

DESARROLLO DE LA ESCRITURA CREATIVA COMO TERAPIA DE REHABILITACIÓN E INTERVENCIÓN SOCIAL PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD PSIQUIÁTRICA

ALMA SILVIA RODRÍGUEZ PÉREZ

División de Estudios de Posgrado, Facultad de Ciencias de la Comunicación-UANL

RESUMEN: Abrir un camino hacia la construcción del conocimiento en materia de rehabilitación para personas con trastornos mentales crónicos y de carácter severo (TMS), como esquizofrenia, trastorno bipolar, obsesivo-compulsivo, depresión mayor, ha sido el motor fundamental que me ha llevado a realizar este proyecto que conjuga la teoría de la neuroplasticidad del cerebro con la escritura, definida por su flexibilidad, pluralidad e integración del saber.

La escritura creativa, constituye una alternativa educativa no formal; una forma de intervención sociocultural para enfrentar la problemática de la desigualdad, la exclusión social y educativa en favor de personas con discapacidad psiquiátrica, sujetas a condiciones de vulnerabilidad extrema a causa de graves estigmas sociales. Mi trabajo de investigación de cinco años atrás a la fecha, ha confirmado que los alumnos fueron capaces de desarrollar competencias, escribir textos narrativos y poéticos

propios, lo que habla de una mejoría de la actividad mental acorde con el manejo de sus emociones.

Las más recientes investigaciones sobre la neuroplasticidad del cerebro han demostrado que el desarrollo mental de un individuo, puede aumentarse significativamente en términos de extensión y tiempo de recuperación, cuando el individuo recibe estímulos. En este caso, puedo constatar en base a datos verídicamente comprobables, que la práctica de la escritura, fue un estímulo capaz de fortalecer el desarrollo de sus áreas del cerebro sanas en pro de una mejora en la calidad de vida y su proceso de recuperación.

PALABRAS CLAVE: Personas con discapacidad psiquiátrica (TMS), derecho a la educación, neuroplasticidad del cerebro, desarrollo de la escritura creativa, reconocimiento a su dignidad como seres humanos.

Las personas discapacitadas aún están muy lejos de lograr un desarrollo pleno y en muchas ocasiones son invisibles en sus sociedades.

Kyungwha Kang

(Alta Comisionada Adjunta para los Derechos Humanos (ONU, 2009)

1. Introducción

Esta investigación puntualiza en la importancia de la escritura en materia de rehabilitación para personas con discapacidad psiquiátrica. Los resultados que se ofrecen corresponden

a una investigación científica, con objetivos definidos y método riguroso, sobre la base de un estudio longitudinal, sistemático e innovador. El trabajo de campo, puso en práctica la escritura creativa, el funcionamiento del sistema simbólico verbal, el procesamiento del discurso, la regulación de los esquemas emocionales por medio de un modelo de educación alternativa de autoría propia, desde la perspectiva de la teoría de la neuroplasticidad del cerebro.

Hasta la fecha, los problemas psiquiátricos, han sido abordados sólo por psiquiatras, neurólogos o psicólogos. En la actualidad, la Lingüística Clínica se interesa en estudiar la relación de las enfermedades congénitas o adquiridas con el lenguaje, lo mismo que la pragmática, que investiga las conductas atípicas en las interrelaciones comunicativas.

Mi interés por realizar esta investigación es producto de muchos años de estudio, convivencia con estas personas y visitas a hospitales psiquiátricos. Respetoy me apegó, de manera absoluta a los descubrimientos científicos en esta materia, pero aunque no soy especialista en salud, he tomado en cuenta mi experiencia autodidacta en este campo y mi formación formal comolingüista para acercar a mis alumnos a la escritura expresiva logrando resultados exitosos.

2. Problema de estudio

Alternativa educativa no formal para personas con trastornos mentales crónicos y severos como esquizofrenia, trastorno bipolar, obsesivo compulsivo y depresión mayor, sujetos a condiciones de vulnerabilidad extrema a causa de graves estigmas sociales.

El propósito de la investigación, fue diseñar un programa de intervención socioeducativo orientado a trabajar las áreas sanas del cerebro para sacarlos de su aislamiento y hacerlos capaces de funcionar de la mejor manera posible, en su medio familiar y social. Fortalecer gradualmente su recuperación, rehabilitación y adquisición de competencias, habilidades sociales y relaciones interpersonales por medio de la escritura creativa, aplicando mecanismos de rehabilitación cognitiva no explorados. Ofrecerles un espectro de posibilidades de aprendizaje, en la búsqueda de nuevos caminos para mejorar su autonomía, manejo de la ansiedad y estrés, así como calidad de vida.

Desde el punto de vista del cognitivismo y la neurociencia, estimular el desarrollo de la escritura creativa, regular las emociones con el ejercicio de la creatividad en personas con

discapacidad psiquiátrica, significa entrar en un proceso activo de aprendizaje que ayuda al sujeto a enfrentar y aceptar el mundo real.

3. Antecedentes

En México, la INEGI (2000) informa un alto porcentaje de la población tiene alguna discapacidad, 45.37%: 15.7% auditiva; 4.9% lenguaje; 26% visual; 16.1 mental; 0.7% otra, señalando que del total de esta población, los que tienen entre 6 y 29 años suman 249,199 hombres y 191,092 mujeres, de los cuales sólo 1,795,300 son derechohabientes; aunque la Secretaría de Salud (2002) señala que existen 15 millones de mexicanos con algún problema mental que podrían requerir de atención especializada; un poco más de 14 millones (95%) corresponden a pacientes que necesitan servicios de tipo ambulatorio, y cerca de 2,000 (0.35%) están internados de manera permanente bajo el modelo asilar tradicional. A lo que se une, el llamado de alerta del Consejo Nacional de Discapacidad, sobre el incremento en el número de personas discapacitadas conforme la población mundial hace uso de la droga, se enfrentan a la guerra, otras formas de violencia, la insuficiente atención médica y los desastres naturales y de otros tipos (ONU, 2009), lo que permite suponer que la discapacidad psiquiátrica o los cambios psicológicos permanentes en el cerebro que derivan en psicosis o depresión a largo plazo, va en aumento.

4. Objetivos

- Desarrollar una investigación científica e innovadora, partiendo de los modelos que se han elaborado para el desarrollo de la escritura, desde la perspectiva de la psicolingüística y la lingüística clínica, pero cualitativamente diferente, desde el plano creativo, organización de materiales y estrategias didácticas diferentes a las tradicionales
- Aplicar un modelo de educación alternativa para personas con enfermedades mentales graves y crónicas como trastorno bipolar, obsesivo compulsivo, esquizofrenia y depresión mayor, desde la perspectiva de la teoría de la neuroplasticidad del cerebro, la inteligencia emocional y otras con acentuación en reforzar y consolidar las competencias comunicativas por medio de la escritura y el uso reiterado de estrategias didácticas enfocadas a trabajar sus déficits cognitivos para la recuperación de capacidades y habilidades, así como su nivel de funcionamiento psicosocial.

- Ofrecer una nueva oportunidad de aprendizaje que les ayude a recuperar su autoestima devaluada, el sentido de identidad, una nueva estructura del ego, y evitar el deterioro de sus capacidades y funcionamiento psicosocial, ayudándolos a su recuperación e integración a la vida que les ha sido arrebatada.
- Trabajar la inteligencia lingüístico-literaria que promueve el desarrollo de los procesos cognitivos en base a la neuroplasticidad del cerebro, el ejercicio del potencial creativo y la inteligencia emocional. Elementos esenciales para la reconstrucción de su identidad y su apertura al mundo, que hace efectiva tanto la adquisición de conocimientos como las formas de interacción social

En otros términos, brindarles una nueva oportunidad de aprendizaje por medio de un taller literario; favorecer su potencial creativo; promover su interacción con la práctica social del lenguaje y proporcionarles un ambiente positivo de estudio, que sirviera de estímulo para adquirir competencias en favor de su proceso de rehabilitación y mejora en la calidad de vida.

El taller literario se ofrece como un servicio educativo gratuito de la UANL a jóvenes con discapacidad psiquiátrica o vulnerabilidad al estrés, en condición estable. Su valor agregado, conlleva la tendencia a la universalización de crear espacios para la educación que se relacionen con la problemática de la desigualdad, la exclusión social y educativa.

Pero además, el derecho a la educación, implica también, pugnar por reducir desigualdades y avanzar en la construcción social de los valores morales de justicia y equidad; intensificar el combate al rezago educativo en grupos marginados y consolidar conductas de solidaridad en apoyo a los derechos humanos; romper con estigmas preestablecidos y transitar hacia la responsabilidad social, que en este caso, está enfocado al discapacitado psiquiátrico que tiene derecho a vivir una vida digna.

El desafío ético del desarrollo nos exige igualmente, responder institucionalmente a esta problemática, que para los objetivos de esta investigación, se concretó en brindar un taller literario, un servicio a la comunidad a través de la UANL, basado en el respeto, la valoración de las diferencias y la nueva visión biopsicosocial de la discapacidad que invierte la desigualdad, buscando ayudar a la población que se encuentra en situación vulnerable, especialmente las personas catalogadas como “enfermos mentales crónicos”.

5. Hipótesis

La práctica de la escritura, favorece el desarrollo de la inteligencia lingüística-literaria, incrementa el funcionamiento reflexivo y ayuda a la regulación emocional, estimulando la autoestima en personas con discapacidad psiquiátrica y la recuperación de su identidad, el sentido de sí mismo, que implica una nueva estructura del ego, factores determinantes de su proceso de recuperación e integración a la vida social y productiva.

El análisis de los procesos que ocurren durante la práctica de la escritura ha sido estudiado desde diversas posturas teóricas. Sin embargo, esta investigación acentúa su atención en la teoría de la neuroplasticidad del cerebro (Kandell, 2001), el desarrollo de la inteligencia lingüística (H. Gardner, 1998), los mecanismos comunicativos para la integración interpersonal y social (Camargo-Uribe, 2001) y la autorregulación emocional (Goleman, 1997). Componentes teóricos fundamentales para la elaboración de mis materiales didácticos, enfocados a desarrollar la habilidad creativa-literaria como una opción para afrontar las demandas y presiones del medio ambiente y la posibilidad de tener una mejor perspectiva de la vida.

6. Metodología

El método seleccionado para esta investigación es de corte longitudinal, en base a indicadores de orden cualitativo que a continuación se enuncian:

- Aplicación del concepto bio-psico-social de discapacidad que erradica las actitudes de rechazo a las personas con discapacidad
- Estimulación gradual de competencias y habilidades literarias, por la lectura, la escritura, el juego, la experimentación, la intencionalidad comunicativa y la imaginación, para favorecer la interactividad y enriquecer social e intelectualmente a los alumnos, sacándolos de su aislamiento
- Observación participante y trabajo con los alumnos para desarrollar la inteligencia lingüístico-literaria propia y la inteligencia emocional por medio de estrategias didácticas sensibilizadoras y trabajos colaborativos
- Cambio de actitudes de los facilitadores, abiertos a la tolerancia y al apoyo a nivel de funcionamiento de los alumnos para estimular el aprendizaje y regular sus emociones

- Erradicación del criterio de fracaso, al igual que el de calificaciones por el reconocimiento de tareas
- Psicoterapia de apoyo:
 - Prácticas comunicativas para afirmar los sentimientos de valía personal y la autoestima
 - Supresión del sentimiento de fracaso
 - Trato como seres humanos con dignidad
 - Apertura a una psicología positiva para generar responsabilidad (Burland, 1995)

6.1 Universo de estudio

Después de realizar un estudio piloto donde se pusieron en práctica los instrumentos de aprendizaje elaborados para el taller literario, se procedió a desarrollar la investigación a partir de un estudio longitudinal realizado por espacio de un año escolar con un grupo de alumnos con discapacidad psiquiátrica y otro de control.

6.2 Selección de la muestra

Participantes del primer grupo:

- Jóvenes de 18 a 30 años de edad
- Composición: 14 jóvenes
- Nivel sociocultural: medio y medio alto
- El espacio de trabajo: Espacios diversos de la UANL. Sin embargo, cabe mencionar que la Facultad de Psicología fue la pinera en abrirnos las puertas para la realización del primer taller literario, que proporcionó un ambiente de acogida a los estudiantes, sin discriminación
- Se efectuó una entrevista previa con los sujetos interesados en participar en el taller por psicólogos de apoyo (estudiantes de maestría de la misma Facultad) para conocer su condición y decidir quiénes estaban en condición estable

- Apoyo psicológico: Inicialmente la Coordinadora del posgrado en psicología clínica y tres estudiantes que elaboraron sus tesis, uno a nivel de doctorado, otro de maestría y el tercero de licenciatura de la Facultad de Psicología. Posteriormente, una doctora en psicología cognitiva de la Facultad de Medicina de la UANL.

Participantes del grupo de control

- Estudiantes de preparatoria de 17 a 20 años
- Composición del grupo: 14 estudiantes
- No presentan ningún trastorno patológico, social, neurológico o cognitivo
- Nivel sociocultural: medio y medio alto
- Antecedentes familiares: No se detectan antecedentes de problemas psiquiátricos

6.3 Sistema de categorización

Se utilizó un sistema en base a la aplicación de categorías que nos permitiera detectar en este y en futuros estudios la incidencia de habilidades lingüísticas, asociadas a cambios de orden cognitivo, y la respuesta emocional del sujeto en el orden de la experiencia vivencial, conductual y fisiológica.

Las variables lingüísticas analizadas, están referidas al funcionamiento de las habilidades de comunicación (dar información, obtenerla, detección de incoherencias y reorganización de la información), el logro de la creatividad literaria (adecuación discursiva y mejora de la competencia lingüística que facilita el empleo de estructuras y recursos lingüísticos para verbalizar y escribir diferentes tipos de textos) y su relación con la actividad metalingüística (la regulación de la información en relación a los procesos de orden cognitivo y lingüístico).

Las variables emocionales de cara a las conductas registradas en el aula, reflejaron el desarrollo personal y psicosocioemocional del joven, en consonancia con el proceso de aprendizaje.

El análisis de datos, se hizo en base a productos logrados y registrados en los cuadernos de trabajo de ambos grupos. Uno de jóvenes con discapacidad psiquiátrica contrastado con otro, sin déficits conocidos o equiparables al primer grupo.

6.4 Validación de los tipos muestra

El examen de las evaluaciones mencionadas, conjugaron 11 variables, que integradas en dos grandes categorías: inteligencia lingüística (habilidades lingüísticas y creatividad) e inteligencia emocional, que fueron tabuladas en una estadística de muestras independientes

Examinando la consistencia de los porcentajes totales y la interacción entre ellos, la tabla estadística muestra como la probabilidad asociada del estadístico "F", es claramente menor al 0.05, y por tanto, la igualdad de varianzas se rechaza. Lo mismo sucede con la probabilidad asociada al estadístico "t" menor a 0.05, donde la igualdad de medias también se rechaza. La tabla nos revela que *hay una diferencia significativa* entre nuestro grupo problema y control en cuanto a las variables escribir un cuento, entender conceptos, compone y hace juegos, describe situaciones, organización lógica, manejo de emociones, inteligencia emocional, relacionada con la experiencia vivencial, conductual, fisiológica.

Excepción hecha de dos variables: *coherencia temática y proceso de interactuar verbalmente*. Los porcentajes obtenidos nos manifiestan como la probabilidad asociada del estadístico "F" es claramente mayor a 0.05, razón por la cual, la igualdad de varianzas se acepta; factor que se observa igualmente en la probabilidad asociada al estadístico "t" mayor a 0.05, cuya igualdad de medias se acepta. Por consecuencia, *no hay una diferencia significativa en nuestro grupo problema y grupo control en cuanto a las dos variables descritas*.

La no existencia de diferencia significativa entre el grupo normal y el grupo problema en estas dos variables, me autoriza a afirmar que nuestro grupo problema de estudio es susceptible, a medida que se repita el taller, de alcanzar poco a poco una probabilidad asociada al estadístico "t" menor a 0.05, puesto que al inicio del taller se pudo detectar en prácticamente todos los alumnos, la falta de motivación para vivir, y por consecuencia, poco o nulo interés por escribir.

Discusión

Los resultados obtenidos, demuestran de manera evidente que la escritura está ligada a la salud, pues la práctica de escribir, permite el reconocimiento de la propia identidad, así como de sus capacidades y limitaciones; fomenta la habilidad de aprender a pensar en forma positiva y reducir el estrés, es decir, desarrolla procesos cognitivos y regula las

emociones, objetivos fundamentales de las orientaciones psicoterapéuticas en favor de personas con enfermedades mentales graves y crónicas.

Esta dinámica me llevó a descubrir una nueva modalidad para promover el desarrollo de las estructuras del pensamiento y la capacidad de construcción de nuevos conocimientos. De manera tal, que puedo aseverar, que desarrollar una escritura creativa-expresiva, permite que las personas con discapacidad psiquiátrica puedan estar en capacidad de aprehender la realidad y comprender la relación que se establece entre ésta y la persona.

El procesamiento selectivo de la información a través de la lectoescritura, estimuló en mis alumnos el funcionamiento reflexivo-creativo, reforzando su autoestima y la regulación de las emociones, Pero también fue evidente, que el desarrollo de la inteligencia lingüística mejoró sus capacidades y nivel de funcionamiento, tanto como la integración grupal, cambiando favorablemente sus vidas y orientándolos hacia un proceso de recuperación y rehabilitación.

En otras palabras, acciones formativas de esta naturaleza, demuestran el avance del conocimiento que hace posible mejorar la calidad de vida, autonomía y funcionamiento psicosocial de las personas con discapacidad psiquiátrica, acentuando la necesidad apremiante y la importancia de una adecuada cobertura de atención integral a este colectivo y sus familias, en el marco de los derechos humanos.

El aspecto más sobresaliente fue que desplegaron habilidades para escribir, entretener el mundo de los objetos y las ideas; construir redes semánticas donde las personas y las emociones se entrelazaron en la construcción del conocimiento y la interacción comunicativa; valorar los aspectos positivos de su vida, así como descubrir sus talentos ocultos por la enfermedad; recobrar el interés por vivir. En otros términos, los sujetos bipolares y esquizofrénicos al tener un alto desempeño lingüístico, habilidad sensomotriz-audioverbal paralela a la expresión escrita, desarrollaron su autoestima, siendo capaces de enfrentar la realidad y entrar de manera frontal, a un proceso de aceptación de la enfermedad y por ende de recuperación.

Este proceso pude llevarse a cabo con estimulación relevante a base de experiencias de aprendizaje a través del tiempo (bioretroalimentación). Investigaciones recientes están demostrando que la neuroplasticidad del cerebro puede ser significativamente aumentado, en términos de extensión y el tiempo de recuperación, cuando el individuo recibe

estímulos, que pueden ser apoyados con un programa adecuado de neuroretroalimentación con qEEG o neurofeedback, lo cual parece ser una poderosa herramienta para la neurorehabilitación en pacientes con diferentes trastornos neurológicos, psiquiátricos y cognitivos.

Por ahora, podemos considerar que investigaciones como las aquí expuestas, pueden ser fructíferas y aportar nuevas esperanzas para este tipo de discapacidad. Aunque, es necesario destacar de manera significativa, que el desarrollo de las habilidades lingüísticas en este tipo de personas, sólo es posible aplicando estrategias didácticas fincadas en: la aceptación de la persona, calidad de la educación con equidad, interacción comunicativa sin temor a posibles críticas; patrones positivos en la transmisión de ideas, opiniones y conceptos, en suma, una competencia comunicativa prácticamente negada para ellos en sus circunstancias habituales.

Insisto en la importancia de estos factores, porque mi experiencia a través de impartir estos talleres por varios años, me permite aseverar que ningún proyecto de intervención social con personas que sufren de una discapacidad mental y crónica, podrá cristalizar en plenitud, sin el apoyo que necesitan como seres humanos dignos de respeto y comprensión, independientemente del que requieren de su familia, especialista y, por supuesto, del esfuerzo y la cooperación de cada uno de ellos.

Las personas con discapacidad psiquiátrica, pueden ser ayudadas a reconstruir su vida y confianza, haciéndolos saber y sentir, que son capaces de ser útiles para ellos mismos y los demás. Este taller literario es una prueba fidedigna de ello, donde a partir de un modelo de intervención se propició un cambio de actitud del usuario, convirtiéndolo en un agente activo de su proceso de recuperación. Lo que significa asumir una actividad auténticamente científica y humana, que cree en la justicia, la equidad, y la construcción de una sociedad basada en el respeto y la valoración de las diferencias.

Bibliografía básica:

- CAMARGO A. (2001) Lenguaje y cognición. Universos Humanos. Bogotá, Colombia: Instituto Caro y Cuervo.
- GARDNER, H., FELDMAN, D. Y KREAHERSKY, M (1998 a, b, c) Proyecto Spectrum: Building on children's Strengths: The Experience of Spectrum. N.Y: Teaches College Press (Proyecto Spectrum tomo I,II,III, 2000. Madrid: Morata)

GOLEMAN, D. (1997) Emotional Intelligence. N.Y. Bantam Books

KANDELL, E.R., (2001) The molecular biology memory storage: a dialogue between genes and synapses. Science, No. 294, pp. 1030-1038

Anexo

		Independent Samples Test								
		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
								Lower	Upper	
escribe un cuento	Equal variances assumed	22.557	.000	5.069	26	.000	1.75	.343	1.045	2.455
	Equal variances not assumed			5.916	15.000	.000	1.75	.296	1.120	2.380
entiende conceptos	Equal variances assumed	20.253	.000	3.785	26	.001	1.13	.297	.514	1.736
	Equal variances not assumed			4.392	15.000	.001	1.13	.256	.579	1.571
Compone y hace juegos	Equal variances assumed	14.828	.001	3.059	26	.005	1.31	.425	.439	2.186
	Equal variances not assumed			3.486	18.896	.002	1.31	.377	.524	2.101
Describe situaciones	Equal variances assumed	27.518	.000	3.785	26	.001	1.31	.347	.600	2.025
	Equal variances not assumed			4.392	15.000	.001	1.31	.299	.675	1.950
Coherencia temática	Equal variances assumed	2.059	.162	.137	26	.892	.06	.465	-.873	.998
	Equal variances not assumed			.133	20.390	.896	.06	.471	-.919	1.044
Organización lógica	Equal variances assumed	31.440	.000	3.757	26	.001	1.38	.365	.625	2.125
	Equal variances not assumed			4.371	15.000	.001	1.38	.315	.704	2.046
Manejo de emociones	Equal variances assumed	49.636	.000	4.309	26	.000	1.25	.280	.654	1.846
	Equal variances not assumed			5.000	15.000	.000	1.25	.250	.717	1.783
I. experiencial	Equal variances assumed	44.076	.000	3.408	26	.002	.88	.257	.347	1.403
	Equal variances not assumed			3.555	15.000	.001	.88	.221	.403	1.347
I. conductual	Equal variances assumed	41.923	.000	4.299	26	.000	1.44	.334	.750	2.125
	Equal variances not assumed			4.987	15.000	.000	1.44	.288	.823	2.052
I. fisiológico	Equal variances assumed	46.429	.000	4.187	26	.000	1.75	.417	.893	2.607
	Equal variances not assumed			4.869	15.000	.000	1.75	.369	.984	2.516
Interacción verbalmente	Equal variances assumed	3.048	.581	1.841	26	.143	.54	.330	-.137	1.220
	Equal variances not assumed			1.656	24.652	.111	.54	.327	-.133	1.216