

PRÁCTICAS GRÁFICAS, CUIDADOS Y ESCUCHA COLECTIVA

Andrea Caraballo, curadora y coordinadora del proyecto

Trabajar la salud mental en un contexto grupal implica asumir una responsabilidad ética: no se trata de explicar, diagnosticar ni resolver, sino de habilitar espacios de expresión, escucha y reflexión colectiva. Desde el arte —y en particular desde el grabado— es posible generar dispositivos sensibles que permitan hablar de lo que duele sin imponer sentidos ni exponer en exceso a quienes participan.

Este proyecto no es una intervención terapéutica sino una experiencia artística y comunitaria. El arte funciona aquí como mediador, como lenguaje alternativo que permite decir sin decir del todo, mostrar sin tener que explicarse, compartir sin quedar fijado a un relato único.

Crear un marco de cuidado

Antes de iniciar cualquier actividad fue necesario construir un acuerdo colectivo. Establecer pautas claras —respeto, confidencialidad, libertad para participar o no, posibilidad de retirarse de una actividad— genera un marco de confianza que habilita el trabajo. Nombrar explícitamente que no se espera producir “obras” en un sentido tradicional, sino procesos, ayuda a bajar la autoexigencia y a desactivar lógicas de rendimiento.

El cuidado también incluye los tiempos, los silencios, los ritmos individuales y grupales. No todo debe ser compartido, no todo debe ser dicho.

La escucha sin diagnóstico

Uno de los puntos centrales al abordar la salud mental en grupos es escuchar sin interpretar. El rol del coordinador o coordinadora no es traducir lo que aparece en las imágenes o los textos, sino sostener el espacio para que eso exista. Evitar lecturas psicologizantes o conclusiones cerradas protege a quienes participan y mantiene el eje en lo artístico.

Las imágenes, las matrices y las estampas no “representan” estados mentales: los rozan, los rodean, los insinúan. Ahí reside su potencia.

El grabado como mediador sensible

El grabado, por su carácter técnico y procesual, ofrece una distancia productiva. La matriz —en este caso el tetra pack reutilizado— actúa como un territorio intermedio entre la experiencia personal y la imagen final. Grabar, entintar y estampar implica

repetición, presión, espera, error y transformación: gestos que dialogan profundamente con los procesos subjetivos.

Además, el trabajo seriado y colectivo desplaza el foco del “yo” hacia el nosotros, permitiendo que las experiencias individuales se inscriban en un entramado común.

Bitácoras: escribir antes de la imagen

El uso de bitácoras personales como punto de partida habilita una instancia íntima previa a lo visual. La escritura no busca ser literaria ni pública, es un espacio privado de registro, pregunta y desborde. No todas las palabras llegan a la imagen, y no todas las imágenes vuelven a las palabras. Esa distancia es parte del cuidado.

El rol de la coordinación

Quien coordina debió estar atento/a no solo a lo que emerge, sino a cómo emerge. Detectar tensiones, cansancio o incomodidad permite ajustar consignas, abrir pausas o cambiar el ritmo. También implica saber cuándo derivar o pedir apoyo externo, entendiendo los límites del espacio artístico.

Acompañar no es contenerlo todo.

La exposición como instancia activa

Mostrar el trabajo no significa cerrar el proceso. La exposición se entiende como una etapa más, un espacio donde las imágenes dialogan entre sí y con el público. El panel de preguntas abiertas invita a quienes visitan la muestra a sumarse a la reflexión, ampliando la comunidad involucrada.

La obra no termina en la pared: continúa en la conversación.

Abrir preguntas, no dar respuestas

Abordar la salud mental desde el arte implica aceptar la incertidumbre. No hay definiciones únicas ni soluciones universales. Lo que sí es posible es abrir preguntas, generar imágenes compartidas y construir espacios donde lo sensible tenga lugar.

En tiempos donde el malestar suele vivirse en soledad, estos dispositivos colectivos proponen otra cosa: estar con otros, hacer con otros, imprimir juntos lo que muchas veces no encuentra palabras.