

Experiencia con fotografía terapéutica en un programa de rehabilitación psicosocial con personas con trastorno mental grave

David Viñuales¹, Sergio Benabarre¹, María Ángeles Alayeto², Naiara Sánchez², Alfonso Barros-LoCERTALES³

RESUMEN

Introducción. Los tratamientos para las personas que sufren un trastorno mental grave están constituidos por un cuerpo teórico interdisciplinar y por una serie de programas de intervención factibles. Dichos programas se dirigen a mejorar las capacidades a largo plazo de las personas con trastornos psiquiátricos de la forma más normalizada posible. Entre las intervenciones psicosociales cada vez son más frecuentes las terapias creativas y dentro de éstas, la "fototerapia" es una modalidad de intervención con personas con enfermedad mental en la que no existen muchas experiencias en nuestro país.

Método. Trabajo individual y en grupo (8 personas). Se ha realizado durante 9 meses de forma semanal y de una hora y media de duración cada sesión. El taller se encuentra integrado en las actividades encuadradas en el Centro de Día Arcadia gestionado por la Fundación Agustín Serrate de Huesca. Las actividades se han dividido en tres grupos: 1. Trabajo de exploración mediante la creación de imágenes, 2. Trabajo de elicitación y construcción narrativa sobre imágenes, 3. Actividades de refuerzo en la lectura y realización de imágenes.

Resultados. Se observa motivación por parte de los participantes. Se fomenta la participación social y las dinámicas grupales. Se valora como muy positivo el uso de la imagen fotográfica como medio de comunicación y de construcción de narrativas.

Discusión. El trabajo dirigido con la imagen y con el entorno cotidiano permite a las personas relacionarse con el entorno de una forma distinta adquiriendo el mundo externo de una forma general y sistémica y no como objetos aislados.

PALABRAS CLAVE

Fotografía, Arte terapia, Enfermedad mental.

Therapeutic Photography experience in a psychosocial rehabilitation program with people with Severe Mental Illness

Introduction. Treatments for people suffering a severe mental disorder are constituted by an interdisciplinary theoretical framework and a series of feasible intervention programs. These programs are directed towards improving long-term capabilities of people with psychiatric disorders as much standardized as possible. Creative therapies are increasingly frequent among psychosocial interventions, and "Photo Therapy" is a form of intervention in which there are not many experiences in our country.

Method. Individual and group (8 people) work. It was performed during 9 months weekly, in an hour and a half sessions. The workshop is built into the activities program implemented under the Day Centre Arcadia managed by the Augustin Serrate Foundation from Huesca (Spain). Activities are divided into three groups: 1. Exploratory work through the creation of images 2. Elicitation work and narrative construction on images, 3. Reinforcement activities in reading and image making.

Results. Social participation and group dynamics has been encouraged and there has been motivation from participants. On the other hand is valued as very positive the use of the photographic image as a means of communication and narrative construction.

Discussion. Directed work with pictures and the everyday environment allows people to interact with the environment in a different way acquiring the external world in a general and systemic way and not as isolated objects.

KEYWORDS

Photography, Art therapy, Mental disorder.

¹ Fundación Agustín Serrate, Centro de Día Arcadia. Huesca.

² Centro de Salud Pirineos. Huesca

³ Departamento de Psicología Básica, Clínica y Psicobiología. Universitat Jaime I. Castelló de la Plana.

Correspondencia:

Sergio Benabarre. Fundación Agustín Serrate, Centro de Día Arcadia.

Paseo Lucas Mallada, 22. 22006, Huesca. España.

E-mail: sbenabarre@hotmail.com

Introducción

Los tratamientos para las personas que sufren un trastorno mental grave (TMG) están constituidos por un cuerpo teórico interdisciplinar y por una serie de programas de intervención factibles. Dichos programas se dirigen a mejorar las capacidades a largo plazo de las personas con trastornos psiquiátricos de la forma más normalizada posible (aprendizaje, trabajo, socialización y adaptación)¹.

En los últimos 50 años se han desarrollado gran número de modalidades terapéuticas para este tipo de pacientes, entre ellas se encuentran diversas terapias e intervenciones psicosociales². Entre las intervenciones psicosociales cada vez son más frecuentes las terapias creativas y dentro de éstas, la "fototerapia" es una modalidad de intervención con personas con enfermedad mental en la que no existen muchas experiencias en nuestro país, aunque sí que son técnicas conocidas en otras partes del mundo^{3,4}.

La esquizofrenia es todavía uno de los trastornos mentales más misteriosos en términos de sufrimiento humano y gasto social⁵. Dentro de los déficits que sufren las personas aquejadas de esta enfermedad se encuentran los neurocognitivos, siendo considerados por algunos trabajos de la literatura científica como una característica central y de un importante predictor del funcionamiento futuro⁶.

La creación simbólica es un motor que todos poseemos y resulta ser un gran desconocido. Desde esta perspectiva, creemos que este gran desconocido puede convertirse en un gran aliado terapéutico para ayudar a ubicarse y convivir al enfermo mental con su entorno y consigo mismo, relaciones que en ocasiones se tornan complicadas.

Pretendemos explorar la fotografía como medio de expresión personal dentro de toda una labor terapéutica (laboral, psicosocial y psicoeducativa). Hay varias razones que nos impulsan a la realización del proyecto. Por un lado, la experiencia⁷⁻⁹ invita a pensar que el uso de fotografías con usuarios en salud mental tiene un gran potencial como medio de comunicación diferente. Por otro, este tipo de prácticas se están consolidando actualmente en diferentes partes del mundo, siendo en nuestro entorno, España, un ámbito muy poco desarrollado y en el que existen muy pocas experiencias documentadas, siendo la realizada en este mismo Centro de Día por David Viñuales en 2009, una de las primeras experiencias con fotografía usada como parte de un proceso de rehabilitación psicosocial incluida en una Tesis Doctoral en Europa (en proceso de publicación).

Esto nos ha llevado a pensar que es posible aportar una experiencia terapéutica con fotografía en un entorno de salud mental apoyada sobre criterios de

seguimiento cualitativo, capaces de poner en valor el trabajo realizado.

Partimos de la idea de que las imágenes son una forma de pensamiento y que como tal, nos pueden ayudar a construir la realidad y nuestra posición en ella. Existen dos bloques principales sobre las concepciones generales de la fotografía: la que considera a la foto como espejo del mundo y la que la considera una huella de la realidad¹⁰.

En este sentido, hemos podido reflexionar sobre aspectos de la psicología de la percepción y trabajar parámetros de educación artística. Por esto, nuestro objetivo principal ha consistido en realizar una actividad que facilite el que las personas puedan expresarse con mayor facilidad, tanto interna como externamente trabajando ámbitos cognitivos y perceptivos. En este sentido creemos que el uso de la fotografía y la actividad de fotografiar el entorno es una oportunidad de entrenar habilidades como la planificación, pensamiento abstracto (simbólico), percepción, atención..., de una forma más ecológica basada en actividades relacionadas con el entorno más próximo al usuario.

Método

Encuadre de la actividad y participantes

El taller de fototerapia se encuentra integrado en las actividades encuadradas en el Centro de Día Arcadia gestionado por la Fundación Agustín Serrate de Huesca. Más concretamente forma parte de las terapias creativas (junto con pintura, musicoterapia, teatro) que desde hace años se vienen realizando en dicho centro.

La fotografía se viene usando en los últimos tiempos en diferentes ámbitos psicosociales por sus conocidos usos como canal de comunicación y de forma más específica, y quizás menos conocida, como herramienta terapéutica. En esta intervención, quisiéramos acercarnos a estos usos de la fotografía, a través de la experiencia con un grupo de personas con TMG.

Trabajo individual y en grupo (8 personas), utilizando diferentes técnicas. Existen técnicas que pueden ser aplicadas en diverso orden, dependiendo del momento terapéutico, de las capacidades, intereses o disponibilidad de paciente y terapeuta.

Se trata de un grupo reducido de siete usuarios varones. La media de edad fue de 39, 4 años, todos ellos con diagnóstico de esquizofrenia con una media de evolución de la enfermedad de 15,5 años y unos 4,5 años de ingreso de media en el dispositivo. Todos los integrantes del taller son solteros, cuatro de ellos se encuentran viviendo con sus familias (padres) y tres viven en pisos tutelados. Respecto al nivel educativo hay dos personas con estudios universitarios (uno de

ellos sin concluir), dos cuentan con formación profesional superior y tres con estudios básicos.

Objetivos

Con estas terapias creativas se pretende utilizar el arte como un instrumento de expresión y comunicación, especialmente con esas personas que presentan mayor dificultad de comunicación verbal.

Los objetivos terapéuticos y metodológicos que se plantearon para el taller de fototerapia fueron los siguientes:

- Utilizar la fotografía en general como herramienta terapéutica con personas que tengan mermadas las capacidades comunicativas y cognitivas, favoreciendo otro medio de comunicación que no sea el verbal.
- Facilitar una interacción más rica con el entorno utilizando la fotografía como instrumento de asimilación del mundo.
- Trabajar aspectos más cognitivos propios de la actividad como la planificación, evaluación y corrección de errores.
- Fomentar participación social dentro del grupo.
- Proporcionar el descubrimiento de intereses, manejo y transformación a través de procesos creativos.
- Conectar imágenes con narraciones y construcciones sociales favoreciendo un proceso de identidad.

Actividades

Se han realizado durante 9 meses organizadas de forma semanal y de una hora y media de duración cada una. El lugar de desarrollo de la actividad ha sido principalmente el Centro de Día. Dentro del programa se han realizado salidas a la ciudad y excursiones programadas fuera de la ciudad.

Las actividades se han dividido en tres grupos:

Trabajo de exploración mediante la creación de imágenes. Realización de paseos fotográficos guiados, partiendo de la invitación a fotografiar aquello que llamara la atención y más interesara a los participantes, de su propio entorno (centro de día, casa, etc.) de ellos mismos (a partir de las partes de su cuerpo: brazo, cabeza, etc.) de sus compañeros o del lugar en el que se desarrollara ese día la actividad (si era diferente de los anteriores). Estos paseos estaban guiados por uno o dos terapeutas que intervenían para dinamizar la actividad, tanto desvelando las diferentes fases de los ejercicios como ayudando y animando su realización. En este sentido, se han realizado ejercicios completamente guiados, con diferentes etapas de trabajo, en un 90% basado en aspectos de percepción y participación con el entorno y en un 10% en aspectos de manejo técnico. También se han alternado estos ejercicios guiados con otros paseos "libres" y de carácter experimental, que han ayudado a valorar de

forma periódica la implicación de los participantes y el alcance realizado en ejercicios anteriores.

Con estas tareas se pretende el trabajo de la conciencia identitaria y relacional, mediante las salidas fotográficas en las que se reconoce el entorno a través de la cámara fotográfica.

Trabajo de licitación y constricción narrativa con imágenes. Estas actividades se han basado en la puesta en común, revisión y comentarios de imágenes en el centro. Aquí hemos trabajado con las imágenes que hemos realizado durante las actividades guiadas y con otras de la colección del terapeuta. Este tipo de trabajo se ha centrado en actividades proyectivas, participación simbólica y técnicas licitadoras de significados. La actividad principalmente se ha desarrollado en grupo, aunque también se han realizado actividades individualizadas en determinados momentos del proceso, para acceder con mayor énfasis a dinámicas individuales cuando el grupo no proporciona un espacio adecuado para aspectos personales.

Estas actividades se han desarrollado en forma de ejercicios de construcción narrativa, y de juegos inventados. Se han trabajado tres temas principales:

- Exploración presimbólica: indagación sobre sensaciones e imágenes primordiales.
- Exploración simbólica: ejercicios de reconocimiento y profundización.
- Exploración emocional: a través de fotografías tomadas por los participantes.

Actividades de refuerzo en la lectura y realización de imágenes. Hemos realizado cuatro visitas a diferentes exposiciones artísticas en las que hemos contado con visitas guiadas sobre las mismas, tanto a cargo de las empresas encargadas de la difusión de la exposición como a los propios artistas con los que hemos concertado la cita. Estas actividades tenían por objetivo el acercamiento a construcciones narrativas en imágenes realizadas por profesionales. Siendo de gran interés por dos motivos: la posibilidad de comprobar posibilidades comunicativas realizadas por profesionales y la posibilidad de interactuar con ellos mismos sobre procesos que los participantes del proyecto estaban desarrollando en ese mismo momento. Acercar estas actividades a la posibilidad de "creación artística" sobre sus temas cotidianos podía ser un refuerzo positivo sobre su autoestima.

Resultados

La fotografía esta hoy presente en nuestra sociedad y forma parte de nuestra vida. En este sentido, la fotografía terapéutica es un campo en auge dentro de las terapias creativas y cada vez más utilizada en temas de salud.

Este proyecto se desarrolla dentro del marco de un Centro de Día para personas con enfermedad mental

grave y se trata de un proceso de trabajo experimental y cualitativo. Mediante la evaluación realizada no pretendemos justificar nuestra propuesta, sino esclarecer cuál ha sido su relevancia, y las necesidades y carencias que hayan podido surgir a lo largo del mismo o en su planteamiento. Para ello, hemos contado con la observación no participante de una estudiante de psicología y dos residentes de psicología que participaron en la actividad. Sin duda, evaluar el impacto de un proyecto cualitativo con participantes con TMG resulta de entrada ambicioso y complejo.

Como resultados obtenidos de la observación podemos destacar:

- La alta motivación y participación que con el tiempo se ha ido cogiendo a la actividad por parte de los participantes llegando a identificar la fotografía como más motivante que otras actividades planteadas.
- Se fomenta la participación social en el grupo de una forma más activa favoreciendo la implicación entre compañeros y promoviendo el interés por el otro.
- Se fomentan las construcciones narrativas generando construcciones sociales a través de la interpretación de las fotografías realizadas.
- Se consigue conectar ideas y emociones a partir de los estímulos visuales que ha generado el grupo.
- A nivel cognitivo se promueve un espacio donde se requiere planificar, atención activa, evaluación y corrección de errores, además de un espacio de reflexión. Todos los observadores coinciden en que es una actividad muy estimulante a nivel cognitivo donde se trabaja con lo cotidiano y con un producto final que puede permitir la autorrealización.
- Se utiliza la fotografía como instrumento de expresión diferente al verbal y como excusa para hablar y desarrollar diálogos y significados.

Discusión

De forma general, podríamos comenzar por revisar el papel de la fotografía como medio de comunicación, ya que pensamos que puede ser de gran ayuda para los participantes debido a su sencillo manejo técnico, a su uso extensivo en la sociedad y la inmediatez de los resultados. En este sentido hemos utilizado la fotografía como un objeto intermediario que puede establecer vías de comunicación entre los participantes y los terapeutas. Hemos observado que se trataría de un medio de expresión más "manejable" que el lenguaje verbal, muchas veces deficitario. De esta forma, se ha convertido en un aliado para acceder alternativamente al mundo subjetivo de los participantes.

Creemos que el trabajo dirigido con la imagen y con el entorno cotidiano permite a las personas relacionarse

con el entorno de una forma distinta haciendo ejercicio de abstracción adquiriendo el mundo externo de una forma general y sistémica y no como objetos aislado.

Por último, señalar que la fotografía como medio es difícil que genere rechazo, precisamente por lo común e instaurado en nuestra vida cotidiana de todo aquello que tiene que ver con las imágenes.

Como limitaciones encontramos la complejidad de evaluar la actividad y de obtener conclusiones. Valoramos que esta actividad esta integrada dentro de otras que se realizan en el Centro de Día Arcadia y que no es posible aislar el alcance de esta actividad. Con esto, no se puede garantizar que la mejoría que se puede observar en los participantes sea debida únicamente a la actividad de fototerapia. Con estas limitaciones presentes desde el principio, hemos valorado la observación participante como método de contraste, no tanto para proporcionar conclusiones como para valorar la experiencia desde el diálogo con observadores cualificados.

Como conclusión general pensamos que este trabajo podría aportar una visión y datos de referencia, sobre las técnicas y usos de fotografías con fines de mejora de la salud y la calidad de vida en salud mental. A lo largo de esta actividad, hemos utilizado la fotografía como herramienta posible de trabajo y como campo de conocimiento para un grupo de personas con problemas de salud mental.

Bibliografía

1. Anthony WA, Liberman RP. The practice of psychiatric rehabilitation: historical, conceptual and research base. *Schizophrenia Bulletin*. 1986;12:542-559.
2. Kopelowicz A., Liberman R.P. Integrating treatment with rehabilitation for persons with major mental illness. *Psychiatric Services*.2003;54(11):1491-1498.
3. Richard R. Creativity and the schizophrenia spectrum. More and more interesting. *Creativity Research Journal*. 2001;13(1):111-132.
4. Prefasi-Gomar S, Magal-Royo T, Garde F. Uso de la creatividad en las terapias psicosociales. Estudio y valoración de resultados de la utilización de la fotografía para pacientes con trastorno grave y crónico. *Rehabilitación Psicosocial*.2012;7:39-44.
5. Van Os J & Kapur S. Schizophrenia. *Lancet*.2009;374:635-45.
6. Jhorsesen AL, Johansson K, Loberg EM (2014). Neurobiology of cognitive remediation therapy for schizophrenia: a systematic review. *Frontiers Psychiatry*.2014;5: 103.
7. Weiser, J. Photo Therapy Techniques. Exploring the secrets of personals snapshots and family albums. Vancouver: Photo Therapy Center Publishers, 1999.

8. Krauss, D, Fryrear, J.L, editors. *Phototherapy in mental health*. Springfield: Charles C. Thomas, 1983.
9. Killick, K, Schaverien, J, editors. *Art, Psychotherapy and Psychosis*. New York: Routledge, 2006.
10. Dubois P. *El acto fotográfico. De la representación a la recepción*. Barcelona: Paidós, 1990.