

**Instituto Cultural de León**  
**V Congreso de Educación Artística para el Desarrollo Humano, 2020**  
**"Arte y resiliencia comunitaria en tiempos de emergencias sociales".**

“La Alquimia de la transformación: de la adversidad a la expresión artística”

“*El ser humano cuenta con los recursos necesarios para resolver su historia*”. (Milton H. Erickson)

La capacidad innata del ser humano de hacer frente a la adversidad y lograr los mejores resultados ha estado manifiesta siempre, aún cuando las situaciones de crianza no hayan sido las más adecuadas. Esta capacidad nos permite desarrollar ciertos recursos útiles; la expresión artística es uno de estos recursos en la personalidad resiliente.

La posibilidad de que las personas en situaciones adversas pueden plasmar su experiencia de vida a través de las artes plásticas y artísticas favorece que se tenga una perspectiva diferente de la experiencia misma. Que se encuentren alternativas de resolución y canalización, desarrollando competencias que antes parecían inasequibles, que se logre una alquimia de transformación a través de la cual se proyecte el pensamiento y la existencia misma hacia un futuro más prometedor, a la vez que fomente la autoestima y la convivencia comunitaria solidaria.

La expresión artística debe recordar al ser humano su capacidad resiliente de SER HUMANO, con sus valores, intereses y creencias.

### **Significado de resiliencia**

La resiliencia no está sólo en los seres excepcionales sino en las personas normales y en las variables naturales del entorno inmediato. Se entiende que es una cualidad humana universal, presente en todo tipo de situaciones difíciles y contextos desfavorecidos, guerra, violencia, desastres, maltratos, explotaciones, abusos, crisis

social y sirve para hacerles frente y salir fortalecido e incluso transformado de esas experiencias.

Aun que es un concepto perteneciente a la física las ciencias sociales incorporaron el término a partir de los años 80 para describir a personas capaces de desarrollarse psicológicamente sanos a pesar de vivir en contextos de alto riesgo.

Se refiere tanto a los individuos en particular como a los grupos familiares o colectivos que son capaces de minimizar y sobreponerse a los efectos nocivos de las adversidades y los contextos desfavorecidos y deprivados socioculturalmente, capaces de recuperarse tras haber sufrido experiencias notablemente traumáticas.

### **La personalidad resiliente**

La psicología humanista hace tiempo que ha defendido la existencia en el ser humano de una “fuerza” que le impulsa hacia la autorrealización, de un mecanismo interno, llámese actitud positiva o biófila, que favorece la salud y la normalidad, que alienta a crecer y ser mejores, aún en condiciones adversas ( A. Maslow y la autoactualización y la autorrealización; F. Perls y la autorregulación orgánica; y Milton Erickson y la existencia de los recursos de la persona para resolver su historia).

En el caso de los niños, el trabajo sobre la resiliencia incide sobre esa dualidad característica: son inmaduros y vulnerables, al tiempo que buscan el equilibrio, el bienestar, desean adaptarse y crecer.

La perspectiva de la resiliencia va un poco más allá al estudiar cómo se produce un desarrollo físico y psicológico normal cuando las condiciones son peculiarmente desfavorables, cuáles son los mecanismos de compensación intervinientes y las diferencias de los individuos en las respuestas a los conflictos y al estrés.

La capacidad de ajuste personal y social a pesar de vivir en un contexto desfavorable y de haber tenido experiencias traumáticas es lo que define a la personalidad resiliente. Ese ajuste psicológico implica la capacidad de resistir a las

adversidades, el control sobre el curso de la propia vida, el optimismo y una visión positiva de la existencia. Por eso actualmente el concepto de resiliencia y la psicología positiva han confluído y están aportando una visión más completa y optimista del desarrollo humano, destacando las fortalezas que favorecen el bienestar y la búsqueda de la felicidad. Aunque existen factores constitucionales que favorezcan la personalidad resiliente como el temperamento, la salud, el sexo, la apariencia física o la inteligencia potencial, la resiliencia es una cualidad que se puede aprender y perfeccionar.

### **\*\*Diferencia entre temperamento y carácter.\*\***

Arcilla= Temperamento                      Forma que se le da= Carácter.

Por eso, el buscar a través del arte la manera de prevenir los riesgos y promover un desarrollo óptimo de los sujetos, se relaciona con el proceso de la resiliencia. La optimización del desarrollo humano va más allá que la capacidad de resistencia a la adversidad, implica el enriquecimiento al mayor nivel posible y todo lo que contribuye a su logro. No existen recetas sencillas en el trabajo comunitario o en la educación con personas desfavorecidas para favorecer la resiliencia, pero se comprueba que cuando se fundamenta la intervención en los aspectos sanos y normales, en los puntos fuertes más que en las deficiencias y debilidades, se deposita en los afectados una mirada positiva que les hace creer en sus posibilidades.

### **Si hablamos de la resiliencia como transformación**

Nos referimos a una dimensión más compleja según la cual las personas ciertamente son capaces de resistir, proteger su integridad a pesar de las amenazas y además salir fortalecidas, transformadas positivamente por la experiencia.

Incluye los procesos de regeneración, reconversión, reorganización personal y en su caso social, la apertura a las nuevas oportunidades surgidas a raíz de la crisis. Desde esta perspectiva se pone énfasis en las capacidades de las personas para la adaptación a los cambios, la capacidad de aprender, la creatividad, la orientación hacia el futuro, las fortalezas y oportunidades, más que los peligros y las debilidades. En algunos casos las situaciones de crisis- como la actual,- pueden llevar a ser

oportunidades para cambiar o mejorar las deficientes condiciones de vida de los afectados.



### **Resiliencia comunitaria**

La resiliencia de ninguna manera significa ser invulnerable, El concepto de invulnerabilidad, aparece como una característica intrínseca, estable e inmutable, sin embargo, la vulnerabilidad y la resiliencia nunca son cualidades generales, permanentes y completas de las personas ni de los grupos, puesto que, pueden variar según sea el tipo de crisis o adversidad, según las circunstancias en las que se encuentre los individuos.

De hecho, una misma comunidad puede resistir y hacer frente a ciertos conflictos pero no a otros, de igual modo que en algún momento de su vida pudo ser resiliente y, pasado un tiempo, tal vez no. Es improbable que alguien sea resistente a cualquier problema y en todo momento. Por eso tanto la vulnerabilidad como la resiliencia son específicas y locales.

La resiliencia implica una cualidad inestable, dinámica, que se desarrolla, que se crea en el tiempo y se mantiene en la dialéctica de las personas y el contexto, es decir, que se mantiene en este intento de descubrir una nueva versión mediante la confrontación que se presenta entre las personas y las situaciones adversas.

Las variables que determinan en gran medida tanto las fortalezas como la vulnerabilidad de una comunidad y consecuentemente también inciden en el impacto

social de los desastres y catástrofes y en la capacidad de afrontamiento, recuperación y transformación posibles, dependen de los individuos que, mantienen entre sí relaciones humanas y económicas, comparten ideas, valores, costumbres, metas y servicios con distinto grado de conformidad y de conflicto.

Cuando hablamos de resiliencia comunitaria nos referimos a la capacidad del sistema social y de las instituciones para hacer frente a las adversidades y para reorganizarse posteriormente de modo que mejoren sus funciones, su estructura y su identidad.

Identifica la manera en que los grupos humanos responden a las adversidades que como colectivo les afectan al mismo tiempo y de manera semejante, - *tenemos así las emergencias sociales resultado de un desastre natural como: terremotos, inundaciones, sequías; también a las que surgen por atentados, terrorismo y otras como la actual pandemia,-* al tiempo que muestra cómo se desarrollan y fortalecen los recursos con los que ya cuenta la comunidad.

## LA RC

### Comprende los recursos tangibles:

- recursos materiales,
- humanos o
- de procedimientos que protegen a los individuos y compensan las debilidades.

### Así como los intangibles:

- aquellos que capacitan para sobreponerse a las dificultades y para lograr una adaptación exitosa.

Por tanto, la RESILENCIA COMUNITARIA se refiere más a las capacidades inherentes de la comunidad que le movilizan a encontrar o desarrollar alternativas de solución ante los desastres, que a los recursos externos que pudieran lograr.

La resiliencia comunitaria “es la condición colectiva para sobreponerse a desastres y situaciones masivas de adversidad y construir sobre ellas”. Algunas

comunidades se ponen a combatir las adversidades y son capaces de superar las dificultades, mientras que otras se llenan de abatimiento y desesperación. Estas diferencias de afrontamiento solo se pueden explicar por la existencia de las variables citadas anteriormente. diferencias de tipo social, cultural, relaciones grupales previas o condiciones sociopolíticas diferentes.

De tal manera que, en realidad la resiliencia comunitaria **no es una intervención** específica o delimitada a responder a un determinado acontecimiento adverso. **Es mucho más que eso.** “Es

- a) la capacidad por parte de la comunidad de detectar y prevenir adversidades,*
- b) la capacidad de absorción de una adversidad impactante y*
- c) la capacidad para recuperarse tras un daño”.*

Se construye en el día a día, cuando las personas se implican en la recuperación, en la transformación, realizando una alquimia. entendiéndola como un proceso a través del cual se produce una transformación interna del individuo por medio de su integración, lo que conduce a un estado de plenitud. Convertirse en otro de la manera más positiva.

¿Hacia qué dirección orientar la actividad de la expresión artística?...

A fortalecer las columnas-base de la comunidad que sostienen esta alquimia...

- **Estructura social cohesionada**
- **Identidad Cultural**
- **Autoestima colectiva y**
- **Humor Social**

### **La estructura social cohesionada**

Una comunidad en donde quienes la conforman tienen menores desigualdades entre sí, donde prevalece la cohesión social más que el conflicto, donde los individuos y las minorías se sienten plenamente incluidas y además existen oportunidades para la

convivencia, la participación social y cultural, es una comunidad que tiende a responder con eficacia y sobreponerse a las adversidades.

### **La identidad cultural**

Comportamientos, usos, valores, creencias, idioma, costumbres, ritos, música, etc. todo lo que le es propio a una determinada colectividad, y que los reconoce como propios y distintivos, le da sentido de pertenencia a sus miembros. La identidad cultural refuerza los lazos de solidaridad que en casos de emergencia va más allá que el núcleo familiar cercano.

### **Autoestima colectiva**

“Es la actitud y el sentimiento de orgullo por el lugar en el que se vive” y del que uno se siente originario. Es la conciencia de las bellezas naturales del lugar, el amor por su tierra, la identificación con determinadas costumbres y con producciones humanas significativas de su territorio: edificios, ciudades, pueblo, etc. El entorno es parte de la experiencia humana e influye en la identidad individual y social. El ambiente no es una condición dada y digna de ser contemplada pasivamente. Es también una creación humana. Las personas y las sociedades que tienen una autoestima colectiva alta se recuperarían antes de las adversidades.

### **El humor social**

Capacidad de algunos pueblos de “encontrar la comedia en la propia tragedia”, que ayuda a hacer más ligeras o a quitar amargura a ciertas situaciones difíciles, a tomar distancia emocional y a poder analizar más objetivamente las situaciones. La capacidad de reírse juntos de ciertos estereotipos sociales, políticos o religiosos propios y ajenos refuerza los lazos de pertenencia y hace a la comunidad más resiliente.

### **ARTE Y RESILIENCIA**

El tomar distancia emocional se puede lograr por el sentido del humor ya que la narrativa cambia. Cambia el nombre de la crisis.

De ahí que todas las formas de expresión artística nos pueden ayudar a nombrar el trauma, y por ende a reconstruir lo que se rompió y transformarlo.

## PERSONAS FAMOSAS EN EL ARTE

Algunos ejemplos de personas famosas de todos los ámbitos sociales: Maria Callas, Edith Piaf, C. Andersen. El poeta Gil de Biedma nos refleja también cómo canalizó en la poesía el sufrimiento padecido por los abusos sexuales durante su infancia. Éstas son referencias de personas que han padecido carencias afectivas, que han sufrido abusos y maltrato, y a pesar de ello han salido adelante y han podido llevar una vida productiva.

Metafóricamente diríamos que si quisiéramos lograr...

*“la comprensión total de un árbol no lo podríamos deducir por sus hojas recientes, sino por sus raíces más hondas, por la savia que le recorre el tronco viejo que ha ido resistiendo a las termitas de la vida y a las inclemencias del tiempo”*

Boris Cyrulnik

“Todas las formas de arte son un factor de resiliencia”

“La forma de expresar es importante en la fabricación de los sentimientos, si me expreso mal generalmente agravo el sufrimiento, si me expreso bien no se modifica el evento, pero si se puede inventar una forma de ser diferente, sin estar encarcelado en el pasado.”

“Resiliencia es el hecho de retomar un nuevo desarrollo después de una agonía psíquica traumática”

Después del trauma, la resiliencia sigue su camino cuando las víctimas hablan o expresan de alguna manera aquellos hechos que han llenado sus vidas de dolor y de desesperanza. Cuando ponen distancia emocional a través de la expresión artística por ejemplo.



El arte es una manera de narrativa gráfica.

La posibilidad de narrar y expresar un evento adverso, supone el inicio de un camino de comprensión que hace que los sufrientes encuentren en la sociedad elementos para seguir adelante.

Un aspecto sumamente importante que hemos de considerar es que: el proceso resiliente es completo cuando se alcanza la superación de las emociones negativas y las víctimas realizan una alquimia de las emociones resultantes de esas experiencias traumáticas, una alquimia de su historia o relato, logrando así el transformarse en personas productivas como agentes de cambio de su comunidad y no solo reactivas, es decir, que alcanzan el éxito social, no tanto en términos económicos o laborales, sino en el reconocimiento de que sus esfuerzos rindieron frutos.

No obstante, el éxito social no depende sólo del esfuerzo de la víctima, sino también de la comprensión social que se hace sobre la resiliencia, ¿de qué sirve que una persona alcance el duelo si la comunidad no le quita el rotulo de víctima? o ¿de qué sirve que una comunidad quite el rotulo de víctima a una persona si ésta lo ha convertido en su identidad? Externalizar el problema a través del arte abre una puerta a la desidentificación como víctima surgiendo la posibilidad de transformarse en héroe.

El arte más que ser herramienta para la consecución de resiliencia por parte individuos que han sufrido heridas, también debe perfilarse como un espacio que ofrece alternativas a la sociedad para comprender los padecimientos de los dolientes y así allanar su reincorporación social.

La expresión artística abre otra dimensión en la percepción del mundo al activar mecanismos integradores de información del medio. De ésta manera se promueve su imaginación, abriendo un espacio para la libre expresión de los pensamientos, emociones y sentimientos. Cabe recordar que el cerebro no distingue entre lo real y lo imaginado, y que imaginar los eventos y relatarlos de una manera diferente, diríamos...

más positiva, permite crear nuevas posibilidades, creer en sí mismo y hacer algo diferente.

La resiliencia está íntimamente ligada a nuestra capacidad de percepción

Factores de la resiliencia: Neurológicos, psicosociales y afectivos, verbalizaron del relato.

“Lo triste, las desgracias no se pueden reparar, sino que se repara la representación de las desgracias”

CONSTRUIR ALGO DIFERENTE es un fenómeno conversacional o discursivo, es una narrativa que expresa; las personas creamos narraciones o historias sobre nuestras vidas, creamos imágenes, pinturas surrealistas, danzas autohipnóticas; por tanto el conocimiento y la identidad se construyen a través de la interacción con los otros; compartiendo “NARRANDO” lo que nos ha sucedido a través de los medios con los que contemos.

#### TIPOS DE NARRATIVA

- Narrativa solitaria: Me repito lo que ha sucedido. Nadie escucha lo que yo traigo, esto agrava el sufrimiento.
- Narrativa compartida: cuando se comparte podemos modificar la forma con la cual nos representamos lo que sucedió.
- Narrativa comunitaria: como nos contamos el dolor en grupo, hay un inconsciente colectivo y una historia colectiva\*\* conquista y colonia española por ejemplo, y la actual PANDEMIA con todos los conflictos personales, familiares y comunitarios que han surgido. Podemos hacer cosas diferentes, pues si vivimos algo juntos y tenemos una segunda oportunidad al volverlo a expresar entonces... podemos reconstruirlo.

El bebe entiende la PROSODIA, la entonación la pronunciación

Es importante poder expresarnos en una relación de confianza.

### Arte comunitario y resiliencia

A través de la expresión artística se establece la capacidad de respuesta del artista ante la comunidad, ya que el arte es un receptor de la "imagen" de la comunidad, la comunidad se puede identificar y proyectar y por tanto, el arte actúa de manera semejante sobre la cohesión de la misma.

El hombre es un ser social, está hecho para vivir en sociedad por naturaleza, el individualismo excesivo es imposible y estas dos facetas artista-comunidad han de combinarse en armonía.

Así que, los actividad artística se tendría que orientar a desarrollar la resiliencia a través de factores protectores como; la autoestima, el humor, la creatividad, la interacción, la iniciativa, y la independencia.

La evolución del hombre está marcada definitivamente por el dinamismo de adaptabilidad y es allí donde las actitudes resilientes hicieron que este dominara. Desde esta perspectiva, no cabe duda que la resiliencia es parte integral del ser, lo cual le da la posibilidad de dominio como resultado de ese dinamismo. El hombre transita en el camino del hacer, del crear, del arte, para afrontar la adversidad, razón por la cual marca el cambio de comportamientos y de habilidades para el desarrollo de sus destrezas que le permiten crecer e implantar su sello cuando un ámbito, medio o contexto le es adverso. Esta es la expresión más común de resiliencia, aspecto desde el cual podríamos considerar que el arte es una posibilidad amable para favorecer la transformación de la percepción de una realidad crítica en tantas comunidades en situaciones difíciles.

Toda obra de arte transita por el interior y el exterior del individuo, cuando se encuentra al interior el factor de resiliencia se interroga y se ubica en el lugar del pensamiento y cuando sale de él, participa del ensueño de lo creativo con una fragmentación proyectiva que se traduce en ideas creativas.

El arte permite por medio de habilidades, potenciar los procesos de los resilientes en el campo de la autorregulación, la subjetividad, la capacidad y de la agudización de los sentidos para trabajar los momentos de crisis que subyacen en todo ser. Desde lo creativo, transforma la idea y le da nuevo sentido con un carácter reflexivo y de descarga emocional disminuyendo su angustia y mejorando su entorno y su cultura. La expresión artística se constituye entonces en un testigo que habla por sí mismo, sin ninguna presentación o explicación adicional.

### **Kinstugi**

- el arte japonés de reparar las grietas de la cerámica utilizando resina espolvoreada con oro. Los japoneses creen que las grietas son parte de la historia de un objeto y lo vuelven único, por lo tanto, deben ser exaltadas para conferirle un mayor valor.