different transformation processes.

Individual and group interviews were made to 58 students of both sexes. The interviews were recorded using a Hi8 camera. A similarity in the creative process they lived was observed and in which we can distinguish four integral moments making them better human beings and professionals, as well as making them more tolerant and mature for group relationships.

**Key Words:** *Creative expression, transformed events, subjectivity, inter subjectivity.*

ARTÍCULO RECIBIDO EL 22 DE JUNIO DEL 2010 Y ACEPTADO EL 15 DE FEBRERO DEL 2011.

## INTRODUCCIÓN

La presencia del eje histórico en una revisión detallada dentro de la investigación cualitativa, da al estudio información que permite percibir nuevos lados de nuestro objeto de estudio, como lo son la percepción de procesos, detectados en estos dos ejemplos.

Hace 17 años inician en la Facultad de Estudios Superiores Zaragoza (FES Zaragoza), una serie de Talleres Artísticos que con el tiempo se conforman en un total de 16.

El objetivo de estos talleres era ofrecer una formación artística no formal, que complementara a su formación académica, en donde la expresión creativa canalizada a un espacio social adecuado dentro de una Universidad, provoca sucesos transformadores tanto en el universo subjetivo como en el intersubjetivo.

Para determinar lo anterior, se realizan entrevistas tanto individuales como grupales a 58 alumnos de ambos sexos, con mayor antigüedad en esos espacios, que incluyeron aspectos biográficos de estos alumnos.

Las entrevistas fueron recabadas tanto en forma manuscrita en

## Rios Bustos ME: La actividad creativa como promotora de la salud mental

el caso de las entrevistas individuales, y grupales a través de una Cámara Digital Hi 8.

En los discursos se observa una semejanza en el proceso creativo que vivieron, donde se perciben cuatro etapas o momentos que hacen que crezcan de una manera integral y más plena, convirtiéndolos en mejores seres humanos y profesionistas, así como favorecer la tolerancia y una mayor madurez en sus vínculos grupales.

En un segundo nivel: Se realiza un análisis comparativo con la evolución de la Historia del Arte, donde se encuentra una gran similitud con el proceso antes mencionado pero a una escala diferente y en un lapso de tiempo mucho más prolongado. Apreciando un segundo proceso pero en otro nivel.

Hace 17 años se abren en la Facultad de Estudios Superiores Zaragoza, dos talleres artísticos que por la demanda ahora son 16 talleres que ofrecen educación artística sin buscar un fin profesional en los alumnos, aunque el nivel formativo es de muy buena calidad ya que los cursos los imparten profesores egresados del Instituto Nacional de Bellas Artes (INBA) o de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM).

En la actualidad estos alumnos realizan además de sus presentaciones con los Talleres, presentaciones en donde interactúan varios de estos Talleres como Coro, Teatro, Danza Contemporánea, Guitarra en un mismo número, donde unen sus creatividades para dar lugar a Performance de buena calidad e innovadores. Actualmente proyectan la madurez que han ido adquiriendo con el tiempo, al grado que les permite en el presente jugar así con sus creatividades grupales e individuales.

Con la finalidad de conocer mejor el impacto de las actividades artísticas en la personalidad de estos alumnos, se realiza este estudio cualitativo longitudinal para determinar si la expresión creativa canalizada a un campo social adecuado dentro de una Universidad, provoca procesos transformadores tanto en el universo subjetivo como en el intersubjetivo.

Con esta finalidad, se aplicaron entrevistas individuales y grupales semidirigidas con preguntas abiertas con una estructura nuclear de dos ejes centrales<sup>1-8</sup> (ver Anexo):

La población a la que se aplicaron los cuestionarios fueron alumnos de ambos sexos, con mayor antigüedad en estos espacios sin tomar en cuenta el semestre que cursan en su carrera. Con una población total de 58 alumnos.

Los discursos se recopilaron de forma manuscrita en el caso de las Entrevistas Individuales y a través de una Cámara de videos Hi8 en el caso de las Grupales.

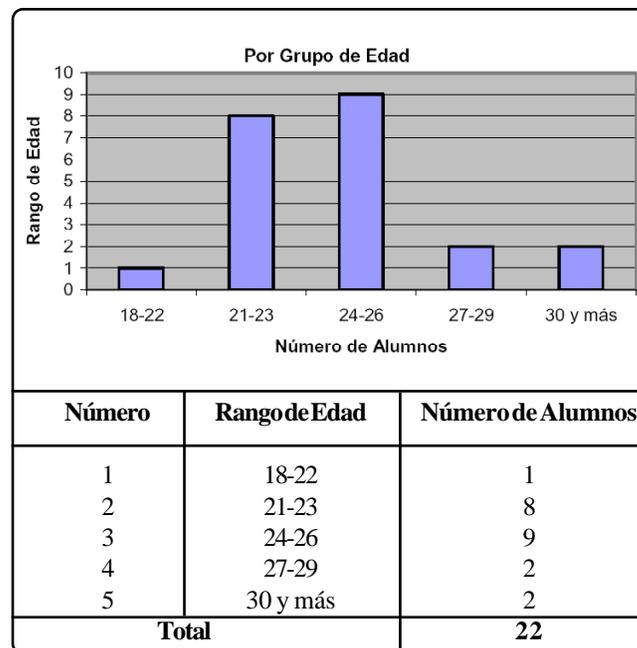
- El tiempo: Recopilar datos de la historia personal del alumno antes y después de entrar a estos Talleres, así como de antes y después de la huelga estudiantil de 1999.

- El espacio: Indagar como perciben estos Talleres y que han encontrado en ellos, a pesar de hacer un pago por asistir sin valor curricular.

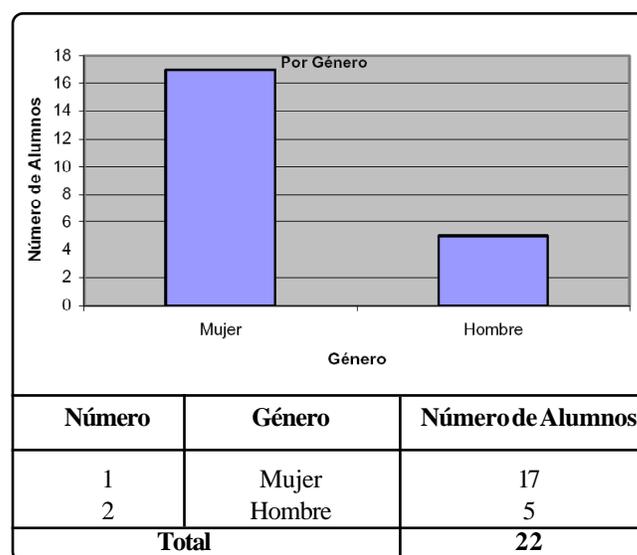
## RESULTADOS

Con las 22 entrevistas individuales, se obtuvo el siguiente perfil:

Por Grupo de edad:

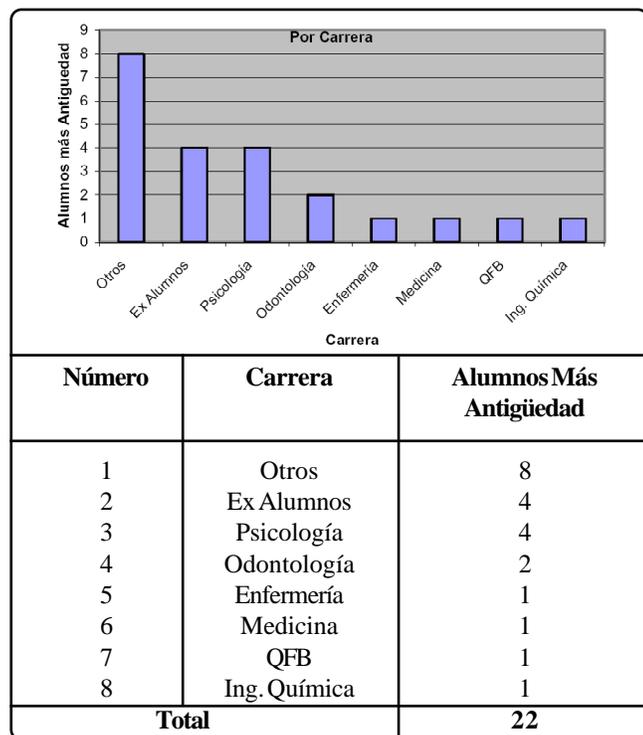


Por Género:

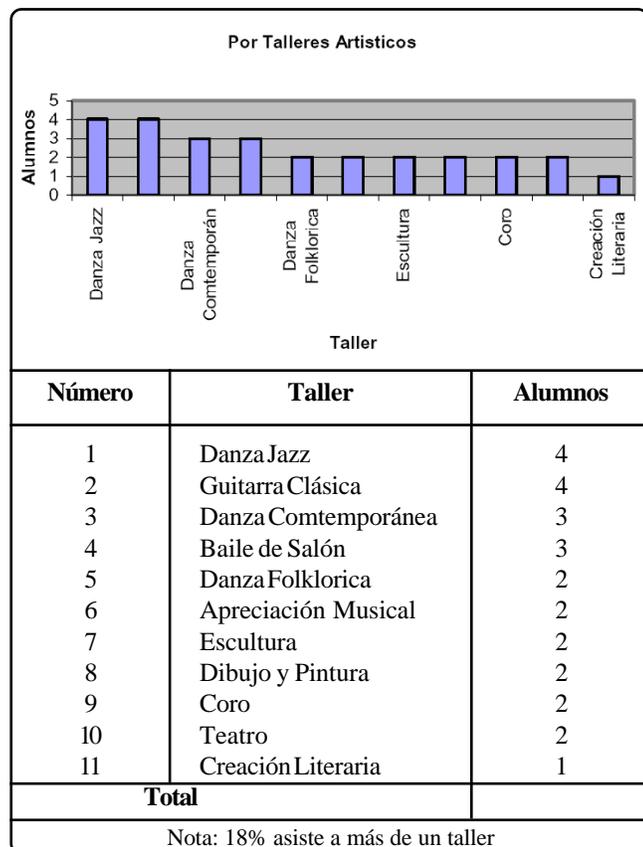


## VERTIENTES

Por carrera:



Por Talleres Artísticos:



En los discursos recabados se observó, tanto en las entrevistas individuales como en las grupales, una semejanza en el proceso creativo que vivieron estos alumnos, donde en un inicio se observa :

A: Un primer período de Represión:

Las siguientes son frases representativas de este período en los discursos recabados:

“...la carrera que tengo no me gusta, quería estudiar medicina, pero como vengo de Bachilleres me dieron ésta ...”

“... era introvertida y no tenía amigos ...”

“... era muy estricta conmigo misma, muy enojona ... me exigía mucho ... era muy seria...”

“... en la primaria era un niño callado y muy penoso ... en la secundaria era igual ... a los quince años empieza a tener migrañas atribuyéndolo a su preocupación por la situación económica familiar y la escuela ...”

“... en la infancia era muy introvertida, miedosa, insegura, en la casa bien con todos pero con pocos amigos ...”

“... me recuerdo con pocos amigos ...”

“... me recuerdo violento y siempre en pandillas ...”

“... hay una violencia psicológica en la casa por parte de mi papá ... era tímida e insegura ...”

A nivel de una segunda escala, en la Historia del Arte, también se encuentra un período de represión y censura dada por la sociedad burguesa dominante. Esto es semejante con el período represivo de estos alumnos.

B: Un segundo período de Catarsis:

Las frases que mejor representan este momento son:

“... incluso estudio mejor ... desde que estoy en estas clases saco todos mis compromisos ...”

“...me volví mucho más alegre ... siento que ahora ya saco mis emociones como que domino más mis reacciones y puedo sacar lo que pienso en ese momento sin aguantarlo ... también ahora ya soy más moderada no tengo las explosiones que me daban ...”

“... me volví mucho más amigable con más madurez, me llega a dar solo una o dos crisis de migraña al año ...”

“... estoy menos estresada, mi mal humor cambió porque yo me enojaba por todo ... estoy más tranquila ...”

## Ríos Bustos ME: La actividad creativa como promotora de la salud mental

“... haces ejercicio y te sientes mejor, mis rodillas me tronaban y ahora ya no, te vuelves más ágil, siento una seguridad en mis piernas y en todo mi cuerpo increíble y si así me siento, así pienso...”

“... me estresaba mucho, por eso buscaba un lugar de esparcimiento para poder descargarme ...”

“ ... me volví mucho más tranquilo y sensitivo ...”

“ ...lo importante ahora para mí es sacar lo que tengo adentro y sacarlo de una manera musical o plástica ... es un desahogo interior ...”

“ ... saco muchas cosas, el barro es muy rico y es un medio de expresión que me permite sacar más cosas que con el dibujo, por ejemplo: la tristeza, después de sacarla me siento bien, más tranquila ...”

“ ... porque al terminar la escuela uno se deprime algo y con el Taller me levanto, me empieza a estabilizar emocionalmente, soy bromista, más extrovertida, lo noto con mis pacientes ... más segura ...”

“... jugar con el cuerpo, la voz es una forma de expresión, de liberar las tensiones. Creo que es una forma muy sana de poder sacar las cosas ...”

“ ... me siento mucho más tranquila ...”

En la Historia del Arte se observa un período donde surgen diferentes movimientos artísticos como: El impresionismo, el cubismo, el dadaísmo, el surrealismo, el muralismo, el expresionismo, etc. A manera semejante del período de catarsis observado por estos alumnos.

### C. Un tercer período de Reflexión:

“... trato de ya no enojarme porque yo soy la única que sufre nada más...”

“ ... se me amplió el mundo ...”

“ ... soy mejor estudiante, le doy más interés a la misma cosa ...”

“ ... el cambio que noté es que quiere regresar a la escuela, que ya estoy a punto de terminar y ya estoy tramitando mi entrada a la Escuela Superior de Música ...”

“ ... tú puedes plasmar ideas y sentimientos en el barro, y siento que se queda plasmada en el material una pequeña parte de mí que logro sacar ...”

“ ... empiezo a ver las cosas desde otro punto de vista ... me siento más ubicado en la realidad ... esa violencia que sentía por fin podía sacarla en el escenario, pero también me doy cuenta que

puedo tocar de una manera muy sutil y suave ...”

“ ... he aprendido a observar las cosas y además a darle un valor...”

“... como que expreso lo que siento a través del material, me hace estar conmigo mismo para regresar de nuevo a mí misma ...”

“ ... el barro me ha enseñado a estar conmigo misma ... me he dejado de sentir extraña para conmigo misma, aterricé mucho en lo que quiero ...”

“ ... últimamente me he sentido más tranquila, más introvertida, porque veo las cosas de otra manera, con otros puntos de vista...”

“ .. me doy cuenta, mientras pinto, de cómo soy, hay algo ahí que me identifica, que ahí estoy yo, que hay un rasgo ahí que es mío...”

“ ... porque sabemos que tenemos que estudiar, cosas que hacer y terminar y aquí encuentro ese otro algo que necesito para terminar bien con lo que tengo que hacer en la escuela ...”

En la Historia del Arte durante los 60s se observa un arte más reflexivo, representado por el Arte Pop. En comparación con este tercer momento también se observan momentos más reflexivos en estos alumnos.

### D: Un cuarto período de Autonomía tanto Individual como Colectiva.

“... empiezo a dar clases de Baile para XV años en el Salón donde trabajo, así como actividades coreográficas para las personas que trabajan dentro del mismo Salón, actividad por la que me pagan, no como si fuera un Coreógrafo pero no deja de ser un dinero extra ...”

“... puse una Coreografía sobre la digestión con Danza Contemporánea, ya estaba en el Taller ...”

“ ... me volví más sensible y más segura ... ahora soy más independiente ...”

“ ... empecé a trabajar en un concierto de Joaquín Rodrigo (Fantasía para un gentil hombre). Lo llevé al Maestro Carlos Esteva y lo montamos en la Orquesta Clásica de México en la Condesa y se presentó en varios lados ( Universidad Tecnológica Neza, Sala Chopin, Universidad La Salle), no me pagaron, el enfoque de esto es perderle el miedo al público y tener experiencia en orquesta, nos dieron reconocimiento en papel ...”

“ ... eso me ha dado mayor seguridad de que ahora sí conozco lo que estoy escuchando y de que porqué elegí el concierto en el que estoy ...”

“ ... me siento más madura, más asentada ...”

“... me hice más segura de mí misma para hablar, para expresarme...”

“... no me causa temor el ir a dar un curso ...”

“... más seguridad, mayor fluidez, volumen de voz ...”

También se presentan actualmente funciones con la interacción simultánea del Taller de Guitarra Clásica, Danza Contemporánea y Coro donde conforman un Performance de buena calidad, con esto muestran qué se puede alcanzar con la disciplina y la autonomía colectiva bien dirigida.

En la actualidad en el Arte se pueden ver obras tipo Performance donde se conjugan la danza, la plástica, el teatro, etc.. Así como sincretismos muy interesantes de música clásica con jazz, de música clásica con danza, etc.<sup>9-10</sup>

## CONCLUSIONES

El proceso creativo permite una transformación tanto en la subjetividad como en la inter-subjetividad que favorece la autonomía tanto individual como grupal, lo que permite que estos alumnos crezcan de una manera integral y más plena.

Es posible percibir, por las aportaciones de este estudio de tipo longitudinal, el cambio en estos estudiantes a otra categoría de alumnos, en relación con los demás, producto de este proceso transformador explicitado en este trabajo.

En otro nivel, en un segundo ejemplo de las aportaciones de los talleres, al ser abordados estos lugares desde el tiempo como eje, en el plano longitudinal, se puede percibir otro proceso de desarrollo.

Donde se observa en las presentaciones de los alumnos como se fusionan diversas expresiones artísticas como: la música clásica con el jazz, la música clásica con la danza. Los alumnos dan al público una propuesta en sus presentaciones de Performances vanguardistas.

## ANEXO

### Entrevista Individual

Nombre: Edad:  
Domicilio: Carrera:

- 1: ¿Cómo te enteraste de los Talleres Artísticos?
- 2: ¿En cuál Taller estás inscrito?
- 3: ¿Desde cuándo estás en él?
- 4: ¿Has estado inscrito en otro u otros Talleres?
- 5: ¿Qué te hizo inscribirte?
- 6: ¿Porqué elegiste este Taller?
- 7: ¿Antes de los Talleres como era tu vida personal, empezando por tu Infancia, tu vida familiar, social, escolar?
- 8: ¿Tu adolescencia?
- 9: ¿ Tu etapa universitaria antes de inscribirte aquí?
- 10: ¿Al entrar al Taller notaste algo en ti? ¿Qué pasó?

11: ¿Qué hiciste durante los diez meses de huelga sin este espacio? ¿Lo sustituiste? ¿Cómo?

12: ¿Notaste cambios que atribuyas a la ausencia de este espacio? ¿Cuáles?

13: ¿Qué has percibido en ti mismo, a consecuencia de tu asistencia a este lugar por un lapso de tiempo razonable?

14: ¿Qué proyectos tienes para tu vida?

15: ¿La actividad artística ocupa algún lugar? ¿Cuál?

16: ¿Hay algo que no haya preguntado y que quiera decir?

### Entrevista Grupal

1: ¿Qué les hizo inscribirse?

2: ¿Qué les parece el Taller al que acuden?

3: ¿A qué atribuyen su duración en el Taller?

4: ¿Notaron algo que lo atribuyan por ser alumnos de cierto tiempo en el Taller? ¿Qué?

5: ¿Qué hicieron durante los 10 meses de huelga sin este espacio?

6: ¿Hubo cambios que hayan notado que atribuyan a la ausencia de este espacio?

7: ¿Hay diferencias en su manera de relacionarse en este espacio en relación con otros? ¿Cuáles?

8: La actividad artística ocupa algún lugar en sus proyectos de vida ¿Cuáles?

9: ¿Hay algo que no haya preguntado y que quieran decir?

### BIBLIOGRAFÍA

1. Cfr Loureau R.. El diario de investigación. Materiales para una teoría de la implicación. Cap. 2 . El diario de Malinowsky. Ed. Univ. De Guadalajara; 1989.
2. Martínez Salgado C., Szasz I., Lerner S. y cols.. Para comprender la subjetividad. La entrevista a profundidad, un abordaje en el campo de la sexualidad. Cap: Introducción al trabajo cualitativo de investigación. Ed. Colegio de México; 1988. pp 33-54.
3. Araujo G., Fernández L. Para comprender la subjetividad. La entrevista a profundidad, un abordaje en el campo de la sexualidad. Cap.: La entrevista grupal: herramienta de la metodología cualitativa de investigación. Colegio de México; 1988. pp 243-254.
4. Bleger J.. Temas de Psicología. (Entrevista y grupos). Ed. Nueva Visión; 1998.
5. Castro R., Szasz I., Lerner S., y col.. Para comprender la subjetividad. La entrevista a profundidad un abordaje en el campo de la sexualidad. Cap: En busca del significado. Supuestos alcances y limitaciones del análisis. Colegio de México; 1988. pp 57-83.
6. Cfr Denzin N. Y Lincoln, Introducción. Entering the field of Qualitative Research. Thousand oaks sage publications; 1994. p 711.
7. Cfr Patton M.. Qualitative and research. Method-Newbury Park. Sage Publicarions; 1980.
8. Cfr Fernández Ana María, De Brasi J.C. (comp.). Tiempo histórico y campo grupal. Nueva Visión. Buenos Aires; 1993.
9. Deleuze G., Guattari F.. Rizoma. Ed. Pre-textos. Valencia, España; 1976.
10. Deleuze G., Guattari F.. Mil Mesetas. Capitalismo y esquizofrenia.. Ed. Pre Textos. Valencia, España; 2000.