

Módulo de Teatro de la reminiscencia

Master de Teatro Aplicado U.V

Domingo Ferrandis

Introducción

“El olvido arranca las fotos del álbum de tu vida, intentas reconstruirlas pegando fragmentos de varias fotos con recuerdos inventados” (Carmen, 89 años)



Reza un dicho africano que no estamos hechos de átomos, sino de historias. Somos las historias que hemos vivido, las historias que hemos soñado vivir, las historias que nos han hecho creer, las que nos han contado, incluso las historias que inventamos. En definitiva somos historias narradas, imaginadas y deseadas. Relatos que confeccionan nuestra vida mental y que no podemos abandonar porque ellas somos nosotros. Es el presente de las personas que ya están en el ocaso de sus vidas, cuando las revisiones de historias cobran protagonismo.

Narrar historias es una manera de compartir, de entender, de acercar, de liberar, de transmitir el mensaje a la comunidad. Las historias no entienden de bandos, religiones o políticas pues los pensamientos y sueños se asemejan y el dolor como los problemas también”. La catarsis (liberar, sacar a fuera) del teatro bebe de las tradiciones orales, sobre contar sus propias historias y luego ver como estás se transforman en arte teatral. Como dejó escrito Lorca “El teatro es uno de los más expresivos y útiles instrumentos para la educación de un país, es una escuela de sentimientos”.

Una reminiscencia que ante la injusticia y el olvido se convierte en memoria indómita; aquella que no puede ser domada por la historia, ni controlada por los humanos, se puede enterrar en el tiempo, se puede fragmentar en recuerdos pero nunca desaparecer.

La memoria histórica es algo más que biografías, son vidas diferentes con un denominador común, la defensa de sus derechos como humanos. Y cobran vida a través de la expresión artística, porque si el arte es una plasmación de nuestra sociedad, el teatro es el equivalente de ella y de nuestros valores. Entonces si queremos que haya sociedades más justas debemos crear un escenario de la memoria donde dar voz a los descendientes de nuestra memoria histórica, pues son el reflejo nuestro en un agua movida. Leyendas, vivencias, pasiones y frustraciones desfiguradas por años de silencio.

Como un baúl viejo que desaparece de nuestra vida, tapado por el polvo del tiempo, al rescatarlo del olvido, los recuerdos guardados en él, proyectan fotogramas y sonidos de otra época que nos conecta con el mundo de hoy.



Como recoge un dicho popular africano "Mucha gente pequeña, en lugares pequeños, haciendo cosas pequeñas, puede cambiar el mundo" y es la idea general desde donde comienza cualquier acción o movimiento ciudadano, como bien expuso Dostoyevski en *Memoria de la casa de los muertos* "El secreto de la existencia humana no sólo está en vivir, sino también en saber para qué se vive". En referencia a ello y al deseo de ser escuchados, es necesario desarrollar un Teatro para la reminiscencia, basado en una revisión de la vida, traer a la conciencia las experiencias pasadas y los conflictos sin resolver. Un viaje autobiográfico que permite capturar fotogramas de nuestra leyenda personal y también la de otros.

La reminiscencia por medio del arte, rescata vivencias pasadas que estimulan la memoria de hoy, al provocar la charla activa (comunicación), la socialización (afecto-

intelecto) y la diversión (humor-movilidad), lo que implica la afectación de la persona en su globalidad: de manera motora, emocional, conductual y cognitiva.

1. Terapia de Reminiscencia

El Teatro de la Reminiscencia es una recopilación de historias adquiridas a través de testimonios de edad avanzada que se convierten en una obra teatral. Puesta en escena que puede ser llevada a cabo por actores profesionales, un grupo joven o por los propios testimonios.

Un referente a nivel mundial es Pam Schweitzer, ella abrió el primer Centro de teatro de la reminiscencia del mundo en Londres en 1987, un lugar de encuentro para personas de todas las generaciones y culturas para participar en proyectos de reminiscencia. En 1993, Pam fundó la Red Europea de reminiscencia (European Reminiscence Network) con socios en 16 países europeos. Desde 1997, esta asociación ha desarrollado de un proyecto de memorias en el que las familias que cuidan a un familiar con demencia puedan participar en una serie de sesiones de reminiscencia con el apoyo profesional y voluntario. El objetivo de estas sesiones es involucrar a las personas con demencia y sus cuidadores en recordar, compartir y grabar sus historias vida.

El proyecto se llamó «Recordando Ayer, cuidar de hoy» ('Remembering Yesterday, Caring Today') está diseñado para apoyar a las familias que hacen frente a la demencia. La idea es volver a disfrutar de experiencias pasadas, así de compartirlas y explorarlas en una variedad de formas creativas que incluye música, teatro, objetos, la comunicación no verbal y estímulo multisensoriales.

El teatro de la reminiscencia se puede trabajar en cualquier centro y con cualquier grupo de edad avanzada. No es un teatro sólo para personas con demencia o que estén ingresadas en una residencia. Simplemente puede ser un colectivo comunitario que quieren compartir historias y hacer con ellas una memoria colectiva.

Los 10 pasos recomendados por los Archivos de Teatro de la reminiscencia (Reimiscence Theater Archive) para realizar un proyecto de Teatro de la reminiscencia.

*« Todos debemos hacer teatro para averiguar quiénes somos
y descubrir quiénes podemos llegar a ser» (Boal, 2006)*

- 1) Las personas de edad avanzada comparten sus recuerdos en torno a un tema dado de importancia social e histórica para su inclusión en una obra de teatro

Las entrevistas pueden suceder de manera individual o pueden tener lugar en una situación de grupo. Ambas modalidades tienen ventajas en la construcción de una obra de teatro hacia la reminiscencia. En la entrevista individual la persona tiene la oportunidad de hablar con mayor intimidad para profundizar en sus propias memorias, sin distracciones y construir una relación más estrecha con el facilitador. En la entrevista de grupo, las personas recuerdan mutuamente muchas historias olvidadas hace tiempo relacionados con el tema principal. Otra ventaja del enfoque de grupo es que los contribuyentes aprenden mucho el uno del otro de una manera placentera, no se sienten demasiado invadidos sobre el terreno personal, y tienden a desarrollar una creciente sensación de pertenencia a una comunidad de memoria histórica, siendo más fácil compartir sus historias personales.

- 2) Todos los recuerdos son grabados y transcritos

Las historias facilitadas son el comienzo de un proyecto teatral, por eso necesitan ser registradas y almacenadas de forma segura. La disponibilidad de la transcripción es de vital importancia para el proceso creativo. Por eso, es importante que los testimonios den bastante información sobre detalles (lugar, época, música, situaciones) y cualquier condición especial o peticiones para la puesta en escena.

Es conveniente transcribir los recuerdos íntegramente y dar una copia al testimonio. Es una oportunidad de comprobar lo que se ha transcrito, para así, completarlo o

modificarlo cuando sea necesario. Los testimonios a menudo quieren mantener su transcripción para mostrar a los miembros de la familia o amigos.

3) Lectura de las historias, se le añade el material documental

Después de leer todas las historias se conectan con un contexto más amplio, como pruebas documentales, citas de documentos oficiales de la época, anuncios, libros, objetos, ropa, etcétera. Este tipo de material a menudo estimula los recuerdos y evocan emociones de ayer en el hoy del público.

La investigación de la música también es muy importante. ¿Qué canciones de la época podrían vincular con la materia de la obra? Las canciones tienen tantas asociaciones como las historias, ayudan a recordar los acontecimientos, las personas y los lugares que eran importantes para los testimonios. También son ecos para el público en ese momento de su vida.

4) Llevar todo el material juntos y en busca de una estructura

El equipo creativo selecciona partes del material reunido, señalan las partes favoritas de las historias, aquello que les ha deleitado o les tocó profundamente, para incorporarlo a la trama de la obra.

Una ruta fácil para seleccionar partes en una montaña de material recogido es unir las historias sobre un hilo coherente. Esto puede ser a través de:

- Una secuencia cronológica de historias
- Selección del material en torno a diferentes temas
- Organizar el material entorno a personajes claves
- Visitar los lugares clave donde sucedieron las historias
- Por sucesos y eventos en un solo día o un año concreto
- Sobre un viaje que reflejen diferentes estados de ánimo

5) Utilizar un enfoque literal de las historias

No hay sustituto sobre el poder de las palabras reales de un testimonio en referencia a una situación recordada, pero la puesta en escena es el ensamble de varios testimonios y a veces es necesario armar los relatos de diferente manera para hilar una trama. La versión de la obra es la colaboración del conjunto de historias.

La improvisación y los juegos dramáticos exploran el material textual y lo presenta en escena, lo convierte en artefacto artístico. Ya habido exitosos espectáculos de teatro de la reminiscencia donde las escenas se han llegado a través de la improvisación. Sin embargo, esto suele suceder si la obra de teatro la realizan artistas profesionales que interpretan a los testimonios, y no las personas mayores, ya que tienen más dificultad para desarrollar improvisaciones con gran flexibilidad para giros dramáticos.

Las improvisaciones es un proceso para destapar detalles de los recuerdos y subirlos a la superficie.

6) Formar a los artistas y diseños de la obra

El grupo se convierte en diseñadores, directores, coreógrafos y directores musicales e intérpretes. Todos tienen que formar parte del equipo creativo. Si la opción que se ha tomado es que sean actores profesionales quien actúe los testimonios, estos estarán en todo el proceso creativo. La presentación y puesta en escena tendrá en mente el tipo de público que vendrá, si hay personas mayores con dificultades motoras, auditivas y visuales, se acondicionará la sala para que puedan asistir.

Si dentro del grupo hay músicos, estos siempre van a subrayar ciertos acentos del discurso de la trama. La música en directo crea atmósferas, potencia una emoción y ayuda a la visualización. También una canción apropiada en un momento determinado puede proporcionar al público la oportunidad de volver a conectar de una manera diferente con las historias de la obra. La música es un potente estimulador de la memoria y un disparador emocional.

El diseño escénico será sencillo, planificado para las actuaciones en lugares de muy diferente tamaño y estructura que no necesariamente sean un teatro, por lo que los conjuntos tienen que ser fáciles de adaptar y mover. La luz y los accesorios tienen que ser moderados, pero cuidadosamente elegidos para crear atmósferas: lo valioso es que ayuden a reconocer con facilidad la situación y tengan una fuerte connotación de reminiscencia.

Las representaciones de teatro de la reminiscencia se suele representar en espacios no teatrales, por lo que se debe organizar bien el viaje si los artistas son de cierta edad avanzada y se debe preparar el espacio.

7) El fomento de los testimonios para asistir a los ensayos

Si el espectáculo lo harán actores profesionales o jóvenes, siempre que sea posible, las personas mayores (testimonios) deben ser invitados a asistir a los ensayos e incluso a dirigir a los actores en escenas basadas en sus experiencias para garantizar la máxima participación y la autenticidad. Aunque algunos actores puedan sentir esto como un poco invasivo, la mayoría lo perciben como una oportunidad de conocer y trabajar con las "fuentes" hace que la experiencia valga la pena y les da confianza adicional.

8) Las reflexiones, el debate después de las actuaciones

Lo ideal es que cada actuación vaya seguida de un debate entre la compañía de teatro y el auditorio: en un contexto totalmente informal llevado a cabo entre los actores y el público asistente. Se puede ofrecer té o café para que la charla sea de lo más distendida. Es probable que se hayan agitado muchos recuerdos, siendo un momento propicio para compartir las memorias y emociones evocadas por el espectáculo. Para los artistas es una oportunidad única para experimentar el contacto con los asistentes y sentir cómo la obra ha contribuido a una conexión real con las personas que la integran.

Estos intercambios son una parte importante del proceso creativo: recopilación de recuerdos, estructurarlos en una obra de teatro con música en directo, ensayos conjuntos y luego sentir el efecto sobre la memoria colectiva e individual de la audiencia.

9) Encontrar una manera de prolongar el proceso de recordar

Es altamente deseable poner a disposición del público en cada actuación un libro basado en los recuerdos recogidos seleccionados para la obra teatral. La publicación de historias y fotos editadas donadas por los testimonio es una manera perfecta de prolongar y disfrutar del proceso de recordar. Además le brinda al público una oportunidad de recordar más tiempo el espectáculo que ha visto, con un fuerte estímulo adicional.

Un libro de las memorias recogidas por el espectáculo ayuda a recordar e inmortalizar la experiencia.

10) Fin del proyecto de teatro de la reminiscencia

Las historias recogidas para el proyecto tienen una cuantía social y cultural, al igual que el trabajo artístico derivado de ellas. Es importante etiquetar y almacenar de forma segura el material generado, ya que es probable que tenga un gran valor para la comunidad. Esto ayudará a garantizar que sea accesible y útil para otras personas: académicos, estudiantes, niños, estudios interculturales y de comunidad o como recurso para teatro aplicado en el futuro.

2. Revisión de vida

Según el psiquiatra y geriatra Robert Butler la revisión de vida es un proceso mental que ocurre de manera natural, en el cual se traen a la conciencia las experiencias pasadas y los conflictos sin resolver” (1963, p 66). Una revisión de la vida se hace visible al dibujarla, escribirla o contarla. Con las historias se crean imágenes fluidas, relatos, improvisaciones y representaciones teatrales a las cuales se les añade música y baile.

Revisión de vida, son relatos de vidas: historias preciosas, historias de amor y desamor, historias de amistad, historias de pérdidas, historias de lucha, historias de hambre, historias del campo, historias entre fogones, historias de miedo. Un viaje autobiográfico cargado de los sentimientos más dispares y revueltos que podamos imaginar.

3. Timeslips

Desarrollado en 1998 por Anne Basting (2009), es un método de narración creativa basada en un grupo para personas con demencia (Fritsch et al., 2009; George et al., 2011; Basting y De Meddeiro, 2013). Se trata de recuerdos que incluyen la creatividad y la imaginación de hoy, produciendo un nuevo relato, una revisión actualizada del pasado. Los participantes pueden incorporar gestos, sonidos y expresiones faciales en la historia. El estudio de Basting y De Meddeiro (2013) reveló que mejora la calidad de vida de la persona con pérdida demencia y la de sus seres queridos. Otra investigación llevada a cabo con residentes con demencia y estudiantes de medicina concluyó que las narraciones y los posteriores Cuentacuentos podían mejorar la actitud de los estudiantes de medicina hacia las personas con demencia (George et al., 2011).

En una sesión de dramaterapia realizada en una residencia Tercera Edad con el uso de Revisión de vida y Timeslips, se comenzó con una tertulia sobre libros, programas de radio, películas y música favorita de los residentes, para a continuación compartir lecturas y fragmentos a través de youtube. Los textos, las imágenes y audios del pasado se convirtieron en resortes emocionales, en avivadores de la curiosidad, en iluminadores de las memorias de hoy...

En un estado de atención con la sensibilidad despierta, se puede recrear y jugar con el arte. Los residentes pueden revivir aquellas canciones, esos pasajes cinematográficos, encarna por espacio chico personajes de sus obras o escenificar un baile en ese café en blanco y negro.

Ver a personas que hasta ese momento adormecían en sus sillas, tararear bandas sonoras, recordad partes de una película, recitar un verso, reír a carcajadas al volver a ver esa escena o vibrar con aquel final; refuerza el poder de evasión y estimulación cognitiva las terapias basadas en los recuerdos artísticos.

Bibliografía

Basting, A y De Meddeiro, K. (2013). Shall I Compare Thee to a Dose of Donepezil?": Cultural Arts Interventions in Dementia Care Research. Oxford Journal The Gerontologist.

Basting, A. (2009). Forget Memory: Creating Better Lives for People wit Dementia. Baltimore: The Johns Hopkins University.

Butler, R. (1963). The Live Review: an interpretation of reminiscence in old age. Psychiatry. Journal for the study of inter-personal processes, (26) 65-76.

Fritsch, T., Kwak, J., Grant, S., Lang, J., Montgomery, RR y Basting AD. (2009). Impact of TimeSlips, a creative expression intervention program, on nursing home residents with dementia and their caregivers. Center on Age & Community, University of Wisconsin, Milwaukee, Milwaukee, USA. Gerontologist, 117-127.

George, D., Stuckey, H., Dillon, C., Whitehead, M. (2011). The Gerontologist Impact of Participation in TimeSlips, a Creative Group-Based Storytelling Program, on Medical Student Attitudes Toward Persons With Dementia: A Qualitative Study. Oxford University Press on behalf of The Gerontological Society of America. Vol. 51, No. (5) 699–703.

Osborn, C. y Schweitzer P. (1993). The Reminiscence Handbook: Ideas for Creative Activities for Older People. London: Age Exchange

Schweitzer, P. (2006). Reminiscence Theatre: Making Theatre from Memories. Jessica Kingsley: London.