

TALLER EXPERIMENTAL

SOSTENIENDO PROCESOS DE TRAUMA SOCIAL DESDE EL ARTE

Coordinación: Esmeralda Brinn (México)

Fecha:

Del sábado 19 de octubre de 2024, al martes 13 de mayo de 2025.

Cierre de convocatoria:

20 de septiembre de 2024.

Horarios:

Sábados de 10:00 a 14:00 hrs y de 15:00 a 18:00 hrs.

Martes de 10:00 a 11:30 hrs.

Sedes:

Sesiones sincrónicas a distancia vía Zoom y presenciales en la Casa del Lago de la Coordinación de Difusión Cultural de la UNAM en la Ciudad de México.

Tipo de actividad: Taller híbrido.

Público al que va dirigido:

Personas mayores de edad que ejerzan profesionalmente en contextos artísticos, culturales y educativos (artistas, docentes y responsables de proyectos culturales) interesadas en la mediación somática aplicada al contexto del arte, que trabajen con grupos sociales y comunidades específicas.

Cupo mínimo:

10 participantes.

Cupo máximo:

20 participantes.

Objetivos generales:

- Capacitar a personas de diferentes procedencias y disciplinas para que puedan replicar y sostener dinámicas grupales en las que se procesa el trauma social a través de la mediación artística-somática: procesar en grupo lo que el arte evoca.
- Otorgar las herramientas metodológicas y los marcos teóricos para implementar procesos de mediación informada en trauma de forma responsable y creativa.
- Acompañar la elaboración de un insumo teórico que dé cuenta de la experiencia, evalúe sus resultados y permita su multiplicación en diversos territorios y contextos.

Introducción:

El taller *Sosteniendo procesos de trauma social desde el arte*, es la primera edición de un espacio de formación y laboratorio organizado por la Cátedra Extraordinaria Ingmar Bergman en cine y teatro de la UNAM en colaboración con la Gira de Documentales Ambulante, el festival de cine documental de mayor alcance en México, y un espacio de exhibición único en el mundo.

El objetivo del taller es formar a las personas participantes con herramientas y estrategias metodológicas propias de la terapia somática que les permitan mediar entre un acontecimiento artístico o una obra de arte y un grupo específico de personas, para acceder a las heridas de nuestra sociedad y procesarlas.

Esta formación, con una duración de seis meses que comprende de tres módulos bimestrales, busca profundizar en la conexión con la interocepción (la capacidad de sentirnos a nosotros mismos), la relación entre lo que el arte y en especial, el cine, nos provoca, y la exploración de herramientas para poder sostener y metabolizar experiencias a nivel individual con impacto en el colectivo.

Hoy en día el arte trabaja con temáticas que pueden detonar reacciones emocionales profundas en los públicos y de las que, cada vez más, resulta de interés acompañar de forma responsable tanto para las instituciones públicas y privadas que organizan

espacios de exhibición, como para quienes desarrollan una práctica artística o educativa donde lo sensible juega un papel central.

Para su desarrollo se implementarán espacios de aprendizaje colectivo y trabajo individual a través de tres módulos. Cada módulo contempla sesiones a distancia en línea y espacios de encuentro presencial en la Casa del Lago de la Coordinación de Difusión Cultural de la UNAM en la Ciudad de México. La coordinación del curso está a cargo de Esmeralda Brinn, terapeuta somática enfocada en trauma y adicciones.

La Cátedra Bergman se ha destacado en los últimos años, como un espacio comprometido con la promoción de estrategias de cuidado en la creación artística desde una perspectiva interseccional. De esta manera, busca impulsar un entorno más inclusivo y consciente de las diversas realidades que componen nuestra sociedad. Realizar este proyecto en colaboración con Casa del Lago, refuerza esta línea de trabajo, al unir esfuerzos en la búsqueda de nuevas formas de pensar el arte y su rol en la construcción y reconstrucción del tejido social.

La formación busca forjar una comunidad de personas de diversas procedencias, quienes a través del diálogo y el intercambio de herramientas, enriquezcan el valioso trabajo que realizan con el potencial del arte y la somática para transformarnos.

Antecedentes:

La palabra trauma se usa muy a la ligera. Hablamos de este como si fuera algún tipo de evento terrible o tragedia que sucede solo a algunos. Pero en el verdadero sentido, el trauma no es un evento específico. No se refiere a una situación difícil que nos marca en un instante, sino a lo que nos pasa internamente como seres humanos cuando padecemos algo por demasiado tiempo o cuando tenemos demasiado poco de algo que necesitamos por mucho tiempo. El trauma es una interrupción dolorosa que perdura en el desarrollo de la persona, la causan múltiples factores del entorno y de nuestra sensibilidad particular, resurge una y otra vez en la vida adulta y nos hace reaccionar automáticamente en nuestras relaciones interpersonales. Estas reacciones, completamente inconscientes, ponen en pausa nuestro desarrollo pleno y nos

mantienen en estado de alerta y de supervivencia para protegernos del dolor infantil hasta que nuestra psique adulta logra comprender lo que no pudo en su momento. Los automatismos producen situaciones que son ecos de la infancia, generan los mismos conflictos y el mismo dolor, el cual intentamos, al mismo tiempo, reprimir: este círculo vicioso lo vuelve más y más poderoso.

Las respuestas automáticas que intentan protegernos del dolor se generan por la falta de una contención amorosa, presente, conectada emocionalmente durante los primeros años del desarrollo. Y esa falta es un problema social, no individual. Por eso es importante generar espacios colectivos que proporcionen la oportunidad, la libertad y la seguridad para explorar nuestros sentimientos sin ser juzgados, reprimidos, violentados o desvalorizados. Justo esta es la propuesta de este taller: formar a un grupo de personas que sean capaces de guiar espacios de mediación con el público al término de funciones de cine u otros espacios artísticos, para conversar sobre distintos paisajes del dolor humano colectivo a la vez que proponemos dinámicas *in situ* para experimentar sensorialmente en nuestros propios cuerpos el procesamiento del trauma social. La meta es que la experiencia cinematográfica sea una oportunidad para que los públicos exploren el dolor en otros y en cada uno, que dejemos de reprimir la tristeza, angustia y coraje que produce nuestra realidad, que profundicemos en sus causas sociales y desarrollemos la capacidad de introspección. El objetivo es crear una dinámica colectiva de diálogo, escucha y confianza.

Este taller es resultado de un primer proyecto piloto de mediación somática. Utilizamos este término para nombrar aquella mediación con los públicos donde queremos abrir espacio para las sensaciones, emociones y opiniones que nos permitan nombrar y arrojar luz sobre aquello que, aunque está presente, no es evidente; queremos dejar de distanciarnos y dejar de normalizar creencias que perpetúan la tensión humana. Propusimos entonces inducir acciones colectivas que nos permitieran reconocer en cada uno de nosotros el dolor porque al sentir de forma individual el trauma social se lo puede sostener con mayor facilidad. La apuesta central fue comenzar a abrir más espacios seguros donde pudiéramos mirarnos unos a otros con honestidad, donde pudiéramos abrir nuestra vulnerabilidad y entender mejor las emociones de nuestros semejantes.

Seleccionamos dos documentales para llevar a cabo esta iniciativa, pues ambos ofrecen una ventana a dos puntos importantes del trauma social: *Zona Norte* de Javier Ávila y *Las hijas de Olfa (Four Daughters)*. El experimento en colaboración con Ambulante permitió, gracias a la actividad de mediación al término de estas dos películas, responder de manera activa al encuentro doloroso que se produce entre una obra fílmica y sus espectadores en la sala. Partimos del conocimiento de que el dolor de los protagonistas resuena con fuerza en el espectador y activa su propio dolor. El cine documental no refleja dolores lejanos, sino que interpela la memoria afectiva de los cuerpos sintientes que observan historias en la sala oscura. Pese a que los protagonistas de la película y los espectadores viven situaciones distintas, comulgan en la sala de cine al identificar que padecen de forma similar el trauma social. Nuestra propuesta fue aventurarnos en una actividad que nos permitiera abrazar ese encuentro colectivo para motivar una transformación en los espectadores.

A partir de los resultados de estas primeras experiencias piloto (cuatro proyecciones con mediación somática en la Ciudad de México y Morelia, Michoacán), el potencial de este trabajo quedó al descubierto, así como la necesidad de formar bases que puedan replicar esta experiencia en diversos escenarios y contextos.

El arte tiene un poder único para abordar el trauma social porque permite expresar lo indescriptible con palabras. Esta expresión no solo ayuda a liberar tensiones y dolores profundos, sino que también puede resonar con otros, creando una conexión empática y un sentido de comunidad.

Además, a través de proyectos artísticos colaborativos, las comunidades pueden enfrentar o conocer el trauma compartido, encontrar sublimación en la creatividad compartida y generar un espacio para la reflexión y el diálogo que promueva la reconciliación y la cohesión social.

Sin embargo, aunque el arte es una herramienta poderosa para expresar y liberar, no es suficiente por sí solo para procesar el trauma colectivo de manera completa. El arte puede abrir la puerta a la catarsis, pero si no sostenemos en presencia lo que

surge—si no nos permitimos estar plenamente conscientes y comprometidos con las emociones y recuerdos que emergen para que sean metabolizados en nuestro sistema nervioso sin tanta narrativa—corremos el riesgo de simplemente alimentar el dolor y perpetuar las narrativas que nos contamos. Es crucial que el proceso artístico esté acompañado de un trabajo profundo en el que podamos integrar lo que se expresa, dándole un sentido y permitiendo una verdadera sanación. Sin esta presencia consciente, el arte puede convertirse en un canal para revivir el dolor en lugar de transformarlo, fortaleciendo los mismos caminos neurológicos, las mismas reacciones ante nuestra narrativa de vida o percepción de la realidad. Es pionero en esta etapa de evolución social el integrar disciplinas artísticas y terapéuticas para que realmente se genere una sanación colectiva y que aquellos que le dan voz al inconsciente, tomen responsabilidad de lo que se genera y utilicen el potencial de la expresión artística junto con los nuevos conocimientos para llevar el trabajo a otro nivel.

La pertinencia y particularidad de la formación que ofrece este taller fortalece a partir del formato híbrido, ampliando el público interesado a personas provenientes de distintas regiones del centro de país, cercanas a la Ciudad de México, donde periódicamente ocurrirán los encuentros presenciales. Por el carácter práctico del trabajo con comunidades, estos encuentros son fundamentales para generar una puesta en común y fomentar el intercambio de ideas y experiencias.

Temario:

El temario está distribuido en tres módulos de dos meses de duración cada uno, con 66 horas de duración en total, impartidos por Esmeralda Brinn.

MÓDULO 1 | Interocepción y trauma

- Introducción: la importancia del trabajo grupal en espacios sociales
- ¿Qué es el trauma?
- Trauma de desarrollo y vinculación, trauma social, trauma transgeneracional
- Fisiología del trauma
- Sentidos y percepciones
- Las tres capas de la experiencia humana

Objetivo: Generar un entendimiento profundo sobre el trauma individual, social y colectivo y establecer una base sensorial en el cuerpo, que después nos servirá como el ancla principal para el trabajo con grupos.

Descripción: Durante las sesiones en línea, estudiaremos las bases psicológicas, somáticas y fisiológicas sobre qué es el trauma, cómo se establece en las dinámicas familiares y sociales y cómo se perpetúa en la sociedad. Las sesiones son teórico-prácticas. Durante las sesiones presenciales haremos ejercicios para identificar experiencialmente cómo se manifiesta el trauma en las dinámicas humanas para poder empezar a reconocerlo.

Horas presenciales: 14 hrs

Horas en línea: 7.5 hrs

Horas totales: 21.5 hrs

OCTUBRE-DICIEMBRE

Actividad	Fecha	Hora (Ciudad de México)
Sesión presencial	Sábado 19 de octubre de 2024	10:00 a 14:00 hrs y de 15:00 a 18:00 hrs.
Sesión en línea	Martes 29 de octubre 2024	10:00 a 11:30 hrs.
Sesión en línea	Martes 5 de noviembre 2024	10:00 a 11:30 hrs.
Sesión en línea	Martes 12 noviembre de 2024	10:00 a 11:30 hrs.
Sesión en línea	Martes 19 de noviembre de 2024	10:00 a 11:30 hrs.
Sesión en línea	Martes 26 de noviembre de 2024	10:00 a 11:30 hrs.
Sesión presencial	Sábado 7 de diciembre de 2024	10:00 a 14:00 hrs y de 15:00 a 18:00 hrs.

MÓDULO 2 | Reconocer lo que el exterior provoca en el interior

- Respuestas al presente y respuestas como memoria de trauma
- Foco interno y foco externo
- Generando el espacio para reconocer y sostener
- Análisis de documentales y obras con el ejercicio de reconocimiento interno
- Laboratorio dinámico: exposición e intercambio de las disciplinas artísticas de los integrantes y cómo ponerlas en el contexto de procesar trauma colectivo

Objetivo: Comenzar a identificar la expresión artística como detonadora de la memoria del trauma, los mecanismos de defensa que lo perpetúan y cómo reconocerlos a través de historias contadas en expresiones artísticas y simbólicas.

Descripción: Teoría y práctica en sesiones por zoom. Revisaremos y analizaremos documentales y obras para identificar los temas principales que están siendo nombrados simbólicamente y haremos ejercicios para reconocer lo que se despierta en nosotros como individuos y grupo, y cómo empezar a sostenerlo.

Los participantes expondrán cómo su disciplina artística despierta heridas colectivas y se abrirá una mesa de diálogo y ejercicios para intercambiar disciplinas como métodos detonantes de la memoria colectiva.

Horas presenciales: 14 hrs

Horas en línea: 7.5 hrs

Horas totales: 21.5 hrs

ENERO-MARZO

Actividad	Fecha	Hora (Ciudad de México)
Sesión presencial	Sábado 25 de enero de 2025	10:00 a 14:00 hrs y de 15:00 a 18:00 hrs.

Actividad	Fecha	Hora (Ciudad de México)
Sesión en línea	Martes 28 de enero de 2025	10:00 a 11:30 hrs.
Sesión en línea	Martes 4 de febrero de 2025	10:00 a 11:30 hrs.
Sesión en línea	Martes 11 de febrero de 2025	10:00 a 11:30 hrs.
Sesión en línea	Martes 18 de febrero de 2025	10:00 a 11:30 hrs.
Sesión en línea	Martes 25 de febrero de 2025	10:00 a 11:30 hrs.
Sesión presencial	Sábado 1 marzo de 2025	10:00 a 14:00 hrs y de 15:00 a 18:00 hrs.

MÓDULO 3 | Sosteniendo el proceso individual y colectivo

- Sistema nervioso social
- Regulación y co regulación
- Generando resiliencia en el sistema nervioso
- Ampliando la capacidad de presencia
- Prácticas e integración

Objetivo: Entender cómo opera el sistema nervioso dentro de una familia y una sociedad. Estudiar qué quiere decir la regulación y cómo se aprende o no durante el desarrollo. Observar cómo funciona la presencia y practicar herramientas concretas para ampliar la capacidad de sostenernos y acompañar al otro en la integración y procesamiento de sensaciones intensas.

Descripción: Módulo principalmente práctico. Ejercitaremos las herramientas aprendidas previamente durante las sesiones presenciales, exploraremos otros medios artísticos para profundizar en el trauma social. Presentación de proyectos finales con una exposición de cómo aplicar las herramientas aprendidas en el contexto de cada participante. Unificación y prácticas durante el festival Ambulante.

Horas presenciales: 14 hrs

Horas en línea: 9 hrs

Horas totales: 23 hrs

MARZO-MAYO

Actividad	Fecha	Hora (Ciudad de México)
Sesión en línea	Martes 25 de marzo de 2025	10:00 a 11:30 hrs.
Sesión en línea	Martes 1 de abril de 2025	10:00 a 11:30 hrs.
Sesión en línea	Martes 8 de abril de 2025	10:00 a 11:30 hrs.
Sesión en línea	Martes 22 de abril de 2025	10:00 a 11:30 hrs.
Sesión en línea	Martes 29 de abril de 2025	10:00 a 11:30 hrs.
Sesión presencial de cierre	Sábado 3 de mayo de 2025	10:00 a 14:00 hrs y de 15:00 a 18:00 hrs.
Sesión presencial de cierre	Domingo 4 de mayo de 2025	10:00 a 14:00 hrs y de 15:00 a 18:00 hrs.
Sesión en línea de retroalimentación	Martes 13 de mayo de 2025	10:00 a 11:30 hs

Breve semblanza de la coordinadora

Esmeralda Brinn (México)

Nació en San Miguel de Allende, Guanajuato, México. Desde sus 16 años ha estudiado distintas técnicas terapéuticas como la terapia neural y kinesiología. En una búsqueda personal, unificó sus caminos hace 15 años, cuando realizó la formación de tres años como Educadora Somática con la escuela de movimiento somático Body Mind

Movement en México, dirigida por Mark Taylor (Estados Unidos). Después cursó la formación avanzada, especializándose en trauma y sistema nervioso por 3 años más, trabajando a la par en investigaciones gastronómicas relacionadas a la salud, el arte y las relaciones humanas. Se dedicó unos años a consultorías y proyectos artísticos y ecológicos. Su investigación personal la llevó a encontrar la conexión entre el ecosistema, la microbiota y los estados psíquicos. Por último, hace unos años se especializó en trauma y adicciones con el Dr. Gabor Maté, médico y escritor canadiense, autor del libro *Cuando el cuerpo dice no*, y continúa haciendo sus propias investigaciones en el campo de la salud, la psique, la nutrición y el ecosistema. Todas estas disciplinas se unen bajo la visión somática.

Objetivos generales:

- Capacitar a personas de diferentes procedencias y disciplinas para que puedan replicar y sostener dinámicas grupales en las que se procesa el trauma social a través de la mediación artística-somática: procesar en grupo lo que el arte evoca.
- Otorgar las herramientas metodológicas y los marcos teóricos para implementar procesos de mediación informada en trauma de forma responsable y creativa.
- Acompañar la elaboración de un insumo teórico que dé cuenta de la experiencia, evalúe sus resultados y permita su multiplicación en diversos territorios y contextos.

Duración total en horas:

El taller consta de un total de 66 horas.

A estas actividades sincrónicas de aprendizaje colectivo presencial y a distancia, se suma el tiempo que cada participante decida dedicarle a las lecturas y procesos de escritura requeridos.

Costo de inscripción:

\$3,000.00, 50% de descuento a personas mayores de edad de Comunidad UNAM con credencial vigente, a Exalumnos y Egresados UNAM, docentes de Sistema Incorporado con credencial vigente y personas con credencial de INAPAM.

Se otorgarán tres becas completas. Las personas interesadas, deberán exponer sus motivos en la carta con la que se realizará la postulación. Se le dará prioridad a personas en situación de vulnerabilidad.

Método de inscripción y requisitos:

1. Las personas interesadas deberán llenar sus datos de contacto y adjuntar la documentación solicitada en el formulario de registro disponible en el sitio web de la Cátedra Extraordinaria Ingmar Bergman: **catedrabergrman.unam.mx**
2. En el formulario se les solicitará adjuntar una una carta de motivos donde expresen sus razones para tomar el taller. En caso de solicitar beca completa, será necesario exponer los motivos en el cuerpo de la carta.
3. El formulario de registro estará abierto hasta el **20 de septiembre del 2024**.
3. El día 7 de octubre de 2024 las personas seleccionadas recibirán un correo en el que deberán confirmar su participación en el curso. Posteriormente, recibirán los datos e indicaciones para efectuar el pago vía transferencia o depósito en efectivo. También pueden realizarse pagos en las instalaciones de Filmoteca UNAM, presentándose de lunes a viernes, en un horario de 9:30 a 14:30 horas y de 16:30 a 18:00 horas. Habrá lista de espera.
4. En cualquier modalidad de pago, el envío del comprobante deberá realizarse en el transcurso de las siguientes 48 horas después de haber sido contactados los primeros aspirantes. De no ser así, se le dará oportunidad al siguiente en la lista de espera.

Nota importante: Es posible que las sesiones del curso sean grabadas con fines académicos y/o de difusión, por lo que es indispensable que las personas inscritas envíen la carta de autorización que se les proporcionará por correo debidamente llenada y firmada, en un lapso no mayor a dos días.

Materiales necesarios

- Computadora con videocámara y micrófono.
- Conexión a internet.
- Software para videoconferencias en Zoom (gratis).
- Cuenta de correo electrónico y Google Classroom (gratis).

Permanencia y egreso de los participantes:

- Para acreditar el taller será requisito indispensable contar con un mínimo del 70% de asistencia a las actividades, realizar el total de las entregas por módulo y desarrollar un insumo teórico sobre la propia práctica a manera de trabajo final.

Criterios y estrategias de evaluación

- El avance en cada módulo representa el 25% de la evaluación final y el trabajo final que será evaluado por la coordinadora el 25% restante. La calificación otorgada al término del curso será la suma de dichas evaluaciones.

Módulo	Resultado/Entregable	Porcentaje
Módulo 1	Video, texto o audio, que capture las reflexiones propias del proceso personal y grupal experimentado en el Módulo 1	25%
Módulo 2	Video, texto o audio, que capture las reflexiones propias del proceso personal y grupal experimentado en el Módulo 2	25%
Módulo 3	Video, texto o audio, que capture las reflexiones propias del proceso personal y grupal experimentado en el Módulo 3	25%
Trabajo Final	Presentación de una propuesta de diseño de mediación que integre las herramientas somáticas en grupo aplicadas a una pieza o acontecimiento artístico.	25%

Organiza:

Cátedra Extraordinaria Ingmar Bergman en cine y teatro de la UNAM y Filmoteca de la UNAM.

Colaboradores:

En colaboración con Ambulante, con el apoyo de la Casa del Lago.

Más información:

catedrabergrman.unam.mx

Contacto:

comunicacion@catedrabergrman.unam.mx

+52 1 55 50 683299

Bibliografía general recomendada

LIBROS

- *The Body Keeps the Score* (El cuerpo lleva la cuenta), Dr. Bessel A. van der Kolk.
- *The Myth of Normal* (El mito de la normalidad), Dr. Gabor Maté MD, Daniel Maté.
- *It Didn't Start with You* (Este dolor no es mío), Mark Wolynn.
- *Waking the Tiger* (Curar el trauma), Dr. Peter Levine, Ann Frederick.
- *The Biology of Belief* (La biología de la creencia), Bruce H. Lipton PhD.
- *Dance as a Healing Art: Returning to Health Through Movement & Imagery* (La danza como arte curativo: Volviendo a la salud a través del movimiento y el imaginario), Anna Halprin.
- *Art Therapy, Trauma, and Neuroscience: Theoretical and Practical Perspectives* (Arte terapia, trauma y neurociencia: Perspectivas teóricas y prácticas), editado por Juliet L. King.
- *When the body says no: The cost of Hidden Stress* (Cuando el cuerpo dice no: El costo del estrés encubierto), Gabor Maté.
- *El cine como arte subversivo*, Amos Vogel.
- *Esculpir en el tiempo*, Andrei Tarkovski.

- *Estética del cine. Espacio fílmico, montaje, narración, lenguaje*, Jacques Aumont, Alain Bergala, Michel Marie y Marc Vernet
- *How it feels (Cómo se siente)*, catálogo, Tracey Emin.

FILMOGRAFÍA

Zona norte

Dir. Javier Avila
88 min
México, Qatar
2022

Las hijas de Olfa

Dir. Kaouther Ben Hania
107 min.
Francia, Túnez, Alemania, Arabia Saudita
2023

Tres Promesas

Dir. Yousef Srouji
61 min.
Estados Unidos
2023

ARTÍCULOS SOBRE TRAUMA, SOMÁTICA Y ARTE

- <https://www.collectionscanada.gc.ca/obj/thesescanada/vol2/OSUL/TC-OSUL-384.PDF>
- https://www.researchgate.net/publication/327212224_What_Is_Stress_A_Systems_Perspective
- <https://sanlab.psych.ucla.edu/wp-content/uploads/sites/31/2016/03/Hofer-1984-PsychosomaticMed.pdf>

- <https://digitalcommons.liberty.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=4520&context=doctoral>
- https://www.researchgate.net/publication/370172066_Transforming_Trauma_through_an_Arts_Festival_A_Psychosocial_Case_Study#pdf
- No existe mucha bibliografía escrita sobre trabajos previos de artistas que a través de mostrar su arte, hayan INTEGRADO somáticamente el trauma social o colectivo. Por esa razón, este taller interdisciplinario, se volvería pionero germinador de material bibliográfico sobre el tema.