

TRANSCRIPCIÓN DEL GRUPO FOCAL

GRUPO FOCAL				
Fecha	Participantes	Rol en el S.S.M	Moderador	Duración
25/05/17	SE1 SE3 SE7 SE6 SE9 SR1 SPP1 SPA1	Usuario Usuario Usuario Usuario Usuario MIR Psiquiatra Arteterapeuta	Laura M.	35' 11''

Introducción al Grupo Focal:

Os hemos reunido para realizar un grupo de debate sobre estigma, arte y malestar psíquico.

Me llamo Laura, casi todos ya me conocéis y voy a ser la mediadora.

Antes de comenzar quiero pedirlos permiso para grabar dicho debate, ya que esto me permitirá poder dar a vuestras respuestas la atención que se merecen.

Es importante que solo hable una persona a la vez, es decir que se respete el turno de palabra.

No hay límite de intervenciones. Si en algún momento sentís que tenéis una opinión diferente a la de los demás participantes no dudéis en decirla.

Introducción al tema de debate:

Según la real academia española de la lengua (R.A.E) el estigma (del gr. στίγμα stígma.) es una “Marca o señal en el cuerpo”.

El carácter negativo del concepto queda claro si nos remontamos a su significado durante la edad media que hacía referencia a la difamación y acusación pública de un criminal y que en ocasiones implicaba marcar al individuo con un hierro candente u otros procedimientos menos agresivos, para que todos pudieran reconocerle.

1. ¿Creeis que en la sociedad actual existe un estigma sobre el malestar psíquico?
¿Cómo se da?¿En qué ámbitos?
2. ¿Qué tipo de prejuicios creéis que existen hacia las personas con malestar psíquico?
3. ¿Creéis que a través del arte puede visibilizarse el estigma y así mejorar la inclusión

social?

4. Algunos de los participantes habéis asistido a actividades de escritura creativa.
¿Creéis que son beneficiosas para el desarrollo de los procesos creativos y facilitan la reflexión?
5. Carta abierta a la sociedad

OBSERVACIONES

- SE9 parece incómodo y se nota agresividad en sus palabras, como si el tema le tocará profundamente y se sintiera atacado.
- SPP1 se muestra inquieta
- SR3, es nueva en el CIC y las respuestas que da no parecen del todo sinceras, si no que en parte busca agradar a los presentes.
- SE1 parece con ganas de participar más en el debate pero existe un cierto monopolio por parte de SE9 que le hace cortar su discurso de forma continua
- SE7 se muestra reservado y participa escasamente, con dos aportaciones. Parece que las discusiones en grupo no le resultan muy interesantes (juega con el móvil, no participa...)

TRANSCRIPCIÓN GRUPO FOCAL

31' 47''

Moderador: Crees que la sociedad actual existe un estigma sobre el malestar psíquico cómo se da y en qué ámbitos

SE9: Quién empieza?

Moderador:quien quiera

SE1 Yo creo que el estigma en el artista está más valorado, porque es una forma de defenderse ante la incomprensión y todo eso.

SR2: Que el malestar psíquico está más valorado a las artistas

SE1: no el malestar psíquico, sino el estigma... En todos los premios de arte se valora mucho eso

SE9: Personalmente lo que creo sobre el estigma es que es producto de la interacción con el dolor... con el dolor que causan muchos factores de la sociedad. El dolor que mismamente nosotros nos causamos muchas veces sin darnos cuenta.. bueno el dolor también que causamos a gente que no entendemos demasiado ya sean familiares cercanos, amigos... Hay un claro síntoma del estigma en esta sociedad de hoy en día ...¿porque existe el estigma? en nuestro caso por enfermo mental creo que las personas entienden cómo alguien más vulnerable.. Más susceptibles, lo cual es cierto

SE1: Pero estás justificando el estigma, tío

E: Son más vulnerables. Para muchas personas significa debilidad pero para otras es fortaleza en muchos sentidos. Hay que diferenciar, no es lo mismo. Tú, SE1, puedes verme a mí débil en algún sentido con muchas flaqueza pero en otras soy fuerte.

SE1: ¿Y no crees que es el mismo estigma entre tú y yo?

SE9: Creo que la sociedad aprovecha esa debilidad. Puede que tú no entiendas, quizás tú no logres entender... pero yo sí porque la he vivido de primera mano.

SE3: Yo creo que el estigma viene dado por las experiencias las vivencias y los procesos que hemos vivido que nos han marcado en nuestra vida que nos han dejado huella y que nos dejan marca.

SE6: Posiblemente el estigma viene impuesto por la sociedad..

SE1: Sí... eso es lo que yo creo

SE6: Nosotros no tenemos la culpa de que nos hayan puesto una etiqueta y nos condenen a una estigmatización nada más que porque les caemos mal, o porque les damos miedo o porque.. No sé qué motivos tienen porque son todos absurdos

SE3: Los prejuicios y condiciones preestablecidas que tiene la sociedad... algunas veces son infundadas, otras son motivadas y otras veces son paranoias colectivas de la propia sociedad en sí.

Moderador: ¿y en qué ámbitos lo veis más claro?

SE6: yo creo que en los medios de comunicación qué es lo que primero entra por los ojos

SE3: En el ámbito escolar, En el ámbito familiar, en el ámbito social, en el ámbito laboral en los medios cómo ha dicho SE6 ...Y en muchas otras situaciones... a nivel sanitario a veces, no siempre pero bueno por esas ideas preconcebidas por la falta de información sobre los diagnósticos y por los propios de diagnósticos.

SE9: mucha gente se cree que el hecho de tener un malestar psíquico significa ser un *retrasado profundo*. Es el concepto que parte de la sociedad tiene y es un concepto que estaba totalmente fuera de lugar. Si bien es el caso de SE1, por poner un ejemplo... qué le pongo de ejemplo claro y llano. Qué es músico y ha actuado. Quiero decir, que tener un malestar psíquico no significa que no puedas tener una meta, cumplir un sueño, fijarte un objetivo. No significa que no puedas ser alguien en la vida o no pueda tener una pareja por ejemplo.

SE3: me hace gracia... me acuerdo de una vez que nos dejamos las llaves o el móvil no me acuerdo. Nuria [se las dejó] dentro del CIC [Centro de Intervención Comunitaria] y le preguntamos a unas de las celadoras de abajo. Y nos dijo “Ah! si! en la casita donde están los niños” como si fuéramos niños pequeños o discapacitados... gente que no podamos pensar y actuar por nosotros mismos

Me hizo un poco gracia la situación.. que sí a la caseta de los niños.. la comida de los niños cuando vamos a cocina a por el carro. Nos consideran como si fuésemos seres inferiores

SE3: o cosas peores porque en el caso de los medios de comunicación no a menos que con asesinos

SPP1: es curioso que cuentes eso SE3, porque la primera impresión del hospital cuando nosotros solicitamos que se pudiera asistir a la cocina libremente quién pudiera ese día fuera trabajador o usuario a recoger la comida. La primera reacción de cocina... bueno y de todo el mundo fue de miedo. [Nos decían] “Pero vais a acompañar vosotros a los pacientes” y les contestamos “bueno, pues si alguien no sabe ir pues el primer día le acompañamos pero luego irá la persona que quieras sola.”

Pero esa reacción de miedo duró el primer mes ya estaban encantadas las de cocina me acuerdo que a Nuria le llevaban zapatillas por Navidad y se hizo un montón de amigos.

Y ahora me cuentas eso que es el otro extremo... porque el estigma es tan malo el estigma asociado a la peligrosidad como asociado a la puerilidad

Moderador: ¿ qué tipo de prejuicios creéis que existen en torno al malestar psíquico?

SE9: yo ya he dicho que creo que hay un concepto de debilidad. y que lo que parece debilidad en algunos sentidos es fortaleza. Y esto hay gente que lo malinterpreta y al llegar a la mal interpretación de la sociedad en su conjunto. Confundir en cuadro de esta señorita con algo inútil o feo o que no merece la pena.. es absolutamente un equívoco... O confundir el arte del rap de SE1...

qué es la forma que tiene de expresar su malestar psíquico... el lo expresa de esa manera por no sacudir quizás una hostia la mesa. Hay quien lo confunde y eso hay que diferenciarlo.

Hay que reconocer que existe una libertad de expresión en este estado. Para todos.

SE3: eso es la teoría está muy bien pero la realidad no es como tú la pintas SE9

SE3: si de verdad hubiera libertad de expresión sería como lo más

SE3: la realidad es que nos ven como seres inferiores o como niños no sé

SE9: que sí que ese cuento ya me lo sé, ese cuento ya le he visto yo de primera mano

SPP1: porque tú lo ves con esperanza quieres que se llegue a eso

SE9: no, sé que eso va a ir evolucionando con el paso del tiempo a mejor

SPP1:pero para que evolucione hay que construirlo

SE9:Porque las cosas van avanzando

SPP1: pero las cosas no avanzan solas

SE9: claro hay que empujarlas entre todos. Eso es a lo que yo me refiero

SR2 es que la exclusión de la encuentras en todos lados yo me acuerdo veces qué compañeros médicos...

SE9: hay gente que tiene fortalezas en determinadas maneras de expresión o creación artística ya me se escritura pintura música... Cualquier género artístico. nosotros somos personas que tenemos otro tipo de sensibilidad

SE6 :igual captamos la realidad otra serie de cosas

SE9: Y esa sensibilidad es tomada por vulnerabilidad por muchas personas con ella y se aprovechan.

SE1: no me gusta generalizar, creo que habrá gente de todo tipo... Creo que la locura es al igual que lo peor de nosotros, lo mejor.

SE9: por ejemplo, el caso de Einstein... este no era precisamente una persona muy organizada. Pero realmente era un genio

SE6: no se puede comparar SE9

SE9: no intento comparar porque es una persona que igual estaba un poco loca porque a pesar de todas las cosas maravillosas inventó la bomba atómica y eso demuestra un poco de locura

SE3:ese fue Oppenheimer el de la bomba atómica.

SE9:me refiero a que hizo muchas cosas buenas pero también hizo una bomba nuclear que es una cosa muy mala

(Discusión sobre quién inventó la bomba atómica)

SE7: Pero no es tanto quién lo inventó sino los políticos que deciden vamos a usar esto o no vamos a usarlo, es una especie de locura compartida.

SR2: Yo decía lo que es lo de que se diera a conocer porque a veces hay compañeros incluso profesionales sanitarios que por pensar que sois diferentes hacen comentarios “cómo van a estar en la calle sin nadie” o “cómo te atreves a la calle con los pacientes”... ¿no? y ese tipo de cosas

SE6 :afortunadamente, y hablo casi por boca de SPP1... afortunadamente en el CIC hay psiquiatras que entienden perfectamente que tiene a lo mejor otra sensibilidad no sé si por vocación o profesional pero que si está eso a mí me ha salvado de alguna muy gorda. Quería hacerlo público

Desde la propia familia también a veces se tiene miedo pánico al diferente al psicótico al maníaco depresivo no lo comprenden porque no está en la situación o porque lo ven raro y diferente para ello pues lo ven como si fuese una persona agresiva y esas cosas con no lo he si no le das motivos. Todo el mundo si nos toca las narices saltamos

Moderador así que hay dos grandes rasgos que hemos visto que son el miedo y la tendencia a infantilizar

SE6: y el tomarnos por tontos

SE1: pero es por la vida que está llena de depredadores los que gobiernan son los depredadores y necesitamos evolucionar y construir y para construir hace falta creación

SE9: en parte avanzamos gracias a los profesionales que una de ellas está aquí ya estáis aquí bueno vosotras también estáis aquí. Está aquí SPP1 que es la que dirige

SPP1: cuando me dejan, claro

SE1: ya te veo a ti dirigiendo SE9

SE9: bueno, SPP1 que es la que dirige el CIC y es la que impulsa mayormente el nuevo avance. Nos imaginamos lo que era un manicomio un hospicio en el siglo XIX centeno siglo XXI ha habido muchos avances se ha creado un centro de intervención comunitaria. Progresivamente vamos avanzando pero hay que abrirse el avance no retroceder, me refiero a no volver a las épocas donde había castigos físicos..

SPP1: pero tú que has estado en Cartagena.. ¿que has encontrado allí? [refiriéndose a un viaje que hicieron para ponerse en contacto con otras asociaciones de apoyo mutuo gestionadas por personas con malestar psíquico] bueno los que estáis aquí todos que habéis visto de ese movimiento que pretende ser asociativo

SE3: eran muy abiertos de mente muy distinto

SE6: había un movimiento asociativo majo pero a pesar de que había gente que era muy reaccionaria que se anima ir a las jornadas y se podía haber quedado en su casa.

SPP1: gente en contra?

SE3: si una persona que estaba en contra de las ayudas en plan aperturista. Que por él las quitaría todas, que las personas con malestar psíquico se acomodan que no quieren trabajar que es por vagancia

SE6: nosotros éramos unos vagos y maleantes

SPP1: ¿había gente en contra del movimiento asociativo?

SE6: estaban mucho más más movilizadas mucho más unidas. Bueno había una asociación que era como Asprona

moderador tipo de actividades realiza ese tejido asociativo esas asociaciones

SE6: había gente muy maja con mucha agencialidad aún no te la tiras artísticas otros hacían actividades cotidianas como fontanería carpintería de todo y gratis estaban organizados me gusta bastante

SPP1: lo que nos han transmitido a nosotros Guille [otro usuario del CIC] y los demás es que ellos os veían como la voz de la experiencia

Querer escuchar os a vosotros para ver por dónde tirar.

SE6: pero que sobre todo siga viendo el típico notas... que te jode el día

SPP1: yo le decía un poco por la línea que hablaba SE9 de que que hay que empujar y caleidoscopio es un intento de empujar desde otro sitio.

SE6: caleidoscopio es un grupo de apoyo mutuo que funciona perfecto gracias a la gente que lo dirige la gente que va colaborando poquito a poquito de mutuo... Yo creo que el apoyo mutuo es fundamental y que nos asociemos es de lo más importante. Tenemos que unirnos para hacer cosas nuevas.

SE3: sí además, actividades o talleres como los de SPA1 y Laura son muy positivos... lo de los cortos[se refiere al taller de Los Jueves de Cortos] y los trabajos manuales el arte en general las terapias son super positivas quiero agradeceros esta oportunidad de vernos brindado esta experiencia.. Y poderla repetir con vosotras o con otros arteterapeutas ha sido algo muy generador, muy bueno

SE6: sí, desde el primer momento hubo conexión , nos habéis escuchado y habéis sido un apoyo muy grandes para nosotros, muy simpáticas

SE3: Muy simpáticas y empáticas

SPP1: muy paticas

SE3: que no patéticas, eso no jaja

Moderador el siguiente tema o la siguiente cuestión va por esa línea, ¿creéis que a través del arte se puede mejorar el cambio de mentalidad del que hablamos y saltar el estigma visualizarlo inclusión?

SE6: si por que te permite sacar lo que tienes dentro

SE1: el arte es expresión. el arte se vive y si alguien comprende esa expresión lo más seguro es que se ponga en tu lugar es una forma de luchar contra el estigma y contra los prejuicios de la sociedad.

SR2: lo que decía de SE9 de valorar el arte sea de quien sea.. Y más vosotros y habláis de algo personal

SE6: sí yo siempre intento expresar mis sentimientos. Yo necesitaba expresar el movimiento del cosmos y de la naturaleza plasmar lo que pasa es que siempre va gente habrá gente que diga vaya mierda y habrá gente que le encante pero bueno hasta ahora todas han sido buenas críticas y buenas impresiones.

Moderador a ti te ha servido ¿no?, en tu proceso. más allá de si gusta o no gusta

SE6: sí sí, eso es algo que aprendido de vosotras

SPP1: el arte es un acto de valentía

SE6: exige esfuerzo y valentía

Moderador es la valentía de desnudarte ante los demás, no?

SPP1: no es lo mismo pintar y que no lo vea nadie que atreverte a exponer como tú lo haces

SE6: eso es la pintura porque la escritura soy un desastre

Moderador bueno, en el taller yo te he visto muy resuelta

SE6: se me da bien improvisar pero no escribir, por admiro mucho a la gente que escribe ya sea rap o como SE7 que escribe cosas preciosas

Porque yo no lo sé hacer

Moderador bueno igual cada uno se siente más cómodo con una forma de expresión diferente

SE3: yo tengo mis poesías... pero las tengo guardadas y escondidas me da mucha vergüenza enseñarlas. Pero tengo de cuando se murió mi abuela y unas cuantas después de haber muerto ella también, un cuaderno entero. Pero son a lo mejor cursiladas, y me da mucha vergüenza leerlas porque es lo más íntimo leerlas es eso como desnudarse y me da mucho pudor.

SE6: a mí me ha costado mucho enseñar mis cuadros cuando empecé hasta que no termine no sé cuántas noches estuvo sin dormir. Un autorretrato que es lo último que hice y si lo veis es horroroso pero justo con ese me sentí satisfecha porque ya había terminado mi proceso y ahora estoy descansando

Moderador: la siguiente pregunta es algunos de los participantes habéis asistido actividades de escritura creativa creí favorece la reflexión personal. Es decir la escritura favorece la reflexión y los procesos creativos

SE3: ayuda a colocar la mente como un día me dijo SPP1 ayuda colocar los pensamientos y.. y expresarse mejor a desarrollarse como persona uno mismo todas ordenarse a colocar los pensamientos y los sentimientos a dar orden.

SE1: yo creo que en la locura hay veces no estoy seguro no quiero dogmatizar ni pragmatizar. Pero en la locura hay veces que se pierde lenguaje... como me pasó a mí, y encontré en escribir en la forma de expresarme, desde el perfeccionismo, en la que es todo meditado, todo pensado, dado mil vueltas y plasmado con orden y sentimiento.

SR2: te ayudó a recuperar el lenguaje

SE1 : si

SE7: no sé, creo que tiene muchos beneficios. Creo que la escritura te sitúa en un plano las igualdad y subjetividad donde tu diferencia se transige más que fuera... en el mundo ordinario. En ese espacio cualquier cosa vale y eres más libre de decir lo que quieras y como quieras. Aparte de que ocupas tu tiempo y no das vueltas a otras cosas.

SE1 : me vas a permitir una cita SE7 de Shakespeare que dice “es más poderosa la pluma que la espada”

SE9: la escritura sí, pero creo que la lectura más si cabe... permite sumergirse en cualquier mundo, en cualquier situación que nosotros de antemano no nos podemos ver sumergidos en la vida real. Creo que hay que tomar buena nota de algunos libros... no digo cuáles porque cada uno tendrá los suyos, la sabiduría en este caso es infinita. Últimamente hay mucho de todo, no sé por qué, y por mi parte nada más.

SE6: yo creo que el psicodoliente es bastante sincero cuando habla mucho más que la mayoría. Creo que tenemos la sinceridad como bandera muchas veces no me pensaba que era la única que decía la verdad que en el CIC he descubierto que casi todo chico dolientes sienten eso...

SE7: porque a lo mejor el resto de la gente se ve coaccionada a mantener el tipo o el personaje tener para vivir en el día a día. El psicodoliente a veces lo ha perdido todo es que no le importa nada le da igual decir la verdad que no

SE3: aunque duela por encima de todo

SE1: sí ser sincero y decir la verdad de cómo me siento aunque hay veces que me cohibo pero sea desagradable o no me importa una mierda.

SPP1: o no quieren que sean siempre sincero con uno también?

SE1: no la verdad, cuando siento que la verdad va a ser muy desagradable intento no decirlo

Moderador: yo creo que es una cuestión más más que de sinceridad para los demás de sinceridad para ti mismo. El intentar ser sincero al final es ser sincero contigo

SE9: Por ponerte un ejemplo... Me llamo Laura, tengo tanta edad, tengo estas cualidades o no tengo estás me gusta este género de cine por ejemplo... conocerse a uno mismo. Aunque a veces es mejor no saber nada que saber mucho

SE3: a veces se es más feliz en la ignorancia

SE9: si, se es más feliz

SE1: decía un rapero “si fuera más tonto viviría más contento”

SE9: trae mucha desgracia saber mucho, lo digo en serio.

SE3: Quién abarca mucho poco aprieta

SE6:el que sabe mucho suele ser un humilde y no hablo sólo de los psicodolentes tiene que capear que les impone saber mucho con la gente que encima. Y encima se tiene que sentir un mille porque su propio yo se lo provoca casi se lo exige.

SE1: yo no creo que eso abarque a todos los diagnosticados

SE6:no, no. [digo] que le pasa a toda la gente gente diagnosticada y que no...

SE6: volviendo a la escritura me gustaría aprender a expresarme mejor pero creo que no se, no se me da bien.

SPA1:cuando se tiene una expectativa de hacer algo muy especial estético muy elaborado todo te va a parecer... Más y tú te estás comparando con alguien. Pero a la hora de soltar te y valorar lo tuyo sin importar cómo lo ven los demás. Lo que te retroalimenta lo que hiciste es mucho más..

Moderador igual lo ves mejor cuando tú pintas es lo que te devuelve lo que te refleja.

SE3:te retroalimenta a ti

SPA1aprendes cosas

TRANSCRIPCIÓN CARTA ABIERTA A LA SOCIEDAD

3' 24''

Qué tendríais que decir a la sociedad sobre el estigma

Querida sociedad:

Te podría haber pasado a ti. Y de hecho, nunca sabes si te puede pasar o no.

Los prejuicios son una tontería, cada día hay que vivirlo como un día nuevo, tomarlo tal y como te viene y seguir adelante. El sufrir malestar psíquico no se puede elegir, los amigos se eligen y a la novia o al novio.

Yo voy a ser muy tajante en ese sentido, no quiero que te pongas en mi lugar, pero si que trates de entenderme, de comprenderme y escucharme.

No nos pre juzgues, juzgar a una persona sin conocerla es siempre un error. Las apariencias siempre siempre engañan. Publicar mentiras está muy feo, hace daño y debería desaparecer.

Y para luchar contra esto nos estamos organizando, ya estamos organizados. Ahora tenemos una asociación muy importante que se llama caleidoscopio para que nadie más tenga que pasar por lo que hemos pasado nosotros, pero nunca más.

De tontos no tenemos un pelo, bien me lo habéis enseñado vosotras y bien lo sabíamos en el fondo.

Ya basta. Las mentiras tienen las patas muy cortas. Si el loco dicen que miente y él no sabe que está mintiendo... Los políticos que mienten y saben que están mintiendo, ¿No están locos?

Esto es lo interesante que se oiga vuestra voz

Sociedad, no te comas tanto el tarro. No somos tan malos, hay de todo.

Con medicación, los que la necesitamos, y con buen trato todos respondemos favorablemente y positivamente ante la sociedad y ante todo el mundo. No tengáis tantos prejuicios, ni ideas preconcebidas, no hagáis más grande el estigma hacia las personas que tenemos malestar psíquico, o enfermedad mental o capacidades diversas. Conócenos.

Se piensa que solo los usuarios tienen la marca, pero hoy en día. A todo el mundo se le pide una imagen de marca, una marca personal.

*Pero se piensa que nosotros solo tenemos una marca mala, y los demás una marca buena.
Si no podemos deshacernos de esa marca mala, que ya me gustaría poder renunciar a ella,
solo te queda intentar revertirla a algo positivo. Es un cambio de mirada por que nosotros
seguimos siendo los mismos.*

Te podía haber pasado a ti

Todos erramos

Hay veces que esos errores pasan factura, otros te los perdonan.

Hay veces que acabas en un abismo y no sabes lo que ha pasado.