



asociación profesional
española de arteterapeutas

inspira

revista de la ATe
número 1



sumario



04 EDITORIAL

05 ARTÍCULOS CLÍNICOS

05 **La reconstrucción del vínculo** por Mònica Planas Esteve

19 **Estructuras internas, trazos abstractos** por Juan Carlos Lozano López.

31 **Desde la sombra. Análisis del setting en el contexto penitenciario** por Ángela Peinado

43 **Pic-nic en el campo de batalla** por Lúcio de Miranda

56 ARTÍCULOS DIVULGATIVOS

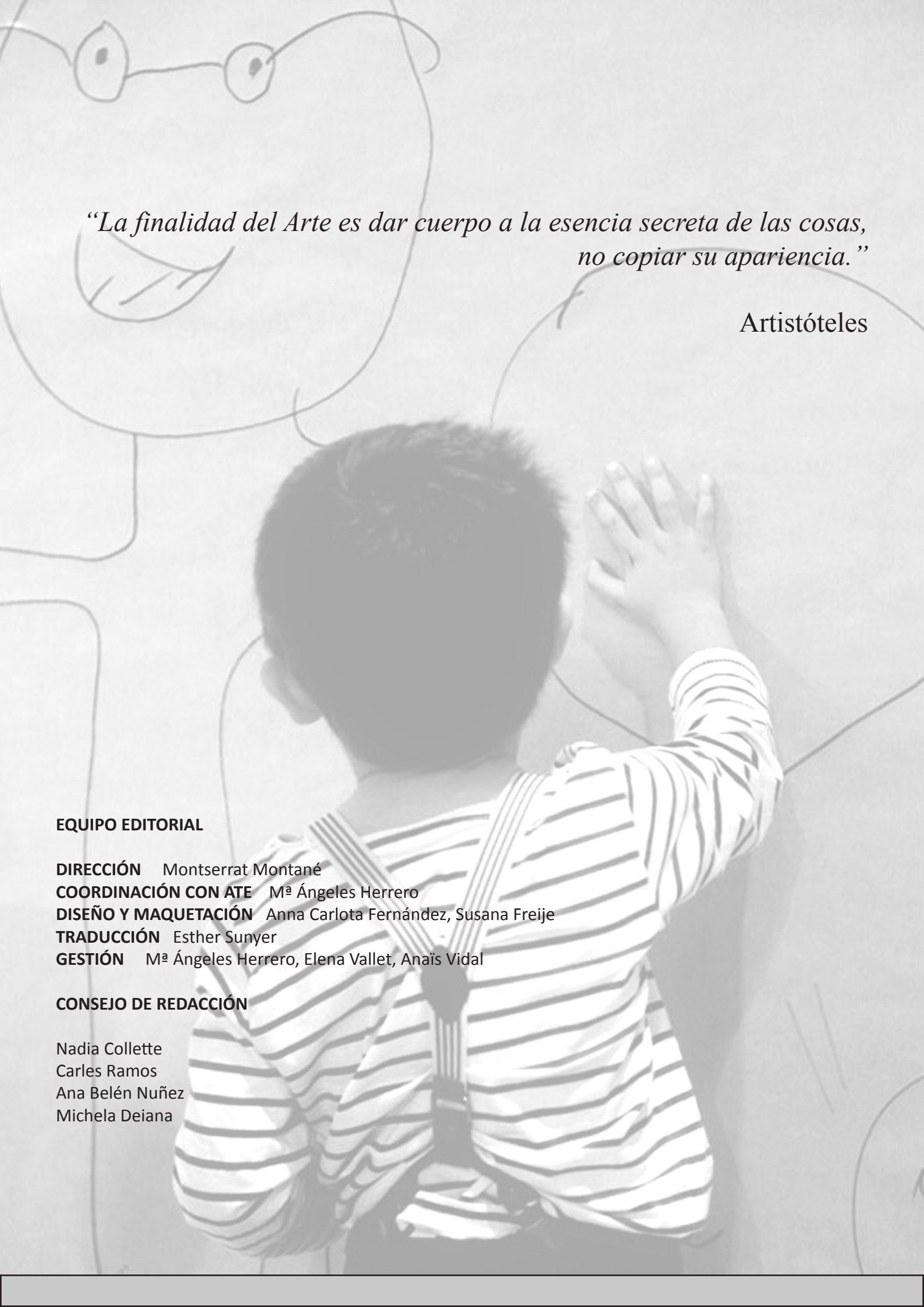
I Jornada de Arteterapia y Cáncer por el Grupo Ona

66 ARTÍCULOS DE INVESTIGACIÓN

Exploring biases and perceptions through an art based tool por Einat S.

88 RESEÑAS BIBLIOGRÁFICAS

Art-Based research de Shaun McNiff por Esther Sunyer



*“La finalidad del Arte es dar cuerpo a la esencia secreta de las cosas,
no copiar su apariencia.”*

Artistóteles

EQUIPO EDITORIAL

DIRECCIÓN Montserrat Montané

COORDINACIÓN CON ATE M^a Ángeles Herrero

DISEÑO Y MAQUETACIÓN Anna Carlota Fernández, Susana Freije

TRADUCCIÓN Esther Sunyer

GESTIÓN M^a Ángeles Herrero, Elena Vallet, Anaïs Vidal

CONSEJO DE REDACCIÓN

Nadia Collette

Carles Ramos

Ana Belén Nuñez

Michela Deiana

editorial



Montserrat Montané
montserratma@artterapiagranollers.com

Hace muchos años, en un pequeño pueblo lejano, vivían un chico y su padre; la madre había muerto hacía tiempo. El padre era alfarero y los sábados iba con su hijo a vender todo lo que había creado durante la semana. Cargaba un burro viejo y poco a poco hacían el trayecto hasta el mercado de la ciudad más cercana.

Un día el padre enfermó, y viendo que no se sentía con fuerzas para ir a vender sus piezas, pidió a su hijo, de doce años, que fuera él solo; no se podían permitir prescindir de estos ingresos, ya que suponían su único medio de subsistencia. El chico, muy predispuesto, dijo a su padre que no se preocupara, que él lo haría, pero el burro era muy viejo, y a menudo no había manera de hacerlo andar cuando decidía pararse en medio del camino. Explicó el padre como temía encontrarse

en esta situación sin tener la habilidad y las fuerzas para salir de la dificultad. . El padre le dijo: "No te preocupes, si te encuentras con un problema así sólo tienes que llamar a la Necesidad; la llamas fuerte: " ¡Necesidad! ¡Necesidad! " Y ella sin duda vendrá a ayudarte.

Con este consejo en mente y el burro cargado de barro, el chico emprendió el camino hacia la ciudad; al poco rato, en medio de la lluvia y el frío, el burro se quedó parado sin apenas poder levantar las patas del barro. El chico, agobiado, no lograba gran cosa tirando de él; entonces recordó la recomendación del padre y se dispuso a llamar a la Necesidad: "¡Necesidad!, ¡Necesidad !!..." Así estuvo un buen rato, pero la Necesidad no venía. Indignado y decepcionado, decidió que él solo saldría de aquella difícil situación. Buscó unos troncos adecuados para ayudar al burro a salir del barro, y al cabo de un rato consiguió que caminara.

Después, volviendo del mercado y cerca del pueblo, reflexionaba sobre lo ocurrido, enojado con su padre, a punto de decirle que la Necesidad no había venido. Sin embargo de pronto comprendió que sí había acudido a ayudarle, y le había dado fuerzas e ingenio para resolver el problema.

Muy a menudo alimentamos buenas ideas y prometedores proyectos, pero parece que sólo emergen cuando realmente existe una suficiente necesidad de materializarse. He pensado que quizás este cuento podía ser una buena forma de presentar nuestra revista, viendo las raíces de Inspira y los objetivos a los que apunta. Al igual que las semillas, con su innata necesidad de vivir, de crecer y de expandirse, a nuestra publicación le ha sido necesario esperar a que las condiciones para que germinara fueran adecuadas y favorables.

Todo tiene su momento de entrar en el mundo: niños, libros, proyectos, cada paso en nuestra conciencia, cada avance en nuestro aprendizaje, o bien cada cambio en el proceso terapéutico.

Inspira, Revista de la Ate, tiene ahora su punto de partida, el cual ha sido alimentado por la necesidad de compartir, potenciar y movilizar el trabajo de los arteterapeutas. Su objetivo es ofrecerse como un canal a través del cual fluya la experiencia de muchos profesionales del arteterapia, llevando a la luz trabajo clínico, reflexiones teóricas y tareas de investigación, tareas que en general se han llevado a cabo hasta ahora en buena parte de forma silenciosa.

Al mismo tiempo pensamos que esta nueva publicación puede ser una buena herramienta de debate para temas relacionados con nuestra profesión, potenciando su reconocimiento y su evolución.

Nuestra voluntad está centrada pues en que la nueva revista sea una vía de difusión con un buen nivel de calidad, y que suponga al mismo tiempo una pieza más para enriquecer el conjunto de elementos implicados en la formación permanente de los arteterapeutas.

En este primer número acogemos varios artículos de trabajo clínico en diferentes aplicaciones del arteterapia, así como otros centrados en la investigación en nuestro campo. Esperamos que sean el primer impulso de una tarea continua y creciente.

La reconstrucción del vínculo

Mònica Planas Esteve. Licenciada en Comunicación Audiovisual (UPF), Máster en Escritura para cine y televisión (UAB), Máster en Arteterapia (UB), CAP en Educación Visual y Plástica (UB), Formación artística no reglada (Visor Taller). Educadora Social en Aldeas Infantiles SOS. Profesora de artes plásticas y Arteterapeuta. monica_planas@yahoo.com

PALABRAS CLAVE

SUMARIO

Arteterapia grupal
Adolescentes
Maltrato
Vínculo
Creatividad
Identidad

El presente artículo plantea cómo el arteterapia grupal puede facilitar el proceso de construcción de la propia identidad y favorecer la vinculación de adolescentes con dificultades que sufrieron maltrato psicológico, físico y/o sexual. Estas experiencias traumáticas generan dificultades internas que se expresan mediante síntomas diversos, como trastornos psicósomáticos o de alimentación, conductas autodestructivas, actuaciones frustrantes en el entorno, inhibiciones creativas y ciertas disfunciones en las relaciones interpersonales.

Sugerir propuestas artísticas y establecer un vínculo cercano con los adolescentes proporciona cierta estructura y puede reducir los altos niveles de ansiedad. Además, una intervención activa de las arteterapeutas puede facilitar el cambio del síntoma (inhibición en el juego creativo y relacional) hacia la metáfora (la sublimación de los impulsos y la mejora de las relaciones interpersonales). El estudio de caso presentado muestra la evolución de una chica en el grupo, que se erigió como todo un ejemplo de resiliencia.

KEY WORDS

ABSTRACT

Group art therapy
Adolescents
Abuse
Attachment
Creativity
Identity

The present essay discusses how group art therapy can facilitate the construction of identity and how it enhances bonding in severely damaged adolescents who suffered psychological, physical and/or sexual abuse. Such traumatic experiences cause internal difficulties that are expressed by means of several symptoms, such as psychosomatic distress, eating disorders, self-destructive behaviours, acting outs, creative inhibitions and certain dysfunctions in interpersonal relationships.

Suggesting artistic directives and establishing a close bond with the adolescents enables certain structure and may reduce high anxiety levels. Moreover, an active attitude in intervention provided by the art therapists can facilitate the shift from the symptom (inhibition in creative and relational play) towards metaphor (the sublimation of impulses and improvement of interpersonal relationships). The case study presented shows the evolution of a girl in the group, who set herself as an example of resilience.

EL VÍNCULO EN LA ADOLESCENCIA Y LA CONSTRUCCIÓN DE LA IDENTIDAD

El maltrato como una interferencia del amor

El ser humano maltrata cuando no se siente amado y cuando está más interesado en dominar que en amar, estableciendo con ello una cadena sin fin en la que la víctima de hoy es verdugo mañana

(Linares, J.L., 2002:17).

Todos los seres humanos tenemos una gran necesidad de establecer vínculos de confianza con otras personas para sentir la seguridad que nos permitirá explorar el mundo e ir construyendo nuestra propia identidad. Cuando nuestros vínculos primarios no han sido suficientemente seguros, experimentamos una disfunción relacional hasta que no podemos integrar la experiencia y transformarla. Juan Luis Linares, terapeuta sistémico, define el amor como “un juego relacional, psicológicamente nutricional” (Linares, 2002: 23) y describe el maltrato como una interferencia del amor... una disfunción del juego relacional.

Las familias en las que el maltrato es la forma predominante de relación desarrollan pautas de apego inseguro, que se transmiten de generación en generación a menos que se produzca un entendimiento y resignificación de la mitología familiar. En este contexto, las mujeres adolescentes son depositarias de un rol de género estereotipado procedente de dicha mitología arcaica, basada en el dominio y la sumisión. La construcción de su propia identidad y capacidad de vinculación se ve severamente afectada durante un periodo vital de suma importancia para el desarrollo del ser humano, la adolescencia. John Bowlby, psicoanalista que incorporó la visión de la etología en su teoría del apego, afirmó:

Actualmente existen pruebas impresionantes de que la pauta de apego que un individuo desarrolla durante los años de inmadurez –la primera infancia, la niñez y la adolescencia– está profundamente influida por el modo en que sus padres (u otras figuras de paternidad) lo tratan (Bowlby, J., 1996: 145).

El maltrato físico y sexual, debido a su espectacularidad, ha sido el más denunciado en los medios de comunicación a través de campañas de sensibilización pero cabe recordar que detrás de estas pautas disfuncionales extremas siempre hay algún tipo de maltrato psicológico que, a veces, hasta puede pasar inadvertido si no se manifiesta físicamente. En este sentido, cabe destacar que una parte esencial del trabajo terapéutico consiste en reconocer estas formas de maltrato psicológico, no inmediatamente visibles, pero que dejan profundas heridas en la personalidad.

Retomando las ideas de Juan Luis Linares (2002), podemos clasificar los tipos de maltrato psicológico familiar en función de si la relación de la pareja es o no armoniosa y de si la función protectora de la parentalidad está o no conservada. Cuando la relación conyugal fracasa, el maltrato psicológico puede generar triangulación, entendida como la inclusión de los hijos en los juegos relacionales de los padres.

Esta concepción del maltrato como una interferencia del amor despatologiza a las familias y permite no culpabilizar a ninguno de los miembros, ya que todos ellos han contribuido en alguna medida en la perpetuación de dicha disfunción y tienen cierto grado de responsabilidad, si bien hay que destacar que los niños son las víctimas más inocentes dentro del sistema. Así, si consideramos que la violencia es una disfunción del amor, cambiando el juego relacional, existe la posibilidad de reparar el amor.

La dificultad y la necesidad de vínculo

Un mismo acontecimiento traumático puede conducir a un secreto, análogo a una especie de cuerpo extraño en el fondo del alma, a una compensación combativa que no reconocerá jamás por qué se lucha, o a una reflexión enriquecedora sobre el sentido de la vida (Cyrulnik, B., 2008:135).

Cuando una adolescente ha crecido en una relación familiar disfuncional, es probable que nunca haya experimentado un vínculo seguro a lo largo de su desarrollo, puesto que no ha encontrado ninguna figura accesible, sensible y colaboradora que le diera consuelo y protección ante situaciones adversas. En los primeros años de su vida, la presencia o ausencia de su madre habrá ejercido una enorme influencia en su pauta de apego, así como su capacidad de empatía y rêverie ante sus necesidades.

Probablemente, esta adolescente se enfrentará a las tareas de su edad, la vinculación fuera de la familia y la creación de la propia identidad, con especiales dificultades y sentimientos marcados por una gran ambivalencia, siempre oscilando entre la destructividad y la necesidad de llevar a cabo procesos de reparación. En función de cómo gestione los sentimientos de culpa, esta adolescente tenderá a utilizar mecanismos de defensa esquizoparanoides o maníacos que la ayuden a sobrellevar la situación estresante en la que se encuentra inmersa. Entre ellos, podemos destacar el uso de la disociación entre una figura de apego idealizada y una persecutoria, la identificación con el agresor o con el rol de víctima, la proyección o introyección de la culpa, la negación del maltrato sufrido, el desprecio, triunfo y control sobre el otro y la repetición inconsciente y compulsiva de la exposición al maltrato.

Si añadimos a esta infancia difícil y a la crisis propia de la adolescencia, la situación estresante de ser derivada a un centro de acogida, con la intensificación de la pérdida de los vínculos familiares, podremos comprender mejor la magnitud de las ansiedades persecutorias que la acosarán, manifestadas en forma de síntomas diversos, como trastornos psicómicos o de alimentación, conductas autodestructivas, actuaciones frustrantes en el entorno o inhibiciones en su creatividad.

En estas condiciones, la relación con el grupo de iguales, que actúa como un yo auxiliar, será muchas veces fuente de frustración y decepciones, ya que la fuerte necesidad de vínculo convive con una profunda ambivalencia. John Bowlby (1996) correlacionó experiencias infantiles negativas con posteriores disfunciones en la creación de vínculos y estableció tres tipos de apego inseguro: en primer lugar, la pauta de apego ansioso resistente, en el que la niña duda de la sensibilidad de sus padres ante su necesidad de protección y ayuda, tiende a la separación ansiosa y al aferramiento y le cuesta explorar el mundo .

En segundo lugar, Bowlby definió la pauta del apego ansioso elusivo, en la que la niña, tras el constante rechazo de los padres, no confía en recibir ayuda y construye una máscara de autosuficiencia . Finalmente, Bowlby describió la pauta del apego ansioso caotizado como “una versión desorganizada de una de las tres pautas típicas, a menudo la del ansioso resistente” (Main y Weston, 1981; Main y Solomon, en prensa) .

Ante estas experiencias de apegos inseguros, lograr satisfacer la necesidad de vínculo de una forma constructiva y enriquecedora deviene para las adolescentes maltratadas un verdadero reto que requiere de un aprendizaje interpersonal. La teoría del apego se muestra optimista en cuanto a la posibilidad de cambio en el tipo de apego mediante experiencias correctivas a lo largo de la vida de una persona. Así, gracias a un acompañamiento que proporcione una base suficientemente segura, una adolescente puede descubrir su enorme potencial creativo en la reconstrucción de sus vínculos.

La creatividad y la construcción de la identidad en la adolescencia

Cuando la creatividad es entendida como un requisito para la madurez emocional, se puede considerar como una potencial fuerza sanadora para el desarrollo que ha sido demorada o distorsionada

(Greenspoon, D., 1988:6).

La construcción de la identidad es un proceso directamente relacionado con el otro, nos construimos y reconstruimos a raíz de las nuevas interacciones que nos brinda la vida... Una vez se ha establecido y mantenido un vínculo inseguro en la infancia, la tarea de la separación respecto a la familia de origen propia de la adolescencia generará mucha ansiedad y dificultará la construcción de una identidad integrada y sólida. Ante tal falta de contención, apoyo y límites, esta adolescente cuya autoestima ha sido gravemente dañada puede tener dificultades en ser consciente de sus propios recursos creativos.

1. “Esta pauta, en la que el conflicto es evidente, se ve favorecida por el progenitor que se muestra accesible y colaborador en algunas ocasiones pero no en otras, y por las separaciones y (...) las amenazas de abandono utilizadas como medio de control” (Bowlby, J., 1996: 146).

2. “Cuando en un grado notorio ese individuo intenta vivir su vida sin el amor y el apoyo de otras personas, intenta volverse emocionalmente autosuficiente y con posterioridad puede ser diagnosticado como narcisista o como poseedor de un falso sí-mismo del tipo descrito por Winnicott (1960). Esta pauta, en la que el conflicto está más oculto, es el resultado del constante rechazo de la madre cuando el individuo se acerca a ella en busca de consuelo y protección” (Bowlby, J., 1996: 146).

3. “Algunos ejemplos se observan en niños que han sido maltratados físicamente y/o totalmente descuidados por sus padres (Crittenden, 1985). Otros se producen en parejas en las que la madre padece una forma grave de enfermedad afectiva bipolar y trata al niño de un modo desigual e imprevisible (Radke-Yarrow y otros, 1985). Incluso otros son manifestados por niños cuyas madres aún están ocupadas en el duelo de una figura paterna perdida durante su infancia, y por aquellos cuyas madres sufrieron de niñas malos tratos físicos o sexuales” (Bowlby, J., 1996: 146).

Las dificultades para establecer relaciones sanas y enriquecedoras conllevan una inhibición de la capacidad de jugar, entendida como una exploración despreocupada y sin miedos del entorno que facilita soluciones creativas. El arteterapia podría verse como una invitación y acompañamiento al juego artístico en un entorno seguro. Ante tal situación, una intervención más activa de la arteterapeuta puede actuar como facilitadora del paso del síntoma, la inhibición en el juego artístico, hacia la metáfora, la creación de un nuevo juego relacional.

Las arteterapeutas Debra Greenspoon (1988) y Shirley Riley (1999) opinan que, en el trabajo con adolescentes con dificultades, el uso de propuestas artísticas puede facilitar la autoexpresión y aconsejan empezar con invitaciones más abiertas y, a medida que avanza la relación terapéutica, hacer sugerencias más específicas. Greenspoon propone que estas dinámicas pueden reemplazar el uso de la interpretación, que sería vivida como demasiado persecutoria, para ayudar a los adolescentes a explorar material latente:

El terapeuta orientado psicodinámicamente intenta guiar al adolescente hacia un entendimiento del componente reprimido de su experiencia. Debido a que el adolescente tiene un yo subdesarrollado y un superyó débil estos esfuerzos interpretativos pueden ser destructivos para la frágil estructura psíquica” (Greenspoon, 1988: 54) .

En la adolescencia se experimenta una gran necesidad de representación. La imagen cobra una importancia relevante, sobretodo en la actual sociedad de la información. En medio de tantos símbolos e iconos con los que identificarse, es difícil no perderse a uno mismo. Desarrollar la creatividad deviene todo un proyecto de futuro en tanto que el joven está construyéndose una autoimagen y una imagen del mundo. En este contexto, el arteterapia se erige como una potente herramienta expresiva que puede facilitar el paso de la infancia a la vida adulta.

El grupo de iguales será un referente de vital importancia. La construcción de la identidad más allá de la pertenencia al grupo familiar es también una tarea interpersonal. Greenspoon (1988) cita a Ackerman (en Esman, 1983) para describir cómo la terapia grupal ofrece al adolescente oportunidades para desarrollar su propia identidad:

El grupo terapéutico provee un terreno de testeo social para las percepciones distorsionadas e inapropiadas del self, y de las relaciones con los demás, derivadas de todos los estadios de maduración. En este terreno de testeo, el adolescente tiene la oportunidad de dejar a un lado su confusión y de lograr una claridad fiable y estable en su identidad personal (Greenspoon, 1988: 134).

Héctor Fiorini (2006), psicoanalista interdisciplinar, expone que la psique humana está formada por las interacciones de tres sistemas: el sexual, relacionado con el principio de placer descrito por Freud; el cognitivo- adaptativo, vinculado al principio de realidad; y el creador, introduciendo la idea de proyecto y de búsqueda constante en la construcción de la identidad. Fiorini expone que los procesos terciarios, relacionados con la creatividad, se caracterizan por reorganizaciones de relaciones, formas y significaciones mediante procesos de condensación y constante movimiento que unen las multitudes más allá de la paradoja.

El autor describe la psicopatología como movimientos de la psique que no encuentran su forma o bien como formas sin movimiento y matiza: “la creación no viene a posteriori porque la neurosis pudo ser debilitada o curada, sino que el impulso creador estaba en los orígenes (...) y la neurosis lo detuvo” (Fiorini, H., 2006: 178).

4. The psychodynamically oriented therapist attempts to guide the adolescent toward an understanding of the repressed component of his/her experience. Because of the adolescent's yet undeveloped ego and weak superego these interpretative efforts can be destructive to the youngster's fragile psychic structure (Traducción de la autora).

Arteterapia: Un grupo de apoyo para adolescentes maltratadas

Acogiendo un grupo en una casa y una casa en un grupo

La cultura es la familia de la familia. Si la familia de la familia padece varias enfermedades, todas las familias de esta cultura tendrán que luchar contra las mismas dolencias (...). Si la cultura sana, las familias aprenden a sanar

(Pinkola, C., 2001:112, citado en Omenat, 2006:227).

A veces la vida da vueltas imprevistas y, de repente, una adolescente con una familia disfuncional se encuentra conviviendo con quince chicas en la misma situación de crisis porque las autoridades competentes así lo han dictaminado. A veces ella misma ha propiciado el cambio y ha sido capaz de decir: -¡Basta!-. Otras veces sus padres la han echado de casa o ni tan siquiera tenían un hogar que ofrecerle. Otras veces los padres están muertos o desaparecidos y el entorno cercano se ocupa de ellas hasta que ya no puede más. Todas estas historias suceden a veces...

El grupo de arteterapia para adolescentes en situación de desamparo se constituyó como un recurso externo de apoyo en un centro de acogida dependiente de la Generalitat de Catalunya y gestionado por una fundación privada. Lo condujimos en coterapia con la arteterapeuta Heike Sehmsdorf y tuvo un número más o menos estable de participantes, unas ocho chicas que convivían en alguno de los pisos del centro, situados en un mismo edificio.

La intervención se inscribió dentro del modelo multidisciplinar y participativo de la institución. Así, el grupo de arteterapia se concibió como una terapia alternativa supervisada por la psicoanalista Gloria Callicó y la terapeuta principal del centro (cuyo nombre omito por motivos de confidencialidad). Esta última se encargaba de revisar la lista de asistencia y seguía los casos en líneas generales, puesto que la mayoría de las participantes de nuestro grupo realizaban terapia individual y familiar con ella y era preciso coordinar líneas de actuación.

El método de derivación de las candidatas al grupo se efectuó mediante un trabajo de cooperación con la terapeuta principal del centro, los referentes de las chicas y los educadores que compartían con ellas el día a día. A raíz de estas sugerencias, realizamos una serie de entrevistas individuales para valorar la predisposición de las chicas y conocer en mayor profundidad su historia personal. Tras esta entrevista previa, las participantes se incorporaban al grupo y decidían después de unas tres sesiones si se comprometían a continuar la experiencia.

Entrevistamos a dieciocho usuarias, dos de las cuales fueron excluidas tras la entrevista inicial y dos más abandonaron tras las sesiones de prueba. Las catorce usuarias restantes decidieron comprometerse a asistir. Cuatro de ellas, al ser derivadas a otros centros, tuvieron que despedirse del grupo... lo hicieron entre lágrimas, abrazos y risas.

Seis chicas tuvieron una asistencia regular al grupo, con ausencias justificadas o ninguna, y las ocho restantes presentaron ausencias por fugas del centro (y tres de ellas por negarse a asistir en alguna sesión concreta). En cuanto a la temporalidad, quienes pudieron aprovechar más sesiones, asistieron a doce de las diecinueve que duró el grupo.

Debido a sus vivencias previas de abandonos y los múltiples conflictos de convivencia en la casa de acogida, la tarea de comprometerse con el grupo no resultaba nada fácil y reflejaba la dificultad de vinculación de estas chicas, más acostumbradas al maltrato que a una relación segura. Así, las pautas de apego inseguro elusivo se manifestaron claramente en la dificultad de creación del vínculo en el grupo.

La estructura del grupo

El grupo se inició a finales de noviembre de 2010 y tuvo una periodicidad semanal, interrumpida ocasionalmente debido a festividades y otras contingencias, y finalizó en mayo de 2011, con un total de diecinueve sesiones. Los encuentros tenían una duración de una hora y media y estaban estructurados en tres fases: una destinada a la toma de contacto, otra dedicada a la exploración creativa de los materiales y creación de las obras y una fase final en la que se promovía el intercambio constructivo de ideas sobre el proceso realizado.

El perfil de las participantes del grupo eran chicas de entre doce y diecisiete años en situación de crisis vital por haber sido derivadas a un centro de acogida debido a que en sus familias de origen sufrían una situación de desamparo motivada por una o varias de las siguientes variables:

- Maltrato psicológico presente en todos los casos como reflejo de un sistema familiar disfuncional en el que los roles de víctima y verdugo se intercambiaban continuamente

- Maltrato físico dentro de la familia.
- Maltrato sexual vinculado a abusos dentro de la familia y ámbito cercano o relacionado con la prostitución de menores inmigrantes.
- Negligencia en la falta de límites y abuso de sustancias.
- Deprivación social que dificultaba la escolarización.

Evaluando la situación de crisis vital y estrés post-traumático de las participantes, los objetivos del grupo de arteterapia, que se constituyó como un grupo de apoyo, se concretaron en:

- Promover la contención y expresión de las emociones a través del arte en un entorno seguro y la posterior reflexión conjunta y constructiva sobre el proceso creativo.
- Facilitar la socialización con las compañeras y fomentar la cohesión, empatía y altruismo durante la convivencia en el centro de acogida.
- Fomentar el aprendizaje interpersonal.

En sus inicios, el grupo tuvo una estructura semiabierta y sufrió una gran rotación de sus participantes, reflejando en todo momento la situación provisional de la estancia en el centro de acogida. Decidimos mantener esta estructura con el fin de conseguir un número de usuarias más o menos estable, pero las constantes fugas nos hicieron replantear la estructura del setting y, tras doce sesiones, propusimos a las participantes el cierre del grupo a nuevos miembros, obteniendo una respuesta afirmativa por consenso. El grupo necesitaba intimidad para poder avanzar más allá de la difícil creación del vínculo y valoramos esta decisión como acertada.

Dada la corta duración de la intervención y las dificultades de vínculo expuestas, añadidas a la situación de crisis vital propia de la adolescencia, el nivel de intervención del grupo se inició como una terapia de contención. Así, al principio no se dirigía la atención de las participantes hacia emociones conflictivas sino que se facilitaba su libre expresión a través del arte como una forma de acting out segura. Más adelante, cuando la relación terapéutica grupal avanzó hacia un mayor nivel de confianza, se elevó la intervención hacia una terapia de apoyo, animando a las participantes a adquirir mayor responsabilidad en su proceso de cambio. Para lograrlo, se dirigió la atención de las participantes hacia las emociones que surgían en el "aquí y ahora" de la sesión, aceptándolas con empatía, respeto y comprensión.

Irina: del vínculo caótico hacia el vínculo seguro

La autorrevelación es siempre un acto interpersonal (...) Lo importante no es el hecho de compartir un secreto, o el desahogo, sino que uno revele algo relevante para las relaciones que se mantienen con los otros miembros

(Vinogradov, S., Yalom, I., 1996:66).

¿Cómo puede el arteterapia grupal facilitar el proceso de creación de la propia identidad y vinculación de las adolescentes que han vivido maltrato?

A continuación, presentamos el recorrido de una de las chicas que aprovechó en gran medida el grupo como un campo de testeo interpersonal y, pese a las dificultades y un pasado lleno de abandonos, no huyó. Su testimonio constituye sólo una pincelada de la globalidad de la experiencia. El grupo como un todo tuvo una vida llena de ansiedad, dudas, abandonos y despedidas, pero también de risas, revelaciones y soluciones creativas.

Revisando el camino que recorrimos todas juntas, cada una, a nuestra manera, descubrimos que la fuerza del grupo recaía en la avenida de espejos que nos ofrecía... Contuvimos muchas violencias y enfados para descubrir que no son más que miedo al otro (un reflejo caricaturizado del temor a uno mismo). Las arteterapeutas acompañamos este proceso desde el respeto y el agradecimiento por la confianza depositada en el grupo. Intentamos que nuestras devoluciones permitieran a cada participante recobrar las partes de sí misma proyectadas... ser capaces, por fin, de ponernos en la piel de la compañera sin miedo a ser herida.

Irina es un ejemplo de estas mujeres valientes que se atrevieron a mirar más allá de la máscara... Descubramos qué hay en su reverso. Cuando la conocimos, tenía dieciséis años y la mirada esquiva, gesticulaba con nerviosismo y no terminaba sus frases al hablar... Nos contó que salió de su país escapando de su destino, un destino construido en base a su condición de mujer. Quería estudiar y ser libre, salir con sus amigos como cualquier adolescente... y acabó en un país extraño, sola y ejerciendo la prostitución para sobrevivir.

De pequeña sufrió el abandono de sus padres, quienes le dispensaron un trato caótico y negligente hasta que desaparecieron, dejándola con su abuela paterna, sus tres hermanos y su tía; en su relato durante la entrevista de valoración expresó: “- Recuerdo a mi madre, tengo una fotografía y veo que me parezco mucho a ella. Tengo muchos recuerdos con mis hermanos, me llevaba mal con ellos por culpa de mi tía. No tengo recuerdos de mi padre, mi abuela me ha contado muchas cosas de él y me gustaba escuchar esas historias. Mi padre se fue porque estaba peleado con mi madre. Mi madre se fue cuando mi hermana estaba en el hospital y entonces aprovechó para fugarse”.

Durante su infancia, seguramente Irina desarrolló una pauta de apego ansioso resistente y caotizado. Quizás, tras dos abandonos, Irina dudó de la sensibilidad de sus figuras de apego para satisfacer su necesidad de protección y, cuando se encontró con serias dificultades de convivencia con su tía, decidió abandonar a la familia de origen pese al dolor que le provocó tal decisión.

Durante todo el proceso, Irina mantuvo una gran tendencia a acaparar los materiales plásticos y solicitar la atención exclusiva de las arteterapeutas, tal era su necesidad de contención y refuerzo positivo. En cierta forma, se aferraba a nosotras en busca de aceptación ante los múltiples conflictos que tenía con las demás participantes.

También mostraba una propensión a competir con los roles de liderazgo personificados por chicas de tendencia actuadora, como ella misma, o las arteterapeutas durante la fase inicial de creación de la relación.

En la primera sesión, cuando todo el grupo usó a una chica como chivo expiatorio, Irina la instó enfadada a que se defendiera. El conflicto resonaba en su interior como una identificación caótica con los roles de víctima y agresor. A raíz de intervenir en la discusión, Irina se peleó a gritos con otra participante para decidir quién de las dos había sufrido más. Ambas hicieron gestos amenazantes con las manos... Las coterapeutas usamos la empatía para contener el conflicto: “- Aquí cada una es la única que conoce su historia”. Otra participante aportó la universalidad de la experiencia: “-Chicas, ¡parad! Todas hemos pasado por situaciones muy chungas y aquí nadie es un angelito. Y si la liamos ya nos van a castigar”. De ahora en adelante, ella asumiría conscientemente y con orgullo el rol de chivo expiatorio. El grupo aún no se sentía como un lugar seguro y la chica parecía estar buscando su sitio en medio de tantas dificultades interpersonales... un reflejo de su familia.



Figura 1. La familia

Irina trabajó en silencio mientras creaba este collage, que a las arteterapeutas nos recordó una imagen diagramática del “aquí y ahora” del grupo. Cuando la invitamos a comentar su obra sólo dijo: “- No sé qué he hecho, estaba pensando en mi familia y ha salido esto”.

En las siguientes dos sesiones Irina trajo al grupo sus comportamientos caóticos y sexualizados más extremos y usó el barro para descargar las ansiedades más esquizoparanoideas. Confeccionó a golpes una masa extremadamente fina y la manchó con pintura usando las yemas de los dedos. Sus trazos eran nerviosos e inseguros... Empezó a escribir una carta a su abuela en su idioma natal... luego la tapó completamente con pintura, tal y como en la siguiente sesión hizo con la masa de barro.

Su proceso parecía estar mostrando que hay traumas que dejan huella y heridas muy difíciles de tapar... Irina solía restar importancia a sus obras y decía que no tenían ningún sentido. Se negaba a comentarlas y las escondía lo más rápido posible en su carpeta.

De hecho, el proceso de poner las obras en común la asustaba e intentaba boicotearlo constantemente. A lo largo de su paso por el grupo, poco a poco irían surgiendo las palabras y cediendo los gritos...

Cuando abandonó la terapia especializada en abusos sexuales, Irina llegó muy contenta y se comprometió a seguir con el grupo de arteterapia, que le parecía menos confrontador. A pesar de esto, ante la ansiedad que le generaba la vinculación con las demás chicas, Irina intentaba ser aceptada y buscaba alianzas sin mucho acierto, puesto que muchas veces ni tan siquiera recordaba sus nombres. Durante todo su proceso se mantuvo expuesta al conflicto, sobre todo con aquellas participantes más actuadoras de quienes deseaba obtener reconocimiento. Para gestionar tales situaciones, optaba por entrar en una discusión verbal directa o bien por hacerse la loca, evitando así el conflicto.

Empezó una nueva carta para su abuela, en la que pegó manchas negras y trozos de cinta decorativa usando la técnica del collage. En esta ocasión ya fue capaz de escribir y no tapar el contenido, aunque se negó a traducir el contenido del texto o comentar en líneas generales su obra. Parecía estar pegando partes de sí misma usando una técnica que le brindaba seguridad y estructura. A propósito de las múltiples fugas del centro, Irina expresó en el grupo: “- Yo me fugaría también, pero no tengo dónde ir... Mi hermana dice que cuando tenga dieciocho años vendrá a buscarme... me pregunto por qué no quiero volver a mi país”. Nosotras le devolvimos; “- Puedes investigar aquí dentro sobre esta pregunta...” y ella añadió: “- Humm, sí, el año pasado fue terrible... no quiero que se repita algo parecido”.

En la siguiente sesión hizo un portarretratos en el que podía apreciarse cierta confusión fondo-figura, ya que las fotografías las quería situar en el marco. Fue la primera vez que ella misma solicitó espacio en el grupo para comentar su obra, si bien

Ante tal ataque, nosotras respondimos devolviendo la proyección al grupo: “- Bueno, no es la primera vez que sucede algo así hoy, que alguien dice algo y a los dos minutos alguien pregunta lo mismo, quizá esto nos hable de qué pasa en el grupo... nos cuesta escucharnos.” Irina sentía una gran ambivalencia a vincularse con las demás y se centraba en la relación con la obra, dedicada a su familia de origen y su familia de adopción, los adultos de la casa de acogida que constituían sus figuras de apego. Sus comentarios sobre sus obras eran breves y crípticos... pero el proceso, aún sin nombrarse, ya había empezado.

En esta etapa del grupo, llegamos a la necesidad de lograr una comprensión más profunda de la complejidad de cada participante. Precisábamos reconocer los conflictos internos, poder nombrarlos y alcanzar mayores niveles de autorrevelación. Para ello, era imprescindible lograr un clima de cooperación grupal. Entonces sospechamos que seguía existiendo mucha necesidad de contención... y decidimos empezar a trabajar con propuestas plásticas, proporcionando un límite desde el arte.

El grupo respondió rebajando en gran medida sus niveles de ansiedad y se redujeron tanto los conflictos como su intensidad. El límite establecía un marco ante el miedo al vacío y facilitaba la cohesión... Todas creando una obra bajo las mismas consignas... Así las chicas se atrevieron a mostrarse, reflexionando más libremente sobre su proceso creativo. El diálogo con las imágenes facilitó que cada una pudiera empezar a narrar su historia, construyéndola y reconstruyéndola en el “aquí y ahora”...

La propuesta consistió en ilustrar una chapa para presentarse al grupo y suscitó muchas reflexiones en torno al tema de la identidad, una tarea latente del grupo. Poco a poco, abríamos camino hacia la autorrevelación a medida que podíamos fomentar la cultura del diálogo y la escucha empática.

Al crear su chapa, Irina escogió las rosas como símbolo de su identidad porque le gustaban, porque los chicos se las regalaban a sus enamoradas... Pero necesitó coser este cojín para todas sus demás imágenes. El cojín podría verse como una representación inconsciente de una cama, tal vez una reminiscencia de su pasado...



fig.2 La identidad

Dijo que la mujer representaba su imagen exterior ideal y expresó sentir deseo sexual hacia ella. Tal vez era una provocación, quizá un nudo narcisista, quizá una duda sobre su orientación sexual... en todo caso, una tentativa de mostrarse y ser aceptada.

Durante su discurso caótico sobre la obra, Irina navegó por su infancia, en la que cosía peluches, una técnica que le enseñó su abuela, tal vez la única persona que pudo proporcionarle una base mínimamente segura. La chapa de color lila se la dedicó a su tutora del centro y era un regalo, nuevamente un intento de introyectar otra figura estable de apego. El perro lo eligió para referirse a su amor por estos animales, que podrían ser interpretados como un símbolo del anhelo de fidelidad y amor incondicional.

En la siguiente sesión sintió la necesidad de ordenar el costurero, que ella misma había contribuido a desordenar en ocasiones anteriores. Mientras estaba enfrascada en su tarea, Irina dijo: “- Estoy loca... cambio de humor muy rápido, unas veces estoy contenta y otras triste... ¡soy bipolar!”.

Nosotras le devolvimos: “- Esto lo hemos visto en el grupo muchas veces, hemos pasado momentos de enfado, de risas, de hablar todas a la vez... El grupo también es un poco bipolar.”

Estábamos intentando evitar las proyecciones que ella misma se hacía y que servían como chivo expiatorio a las demás, que solían acusarla de loca.

Este proceso de ordenación se recogió en el grupo como un happening y las arteterapeutas lo relacionamos con el mito de “Cupido y Psique”, una metáfora de la necesidad de organización de la mente para abrirnos al amor. Irina lo conectó con su historia personal, explicando que su abuela la había entrenado para realizar tareas que requerían de mucha paciencia. Estaba experimentando el factor terapéutico de la autorrevelación en el grupo, comunicando a través de sus actuaciones corporales cuando no podía mentalizar y mediante procesos muy reflexivos cuando era posible nombrar. En este caso, estaba reconociendo un recurso introyectado gracias a su relación con la abuela, y así se lo hicimos notar. La culpa por el abandono de su abuela aún se escondía tras las manchas de pintura... nosotras tratábamos de ayudarla a rescatar ese vínculo.

Mediante el refuerzo positivo, la chica pudo salir progresivamente de sus autocríticas sumamente destructivas entorno a su supuesta locura o su poca capacidad creativa. En una ocasión en la que estaba jugando con una cinta dijo: “-¡Ya ha salido la loca!” y le preguntamos bromeando: “-¿Ésa que nos visita de vez en cuando?”-, a lo que nos guiñó el ojo con complicidad. Estaba empezando a quitarse la máscara...

En esa fase, el grupo estaba experimentando una gran rotación de sus participantes, hecho que dificultaba la tarea y, a su vez, suponía un reto y una posibilidad de crecimiento... De alguna manera, estaba emergiendo en el grupo la temática de la fugacidad de las relaciones... viviendo la separación física como una ruptura interna que nos deja vacíos y nos reafirma el miedo y la futilidad de abrirnos... mejor no recordar un pasado que aún no es posible resignificar.

Entonces sugerimos la propuesta de crear una caja en la que guardar emociones y relaciones que querían preservarse en el tiempo. Este trabajo proporcionó mucha contención y ayudó a nombrar vínculos del pasado que habían brindado apoyo a las participantes y a contactar con la pérdida, muchas veces negada como mecanismo de defensa.

Sincrónicamente, resurgió el tema de la pérdida a raíz de una chica que dejaba el centro y lo llevamos al grupo relacionándolo con el trabajo de las cajas de las emociones: “- En los grupos hay gente que deja una gran huella por cómo se relaciona con los demás...” y una chica respondió: “- Ya ves... ayer el piso parecía un tanatorio, estaban llorando todas las niñas, incluso las nuevas...”. Y nosotras añadimos: “- Es curioso cómo lo que guardamos en la caja son cosas abstractas que no se dejan encerrar, como una relación, la libertad, el cielo... cosas que fluyen y que sólo podemos preservar dentro de nosotras mismas”.

Entonces, consensuamos con el grupo el cierre de éste a nuevas participantes para lograr una mayor intimidad. Evolucionamos la propuesta y planteamos crear un objeto que representara aquello que no deseábamos guardar en la caja. Salieron el miedo, la rabia, la tristeza y los abandonos del pasado...

Irina eligió una caja que tenía el dibujo de una mariposa en el exterior y lo coloreó. En su interior, que llenó de purpurina, puso un corazón y la inscripción “Te quiero abuela”. La caja era un regalo para ella y todo un intento de reparar la relación. En la siguiente sesión propusimos crear un objeto que representara aquello que no deseaban guardar en la caja...

Ella modeló una figura con un pene erecto que acto seguido aplastó, feminizando así al personaje. Después creó un bebé sin brazos ni piernas que evocaba un pene castrado...



Irina describió así la obra: “- Es una mamá mala que no quiere a su bebé, que está en el suelo porque se le ha caído... Esto es que no quiero ser mamá porque, mientras duermes, tienes que levantarte a cuidarle y no puedes hacer nada, si bebes algo, enseguida te llama el bebé...”.

De alguna manera, esta obra se constituyó como chivo expiatorio de un pasado demasiado doloroso para ser revivido emocionalmente... que Irina podría mantener controlado mediante una máscara de racionalización y otra de locura. Una posible lectura de la imagen podría apuntar a una identificación de Irina con su propia madre, que con su comportamiento inestable y su abandono debió transmitirle que los hijos son una carga difícil de sostener.

fig.3 Destucción y reparación

A su vez, el bebé se presenta como totalmente indefenso, ya que no puede moverse. Otra lectura podría remitir al padre, dado que la figura de pie inicialmente era un hombre, el primer hombre que la abandonó. El hecho de representar al bebé como un falo podría relacionarse con una imagen parcial y persecutoria de la masculinidad, vivida como sexualmente agresiva... Navegar por el inconsciente y descifrarlo verbalmente no es fácil, las imágenes hablan por sí solas y las palabras no alcanzan... Todas estas elucubraciones nos pasaban por la cabeza mientras acompañábamos su proceso en silencio...

Emprendimos entonces la tarea de examinar las implicaciones interpersonales del grupo. Buscábamos experimentar una forma de relación menos defensiva que propiciara la intimidad entre las chicas. El grupo contactó con la dificultad de comunicarse por el miedo a abrirse y con la desconfianza básica hacia los demás, ya fueran adultos o iguales.

Siguiendo nuestra intuición, con nuestras propuestas intentábamos propiciar que el contenido latente de las sesiones se manifestara. Así, introdujimos la propuesta de crear una máscara de yeso... Las participantes eligieron a su "pareja de confianza" para que les hiciera el molde de su rostro y viceversa. El uso de las vendas de yeso constituyó todo un acto simbólico de reparación. Se trataba de llevar la experiencia de cuidar y ser cuidada al cuerpo, para después pintar la máscara resultante en dos mitades: una para representar cómo me veo a mí misma y otra para referirme a cómo percibo que me ven los demás.

Durante el proceso de confección de la máscara, Irina mostró un comportamiento hasta el momento inaudito en ella: cuando en su pareja de trabajo se despertaron ansiedades persecutorias entorno al hecho de dejarse cuidar y confiar en el otro, ella la consoló con una paciencia de la que no había dado muestras anteriormente.

En la siguiente sesión, Irina comunicó al grupo que la trasladaban de centro y expresó sus ansiedades depresivas entorno a la pérdida: "- Estoy un poco triste, casi voy a llorar... estoy segura de que el viernes al despedirme del centro voy a llorar. Voy a echaros de menos... pero dicen que puedo llamar cuando quiera." Nosotras contuvimos su angustia usando la empatía y rescatando los aspectos positivos: "- Es un cambio muy importante... los cambios no suelen ser fáciles. Lo anunciabas como un cambio negativo pero, por lo que cuentas, se te ve también con ilusión y ganas. Estás muy informada, parece que también quieres saber cómo vas a ser cuidada en este nuevo sitio. Para el grupo éste también va a ser un cambio importante. Te echaremos de menos, has sido una de las supervivientes del grupo desde el principio." Entonces la invitamos a revisar sus obras: "- Esto es como un diario visual de tu experiencia aquí... también es algo que te llevas en la maleta."

Irina regaló al grupo su máscara, que se convirtió en un talismán, una obra investida con el poder de representar su presencia: "- Os regalo mi máscara para que cuando ya no esté os acordéis de mí... así estaré con vosotras."

Las arteterapeutas sentimos que este regalo iba dedicado especialmente a nosotras, quienes pudimos expresar nuestras emociones respecto a su despedida y habíamos mostrado aceptación incondicional hacia ella. Habíamos sobrevivido, de alguna manera, a sus ataques iniciales, y habíamos permanecido disponibles, sesión tras sesión. Habíamos acompañado su proceso ofreciéndole un nuevo espejo... Y ella nos regaló su locura, tal vez confiando en que podríamos sostenerla.



fig.4 La locura

La única obra que desechó fue la que representaba la díada madre- bebé: "- Esta obra no la quiero, es muy dura (la toca y comprueba su fragilidad) ¡No, no! Es blandita... ¿puedo destruirla? No quiero llevarme esto." Nosotras le devolvimos: "- Sí, es importante saber qué queremos llevarnos y qué no en la maleta." El resto del grupo estaba en silencio, nadie expresó verbalmente su tristeza ante la despedida de Irina... La mayoría de las participantes eran nuevas en el centro y no habían tenido tiempo de vincularse con ella y las que ya la conocían estaban acostumbradas a tratarla como a la loca. Irina dio muestras de ser consciente de la situación: "- ¿Y vosotras no decís nada? Os quejáis de que en este grupo no se habla pero tampoco hacéis nada, ¡gracias!"

La chica recogió todas las obras con delicadeza y cuidado y las guardó para llevárselas. Entonces hizo balance de su aprendizaje interpersonal: “- Me llevo muchas cosas de este grupo... he aprendido en quién puedes confiar y en quién no y qué puedes decir y qué no. Aquí he podido ser yo misma, tal como soy, sin engañar a nadie ni dejarme engañar. ¡He sobrevivido! He tenido experiencias muy duras pero aquí no importaba.” Así resumía Irina su paso de víctima a superviviente en el grupo, un simulacro de su vida externa. Quizá, debido a la brevedad de la intervención, tan sólo había podido vislumbrar un vínculo seguro con las arteterapeutas, pero esta vivencia le daba fuerzas para seguir adelante.

Conclusiones

La metáfora del tejido de la resiliencia permite dar una imagen del proceso de la reconstrucción de uno mismo. Pero hay que ser claro: no existe reversibilidad posible después de un trauma, lo que hay es una perentoria obligación de metamorfosis

(Cirulnik, B., 2008: 124).

El caso de Irina es una muestra de resiliencia que nos recuerda que detrás de cualquier experiencia traumática hay una gran necesidad de transformación. La creatividad fruto del juego artístico en el marco de una relación terapéutica puede ofrecer una experiencia reparadora que minimice las consecuencias de la herida inicial, pero finalmente dependerá de la resiliencia de la adolescente que pueda lograr una ventajosa superación y transformación del trauma. Un grupo de arteterapia muestra el espejo, atravesarlo o no, depende de uno mismo...

Rememorando la experiencia grupal, valoramos entre todas el camino recorrido. Llegó el día de la despedida... sólo cuatro chicas habían llegado al final del grupo. Había tendencia a la fuga mental y así se lo devolvimos: “- Parece que hoy es más fácil hablar de lo que pasa fuera del grupo que de lo que sucede aquí dentro”. Animamos a repasar nuestra historia como grupo a raíz de los recuerdos que nos evocaban las obras, nuestro diario en imágenes... Las chicas repetían los mismos comentarios que habían hecho anteriormente sobre las obras, con algún matiz añadido a raíz del paso del tiempo. Retomamos una sesión del role play para reflexionar sobre si la vida en el grupo había cambiado en alguna medida nuestra relación. Las chicas respondieron que antes apenas se saludaban cuando se cruzaban en el ascensor.

En la pared, el muro de las visitas estaba a medias. Sacamos el tema de qué podíamos hacer con él y las chicas respondieron: “- Vamos a llenarlo de cosas para que nadie más escriba... sino la gente va a poner más cosas”, otra añadió: “- Ponemos grupo de arteterapia, el año y nuestros nombres” y la participante más antigua matizó: “- Eso no está bien, porque han pasado un montón de niñas y no las estamos poniendo...”. Una chica se ofreció a ser las manos del grupo escribiendo nombres de chicas a las que no había visto nunca en ese espacio mientras le íbamos dictando. Y el muro se llenó de palabras...



En la mesa teníamos las máscaras de las compañeras que las regalaron al dejar el grupo... su presencia denotaba su ausencia... Al verlas, recordamos cada rostro mientras las chicas se las iban probando.

Nosotras aprovechamos para pasar de lo concreto hacia la metáfora: “- Es un buen ejercicio para experimentar qué se siente al ponerse en la piel de la compañera”. Sonrieron. Curiosamente, las chicas, al comentar qué hacer con sus obras, habían decidido regalar la mayoría de ellas, excepto la máscara, por considerarla muy personal... Pero al recordar a las ausentes decidieron también ofrecer su máscara al grupo y solicitar al centro un espacio donde colgarlas para exhibirlas conjuntamente... creando una obra transpersonal, una imagen que hablara de un grupo que había sobrevivido hasta su fin.

Nos despedimos emotivamente: “- Bueno, ha llegado la hora... es el momento de cerrar el grupo... os agradecemos mucho vuestra confianza y el habernos dejado acompañaros durante este proceso en el que han salido tantas emociones...”. Una chica respondió: “- Y gracias a vosotras por habernos dado la oportunidad de conocernos mejor en este espacio” y otra añadió: “- Sí, también ha ido bien para desahogarnos”. Nosotras devolvimos: “- Sí, todas nos llevamos un montón de experiencias de este grupo y a cada una nos ha servido de una manera muy personal”.

Las chicas no querían salir de la sala y nos pidieron que las acompañáramos a solicitar al director del centro un espacio donde colgar las máscaras... Este fue nuestro último viaje como grupo... mostrando orgullosas unas máscaras que quizá ya no necesitarían utilizar o, al menos, que reconocerían como tales en caso de recurrir a ellas sin dejar que se confundieran con su verdadera identidad.

Por nuestra parte, la coterapia fue una experiencia realmente enriquecedora que nos ayudó a lograr una mayor contención, puesto que nos posibilitaba brindar una atención más individualizada a cada una de las participantes. Como toda pareja de figuras de apego, nuestros roles complementarios colorearon el proceso... Siento que nuestras diferencias de estilo aportaron distintos matices: Heike Sehmsdorf, la coterapeuta, con su gran capacidad de escucha empática y su sensibilidad para sostener los silencios, aportó la calma necesaria en situaciones incómodas, el saber estar, la reflexión, la nota justa en el momento exacto... Personalmente, considero que contribuí al grupo con reflexiones rápidas ante conflictos que requerían de una intervención inmediata para calmar violencias... y el sentido del humor cuando la ansiedad era insostenible. La coterapia fue como una danza en la que aprendimos a comunicarnos con una sola mirada durante el transcurso de las sesiones... después de largas reuniones en las que disfrutamos intercambiando ideas y puntos de vista.

El grupo como un todo empezó siendo un espacio donde se actuaron muchas ansiedades persecutorias y durante las ocho primeras sesiones tuvo un funcionamiento bastante esquizoparanoide. Hasta el momento, habíamos centrado nuestra intervención en contener la dificultad de vínculo entre las participantes. Sentimos entonces la necesidad de proporcionar estructura mediante la exploración creativa, ya que observamos un fuerte miedo al vacío, una gran demanda de nuestra atención durante el proceso, cierto maltrato hacia los materiales y tendencia a la desvalorización de las obras. El uso de propuestas artísticas y el cierre del grupo facilitaron enormemente el avance hacia la autorrevelación. A medida que el grupo se acercaba a su final, el número de participantes fue disminuyendo, pero este hecho también permitió un mayor contacto con las ansiedades depresivas.

Siento que el arte actuó como un refugio en el que esconderse cuando todavía no era posible nombrar el trauma y a la vez como un catalizador del proceso de cambio, facilitando la expresión más allá de las palabras. A lo largo de toda la experiencia se transfirieron muchos conflictos al vínculo grupal, actualizando un pasado lleno de abandonos pero, al mismo tiempo, se transfirieron proyectos de futuro... Las chicas llevaban al grupo una demanda de tarea, la necesidad y el deseo de reconstrucción de sus vínculos.

En esta línea, considero que el grupo de apoyo facilitó un espacio de reexperimentación simbólica de tales vínculos... El vínculo entre cada adolescente y su obra, en un principio más defensivo, evolucionó hacia la transferencia de carga emocional. Surgieron imágenes diagramáticas que permitieron expresar y describir estados internos e imágenes encarnadas que devolvieron a sus creadoras más información de la que ellas mismas sospechaban.

El vínculo entre cada participante y las arteterapeutas, al principio era ambivalente y aferrado, pero poco a poco evolucionó hacia la introyección de una base más segura. Un granito de arena en la ardua tarea de reexperimentación vincular... Y el vínculo entre cada participante y el grupo como un todo, en un inicio inexistente, avanzó hacia un sentimiento de cohesión y empatía hacia las compañeras, las iguales. Agradezco la confianza depositada en el grupo a todas las participantes, siendo consciente del valor simbólico que ha tenido este acto para todas.

Bibliografía

- Bolwby, J. (1996). Una base segura. Aplicaciones clínicas de una teoría del apego. Barcelona: Paidós.
- Cyrlunik, B. (2008). Los patitos feos: una infancia infeliz no determina la existencia. Barcelona: Gedisa.
- Fiorini, H.J. (2006). El psiquismo creador. Teoría y clínica de los procesos terciarios. Buenos Aires: Ediciones Nueva Visión.
- Greenspoon, D. (1988). Adolescent art therapy. Nueva York: Routledge.
- Linares, J.L. (2002). Del abuso y otros desmanes: el maltrato familiar, entre la terapia y el control. Barcelona: Paidós.
- Omenat, Montse (2006). Arteterapia con mujeres que han sufrido violencia de género: valor y uso del objeto artístico. En Arteterapia: dinámicas entre creación y procesos terapéuticos, Servicio de Publicaciones de la Universidad de Murcia.
- Riley, S. (1999). Contemporary art therapy with adolescents. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Vinogradov, S. y Yalom, I. (1996). Guía breve de psicoterapia de grupo. Barcelona: Paidós.

Estructuras internas, trazos abstractos

Juan Carlos Lozano López. Graduado en Artes Plásticas Llotja Barcelona. Licenciado en Bellas Artes por la Universidad de Barcelona. Máster en arteterapia por la UB.

Profesor en la escuela de arte Llotja Barcelona.

jcrsllozano@gmail.com

PALABRAS CLAVE

Arteterapia
Parálisis cerebral
Técnicas artísticas
Pintura abstracta
Empatía
Comunicación

SUMARIO

Este trabajo tiene como objetivo reflejar mi experiencia personal en una fundación para discapacitados psíquicos y físicos. Me centraré únicamente en lo referente al grupo de clientes diagnosticados con parálisis cerebral. Presentaré el estudio de caso analizando algunas de las sesiones de dos pacientes que destacan por su relevancia e interés a la hora de fundamentar mis argumentaciones. Expongo el proceso creativo en arteterapia y la correspondencia existente entre la actividad artística y la terapia. Asimismo, destaco la importancia de la elección de los materiales como un vehículo facilitador para la comunicación, ya que la comunicación verbal no existe apenas y los silencios y el lenguaje corporal ocupan la mayor parte de la sesión. Argumentaré también como la obra, el producto artístico final, cobra importancia en sí misma.

KEY WORDS

Arttherapy
Cerebral Palsy
Artistic techniques
Abstract painting
Empathy
Communication

ABSTRACT

The intention of this essay is to reflect my personal experience as an art therapist in a foundation for people with psychological and physical disabilities, focusing on patients diagnosed with cerebral palsy. I have developed this research analyzing some of the sessions with two patients. These sessions have a special relevance and interest for my line of argument. I will talk about the creative process in art therapy, the relationship between artistic activity and therapy, and the importance of finding the right materials, taking into account the fact that verbal communication is practically nonexistent. The sessions are mostly conducted through silences and body language.

“No me interesan las relaciones del color, ni de la forma, ni nada; lo único que me importa es expresar mis emociones humanas básicas”

Mark Rothko

1. INTRODUCCIÓN

Este artículo trata de reflejar mi experiencia personal en una fundación para discapacitados tanto psíquicos como físicos. Dentro de este colectivo podemos encontrar un amplio panorama de discapacidades y, dadas las limitaciones espaciales que comporta una publicación de este tipo, me centraré solamente en lo referente a las personas con parálisis cerebral.

Trataré de profundizar en el diagnóstico, en el proceso creativo en arteterapia con estos pacientes y en la correspondencia existente entre la actividad artística y la terapia, donde cada una de las partes se estimula en unión con la otra y en la que lo importante es la persona, el proceso terapéutico y el valor de la obra artística en sí misma, entendiendo el juego y la actividad placentera como una parte intrínseca en el proceso de creación.

Haré especial énfasis, por otra parte, en la importancia de la elección de los materiales como vehículo para la comunicación de estas personas, ya que el intercambio verbal es apenas existente.

Los silencios o las emisiones de sonido no resultan comprensibles y los movimientos corporales ocupan la mayor parte de la sesión, por tanto los gestos han de ser tenidos en cuenta a la hora de interpretar las emociones y sentimientos del paciente por su gran relevancia. Hablaré de la importancia de la pintura abstracta como “una aventura hacia un mundo desconocido, que sólo puede ser explorado por aquellos que están dispuestos a asumir riesgos” (Mark Rothko, 2007).

En el caso de estas personas, el lenguaje artístico se encuentra en relación directa con sus graves limitaciones motrices y por ello la abstracción se configura como el resultado idóneo de su experimentación y trabajo creativo.

Por último, presentaré el estudio de caso a través de algunas de las sesiones de dos pacientes que destacaron por su complejidad e interés.

2. Características generales de la parálisis cerebral

Bajo el término de Parálisis Cerebral (PC) se entiende la alteración de la postura y del movimiento combinados en ocasiones con modificaciones de las funciones superiores, producidas por una lesión no progresiva, a nivel del sistema nervioso central. Las afecciones más comunes son la perturbación del tono muscular, postural y movimiento así como las interferencias producidas en el desarrollo neuropsíquico. Los problemas del movimiento pueden ir asociados a otros de diversa índole y no menos importantes. Se trata de problemas clínicos, sensoriales, perceptivos y de comunicación. Existe una gran variedad de situaciones personales no generalizables que dependen del tipo, localización, amplitud y difusión de la lesión neurológica. La PC no permite o dificulta los mensajes enviados por el cerebro hacia los músculos, dificultando su movimiento. Hay diversos tipos de parálisis cerebral dependiendo de los tipos de órdenes cerebrales que no se producen correctamente.

En cuanto a los principales efectos, las personas con PC pueden tener alguno o la mayoría de los siguientes síntomas, de manera ligera o grave:

- Movimientos lentos, torpes o vacilantes
- Rigidez
- Debilidad
- Espasmos musculares
- Flojedad
- Movimientos involuntarios

Otras dificultades asociadas son problemas clínicos, sensoriales, perceptivos y de comunicación.

3. Arteterapia aplicada a usuarios de parálisis cerebral y adaptación al grupo de estudio

A través del arteterapia las personas con discapacidad tienen la oportunidad de poder comunicar sus sentimientos y sus necesidades de una forma más perceptible.

El enfoque no-dirigido ha sido durante mucho tiempo el más utilizado con este grupo de pacientes con graves limitaciones físicas y como comentan Sott, J. y Males, B. (1987) la espontaneidad es especialmente beneficiosa en este tipo de pacientes y, sin duda, existe un beneficio terapéutico directo al realizar trabajos artísticos.

Mi experiencia, aunque breve, me lleva a considerar que, de acuerdo con Tipple, R. (1993), es posible y deseable un enfoque más comunicativo. Debemos demostrar a nuestros pacientes, a través de nuestras interpretaciones, nuestra interacción con ellos y nuestra creencia en sus capacidades. Es importante resaltar que la relación entre arteterapeuta y paciente puede resultar de gran beneficio para su crecimiento personal, ya que hace que pueda desarrollar la confianza en sí mismo y conseguir una mayor capacidad de introspección.

El arteterapia proporciona la oportunidad de expresión y comunicación no verbal, y comparto la opinión de Tipple, R.

(1994) de que durante el proceso de creación y sea cual fuere el producto resultante de este, la posibilidad de comunicación permanece inherente al trabajo. Mediante su implicación, el paciente puede solucionar o mejorar conflictos emocionales y fomentar la auto-conciencia y el desarrollo personal. Se trata de utilizar el arte como vehículo para la psicoterapia, por medio de la creación (con su bagaje de libertad, autoexpresión y el consiguiente esfuerzo, potenciando la individualidad y autoconfianza) y, siendo conscientes de que partimos de una persona con PC, debemos intentar que el paciente deje de centrarse sólo en lo que le falta, para pasar a sentir su “propio ser” según indica Klein, J. (2009), de una manera más autónoma y, así, mediante la expresión artística, podremos proporcionar medios al individuo para ayudarlo a encontrar una relación más compatible entre su mundo interior y exterior.

Por otro lado, es importante conocer la PC, como dice Viñuelas, A. (2009), y “las consecuencias que tiene en la vida diaria en estos pacientes ya que, si no aprendemos a tratar con ese cuerpo no llegaremos a la persona que hay dentro”. En los casos que existan limitaciones de orden físico, pueden aparecer frustraciones adicionales como el deterioro del lenguaje o la dependencia permanente con respecto a otras personas, aspecto que agudiza las dificultades afectivas. Es importante a la hora de crear el marco en que el sujeto realizará las sesiones observar cómo llega al espacio artístico. Para ello es importante ver si es autónomo en su desplazamiento o si utiliza silla de ruedas, se debe tener en cuenta qué espacio necesita para desplazarse y cómo están sus extremidades. Concretamente debemos analizar cómo es la flexión y extensión de los brazos, si hay retracciones, y cómo son sus movimientos. Por otra parte, hay que tener en cuenta cómo están sus manos: si puede mover las muñecas o abrir los dedos, si puede coger cosas, trasportarlas y soltarlas, si hay riesgo de que por sus movimientos se pueda lastimar...

Si no tenemos en cuenta todo esto, el sujeto no tendrá sitio para moverse, si no tenemos en cuenta cómo están sus extremidades no daremos con los medios adecuados para mejorar su manipulación. Si no tenemos en cuenta el espacio que abarcan sus brazos, no sabremos a qué distancia tenemos que poner el material y a qué altura debe estar la superficie de trabajo. De tal manera, no podrá trabajar porque nosotros no se lo hemos facilitado y en realidad nos hemos convertido en un obstáculo más a su desarrollo. Por consiguiente, es el trabajo del arteterapeuta el de crear y mantener un entorno facilitador en todos los aspectos, empezando por el físico, como he podido apreciar en la experiencia directa con estos usuarios y siguiendo con el concepto psicológico de “espacio facilitador” dado por Winnicott, D. (2008). Este es un entorno donde el individuo puede trabajar jugando y encontrar o crear un espacio potencial, este lugar es un área intermedia entre la fantasía y la realidad donde un individuo puede experimentarse a sí mismo.

Importancia de los materiales y adecuación de las técnicas artísticas

Sin minimizar la importancia de la capacidad del terapeuta para “escuchar” al paciente, y así poder optimizar sus posibilidades creativas y expresivas, comparto la creencia de que es fundamental encontrar el material adecuado para optimizar la posibilidad de expresión de estos pacientes, a fin de evitar al máximo las posibles frustraciones que podría causarles su limitación física. “La habilidad y la efectividad de un terapeuta artístico no residen únicamente en su capacidad para intervenir o para ayudar a interpretar la pintura o el producto. También posee una gran importancia la elección de los materiales que haga el terapeuta artístico.” Dalley, T., 1987, p. 27. De esta manera, me parece muy interesante la clasificación de las propiedades de los medios artísticos propuesta por Kagin, S.L. y Lüsebrink, V.D. (1978) según su poder evocativo:

| Medio fluido | Medio sólido |
|-------------------------------------|-----------------------------|
| Acuarelas sobre papel húmedo | Escultura de piedra/ madera |
| Pintura de dedos sobre papel húmedo | Arcilla/ Plastilina |
| Pintura sobre soportes secos | Lápices de colores |
| Pasteles secos | Collage |
| Pasteles grasos | Lápices |

Experiencia Afectiva

Experiencia cognitiva

En base a esta clasificación se observa que cuando mayor sea la fluidez del medio, más estados emocionales evoca. Los medios más sólidos tienden a contener las emociones y a procesar la información en una forma más cognitiva.

El material utilizado en los casos analizados es principalmente la pintura, por ello es necesario hablar acerca de su naturaleza y características. Tipple, R. (1994) resalta el hecho de que la pintura es una actividad bastante diferente al dibujo. Como hay muchos elementos que pueden determinar los trazos en la pintura, es importante conocer el tipo que se utiliza y su calidad en particular. Si por ejemplo, la pintura es muy fina y aguada, el papel la absorberá mucho más y se producirá una superficie más igualada al tiempo que mate, de la misma manera, los movimientos del pincel, como elemento gestual, pueden desaparecer o quedar poco marcados. La pintura excesivamente espesa puede resultar más difícil de extender y los colores pueden permanecer en el pincel, de modo que si no son bien eliminados contaminaran al siguiente color o, al contrario, el pincel puede secarse con demasiada rapidez y por ello cambiar la forma del trazo producido. El tipo y tamaño del pincel empleado también determinará la naturaleza del trazo producido. Claramente un pincel de reducidas dimensiones es bueno para tener un mayor control y pintar pequeñas áreas o para utilizar acuarelas, pero un pincel ancho puede contener más pintura y producir un efecto considerable en un solo movimiento. Asimismo, utilizar agua con la pintura puede permitir al individuo cambiar la naturaleza de la obra, y si se tiene acceso a múltiples pinceles, se podrá obtener más variedad de trazos.

Al existir menos control en la ejecución de las obras por parte de estos pacientes, en ocasiones es posible apreciar una serie de accidentes que resultan interesantes por su espontaneidad: las gotas de pintura, los derrames, las huellas y borrones no intencionados; la mezcla de colores en el agua, entre sí o en el mismo papel. A menudo el pintor/paciente se encuentra con un resultado no deseado, pero es en estos "accidentes" en los cuales se hacen descubrimientos... "y el feliz accidente puede ser considerado como parte del proceso." Tipple, R. (1994)

A menudo, la pintura o la acuarela pueden proporcionar un placer elemental y sensual a quien la utiliza. Ambas tienen un poder cobertor mayor que un lápiz y se pueden extender rápidamente. La acuarela es un medio flexible responde rápidamente a cualquier cambio en el movimiento y absorbe muchas manipulaciones con facilidad. Cuando se seca, todavía puede mantener los trazos de la ejecución del artista y puede, como consecuencia, transmitir la estructura de las emociones sin describir formas o reflejar objetos.

Considero fundamental potenciar la relación entre el sujeto y el terapeuta y tal y como exponen Paín, S. y Jerreau, G. (1995) las técnicas artísticas solamente tendrán un valor terapéutico si proporcionan una vía de comunicación entre usuario y terapeuta, el cual será incentivado a través del uso del material adecuado.

Arteterapia y expresionismo abstracto

En muchas ocasiones el grupo de pacientes a los que se refiere este trabajo al utilizar los materiales de arte en una sesión de forma directa, parecen comunicarse mediante su pintura de manera análoga a los pintores abstractos, incluso en cuanto a su metodología o filosofía, tal como lo describe Harold Rosenberg, uno de los principales teóricos del expresionismo abstracto.

Los pintores ya no se acercan a su lienzo con una imagen en mente, abandonan cualquier idea preconcebida, van hacia él con el material para hacer algo en el soporte y la imagen se convierte en el resultado de este encuentro satisfactorio, del propio impulso creativo, en palabras de Mark Rothko "la satisfacción del impulso creativo es una necesidad básica y biológica, esencial para la salud del individuo."

En algunas ocasiones los artistas no necesariamente saben lo que van a comunicar y, en principio, es más importante la experiencia y el proceso que la obra terminada. En este desarrollo creativo (elaborado con materiales plásticos) el individuo puede empezar a percibir su propio estado emocional, por vago que sea.

“Cuando una forma nos resulta indiferente y no “dice nada”, no la podremos tomar al pie de la letra. No existe ninguna forma ni nada en este mundo que “no diga nada”. Kandinsky, W., 1991, p. 64.

El motivo por el cual algunos artistas del siglo XX derivaron hacia la abstracción fue la percepción del contenido expresivo en los objetos, la creencia de que no era necesaria la representación figurativa del objeto del mundo real para comunicar.

Este complejo proceso en el que se manipulan los materiales y se refleja el estado de ánimo del sujeto que los manipula, se hace más claro cuando se ve al individuo trabajando en la creación artística.

Casos de estudio

Los dos estudios que se muestran a continuación permiten comprobar cómo se trabaja la comunicación a través del arte y cuál es la relación con el papel del arteterapeuta.

El primer paciente es un hombre de 45 años al que se llamará Lázaro para preservar su confidencialidad, tiene diagnosticada parálisis cerebral con una grave tetraplejía que afecta de manera acusada a la parte derecha de su cuerpo y le condiciona ligeramente el habla. Se desplaza en una silla de ruedas con ayuda de un pie y con el apoyo del brazo izquierdo, siempre que los desplazamientos sean muy cortos, de forma más o menos semiautónoma. Por consiguiente, depende de otra persona para la mayoría de sus necesidades diarias. Se encuentra totalmente institucionalizado y asiste al centro de día en una Fundación donde realiza diferentes actividades de tipo ocupacional-terapéuticas. Vive en una de las residencias tuteladas que tiene la misma Fundación donde lleva ingresado desde los 15 años y allí convive con diez usuarios más. La relación con su familia es esporádica, sólo en fechas muy determinadas.

En las diferentes reuniones con el equipo del centro se decide la derivación del caso y se marcan los siguientes objetivos específicos para trabajar a través del arteterapia:

- Ofrecer un soporte de acompañamiento.
- Conseguir una mayor habilidad de la mano izquierda, de ahí la importancia de encontrar el material adecuado para potenciar al máximo su posibilidad de expresión artística, y evitar en lo posible el crearle nuevas frustraciones por sus limitaciones físicas.
- Potenciar la tolerancia a la frustración, en la medida que sus limitaciones influirán inevitablemente en sus posibilidades de expresión plástica.
- Estimular el autodescubrimiento para poder desarrollar la seguridad personal y ampliar la relación con los compañeros.

Las observaciones son reseñadas en notas después de cada sesión. Para reflejar mejor la relación con el paciente a lo largo de las diferentes sesiones se hará, hincapié en las más relevantes en relación con los objetivos planteados.

Inicio del proceso

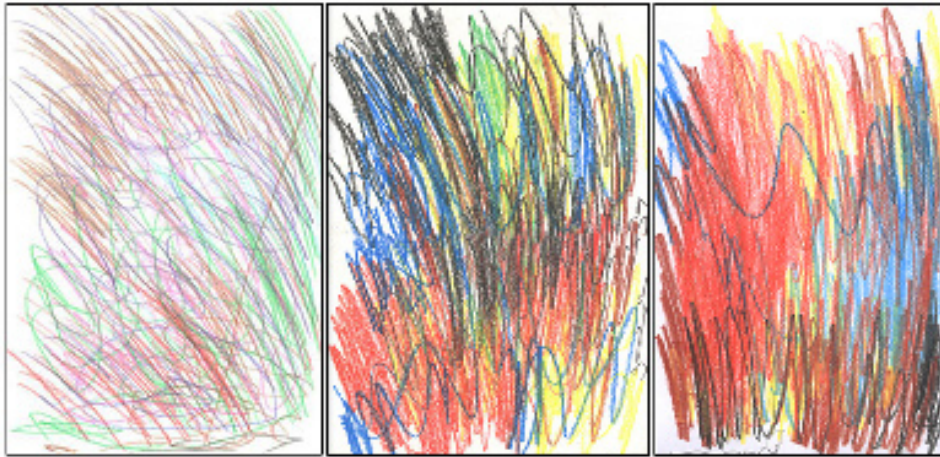
En las primeras sesiones se conforma poco a poco el setting, ya que en muchos casos no hay una diferenciación clara entre el acto terapéutico y la realización de los talleres plásticos que ellos mismos realizan en el centro.

Lázaro comenta que los trabajos plásticos que ha realizado antes siempre han estado guiados por diferentes monitores y que nunca ha tenido la posibilidad de efectuar ningún trabajo por iniciativa propia. Esto resulta frecuente cuando el usuario está muy institucionalizado y por ello es necesario ir marcando las diferencias del taller de arteterapia; hay que recalcar que en él podrá tener completa libertad a la hora de expresarse, empleando todos los materiales plásticos que le apetezcan, experimentando con ellos sin imposición de temas. Al acompañarle un día a la sala en su silla de ruedas, comenta que le ponen muchos obstáculos para poder desplazarse de manera autónoma por el centro, de modo que es necesario ser consciente de la cantidad de obstáculos que nos rodean y que nos imposibilitan el desarrollo, por ello hay que cambiar la disposición de la sala, hacerla más accesible para sus movimientos y crear un espacio donde sea fácil desenvolverse con entera libertad. Tras las reflexiones viene el momento de la acción y de llevar a cabo la reordenación del espacio.

A partir de esta toma de conciencia de la importancia del lugar en el que se realizan las sesiones de arteterapia, paciente y arteterapeuta han de intentar encontrar ese espacio facilitador.

En las sesiones pide que le pegue la hoja de papel sobre la mesa. Para ponerse a trabajar se desplaza hacia el lugar donde se encuentran los materiales (en las primeras sesiones los tenía sobre la misma mesa de trabajo, pero en la reorganización del espacio se cambiaron de ubicación para que él pudiera desplazarse y cogerlos, y así potenciar su autonomía). Como es habitual, en estas primeras sesiones escoge las ceras de colores, los lápices y rotuladores (materiales que ya le son familiares), se acerca a la hoja en blanco y comienza con el garabateo muy compulsivamente, denotando ansiedad en sus trazos. Con sus cambios de un color a otro me transmitía su inquietud y la ausencia de meditación. Al no elegir la gama de forma deliberada, utilizaba todos los lápices y realizaba sus trazos siempre en la misma dirección hasta que poco a poco iba rellenando la mayor superficie de la hoja. En el transcurso de la realización de la obra iba haciendo pausas cuando cambiaba de color, levantaba la cabeza, buscaba mi mirada e iba preguntando repetidamente ¿qué te parece?, ¿te gusta?. En estas preguntas hechas de forma insistente había, sin duda, una demanda clara de aprobación, una necesidad de que se reforzara positivamente el trabajo. Estas palabras tantas veces repetidas resonaban en mi cabeza constantemente y yo contestaba “muy bien” o “ya veremos el final”.

Pude observar que en el transcurso de la sesión, al trazar las líneas sobre el papel, su cuerpo se tensaba, su postura se hacía cada vez más rígida y emitía cada vez más sonidos chirriantes al apretar la mandíbula.



(figs.1, 2, 3) Ilustraciones 210x297mm

Realizaba de dos a tres obras por sesión, (figs. 1, 2, 3) y me comentaba que eran paisajes, que yo no lograba ver. Lo que Lázaro transmitía en estas primeras sesiones era sobre todo ansiedad y las sesiones se hacían muy repetitivas. En una visión posterior creo que la necesidad compulsiva de repetir los trazos a través de una forma mecánica era un intento de familiarizarse con el espacio y de ir asegurando la confianza en el lugar y en el arteterapeuta.

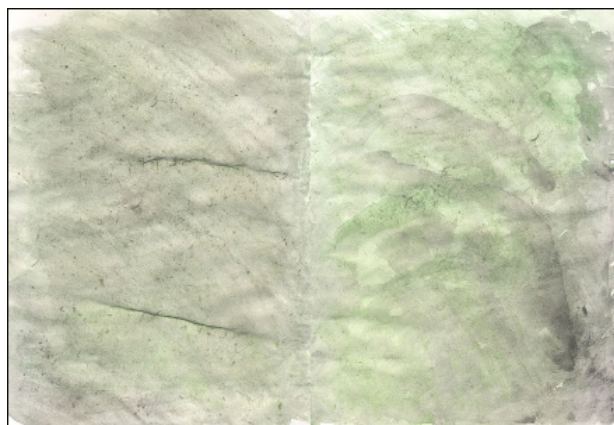
Introducción de la acuarela

En la quinta sesión (fig. 4) se le propone cambiar de técnica, el paciente comenta que nunca antes ha empleado acuarelas, que desconoce el material y se le explica, de forma somera, las nociones básicas para poder ejecutar la nueva la técnica.

Empieza con el agua, la remueve durante un buen rato con el pincel, lo saca y se dispone a ejecutar los trazos pero se olvida de poner el pigmento, no le comento nada, de manera que pasa directamente a la hoja en blanco, y comienza con los trazos de agua. En un primer momento mira pero no hace ningún comentario y vuelve a mojar el pincel y va impregnando todo el papel observando cómo no deja ninguna marca, pero transmite la impresión de que se siente satisfecho. La opción es no explicarle cómo pintar y al cabo de un rato, muy poco a poco, acerca el pincel a la caja de acuarelas y moja el primer pigmento. Igual que en otras ocasiones había una elección deliberada de color y comienza con capas muy diluidas ya que el pincel está excesivamente mojado, mira dando a entender que ya sale algo, pero no dice nada. El pincel se mueve de un extremo a otro de la obra, con movimientos más rítmicos, que crean una sensación placentera gracias al vaivén. Va añadiendo capas

del mismo color, y ya no pregunta tantas veces en el transcurso del proceso qué me parece. Da la sensación de que se encuentra inmerso en lo que está haciendo (como si tuviera sed innata de conectarse consigo mismo y de expresarse a un tiempo). Yo también me quedo absorto mirando la obra y viendo como poco a poco van apareciendo y diluyéndose las diferentes formas sin reconocerse intenciones previas. Es interesante destacar que la experiencia vivida resulta similar a lo que destaca Kandinsky “estar ciego ante las formas reconocidas o no reconocidas, sordo a las enseñanzas... sus ojos abiertos deben mirar hacia su vida interior y su oído prestar siempre atención a la necesidad interior. Este es el único camino para expresar la necesidad”.

En esa relajación en el proceso su cuerpo se encuentra en un estado más relajado y no se oye el apretar de las mandíbulas. Coge el pincel con más precisión, presionándolo sobre el papel, su trabajo se va enriqueciendo, punteando, como si de un lápiz se tratara, en un momento salpica la hoja y se queda observando las gotas que caen sobre el papel, le gusta y entonces empieza a salpicar con el pincel repetidas veces, disfrutando claramente del proceso, aspecto que me lleva a insistir en la importancia de la experimentación y la expresión abstracta sensorial frente al resultado final de la obra.



(fig. 4) Ilustración de la quinta sesión 297x420mm.

Después de esta sesión, en las posteriores siguió pudiendo emplear la misma técnica, cada vez se introdujeron formatos un poco más grandes, al ver que no le suponía ningún impedimento. Pintaba una obra por sesión (figs. 5, 6, 7) retomando algunas en sesiones posteriores en lo que parecía ser un afán de perfeccionarse que le llevaba ya no sólo disfrutar con el proceso, sino a querer dar una forma más precisa a su mundo interno. Siguió pintando sus paisajes interiores (como les llamaba yo) y al terminar las sesiones de arteterapia propuso al centro poder mostrárselos a sus compañeros, una prueba clara de su satisfacción por lo creado y su voluntad de compartirlo.

Al terminar la sesión hace solamente una obra, comenta como siempre que es un paisaje y pide opinión ¿te gusta?, yo, de una manera más elocuente que en anteriores ocasiones, le expreso que me ha parecido muy interesante todo el proceso y que me agrada mucho el resultado. De esta manera pretendo potenciar su autoestima y reforzar con una respuesta positiva el camino iniciado. Lázaro verbaliza lo que sus gestos y expresión corporal han transmitido: que le relaja el empleo de agua en la acuarela. Al preguntarle si le evoca alguna situación (en un intento de que conecte su vida emocional con la pintura) contesta que le recuerda la sensación de sumergirse en la bañera con agua, la impresión de poder flotar y la movilidad que conlleva y que no puede experimentar habitualmente. En este momento, es capaz de verbalizar su frustración por sus limitaciones físicas y a la vez consigue encontrar en la expresión artística una forma de superarlas.



(figs. 5, 6, 7) Ilustraciones de diferentes sesiones todas en formatos 297x630mm.

Presentación del segundo paciente

El paciente es un hombre al que llamaré Pablo con una edad de 51 años diagnosticado de parálisis cerebral con un grado de 100% de discapacidad, es tetrapléjico, además tienen los músculos de los brazos que cambian rápidamente de flojos a tensos y se mueven de una manera descontrolada. Vocaliza con muchas dificultades lo cual dificulta el entendimiento.

Se desplaza en una silla de ruedas motorizada mediante un leve movimiento de los dedos de la mano derecha.

Ha estado en diferentes fundaciones hasta los veinte años, edad desde la cual se encuentra en la institución actual compartiendo piso tutelado con siete compañeros más. No se siente en absoluto identificado con ellos y manifiesta a menudo que el centro de día no es su sitio y por ello no colabora en ninguna actividad del mismo y muestra muy poca tolerancia hacia el resto de los compañeros a quienes llega a menospreciar.

En su juventud ha intentado hacer cursos que le capacitasen para desenvolverse en el mundo laboral, y se creó muchas expectativas de llevar una vida diferente a la actual. Los diferentes intentos realizados sin éxito le han supuesto un alto grado de frustración, aspecto que ha repercutido de forma importante en su autoestima. La relación con la familia es muy esporádica, ve una o dos veces al año a su madre y hermana.

En un principio no lo proponen para el taller de arteterapia, debido a que el año anterior ya intentó realizarlo pero abandonó a las pocas sesiones.

En las primeras entrevistas le invito a venir y le pregunto por su experiencia del año anterior. Comenta que fue una pérdida de tiempo y que no sirvió para nada. No obstante, no quedo muy convencido y, al ver que asiste al asesoramiento, le propongo volver a intentarlo (aunque yo en un principio también dudo debido a sus características). Los problemas de expresión verbal que padece hacen que me resulte muy difícil entenderle y su problema motriz también me plantea dudas.

Inicio de las sesiones

En las primeras sesiones mira a su alrededor e interpreto que busca dónde situarse, le pregunto si quiere dibujar y asiente con un movimiento de cabeza. Empieza aquí un arduo camino para los dos, en el cuál soy muy consciente de que mi responsabilidad como arteterapeuta supone poner todos los medios para optimizar sus posibilidades de expresión en el espacio del taller. La mesa no nos sirve como soporte para realizar el trabajo, pues la postura que adopta en la silla medio tumbado no es adecuada. En mi intento de crear un espacio lo más adecuado posible, busco una tabla para ponérsela algo más vertical, le ofrezco un rotulador, se lo pongo en la mano, y sus brazos y cuerpo se mueven muy compulsivamente en un intento de incorporarse para poder trazar algo sobre el papel. Sus gestos son claramente comunicativos y expresan su interés por participar en la terapia.



Sus movimientos son muy bruscos, hacia adelante y atrás, y no consigue realizar ningún trazo, se va de un lado hacia otro, veo que no calcula la distancia y opto por ponerle el soporte muy próximo, prácticamente encima, de esta forma consigue trazar unas rayas (fig. 8, 9) muy quebradas en una esquina del papel. Todo este proceso me produce mucha ansiedad lo que interpreto como mi respuesta a su propio estado de ánimo.

(figs. 8, 9) Ilustraciones de las primeras sesiones, formatos 210x190mm.

Intento comunicarle mis percepciones pero no consigo interpretar sus verbalizaciones y me planteo la posibilidad de acortar la duración de las sesiones, porque requieren mucho esfuerzo.

Introducción de la pintura y recursos técnicos (pincel adaptado)

En sesiones posteriores, y pensando en las características particulares de la pintura, propongo dejar los lápices e intentar utilizar los pinceles. Al darle el pincel veo que es muy corto y que la posición tan próxima a la hoja hace que se manche con la pintura lo cual vuelve a originar los movimientos compulsivos que ya no dudo en interpretar como muestra de su creciente ansiedad. Apenas logra dar unas pocas pinceladas en una esquina, ya que la mayoría de los intentos quedan fuera de papel por lo que trato de alargar el pincel con un trozo de caña que encuentro. Como bien expresa Robin, T. (1993) “el terapeuta puede tener que adoptar estrategias poco usuales”.

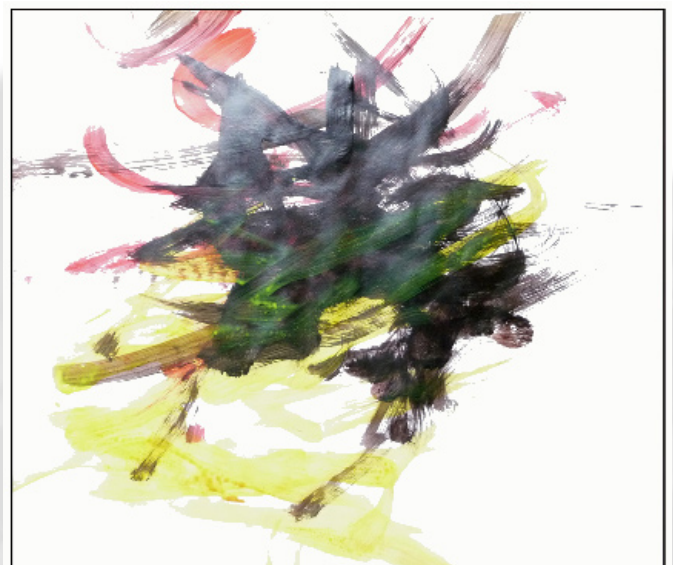
Pablo tira el pincel al suelo con mucha rabia como diciendo ¡no vale para nada! moviendo la silla bruscamente hacia atrás. Intento contenerle y le comento que probaremos hacerlo de otra forma, pero la nueva experiencia no funciona, produciéndonos a ambos mucha ansiedad. Creo que no volverá a las sesiones, lo cual puedo conectar, en el fondo, con la frustración que siento ante lo que me parece una terapia no viable, haciéndome eco de sus emociones.

A la cuarta sesión llevo más artilugios: unos palos mucho más largos y flexibles y también un rollo de papel. Voy pensando en Renoir, en su vejez cuando su artrosis le impedía pintar y su mujer le tenía que atar los pinceles en las manos con cuerdas. También en Frida Kahlo y cómo tuvo que ingeniarse algún artilugio para poder proseguir con la pintura después del accidente que la mantuvo en la cama y prolongó su movilidad muy reducida.

Al entrar en la sala le explico que hoy experimentaremos otras opciones para ver si puede pintar mejor, que ataremos el pincel a un palo más largo y le pongo el papel grande de embalar enganchado a la pared. Él será el que tenga que acercarse al papel. Le comento también que si sujetamos el pincel a la silla de ruedas se podrá mover de forma más autónoma para dirigir los trazos sobre el soporte, mientras se lo digo voy preparando todos los artilugios, pero cuando me dispongo a atarle el pincel a la silla me dice un... “No!” muy rotundo y rápidamente procura despegar el palo, haciendo gestos e intentando vocalizar palabras que no logro entender. Me quedo desorientado (supongo que como él) porque no alcanzo a entender porqué rechaza esa prótesis que le quería poner a su silla. Al cabo de un rato, me atrevo a coger el pincel y trazo unas pinceladas desde lejos para enseñárselo, le propongo que se acerque con la silla al papel y así lo hace. Le ofrezco el pincel, lo agarra con la mano y le pregunto qué color quiere utilizar y me dice que el negro, se lo mojo y empieza a pintar, entre el vaivén de su cuerpo y el del nuevo pincel adaptado, traza pinceladas mucho más sueltas. Cuando se le termina la pintura separa el pincel del papel y me mira, le vuelvo a preguntar qué color quiere y contesta que el negro.

Sigue con sus trazos y movimientos de cuerpo, al mojarle otra vez el pincel le propongo otros colores, se los acerco para que pueda verlos mejor y comenta que el amarillo, después el rojo y para terminar me pide el negro otra vez, y comprendo que es el negro el que le gusta más. (fig. 10)

Al terminar la sesión recorto el trozo pintado (ya que el papel era muy grande), lo separo del resto de la hoja en blanco, nos quedamos observándolo en silencio y después de un buen rato le comento que su pintura me recuerda a cuadros abstractos. Le pregunto si los conoce y me dice que sí, que algunos, le pregunto que si le gusta lo que ha realizado y asiente con la cabeza.



(fig.10) Ilustración formato 600x400mm.

En las sesiones siguientes continuamos trabajando con los pinceles adaptados y el papel grande. Se coloca siempre delante del papel esperando a que le ofrezca el pincel, y él va eligiendo diferentes grosores.

La primera vez que le mostré los diferentes trabajos que había hecho, todos ellos bien recortados y expuestos en la pared, los miramos desde cierta distancia y él dijo que le recordaban a una película que había visto hace años que se titulaba "Mi pie izquierdo". Yo también me acordaba de esa película que trata sobre la vida de un artista y escritor irlandés con parálisis cerebral que solo podía mover un pie con el que pintaba y escribía.



Al finalizar las sesiones, le hacía participe de mis impresiones, comentarios de lo que me sugerían sus obras, en un intento de ayudarlo a ser cada vez más consciente de lo que tanto su lenguaje corporal como sus pinturas comunicaban. Más adelante le sugerí ponerles algún título, si le apetecía, en algunos casos accedió, como por ejemplo "primavera" "mal día" "fuego y humo" ... (figs. 11, 12, 13, 14)

(figs.11, 12, 13, 14) Ilustraciones de diferentes dimensiones

CONCLUSIONES

"Pienso que la pintura solo puede comunicar directamente con aquel individuo excepcional que da la casualidad de estar en sintonía con la pintura y el artista"

Mark Rothko

Cuando el cuerpo supone una barrera de comunicación entre la persona que vive dentro y el mundo exterior, la posibilidad expresiva se encuentra obviamente mermada o aminorada. A veces las palabras no existen, pero la dialéctica con el entorno se puede establecer a través de otras vías de expresión.

El arte implica el acceso a una vida interior comunicada en imágenes, sonidos o palabras, otorga la posibilidad de "retroalimentación" entre el individuo y su mundo. Un mundo que, para los que padecen parálisis cerebral, está obligadamente reducido.

El arte se convierte en terapéutico cuando ejerce una acción positiva sobre la persona, mejora su calidad de vida y la relaciona con el medio, le ofrece la posibilidad de expresarse sin necesidad del lenguaje oral, favorece su creatividad y el aprendizaje significativo, le estimula en acciones lúdicas, le reconoce como ser que se identifica en su autocreación, le permite crear cosas bellas, le ayuda a enriquecerse personalmente aumentando la confianza en sí mismo, le transporta a un mundo en el que se pierde la conciencia del cuerpo y en el que la persona intangible que lo habita se expone como tal y se expresa con el lenguaje plástico.

A lo largo de estas páginas se ha tratado de mostrar la importancia que tiene la adecuación de los materiales en este grupo de pacientes y la necesaria búsqueda de los medios adecuados para ellos por parte del terapeuta. Sin duda, es posible favorecer el desarrollo psicosocial y personal de estas personas con parálisis cerebral y posibilitar una pequeña puerta para salir de los estigmas sociales, para mostrar que todos podemos participar ante la creación, la vida y el arte.

A mi entender, en los casos estudiados los pacientes no parecían plasmar de forma consciente sus sentimientos. Sin embargo, abrieron, a partir del propio placer y la experimentación derivados de la pintura, la posibilidad de crear de forma libre y sin condiciones. A través del arteterapia pudieron expresar y potenciar habilidades manipulativas a la vez que se sobrepusieron a sus limitaciones gracias al acompañamiento y empatía del arteterapeuta. Así, no tuvieron que buscar sentidos, sino experiencias en las propias obras, las cuales no tienen un propósito claro más allá de ser lo que son.

“No tengo miedo de hacer cambios, destruir la imagen, etc., pues la pintura tiene una vida en sí misma. Trato de que ésta surja”

Jackson Pollock

Bibliografía

Benedetti, M. T. (1998), Pierre-Aguste Renoir. Barcelona, Planeta-De Agostini

Carrassat, P.F.R. y Marcadé, I. (2004), Movimientos de la pintura, colección «Reconocer el arte». Barcelona, Larousse.

Dalley, T. (Ed.) (1987), El arte como terapia. Barcelona, Herder.

FEAPS (Confederación Española de Organizaciones a favor de las personas con discapacidad intelectual). <http://www.feaps.org/>

Klein, J.P. (2008), Arteterapia una introducción. Editorial Octaedro, Barcelona

Kandinsky, W. (1991), De lo espiritual en el arte. Editorial Labor, Barcelona

Kagin, S.L. y Lüsebrink, V.D. (1978) The expressive therapies continuum. *Inscape:International Journal of Art Therapy*, summer, 5, pp.171-179

Pain, S. y Jarreau, G. (1995), Una psicoterapia por el arte. Ediciones Nueva visión, Argentina

Rothko, M. (2007) Escritos sobre arte (1934-1969). Ediciones Paidós, Barcelona

Tipple, R. (1993). Communication and interpretation in Art therapy with people who have a learning disability. *Inscape: International Journal of Art Therapy*, 2, 31-35.

Tipple, R. (1993). Challenging assumptions: the importance of transference processes i work with people with learning difficulties. *Inscape: International Journal of Art Therapy*, summer, 2-31

Tipple, R. (1994). Art therapy with people who have severe learning difficulties. En D. Waller y A. Gilroy. *Art therapy. A Handbook* (pp. 105-124). Buckingham, Philadelphia: Open University Press.

Viñuelas Lorenzo, A. (2009). "Cuando tu mente quiere una cosa y... tu cuerpo hace otra". *Arte-terapia y parálisis cerebral. Revista Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social*. 4, 97-107. Obtenido el 12-4-2011 <http://revistas.ucm.es/edu/18866190/articulos/ARTE0909110097A.PDF>

Winnicott, D.W.(2008), *Realidad y juego*. Editorial Gedisa, Barcelona

Desde la sombra. El setting de arteterapia en el contexto penitenciario

Ángela Peinado. Licenciada en Bellas Artes por la Universidad de Granada . Voluntaria en la asociación para personas sin techo “Calor y café”. Máster en Arteterapeuta en Metáfora (UB). Miembro de la junta directiva de la ATe .

Arteterapeuta grupal e individual con internos asociados a conductas adictivas y patología dual en un centro penitenciario. Conductora de grupo y docente en el programa de postgrado de Metáfora, Diploma Inicial de Arteterapia y Cursos de Verano de Metáfora.

angela.peinado@gmail.com

PALABRAS CLAVE

SUMARIO

*Arteterapia
prisión
setting
límites
identidad*

El siguiente artículo tiene como propósito el análisis del setting como elemento clave en el proceso arteterapéutico con un grupo de hombres de conducta adictiva en un centro penitenciario. Se analizará cómo el afianzamiento del setting y sus límites posibilitan el fortalecimiento y desarrollo del grupo dentro de un espacio opresivo como lo puede ser en este caso la prisión.

KEY WORDS

ABSTRACT

*Art therapy
Prison
Setting
Limits
Identity*

The main purpose of this article is to analyze the setting as a key element in the art therapy process of a group of addictive males in a penitentiary center. I will analyze how the composition of the setting and its limits allows the strengthening and development of the group in an oppressive space such as is, in this case, the prison.

1. INTRODUCCIÓN

El hombre es un ser finito y su libertad limitada. No se trata, pues, de librarse de los condicionantes, sino de la elección para adoptar una postura personal frente a esos condicionantes.

Victor Frankl (1946).

Este documento presenta el estudio de caso sobre mi experiencia práctica y teórica con un grupo de hombres con conducta adictiva en un centro penitenciario. El principal objetivo es el análisis del setting como elemento clave en el proceso arteterapéutico dentro del paradójico “antisetting” de la prisión.

La construcción de un marco firme y seguro dentro de una cárcel resulta todo un reto, no sólo para mí como conductora, sino también para los propios participantes. A través del siguiente estudio quiero mostrar como el afianzar el setting posibilitó el fortalecimiento y desarrollo del que he llamado Grupo Lliure (grupo libre) de arteterapia.

El grupo estaba formado por internos pertenecientes al módulo “lliure de drogues” del centro. Para la observación y la valoración de las posibilidades de los futuros miembros realicé varias sesiones de asesoramiento durante los meses previos a la formación del grupo. Los candidatos eran en ocasiones derivados por los profesionales del equipo multidisciplinar pero también había internos que se interesaron en formar parte de la experiencia. Para ambos casos la asistencia al programa de arteterapia fue voluntaria.

Los procesos personales de cada miembro, aunque están implícitos en obras y en las situaciones que expongo, pasan a segundo plano para dar el protagonismo al setting como pieza clave en un grupo de arteterapia dentro de la prisión. “Ninguna pintura puede ser explicada totalmente a través de la palabra; si así lo fuera, no tendríamos ninguna necesidad de hacerla” (Schaverien, 1997). Las obras que aparecen acompañando los textos a veces hablan de procesos personales e internos al mismo tiempo que pueden representar una situación o dinámica grupal. Estas imágenes forman parte de todo un proceso y por lo tanto han de entenderse como tal. Ver la obra de forma aislada aunque puede ayudar a entender lo que estaba sucediendo, nunca será una representación ilustrativa de todo lo que ocurrió en ese momento. Para preservar la intimidad y confidencialidad de los participantes del grupo Lliure, los nombres que aquí aparecen son ficticios.

2. EL CONTEXTO: La cárcel y la pérdida de identidad

Hay varios factores que provocan la pérdida de la identidad del individuo dentro de la prisión, fenómeno que analizaremos más adelante y que influye en la relación del preso consigo mismo y con la institución. Por un lado, encontramos la asociación automática entre preso y delincuente. Cuando se piensa en una cárcel, se hace desde ideas estereotipadas alimentadas por el cine, la literatura o los medios de comunicación. Este hecho acentúa la percepción del interno como delincuente. Una etiqueta no sólo impuesta por la sociedad desde “fuera” sino también otorgada por la propia institución y aceptada, por ende, por el propio interno. Por otro lado, podemos observar que desde el momento que un individuo entra a cumplir condena, éste queda despojado de su identidad, propiedad, privacidad, libertad y responsabilidad. El condenado es deslegitimado como persona adulta, ya que se entiende que no ha sido capaz de gobernar su vida y que ello le ha llevado a delinquir. Es la institución la que se hace responsable de sus decisiones y le enseña nuevos estilos de vida y comportamientos más normalizados (Fundación CREFAT y Cruz Roja, 2002). Casi sin darse cuenta entra en un proceso de infantilización que, a la larga, acaba por resultarle cómodo.

La etiqueta de preso-delincuente y la falta de autonomía son algunos ejemplos de factores que nublan la identidad del individuo, además del consumo de drogas o la falta de estructura familiar. En la prisión, el viejo self se desvanece y para recuperar la sensación de poder es necesario construir un nuevo o falso self. Además, con el tiempo, los recuerdos, los ideales de futuro y la situación presente se confunden diluyendo cada vez más ese viejo self. “Los muros se funden con nosotros”- decía uno de los miembros del grupo Lliure al observar la obra de su compañero.



Figura 1



Figura 2



Figura 3

La obra representaba un pequeño personaje realizado en cartón piedra que antes de dar color coloreó en la escala de grises (figuras 1, 2, 3).

Para sorpresa de los participantes los procesos artísticos se convierten en un canal directo hacia el reencuentro con ellos mismos. Un reencuentro con ese self anterior a la condena, incluso anterior a las drogas y al historial delictivo. “Las obras – decía una supervisora - forman parte de su mundo interno; ese lugar protegido, sagrado, “limpio”, que sin ninguna duda, ellos también poseen y al que necesitan recurrir para salir de la confusión en la que han vivido”. Cada expresión artística es una representación de las experiencias de un grupo que, a través del proceso arteterapéutico, se convierte en algo tan sencillo como el reconocimiento de uno mismo y del otro. Esta experiencia, podría resultar simplista a juicio del lector pero el reconocimiento de uno mismo no es sino uno de los pilares para su futura reincorporación en la sociedad. Para que la sociedad te reconozca, antes es necesario un reconocimiento propio. El psicólogo Javier Corbalán en uno de sus artículos sobre creatividad hace referencia a Jung para hablar de la función de la obra de arte. La obra de arte según Jung no solo se muestra como “estructurante de la personalidad del artista”, de su psicología, sino como una expresión de su época y de su entorno, “una obra colectiva” (2006, p. 48).

No debemos olvidar que el reencuentro con uno mismo a través de arteterapia se da en un contexto presente y en una situación grupal. Estos dos elementos se vuelven fundamentales para el análisis dentro del aquí y el ahora donde juntos fabricaremos un nuevo paisaje grupal.

3. LA CONSTRUCCIÓN DEL SETTING

Iniciar un grupo de arteterapia requiere la integración y aceptación de una serie de factores que los participantes desconocen y que en un principio, pueden parecer chocantes sobre todo para aquellos que están más familiarizados con la normativa y dinámicas propias de los talleres de arte.

Estos factores tienen que ver con los límites que se nombran desde la primera sesión y que se irán repasando constantemente hasta el final del proceso grupal. Al mismo tiempo, nos encontramos con un innumerable abanico de limitaciones ligadas al contexto que nos esforzaremos en manejar. La relación límites-pacientes resultará una fuente de estabilización y reparación aunque en ocasiones resulte difícil de gestionar. Sentir que uno mismo es capaz a través del esfuerzo de gobernar ciertas dinámicas preestablecidas dota a los participantes de la autonomía básica para dar comienzo a una reconstrucción interna.

La inmersión en los procesos creativos se establece como un juego que será el hilo conductor de la terapia. En las primeras sesiones ofrezco al grupo la posibilidad de jugar libremente pudiendo acceder así “al tiempo, al movimiento y la transformación” (Kreimer,1996). Es importante tener en cuenta la idea de que el juego, cuanto más reglamentado, es menos placentero y al mismo tiempo menos accesible a la intimidad del paciente. Por ese motivo insisto en ese tipo de juego no reglado, lo que resulta paradójico dentro de un centro basado en las reglas y la autoridad. La mayoría de los miembros llevan muchos años de condena, lo que genera un tipo de “conducta institucionalizada” regida por estructuras internas muy regladas. Conseguir liberar este tipo de consignas internas será otro de los objetivos iniciales. Una vez superada esta fase, quizás el paciente este dispuesto a acceder a su intimidad.

Los miembros del grupo Lliure han dedicado una gran parte de su vida a “jugar” con un arma de destrucción masiva: la droga. El arteterapia podría ser para alguno de ellos una buena oportunidad para adentrarse en un terreno desconocido que, al compartirlo, se convierte en una posibilidad de transformación. Sería lo que Winnicott (2000) llamó trabajo psicoanalítico “per se” de interpretación, un proceso previo a la comprensión que tiene como objetivo rellenar las grietas de la psique (experiencias del paciente). Es necesario pues, crear un espacio de seguridad y confianza para que se atrevan a jugar.

Darío, trabajaba a menudo con el barro modelando figuras que iban cambiando de aspecto, expresión y de forma según el día en que las manipulaba. La primera obra realizada durante esta primera fase de observación representaba una cara que iba mutando en función de sus impulsos (figura 1.). Puede que un día tuviera ojos pero desaparecían en la siguiente sesión, al igual que la boca o los oídos. Cuando se señalaron los cambios de su obra, él mismo contestó: -“Le he quitado la boca porque aquí no puedes expresar todo lo que piensas. Yo diría muchas cosas, pero no quiero perjudicarme... prefiero callar. Y los oídos igual, hay cosas que casi mejor no escuchar” .



Figura 4

Kurt Lewin (1947) ya comparaba el grupo con un campo de batalla donde los miembros luchan por obtener y mantener su espacio vital. Si añadimos que se trata de un grupo ubicado en un lugar tan persecutorio como es la prisión, podemos entender que siempre se muestren atentos y preparados para el ataque. Los miembros del grupo Lliure hablaban de un gran repertorio de máscaras que utilizar según la ocasión. “Aquí no puedes ser tú mismo, debe parecer que lo tienes todo bajo control” -decía Ralf al mostrar su obra “enmascarada”. El grupo se esfuerza en la descodificación y el análisis de todo el material allí expuesto en su voluntad por hacer consciente lo inconsciente (Foulkes, 2006). Para ellos, hablar de máscaras supuso poder quitárselas, al menos, durante la hora de sesión.

Además, los comienzos requieren de una fase de organización y presentación de todo aquel contenido consciente o inconsciente que se disponen a trabajar. En una de las primeras sesiones distribuí una serie de cajas para el almacenaje de las obras, dándoles la posibilidad optativa de intervenir sobre ellas. Algunos de los miembros aprovechan la propuesta para organizarse a través de la fabricación de armarios, estanterías y cajones, incluso alguien aprovechó la caja para presentarse en el grupo, es el caso de Charl y su caja roja (figura 5). Charl decidió sellar las solapas con cinta adhesiva y realizar una apertura alternativa por la parte frontal de la caja. El cartón contenía un cuadrado con la palabra frágil, por lo que ya advertía que se trataba de un tipo de caja especial para transportar material delicado. Charl quiso recortar la palabra frágil como reacción castradora de lo que le suscitaba, a priori no quería que sus compañeros lo relacionaran con ese adjetivo. Pero después, reflexionando sobre su reacción, decidió recuperar la palabra y convertir ese cuadrado en la puerta de acceso a la caja. La pintó de un rojo intenso y habló de la obra en la sesión. Reconoció que esa era su forma de presentarse, como una caja hermética y cerrada que debía protegerse porque todo lo que había dentro era íntimo al tiempo que de suma fragilidad. Meses más tarde, mientras hacían reformas en el taller, tuve que trasladar temporalmente las obras de sitio. Al coger la gran caja de Charl me di cuenta de que casi todo su contenido eran delicadas figuras de plastelina demasiado vulnerables para transportarlas en esa gran caja de cartón. Tuve que envolverlas una a una y rellenar todo el contenedor con trazas de papel que amortiguaran los golpes. Entonces recordé sus palabras de aquella primera sesión y su advertencia nada lejos de la realidad. Charl, aquel “tipo duro” que se escondía detrás de una solemne seriedad, pudo hablar de su parte más íntima. Del niño asustado que todos podían reconocer en sí mismos y que habían mantenido escondido para que nadie pudiese ver.



Figura 5

La obra actúa como espejo, el objeto artístico cobra la importancia del reconocimiento y deja en un segundo plano la función decorativa para convertirse en objeto mediador con ellos mismos. Un objeto donde se reconocen a través de un diálogo no sólo interno sino también con el grupo. De la misma manera que uno se reconoce en el objeto, el grupo también se reconoce en los objetos resultantes de sus compañeros.

En aquella sesión Charl quiso dar a conocer al grupo su debilidad y susceptibilidad pidiéndonos que nos hiciéramos cargo de su vulnerabilidad.

Podemos observar como, a pesar de encontrarnos ante un grupo con serias dificultades para la comunicación, desde las primeras sesiones, el grupo se muestra con la honestidad inherente a los procesos creativos que se convierten en intermedios entre la comunicación y la exploración de sentimientos. Hablar de emociones y sentimientos es algo muy difícil de afrontar para este colectivo y será a través de éstos como el grupo compartirá sus vivencias, preocupaciones y sentimientos presentes. No podemos olvidar que el falso self es necesario para sobrevivir en la hostilidad de su entorno, y aunque es una limitación para el terapeuta, romper esas barreras sería dejar a la persona demasiado expuesta y vulnerable para tratar con la dura cotidianidad de su entorno (Liebmann, 1994). Al tratarse de un grupo enmarcado en un espacio represivo y persecutorio, las ansiedades catastróficas se intensifican y se disparan en todas las direcciones. Su necesidad de supervivencia es individual y primitiva y el grupo no es sino una amenaza hacia la pérdida de su individualidad. Bion (1991) afirma que el individuo experimenta la pérdida de la individualidad como perturbadora y es el grupo a través de la lucha por obtenerla y la interacción de los supuestos básicos, lo que sustenta el funcionamiento grupal.

Al comienzo, las defensas son muy acentuadas, no confían en sus compañeros y tienen miedo a exponerse tal y como son. Mostrarse con honestidad requiere el contacto y la aceptación de las debilidades, miedos y toda una serie de vulnerabilidades que aún siendo conscientes no sienten que puedan mostrar deliberadamente. La desconfianza inicial genera un espacio que resulta hostil y amenazante.

Más tarde, a medida que el grupo comienza a entender el sentido de la terapia, se irán creando vínculos, generándose así otro tipo de resistencias que van en otra dirección: defender su espacio. Aparece un comportamiento territorial que se caracteriza por la jerarquización, la antigüedad o el poder dentro del grupo, llegando a generar conflictos por ejemplo con la entrada de nuevos miembros. El nuevo participante aún no forma parte de un grupo que ya ha evolucionado logrando el paso de la atmósfera persecutoria a otra algo más íntima. Así, el grupo reacciona ante el extrañamiento mostrando su desagrado por medio de actuaciones, verbalizaciones y sobre todo a través de la propia obra.

Una máscara con 5 puntas (Figura 6), paisajes desoladores (Figura 7) y amenazantes o armas defensivas, son algunos de los ejemplos más representativos de estas fases de mayor resistencia grupal.

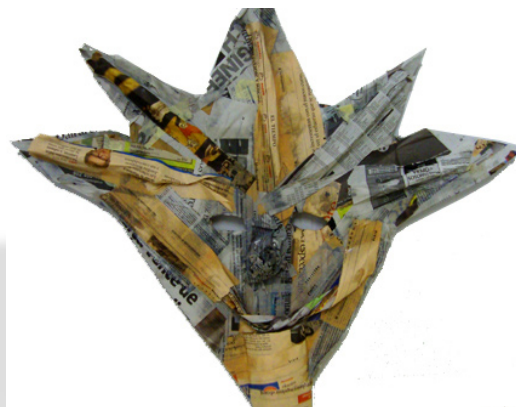


Figura 6



Figura 7

Los participantes han llegado al grupo con un escudo afectivo que les sirve como escudo protector. Las emociones y el potencial destructivo del colectivo, queda contenido gracias a los límites del setting. Y son éstos los encargados de ofrecer la seguridad necesaria para la confrontación y gestión de conflictos. La rabia, la frustración, la culpa o el miedo, serían ejemplos de sentimientos muy presentes del grupo en cuestión. Por eso, es importante sentir que todas esas emociones tan intensas y en ocasiones destructivas, la sala de arteterapia será capaz de contenerlas. El sentimiento de derrota y de frustración es uno de los aliados del preso y sobre todo del toxicómano. Ahora están donde más bajo podían caer, la prisión, lo que me hacía reflexionar sobre los miedos y resistencias de los participantes; “ Si nada ni nadie ha podido salvarme, si nadie me ha podido contener, podrá este grupo con ello? Podrá la obra? Podrá esta sala? Podrá la terapeuta?”

4. EL SETTING: LOS LÍMITES

Sentir que la sesión se dará de forma firme en el lugar y a la hora prevista, ofrece al interno un acuerdo seguro que le hace sentir menos vulnerable. De este modo, el marco de arteterapia actúa como contenedor (Dalley, 1987). Respetar los límites se convierte en un reto sobre todo si entendemos que para poder preservarlos deben hacer uso de su autonomía. Mantenerse dentro del marco, requiere de la responsabilidad propia de un individuo independiente. Una responsabilidad que la institución está controlando al hacerse cargo de ellos. En cambio, la lucha grupal para preservar los límites ha sido uno de los factores más estructurantes y terapéuticos de éste proceso grupal. Nos encontramos ante un gran reto, la construcción del setting en “el anti-setting” de la institución penitenciaria.

El marco arteterapéutico incluye la sala, el material artístico, el tiempo y la confidencialidad, además del propio terapeuta, la obra y el paciente, que son las principales constantes. Cuando los límites externos no están del todo claros, como puede suceder en un centro penitenciario, son las obras y el setting interno el factor estabilizador (Schaverien, 1997). Cada uno de los límites que dan forma al setting ejerce un papel fundamental en el funcionamiento del grupo.

El espacio físico o **sala de arteterapia** adquiere protagonismo en el momento que los miembros comienzan a sentirla propia. La sala apenas sufre cambios, simplemente crece con ellos. El grupo siente la necesidad de cuidar el espacio asegurándose así el mantenimiento de “su lugar seguro”. Ese lugar es el guardián de sus obras y confidente de lo que ocurre en cada sesión. El grupo siente que ese espacio le pertenece, por lo tanto han de cuidarlo y aportar elementos que lo hagan propio esforzándose en mantener la sala cálida y acogedora. A través de tales cuidados, lo que en un principio era un departamento frío y gris propio de la arquitectura del lugar, va recreando un espacio personal con pequeños toques de la esencia grupal.

Por otro lado, el acceso a **los materiales** se efectúa con la misma libertad que la gestión en la sala. No existe la figura del auxiliar encargado de la distribución y control de herramientas (asociado a los talleres artísticos) sino que son ellos mismos los que eligen las que necesitan y las devuelven a su posición una vez utilizadas. La confianza que se les otorga como individuos adultos y responsables es un factor que favorece y refuerza el concepto de seguridad. La amplia gama de material genera el desarrollo de una gran creatividad y libertad expresiva. Las distintas edades, multiculturalidad y diversidad de experiencias da lugar a un rico paisaje artístico que recrea las formas e historias más íntimas del grupo Lliure.

En palabras de Montse Omenat “Si el espacio de arteterapia proporciona contención, los materiales son el surco y el cauce por donde circular” (Omenat, 2006. pag 242). Las obras en barro, estructuras realizadas con cartón, pintura o dibujo, trabajos con madera, plastelina e incluso la performance, fueron las distintas formas de jugar con el material. La libertad de acción con los materiales facilita el juego libre y no organizado que da vida y acceso al interior de este nuevo mundo que juntos están fabricando.

La intimidad coge forma a través de un límite fundamental en el grupo de arteterapia; **la confidencialidad**. Señalar su importancia y dotarla de significado es un reto dentro de la institución penitenciaria. Partimos del hecho de que la terapia en instituciones se realiza teniendo en cuenta la convivencia entre los pacientes las 24 horas de día y por lo tanto la existencia de relaciones, en mayor o menor grado, fuera de la sesión.

En ocasiones, se pueden detectar en la dinámica grupal conflictos intramodulares que van más allá de la sesión. Sucesos de este tipo dificultan mucho el desarrollo de la terapia. La mayoría de los participantes no quieren verse involucrados en este tipo de asuntos y se sienten incómodos e impotentes ante ello. En ocasiones así, las obras son las principales contenedoras de los miedos, la rabia y la culpa del grupo.

Los participantes se cercioran constantemente de que ese grupo de terapia los va a contener. Bion (1991) señala la existencia del supuesto básico ataque-fuga, que sustenta la existencia del enemigo que hay que destruir: el chivo expiatorio del grupo, la propia institución o la sustancia tóxica que los domina serían algunos ejemplos. Los miembros del grupo

desafiaban el espacio construyendo y deconstruyendo la confianza. Llegar tarde, las ausencias o el compromiso grupal son límites que exploran y que a menudo debemos repasar.

Hablar de confidencialidad dentro del grupo, es hablar de confiar en el otro. Esto trae otro factor latente en la terapia con este colectivo; la desconfianza y la hostilidad entre ellos mismos. Se trata de un gran sentimiento de fracaso hacia el "otro", que no se le reconoce como interlocutor válido. Es lo que Foucault, en su ensayo *Vigilar y Castigar* (1976), denomina ensoñación del preso. La disciplina de arteterapia ofrece una herramienta muy poderosa y facilitadora de la comunicación: sus obras. Es cierto que de por sí, se muestran muy reacios a la idea de compartir, pero por medio de sus obras se abre un canal de comunicación donde mostrar y explorar su mundo interno. De esta forma, armónicamente y sin recelo van conociendo sus historias y destapando el caparazón.

En una ocasión, mi supervisor, recuerda al grupo que la idea de confidencialidad trae consigo un aspecto que incluso los presos han olvidado: lo que dicen, lo que hacen y lo que ocurre dentro de la sala adquiere un valor real en el momento que se reconoce como algo lo suficientemente importante como para protegerse en un espacio privado. Un suceso que les ayudó a verificar la importancia que yo le daba a esta privacidad fue el día que tuve que pedir que abandonara la sala a un guardia que realizaba su rutina de vigilancia dentro de la sesión. Aún respetando y entendiendo el trabajo del compañero, yo debía mantenerme dentro de los límites, y a pesar del problema que podría despertar frente a mis compañeros de régimen, lo invité a abandonar la sala. Hechos como éstos ayudan a construir la intimidad del espacio dando el valor y reconocimiento antes nombrados. Éste acontecimiento y otros, fueron oportunidades dentro de la sesión para usarlos como objeto de reflexión.

Igual que la confidencialidad, los límites temporales ofrecen la oportunidad a los participantes de relacionarse de modo distinto con otro aspecto para ellos central: **el tiempo**. Tanto las resistencias como las obras facilitan el abordaje de un tema tan importante como es "el tiempo" dentro de la prisión. Los internos sufren la necesidad del control del tiempo, la necesidad de saber cuanto queda, cuanto tiempo pueden invertir en sus obras y lo que les queda para hablar. Son esclavos del tiempo. Se podría decir, que pagan las condenas con su tiempo, siendo la propia institución la encargada de gestionarlo.

Una de las primeras obras en hablar sobre esta cuestión fue un reloj de arena a punto de resquebrajarse (Figura 8). Una vez más, Llongue realizó esta obra al mismo tiempo que desafiaba los límites temporales a través de sus continuos retrasos y ausencias sin justificar.

El sonido del altavoz marca el ritmo de la jornada: hora de levantarse, hora de desayunar, hora del programa de arteterapia, hora de comer, recuento de celdas, hora del deporte, etc. De este modo, los internos quedan redimidos de toda responsabilidad depositando ésta en los objetos externos. La gestión del tiempo viene a cargo de sus participantes y tendrán que ser ellos, como entidad grupal, los que decidan cómo y cuanto tiempo dedican a crear y a hablar dentro de la sesión.

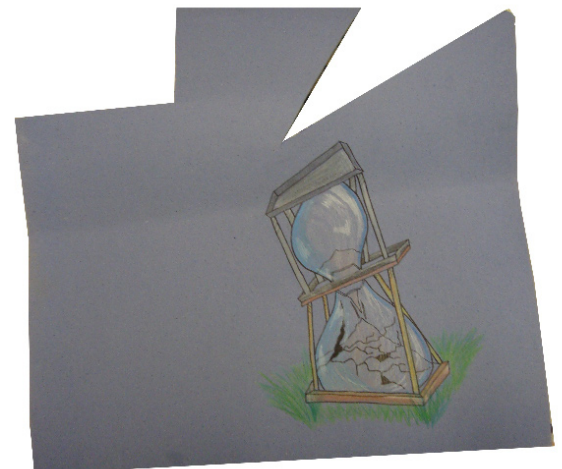


Figura 8



Otra de las piezas escultóricas de Darío representaba una pequeña figura de extremidades muy delgadas cargando a la espalda una gran masa en forma de reloj (Figura 9). A medida que avanzaba la obra, ésta parecía más vulnerable a aguantar el peso del barro. El propio Darío verbalizó en varias ocasiones su miedo a que las débiles piernas no lo pudieran sostener. Sostener el tiempo es casi tanto como decir: sostener uno mismo el peso de su propia condena.

Figura 9

La regularidad, puntualidad o la distribución del tiempo dentro de la sesión son algunos de los factores más estructurantes de un grupo que tuvo que aprender a gestionar de forma consciente al menos esta parcela de su tiempo, la sesión de arteterapia. Ésta presenta unos límites muy claros de temporalización que ellos conocen y tienen en cuenta.

Para poder entender todo lo que sucede, el foco de atención debe de estar puesto en el aquí y el ahora de la sesión. Así, las dificultades externas e internas para respetar los tiempos se convierten en fuente de debate y reflexión de la sesión. A través de estas reflexiones conseguíamos separar lo propio de lo ajeno (resistencias relativas a la institución vs las resistencias propias). Cuando el grupo consiguió aprender a situarse en el aquí y el ahora de la sesión, pudimos comprender las distintas interacciones que se daban a nivel emocional. La dinámica grupal se fue construyendo de como una secuencia donde se alterna evocar emociones para luego comprenderlas. En este caso son las obras el principal objeto donde se transfieren todas estas cualidades. Mediante los procesos creativos los participantes dan forma a los objetos contenedores de la transferencia.

Según Schaverien (1997) la relación triangular obra-paciente-terapeuta es la base estructural de la terapia artística, siendo la transferencia y la contratransferencia el elemento clave para el funcionamiento de ésta. Elizabeth Kreimer (1996) hace referencia a la importancia de la relación entre al paciente y el terapeuta a través de la comunicación verbal y no verbal dentro del setting. Tanto en la psicoterapia tradicional como en arteterapia, la transferencia es la clave del tratamiento. La diferencia fundamental entre la una y la otra es el objeto de dicha transferencia. Cuando la imagen encarna fuerzas inconscientes, ésta se convierte en chivo expiatorio, sin necesidad de incorporarlo en otro individuo o en el terapeuta, aunque también éste puede estar sujeto a convertirse en chivo, respondiendo de forma similar al psicoterapeuta.

La seguridad o la desconfianza son procesos visibles en el desarrollo artístico del grupo Lliure. Las obras individuales que se protegían y se defendían las unas de las otras durante los primeros meses, irán dialogando cada vez más hasta crear verdaderas obras grupales. Aún cuando la razón del interno se resiste a la cohesión, la obra actúa como un objeto independiente que no atiende a las resistencias conscientes. Y ellos mismos se sorprenden al poder comprobar que son capaces de reconocerse los unos a los otros. La función de la arteterapeuta no es sólo la de intentar favorecer estos cambios, sino la de señalarlos cuando están ocurriendo. Para poder favorecerlos es fundamental el interés del terapeuta por los procesos y objetos artísticos. Un interés que se centra en la expresión emocional de los participantes generando la experiencia entre éste, los pacientes y la obra; se trata de la llamada relación triangular.

El vínculo que se genera entre los pacientes, las obras y el arteterapeuta, facilita el camino hacia la cohesión grupal. Por todo ello, la relación triangular no podría darse sin la existencia de una de las tres partes.

5. Espacio Simbólico. Espacio potencial

Avanzado el proceso del grupo Lliure, los participantes comienzan a conocerse más allá de las relaciones superficiales del patio. Se han presentado a través de la obra y la palabra, han organizado el discurso interno y han comenzado a entender el sentido del espacio de arteterapia. El grupo percibe la seguridad buscada.

El espacio de arteterapia se convierte en un espacio que les permite jugar a través de ellos mismos y la obra. Este juego se genera dentro de un espacio reinado por símbolos que no son ni de la fantasía ni de la realidad, sino de un espacio intermedio donde el grupo se interrelaciona (Winnicott, 2000).

Avanzado el proceso, la sala de arteterapia se empieza a entender como algo más que un espacio físico. Se convierte en un espacio potencial donde el empleo de la escucha activa, aceptar sin emitir juicios y la transparencia son factores que ayudan a la potenciación del trabajo en grupo. Proveer de ese componente afectivo genera lo que Winnicott llama matriz afectiva, un término que se puede ejemplificar a través de otro de los procesos creativos de Darío. En este caso parte de otra de sus esculturas en barro (Figura 10). Se trata de una mujer sentada con un brazo amputado que con el otro brazo aguanta su barriga embarazada. Al hablar de su obra Darío dice, pensativo:

Es un homenaje a mi madre, se lo dedico para el día de la mujer. Porque las madres son las personas más sufridoras, fuertes y luchadoras que existen (...) Además he querido hacerla embarazada, como homenaje a la vida. No sé, ahora así, pensando en voz alta me he acordado de una noticia que vi sobre el terremoto de Haití. Una mujer embarazada que encontraron bajo los escombros, medio muerta. La salvaron y dio a luz a un niño que llamó Israel. La sacaron muy grave, no sé si le faltaba un brazo como a mi figura, pero casi...

La expresión de la cara de la figura es de pavor y sufrimiento, pero por algún motivo la figura despierta en el grupo una sensación de serenidad y sostén. Nos encontramos avanzado el quinto mes del proceso terapéutico y tras un leve periodo de crisis e inseguridad, el grupo parece volver a sentirse fuerte. Pol ya anunciaba con una de sus obras que, -“crisis en chino se escribe utilizando los caracteres de catástrofe y oportunidad”. Y Darío, con su trabajo, no sólo nos cuenta una parte de su vida, sino también de su estado presente y de como se siente en un grupo que lleva ya casi seis meses de gestación.



Figura 10

En palabras de Winnicott (2000) podemos ampliar esta idea en términos de sostén (holding). “Al principio es de carácter físico (el óvulo y luego el feto son “sostenidos” dentro de la matriz); después se le añaden elementos psicológicos (el bebé es sostenido en los brazos de alguien); más adelante, si todo va bien, aparece la familia, y así sucesivamente.”

Sentir que a pesar de la hostilidad del medio, las circunstancias adversas y los latigazos de desesperanza existe un lugar que contiene y sujeta, convierte la sala en algo más que un espacio físico. Se convierte en un espacio simbólico o espacio potencial donde todo lo que ocurre es susceptible al análisis.

Es a través de este análisis como el grupo se enfrenta a sus resistencias y se cerciora de que lo que allí ocurre no es algo impuesto sino creado por ellos mismos. No podemos olvidar que el grupo Lliure nace con unas fuertes resistencias, pero cada avance se fue señalando para facilitar en el propio seno la comprensión de los progresos de reconstrucción. Y es gracias a ese ambiente o situación de sostén lo suficientemente buena como cada paciente redescubre esa sensación que facilita el desarrollo de grupo Lliure de arteterapia.

Encontrar esta seguridad requiere de una serie de condicionantes que en un principio la cárcel dificulta. La contención del espacio activa el potencial y facilita el abordaje de temas conflictivos (miedos, preocupaciones, el sentirse vulnerable, etc). Para exponerse en grupo como hizo Darío o verbalizar los miedos como hizo Pol en numerosas ocasiones, se requiere de la fuerza y valentía suficiente para dejar al margen la máscara y la apariencia construyendo así su nuevo paisaje.

6. El paisaje final

El proceso de arteterapia con el grupo Lliure fue un recorrido a través de varias etapas que definen su historia grupal. La primera etapa, muy defensiva, sirvió como una fase de organización, presentación y observación del nuevo espacio y de sus límites. A través del análisis y la reflexión se creó la base del marco terapéutico, estableciéndose así un espacio contenedor, imprescindible para su desarrollo.

A pocas sesiones antes de acabar, Pol dibujó un viejo mapa en el que aparecían diferentes islas representando a los miembros pertenecientes o que habían pertenecido al grupo Lliure de arteterapia (fig 11). Con nombres y capitales que aludían a los distintos miembros, Pol representó cada una de las figuras del grupo. Añadió también una brújula "especial" que señalaba los distintos estados y emociones que había contenido la sala de arteterapia durante los últimos nueve meses. Las palabras y los enunciados son fruto del particular imaginario del universo de Pol, océano penitenciario, el mar de los recuentos o el propio título carta náutica dreamland, son algunos de los conceptos descritos. La obra quedaba contenida dentro de los límites de un mapa que Pol, como regalo denominó Ángelus Mundis.



Figura 11

Los países miembros del Angelus Mundis o grupo de arteterapia, aparecen representados en forma de islas de diferentes formas y posiciones. Las islas centrales son las de Darioreino, Political D.C, Megachechoisland, Jacoboland o Samterra, es decir los miembros presentes. Alrededor de éstas, con tamaños inferiores, aparecían el resto de compañeros que ya no formaban parte del grupo como Ralfarenum, Charlsonia, y un pequeño archipiélago referenciado a algún participante de poca duración. La isla de Llongue, coincidiendo con su reciente abandono terapéutico, aparecía más angulosa y cuadrículada. Tal y como Pol la definía, "se iba perdiendo como un iceberg".

La obra de Pol fue una gran oportunidad para hacer un repaso del proceso grupal, además de señalar de forma consciente la existencia del espacio potencial que entre todos habíamos construido. Pero no fue Pol el único en señalar tales acontecimientos, las obras restantes se encontraban en perfecta comunión y funcionaban con la ayuda de las otras creando un discurso común. Al disponerlas sobre la mesa de debate, pudimos elaborar juntos el escenario de la terapia.

Los miembros del grupo movían y disponían las obras como si de un juego se tratase.

Podemos recordar como al inicio de este proceso grupal operan dos fuerzas, una que se resiste al grupo y que quiere mantener su individualidad y otra que actúa por inercia, como una energía imantada que tiende a la cohesión. Ésta es la historia de un grupo de hombres que han unido sus fuerzas para reencontrarse a sí mismos, reconstruir su libertad interna y establecer los límites necesarios para obtenerla. Las resistencias externas e internas no han sido pocas, y el reconocimiento de uno mismo y del otro se ha tenido que construir. Para lidiar con emociones tan destructivas fue necesario, en primer término, ofrecer un espacio de sostén y contención, un marco seguro y limitado. Pero no podemos ofrecer algo en lo que no se cree, en cambio sí podemos ofrecer los materiales para construir el lugar que se necesita. Fue así como, con moderación y perseverancia, el grupo generó un espacio donde el deseo inconsciente de cohesión, generado a través de los procesos creativos, se pudo anticipar a las resistencias conscientes generadas por la palabra.

A modo de conclusión, quisiera añadir una reflexión que recoge en pocas palabras el recorrido del grupo Lliure:

*... Y finalmente, aquel paisaje hostil y amenazante quedó alejado. Tras luchar con todas las resistencias propias del entorno y del colectivo, el grupo de arteterapia continuó caminando y construyendo un nuevo paisaje. Guiados por un mapa y una brújula que les orientó en el universo de las emociones, una jarra que suministró el agua de su océano, un templo que los acogió. Y esa mano que los sujeta... alentados por la búsqueda de su tesoro; **que no es otra cosa la libertad más allá de los muros de la prisión.***

AGRADECIMIENTOS

Gracias a Irene Pons y resto de compañeros del equipo de tratamiento del módulo Lliure de drogas (Libre de drogas) por darme la oportunidad y la confianza para poder llevar a cabo el proyecto. Gracias a mis supervisores Carles Ramos, Montse Montané y compañeras de supervisión, por ayudarme a entender. Aurora y Triana por su arte. Albert, que me iluminas en el camino. Y sobre todo al grupo Lliure por confiar.

7. BIBLIOGRAFÍA

Bion, W. R. (1991) Experiencias en grupos. Buenos Aires. Paidós.

Corbalán, J. (2006) La creatividad y su medida: matices y claves en arteterapia, págs 45-55. Revista Arteterapia: dinámicas entre creación y procesos terapéuticos. Murcia, Editum, 2006.

Dalley, T. (1987) El arte como terapia. Barcelona: Herder Editorial, S.L.

Foulkes, S. H. (2006) Obras Completas. Buenos Aires: Ed. Amorrortu.

Foucault, M. (1976). Vigilar y castigar: Nacimiento de la prisión. Madrid: Siglo Veintiuno.

Frankl, Victor. (1946). El hombre en busca de sentido. Barcelona: Herder Editorial, S.L

CREFAT (2002). La identidad robada. Análisis del discurso de los usuarios de programas de atención a drogodependencias dentro de las prisiones. Monografías, nº 8. Madrid: Fundación CREFART

Kreimer, Elizabeth. (1996, agosto) Juego, psicoterapia y pedagogía. Presentada en el Ciclo de Conferencias del Centro para el Desarrollo de las Terapias de Arte

Liebmann, Marian. (ed.) (1994) Art Therapy with Offenders.. London: J. Kingsley Publisher

Omenat, M. (2006) Mujeres que han sufrido violencia de género: Valor y uso del objeto artístico. Revista Arteterapia: papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social (nº 1), 137-148.

Schaverien, J. (1997). Transference and transactional objects in the treatment of psychosis. En K. Killick & Schaverien (Eds), Art, Psychotherapy and Psychosis (pp.13-37). London: Routledge.

Vinogradov, S. y Yalom, I.D. (1996). Guía breve de psicoterapia de grupo. Barcelona: Paidós

Winnicott, D. (2000). Realidad y juego. Barcelona: Gedisa Editorial

Winnicott, D. (1990) Deprivación y delincuencia. (recurso electrónico). Argentina: Paidós, Psicología profunda. Obtenido el 29 de marzo del 2012, de <http://es.scribd.com/>

[1] “Fuera” es la palabra más utilizada por los internos para denominar la vida exterior a la prisión. La realidad externa se vive totalmente separada de la interna.

Pic-nic en el campo de batalla

Arteterapia con una niña con mutismo selectivo

Lúcio de Miranda. Bellas Artes – Universidad Federal de Minas Gerais – Belo Horizonte, Brasil. Arte avanzada – Aula do Risco – Lisboa, Portugal. Master Arteterapia – Metáfora / Universidad de Barcelona – Barcelona
luxiom@gmail.com

PALABRAS CLAVE

SUMARIO

Arteterapia
Espacio potencial
Mutismo selectivo
Humor
Transferencia
Contratransferencia

Reflexiones acerca del tratamiento de arteterapia con una niña que presenta mutismo selectivo. Esta dividido en dos partes. En la primera trato de entender de forma empática qué implica la decisión de no hablar, sus características psicológicas. En la segunda parte hablo de cómo se ha dado la relación terapéutica en las sesiones: la dificultad en el inicio de las sesiones y su relación con la dificultad de hablar; el humor como recurso terapéutico, sus ventajas y riesgos; la comunicación no verbal entre terapeuta y paciente; la transferencia y contratransferencia a través de las obras.

KEY WORDS

ABSTRACT

Arttherapy
Potential Space
Mutismo selectivo
Humor
Transferencia
Contratransferencia

Reflections on art therapy treatment with a girl who has selective mutism. The following work is divided into two parts: In the first part I attempt to understand what is involved in the child's refusal to speak and her psychological characteristics. The second part examines the development of our relationship throughout the course of the therapy; the difficulty at the beginning of the sessions and how it relates to her difficulty in speaking; humor as a therapeutic resource, its advantages and risks; and non-verbal communication between therapist and patient, transference and countertransference through art work.

INTRODUCCIÓN

Luna es una niña que presenta mutismo selectivo desde los 2 años. Cuando la conocí tenía 7. Habla en casa, no habla en la escuela.

El mutismo selectivo se puede definir de una manera sencilla como “la dificultad que presentan algunas personas para comunicarse verbalmente en entornos y situaciones sociales poco familiares y/o con personas poco conocidas” (Cortés-Urbán, Gallego-Gallego, y Marco-Gallo, 2009, p. 5)

Los principios de las sesiones con Luna eran muy difíciles, moverla a crear a veces suponía un gran esfuerzo por ambas partes. En este estudio intentaré hacer un análisis de estos momentos como una proyección y/o una metáfora de la dificultad, de los bloqueos y defensas de la paciente con el habla. Paralelamente iré comentando el desarrollo de las sesiones, ejemplificando con algunas situaciones transferenciales y contratransferenciales. Haré algunas reflexiones sobre los recursos que he tenido que encontrar para establecer un vínculo terapéutico con ella donde la palabra no creara tensiones entre ambos, como acudir al humor o transformar el diálogo verbal entre terapeuta-paciente en diálogo donde la obra de ambos “hablara”. Al mismo tiempo intentaré explorar o nombrar mis propias inquietudes en la relación terapéutica para aproximarme de una manera empática a ella, para tolerar su decisión de no hablar y sus consecuencias, como el aislamiento, la negación, el enfado.

La base teórica para desarrollar este estudio de caso es arteterapia, en la vertiente no directiva, con enfoque psicodinámico, teniendo como principal referente teórico Winnicott y sus conceptos sobre el juego, el objeto transicional y el espacio potencial (2008, 1993, 1975, 1962).

Se ha utilizado el nombre de Luna como pseudónimo para preservar la identidad de la paciente y garantizar así su confidencialidad.

¿QUIÉN ES LUNA?

La salud mental de Luna puede pasar desapercibida en el entorno escolar. Siempre callada, no molesta ni a profesores ni a compañeros. Ser invisible socialmente no favorece su adaptación al entorno.

Se puede pensar en las ventajas del arteterapia en este caso, ya que en una terapia donde sólo hay la posibilidad de la palabra llegar a establecer una alianza terapéutica con la paciente sin recurrir a otros recursos creativos podría ser más difícil. Los materiales, los gestos, implicados en la actividad artística, ofrecen un medio de relación no-verbal que, aplicados con sensibilidad, pueden ayudar a establecer un “diálogo”, un encuentro con significado, con aquellas personas que tienen más dificultades de comunicarse con el lenguaje verbal.

Luna habla en su casa, pero no en la escuela. Sus padres tienen poco tiempo para atenderla porque trabajan mucho. Sus abuelos vienen a recogerla al colegio llegada la tarde. Su tutora me cuenta que, al parecer, cuando tenía 3 años fue castigada por no hablar en clase. Entonces, los profesores pensaban que el hecho de no hablar era una rabieta típica de niños. Por aquella época Luna tuvo una hermanita, pero no está confirmado ni por profesionales ni familiares que este acontecimiento haya intervenido en su mutismo.

Las sesiones con Luna se realizaron con regularidad un día a la semana durante 7 meses. En total fueron 21 encuentros con una duración aproximada de 1 hora cada día.

RECHAZO AL VÍNCULO

La mañana siguiente llegó.

-Bartleby -dije, llamándolo comedidamente.

Silencio.

-Bartleby – dije en tono aún más suave -venga, no le voy a pedir que haga nada que usted preferiría no hacer. Sólo quiero conversar con usted.

Con esto, se me acercó silenciosamente.

-¿Quiere decirme, Bartleby, dónde ha nacido?

-Preferiría no hacerlo.

-¿Quiere contarme algo de usted?

-Preferiría no hacerlo.

-Pero ¿qué objeción razonable puede tener para no hablar conmigo? Yo quisiera ser un amigo.

Mientras yo hablaba, no me miró. Tenía los ojos fijos en el busto de Cicerón, que estaba justo detrás de mí, a unas seis pulgadas sobre mi cabeza.

Bartleby el escribiente (Melville, 1995, pp 13-14).

El personaje “Bartleby” del libro de Herman Melville, es un escribiente que se niega a hacer cualquier trabajo que se le pide y a establecer cualquier tipo de relación con su jefe o compañeros. Esta especie de resistencia pasiva Bartleby la lleva hasta las últimas consecuencias. En mi primer contacto con Luna, tuve la sensación de estar delante de una estatua, del “busto en yeso de Cicerón”. Luna no sonreía, no presentaba ninguna señal de expresión en su rostro. Ni alegría, ni tristeza, ni rabia, ni nada. Cuando le propuse que empezara, no contestó, por supuesto, pero tampoco reaccionó. Se quedó parada, mirándome como si dijera, como Bartleby: “preferiría no hacerlo”. Le pregunté si sabía qué era el arteterapia, hizo un gesto de aprobación moviendo la cabeza, el único gesto que hacía cuando le planteaba la posibilidad de responder “sí” o “no”, entonces dije, “yo empezaré” y puse los materiales sobre la mesa. Pasados algunos minutos, después de quedarnos mirando los materiales y muy, muy despacio, en slow motion, Luna cogió los materiales que tenía más cerca.

El no dar señales de respuesta a un mensaje verbal será una constante en las sesiones. Luna no utilizaba el gesto para decir “no”. Casi siempre miraba sin el menor vestigio de expresión en el rostro, por lo que no podría, ante esta no-respuesta, seguir con la pregunta, porque ni siquiera era posible saber si este rechazo significaba una respuesta negativa a mi pregunta o sencillamente una negativa a contestar. La potente indiferencia provocaba que a menudo me quedara sin reaccionar. La confianza, entendida como base para crear un buen un vínculo, era para Luna muy difícil de establecer en un entorno social ajeno al entorno familiar de su casa, en este caso el escolar y lo que pasaba en las sesiones, reflejaba esta dificultad.

Siguiendo con Bartleby:

... ni come más que bizcochos de jengibre. (...), ¿qué es el jengibre? Una cosa cálida y picante. ¿Era Bartleby cálido y picante?

(...) ¡Pobre hombre!, pensé yo, no lo hace por maldad; es evidente que no procede por insolencia; su aspecto es suficiente prueba de lo involuntario de sus rarezas. (...) puedo adaptarme a su extraña terquedad.

(...) Pero no siempre consideré así las cosas. La pasividad de Bartleby solía exasperarme. Me sentía aguijoneado extrañamente a chocar con él en un nuevo encuentro, a despertar en él una colérica chispa correspondiente a la mía. Pero hubiera sido lo mismo tratar de encender fuego golpeando con los nudillos de mi mano en un pedazo de jabón ... (Melville, 1995, pp. 44 – 46)

Muchas veces, frente al silencio, me he visto imaginando todo sobre los pensamientos y actitudes de Luna. Su silencio a veces me deja nervioso, entonces trato de contenerme, para poder contener su resistencia pasiva. Cualquier acción o palabra o propuesta cae en el vacío de su impassible rostro. Su pasividad me lanza en lo opuesto, que es la sobreactuación, el querer decir lo que ella no dice. Un ejercicio que intento hacer mientras transcurren las sesiones, es entrar dentro de este silencio y a partir de ahí, a partir de pequeños gestos, pocas palabras, intentar relacionarme. El espacio de maniobra era muy reducido. Me pongo en su piel y pienso cómo debe ser de vulnerable delante de los otros niños que le pueden decir lo que sea sabiendo que ella no reaccionará. Es con la idea de extrema vulnerabilidad que intento establecer un vínculo en cada sesión.

“Lo importante era, no que yo hubiera establecido que debía irse, sino que él prefiriera hacerlo. Era hombre de preferencias, no de presunciones”. (p. 74)” (Melville, 1995, p. 74). Cada vez que intento presumir algo, me equivoco. Tengo que trabajar con sus preferencias, y Luna prefiere no hablar, a veces prefiere no contestar preguntas, no aceptar sugerencias y no dar pistas para profundizar con ella en sus obras.

Hay tres elementos que se interrelacionan para formar la alianza terapéutica, imprescindibles para que la dinámica del arteterapia sea posible. Estos tres elementos son: el arteterapeuta, el paciente y la obra. Este triángulo es la base de la relación arteterapéutica. La obra creada por el paciente puede servir como mediador entre el paciente y el arteterapeuta (Schaverien J, 1992). El paciente expresa en la obra sus conflictos, sus deseos reprimidos, sus emociones y vivencias. El acto de elaborar la imagen y su resultado puede dar lugar a que su inconsciente fluya y quede reflejado en su obra. El lenguaje verbal puede no ser necesario para que esto se dé. Cabe al arteterapeuta facilitar al paciente el entender su propia creación, los motivos más profundos de sus elecciones en el momento de crear algo, ayudar a que el paciente reflexione sobre el porqué ha elegido ésta y no otra imagen para expresarse.

Esta exploración se da a través del diálogo con el paciente durante el proceso y/o después de concluida la obra. Resumiendo, el paciente crea una obra y ambos, paciente y arteterapeuta, piensan juntos sobre ella con el objetivo de transformar algo que beneficie la salud del paciente.

Pero cómo hacerlo si la paciente no colabora en el proceso de descifrar, de entender las imágenes creadas desde su perspectiva. En el proceso de reflexión sobre las imágenes, apenas hay ayuda por parte de Luna y cuando la hay, no es verbal. Siento que la relación triangular queda, así, ligada a la obra. Por un lado, Luna y su obra y por el otro, su obra y la mía. El proceso creativo artístico en sí mismo dará movilidad al triángulo arteterapéutico para que Luna y yo nos relacionemos. El uso del lenguaje verbal por parte de Luna era inexistente durante las sesiones, algo que me hacía sentir muchas veces fragilidad en el vínculo, cuando tenía en cuenta el eje que une la relación paciente-terapeuta.

La ausencia del lenguaje verbal hacía que sus obras se me presentaran como enigmas sin clave, sin pistas. Todas las reflexiones acerca de lo que aconteció en las sesiones sentía que eran sólo mías y no de Luna, porque Luna “prefería no hacerlo”, Luna es una niña de “preferencias”, no de “presunciones”.

SOLEDAD AUTOIMPUESTA Y VOLUNTAD

¡Ah!, la felicidad busca la luz, por eso juzgamos que el mundo es alegre; pero el dolor se esconde en la soledad, por eso juzgamos que el dolor no existe.

(Melville, 1995, p. 57)

El sufrimiento relacionado a la soledad está más que estudiado y es del todo conocido. Me gustaría, más que entrar en la cuestión del sufrimiento de la soledad, hablar de otro aspecto no menos importante por menos nombrado, tal vez por ser muy incómodo o por ir en contra la idea muy difundida de que la soledad es siempre negativa en casos como éste. Hablar de aspectos positivos de la soledad de Luna en medio de nuestro entendimiento de la soledad como sufrimiento puede sonar como un insulto, pero como profesional, no puedo dejar de hacerlo. Durante la terapia con Luna he hecho muchos esfuerzos para suspender mi juicio, para conectar con su soledad y silencio, lo que me ha llevado a comprender las características positivas de la soledad de Luna.

Un ejemplo donde la soledad es buscada lo hallamos en Zaratustra, aislándose en las montañas: “... allí gozó de su espíritu y de su soledad y durante diez años no se cansó de hacerlo.” (Nietzsche, F, 2005, p. 23).

Son la voluntad y la inteligencia los dos recursos más utilizados por Luna para la supervivencia y adaptación en el entorno de la escuela. Nietzsche, a través del personaje Zaratustra, nos dice:

¡Son mis animales!, dijo Zaratustra, y se alegró de corazón. El animal más orgulloso debajo del sol, y el animal más inteligente debajo del sol – han salido para explorar el terreno. Quieren averiguar si Zaratustra vive todavía. En verdad, ¿vivo yo todavía? He encontrado más peligros entre los hombres que entre los animales, peligrosos son los caminos que recorre Zaratustra. ¡Que mis animales me guíen!» Cuando Zaratustra hubo dicho esto, se acordó de las palabras del santo en el bosque, suspiró y habló así a su corazón: “¡Ojalá fuera yo más inteligente! ¡Ojalá fuera yo inteligente de verdad, como mi serpiente! Pero pido cosas imposibles: ¡por ello pido a mi orgullo que camine siempre junto a mi inteligencia! Y si alguna vez mi inteligencia me abandona – ¡ay, le gusta escapar volando! – ¡que mi orgullo continúe volando junto con mi tontería! – Así comenzó el ocaso de Zaratustra. (2005, p. 34).

La fuerza de voluntad orgullosa y la inteligencia. Estos recursos son, no sólo útiles, sino necesarios porque todo lo que Luna hace, lo hace sin ayuda. Es notoria la habilidad en la ejecución de sus ideas, la delicadeza y destreza para lidiar con los materiales y su fuerza de voluntad para hacer bien lo que se propone. Su habilidad tal vez sea derivada de su fuerza de voluntad, de su energía. Varias situaciones en las sesiones testifican la inteligencia y determinación de Luna, doy dos ejemplos entre muchos.

El primer ejemplo se da al final de una sesión:

Cada uno de los niños que hacía arteterapia tenía una caja donde guarda sus obras. Cada caja tenía un candado cuyas llaves yo guardaba ordenadas por colores, un color distinto para cada niño. Al final de cada sesión le daba al niño su llave para que guardara su obra. Me sentía como “el guardián de las cajas de los tesoros”. En una de mis sesiones con Luna, le hice una pequeña trampa, le di una llave equivocada, de otro color a la habitual, con la intención de que me pidiera ayuda. Luna miró el llavero que yo llevaba. En su mirada sentí que se dio cuenta de que su llave no era la adecuada pero decidí devolverle la mirada como si no hubiera entendido la suya. Luna cogió la llave y fue hacia su caja. “No va conseguir abrir la caja y tendrá que pedir ayuda”- pensé. Me arrepentí en seguida de mi plan, me sentí deshonesto, como si estuviera abusando de su mutismo, de sus dificultades, pero era tarde. Pasados dos minutos Luna volvía con la llave consiguiendo abrir el candado. Me sentí mejor por el hecho de que Luna volvía con confianza, fruto de la casualidad y de la mala calidad de los candados fabricados en China.

El segundo ejemplo tiene que ver con la habilidad de Luna para resolver conflictos con los materiales:



fig.1

En una de las sesiones, Luna trabajaba con ahínco en la construcción de flores hechas con trozos de papel higiénico de doble hoja (Fig. 1). En el proceso primero corta un trozo de papel higiénico con las manos, después lo dobla varias veces, a continuación hace un corte con la tijera. Surgen dos pedazos que desdobra y pinta cuidadosamente con rotuladores de color. Después coge otro pedazo de papel, lo moja en agua y delicadamente va pasando el papel mojado sobre el dibujo, para que la pintura se quede manchada, como si fuera acuarela. Finalmente, en un proceso aún más difícil y delicado, Luna separa todas las capas de ambos pedazos de papel higiénico y se queda con la superficie, en la que había pintado. Una capa muy fina, casi transparente, frágil. Obviamente los primeros intentos de hacer las flores no dan el resultado esperado, el papel se rompe cuando intenta dibujar, o en otras ocasiones, cuando lo moja.

Alguna que otra flor se rompe en la separación de las capas de papel higiénico. Sin embargo, Luna no desiste, hasta que consigue hacer dos flores. A continuación pega las flores sobre una cartulina verde de tamaño DINA-4, para después seguir dibujando con rotulador el resto del paisaje.

Los niños están en el colegio desde las 9h hasta las 17h. La decisión de Luna de cerrarse, de no hablar, por las razones que sean, supone 8 horas de auto-contención verbal cada día, cada semana, cada año, desde hace cinco años. La soledad que me proyectaba el mutismo de Luna se me presentaba como un esfuerzo considerable, demasiado para cualquier niño de siete años, a veces me hacía sentir dolor.

Sentía su soledad como una necesidad, una defensa que la protegía de algo muy frágil. No pretendo hacer apología de la soledad y de sus beneficios. Mi intención como arteterapeuta es entender la soledad de Luna para comprender y empatizar con Luna. Confío que su soledad auto-impuesta durante todo este tiempo puede generar recursos en ella que algún día le ayuden a superar sus dificultades, recursos que pueda aprovechar de una forma positiva, que aumenten su capacidad de resiliencia (Cyrulnik, 2008), de superarse y fortalecerse durante las adversidades.

EL FOCO EN EL INICIO

El tiempo que va desde el inicio de la sesión hasta que Luna empieza a crear es un momento muy delicado, complicado y serio. Luna está tensa, con mirada neutra, pero alerta, la defensa más probable es el control omnipotente. En las primeras sesiones, deseaba que este momento fuese superado lo más rápido posible para que entonces pudiéramos trabajar con la creación plástica. Pero pasadas unas diez sesiones, fui consciente de que no sólo seguíamos con el bloqueo inicial, sino que este bloqueo estaba relacionado con su mutismo selectivo. ¿Cómo llegué a esta conclusión?, Yalom (1998) habla de que si algo importante no es nombrado por el paciente o por el terapeuta, sólo será discutido cuando este punto se resuelva.

En el caso de Luna, yo intenté siempre obviar este tiempo para llegar a la creación plástica ya que me creaba ansiedad. Pero esa dificultad inicial era un momento muy importante, tal vez el momento más importante, donde llegué a sentir que tenía que focalizar más mi atención. La ausencia de habla así como de creación artística en los inicios de nuestro encuentro suponía un bloqueo, un miedo. Tanto el lenguaje verbal como el artístico tratan de comunicar. Parece obvio, y lo es, pero no me había dado cuenta de su importancia en los inicios de cada sesión, simplemente sentía que quería evitarlos, no estar con ellos, algo que podía tener que ver también con las dificultades de la paciente para confrontar estas situaciones. A partir de entonces pasé a estar más atento a este momento, y más predispuesto a contenerlo y aceptarlo. El humor surgió entonces como un recurso que permitía dar fluidez a nuestra comunicación. El sentido del humor puede ablandar la rigidez, retoma la perspectiva de la realidad cuando esta se pierde.

ESPACIO POTENCIAL, JUEGO, HUMOR

Una madre y un padre van de visita al frente de batalla con la intención de hacer un pic-nic junto a su hijo que se encuentra en una trinchera. Allí aparece un soldado enemigo con quien comparten el día de campo en un clima amistoso. Sorprendidos, descubren que ningún bando desea la guerra y deciden terminar con ella. La ingenuidad de los personajes se rompe cuando la realidad de la guerra desata toda su furia matando sus ilusiones al final de la obra. Este es el argumento que nos presenta el dramaturgo Fernando Arrabal (1980) en su obra *Pic-nic en el campo de batalla*.

Lo que hace que esta obra tenga fuerza es el hecho de que dos acontecimientos, uno familiar (los padres) y otro no familiar, ajeno y hostil (la guerra), estén ocupando el mismo tiempo y espacio. La tensión del frente de batalla y el placer de un picnic convergen. La yuxtaposición de una escena familiar torna más evidente la otra realidad, la de la guerra con su crueldad y falta de afecto. El sentido del humor tiene un papel muy importante en esta narrativa, el de cuestionar lo establecido, sin necesitar el drama y el dolor intensos.

El espacio potencial (Winnicott, 2008), se da en la intersección entre el sujeto y el objeto; entre la realidad interior percibida, la subjetiva y la realidad exterior, objetiva. Este encuentro entre el interior y el exterior se puede convertir en una zona de juego donde crear. La tensión entre el interior y el exterior del sujeto está presente durante toda la vida y da forma a nuestra cultura. En este lugar creativo del sujeto se pueden situar las artes.

El concepto de espacio potencial nos ayuda a entender el espacio subjetivo que se da en arteterapia, un espacio donde arteterapeuta y paciente buscan la manera de jugar con los materiales artísticos y sus procesos. Todo ello con el objetivo de mover cambios positivos en el paciente. El proceso artístico y/o la obra creada dan lugar a un espacio donde las tensiones que surjan pueden ser trabajadas.

La obra *Pic-nic* puede ser leída como una metáfora del espacio potencial descrito por Winnicott. El espacio potencial en este caso tendría lugar con el encuentro de dos realidades opuestas. Por una parte, una familia que va de picnic al campo, una situación íntima y placentera. Por otra, una batalla que tiene lugar en ese mismo campo, un conflicto violento. El espacio del campo se convierte entonces en un espacio creativo, un espacio en el que convergen una situación de guerra y una situación familiar. La yuxtaposición de ambas escenas da lugar a una situación "absurda", que compone la obra en sí misma, es el juego del autor, Arrabal. El humor fue el recurso utilizado por Arrabal para hacer frente a estas dos realidades aparentemente incompatibles.

También en las sesiones con Luna el humor fue la herramienta más utilizada para acercarme a ella en los inicios, pero no sólo en los inicios. Me sentía en cada intervención, como si propusiese hacer un pic-nic en el frente de batalla de la tensa defensa de Luna. El sentido del humor nos ayudó a que la comunicación fuera más fluida entre ambos. Desde que surgió en las sesiones parecía que empezábamos a encontrar una manera de relacionarnos.

Cada vez que iniciaba una sesión con Luna sentía que, si lo hacía de una manera no adecuada, la niña podría estar todo el tiempo sin hacer nada, que esos principios exigían mucho de mí como facilitador. Una vez que Luna empezaba a crear, todo se desarrollaba de una forma más fluida, más espontánea.

Acudir al sentido del humor como recurso no me suponía un gran esfuerzo, surgió de manera intuitiva. Sin embargo, el margen de maniobra del humor es estrecha, si uno lo hace mal, puede dar permiso a la brusquedad, a la ofensa, puede ser impasible al sentimiento del otro en cierto momento. He aprendido en mi experiencia con Luna, que el empleo del humor en la terapia también tiene que ir unido a la sensibilidad.

Freud destaca la ausencia de los afectos cuando habla del humor: “La esencia del humor reside en el hecho de que uno se ahorra los afectos a los que habría debido dar lugar una determinada situación, y en que uno se sitúa por encima de esas manifestaciones emocionales gracias a una broma” (Freud, 1905, citado en Cyrulnik, 2008, p. 97).

El vínculo terapéutico con Luna empieza a tomar forma cuando el sentido del humor aparece entre nosotros. Cada vez que necesito nombrar algo en las sesiones, lo intento hacer con humor y empleando mi intuición tanto para hablar de sus obras, de nuestra relación o del setting. Luna se ríe muchas veces con mis intervenciones. Cuando Luna ríe, deja de controlar, se desinhibe.

El sentido del humor puede implicar una distancia con los afectos, pero también siento que aplicado con sensibilidad, puede ser un camino para aproximarlos. El humor libera tensiones y los miedos pueden reducirse, algo que puede favorecer las relaciones.

El uso del humor en la terapia con Luna ha sido una aventura, en cuanto fui consciente de sus resultados lo empecé a utilizar con frecuencia, con intención, como una manera de profundizar en nuestro vínculo terapéutico.

Recordando ese “pic-nic en el campo de batalla”, por varias veces durante las sesiones asumí el rol del matrimonio llegando a la trinchera en plena guerra y diciendo: “¡Venga Luna, vamos hacer un pic-nic!”.

EL MURCIÉLAGO QUE CONFUNDIÓ EL SOL CON LA LUNA

Como en todas las sesiones anteriores, en la 8ª sesión Luna sólo empieza a crear después de que yo empiece. Pongo los materiales sobre la mesa y me pongo a dibujar. Pasados cinco minutos paro. Luna aún no ha empezado. Decido esperar. Entonces Luna, despacio... muy despacio... coge un papel y empieza a crear (Fig. 2).



fig.2



fig.3

Pasados algunos minutos, empezamos un juego que ya habíamos hecho algunas veces, el juego de “yo (terapeuta) te copio, pero no te digo, pero tú sabes, pero no me lo dices (no puedes), pero yo finjo que no te estoy copiando”. Mientras voy copiando su dibujo en escala menor (Fig. 3) voy verbalizando lo que va sucediendo, como si fuera un espejo que habla.

Me voy diciendo a mí mismo mientras le copio el dibujo: “Voy a hacer...voy a hacer ... un árbol... ahora... una nube”.

En un momento dado, mientras Luna dibuja un Sol, le digo: “Vaya, que luna más bonita”. Luna me mira de forma más expresiva de lo normal, es obvio que es el Sol, pero insisto en que es una Luna y dibujo un murciélago al lado de “la luna” del dibujo que voy imitando.

Pasado un tiempo, después de sonreír, siento que hay algo incómodo en Luna. A nadie le gusta ser malinterpretado, por más cómico que sea. Hago como finalmente hubiera entendido el mensaje: “Hmm... esto es un Sol... bueno... he hecho un murciélago... pensaba que era la Luna. Hmm... podemos juntos crear una historia: “El murciélago que confundió el Sol con la Luna, ¿qué te parece?”. El título de la historia es la invitación para hacer un trabajo a dos de profundizar en el vínculo.

En el caso, ella “no me corrigió”, y yo “no supe leer el dibujo”. Este role playing, dentro del espacio seguro de la sesión, Luna lo encuentra “allá en el cole”. Una de las funciones terapéuticas es permitir que Luna reproduzca dentro del setting la situación real, y así, pueda entenderla, situarse y eventualmente elaborar lo que ha experimentado fuera.

HABLARÉ TUS PALABRAS: JUGANDO A VENTRILOCUO

Otra estrategia de aproximación y relación a través del humor fue en la 18ª sesión. Luna dibujaba en una hoja con rotuladores de colores. Al término de colorear una flor, mira la caja de rotuladores con el fin de elegir cuál de ellos escogerá. En este momento hago la imitación de una voz de niña: “Hmm... creo que voy elegir... el verde”. Ella se ríe y coge un azul. Digo: “¡no!... creo que voy elegir un azul”. Luna se ríe. Tanto en este ejemplo como en el de más arriba, siento que a Luna lo que le hace reír es justamente que yo diga algo que eventualmente estaba pensando hacer. Con este gesto, torno evidente a Luna dos cosas a la vez. La primera, es que aunque no hable, ella no consigue ser totalmente inexpresiva, no se puede esconder totalmente. Otro efecto de esta broma es, que si yo pongo voz a sus pensamientos, o sea, si yo hablo las palabras que son suyas, de alguna forma las palabras que ella no dice, son dichas. Yo “robo” sus palabras y las digo, las hago realidad, en este caso, dentro de un espacio seguro, confidencial. Luna tiene la oportunidad de observar cómo serían dichas sus palabras. Siento que eso quita la carga emocional que tendrían las palabras, si fuesen dichas por Luna.

“FALSA PEDAGOGÍA” Y COMUNICACIÓN NO VERBAL

Tengo que empezar a dibujar para que Luna empiece. Dibujo una cara de niña parecida a la de Luna, con dos globos, como se hace en los cómics (Fig. 4). Uno es el globo que se utiliza para expresar los pensamientos, el otro es el de los diálogos. Le explico la diferencia entre los dos: “Luna, mira esto... ¿sabes cuál es la diferencia entre estos dos globos?” Me mira y por supuesto no contesta, pero es una pregunta retórica. Le digo: “Uno es cuando el personaje está pensando, y el otro es cuando el personaje está hablando”.



fig.4



fig.5

En otra sesión, hago otro dibujo con globos y escribo cosas dentro del globo del pensamiento y diálogo y las borro y vuelvo a escribir y vuelvo a borrar enseguida. Todos estos dibujos son intentos de comunicación a través de un medio que no es la palabra, es más cercano al silencioso mundo de Luna. Con los dibujos, voy comunicando cómo me siento, cómo la veo; a veces dialogando directamente con su obra. En una ocasión dibujé una botella de estas que se tiran al mar con un mensaje dentro cuando se está perdido en una isla (Fig. 5). Esta imagen surge de la condición de aislamiento que me proyecta Luna. Siento a veces, cuando tengo que decir algo, que estoy tirando una botella al mar, sin saber si el mensaje que contiene será leído, entendido, sin estar seguro de que al otro lado haya un receptor del mensaje enviado.

OBRA ESQUEMÁTICA: “LO TAPO TODO”

Las obras encarnadas o talismán son creaciones investidas de una carga emocional muy grande por sus creadores o por la cultura. Las imágenes que están hechas sin carga emocional, se describen como imágenes esquemáticas (Schaverien J, 1992).

Según este concepto, interpreto las obras de Luna como creaciones sobretodo esquemáticas, no parecen traer el mundo interno más que en comentario. Cuando empieza a crear, parece que ya viene con una idea previa, que ya sabe qué materiales irán a componer su obra. No vacila, no duda. Crea como si estuviera trabajando. Es decidida y termina cuando termina la hora de la sesión. Una constante en sus creaciones y que permaneció siempre hasta más o menos la 10ª sesión, ha sido el cubrir todo el papel, sin dejar ni un pequeño trozo sin colorear o tapar.

Primero hace, por ejemplo, una flor o un árbol o una casa o una mariposa, después colorea todo alrededor, sea con azul (el cielo), sea con verde (la hierba) (Fig. 6). Para mí, ver tapar todo alrededor sería la única particularidad más investida de emoción de sus obras. Creo que este hecho está relacionado con la defensa, con el control y el esconderse a sí misma, no dejando ventanas que puedan revelar su mundo interno.



fig.6



fig.7

A partir de la 11ª sesión empiezan a surgir espacios blancos en sus dibujos (Fig. 7).



“¡LUNA, NO SÉ QUE ES ESTO!”

Luna está trabajando con plastilina (11ª sesión). Hace una forma redonda que parece una pizza. Intento adivinar qué es, preguntándole. No contesta. Después de algunos intentos fracasados, me agoto y me siento muy desanimado; está siendo una sesión difícil. Le digo muy honestamente, sin enfado, sin risa ni humor: “¡Luna, no sé qué es esto!”. Pasados diez minutos, escribe en el dibujo: “Mandala”.

Una semana atrás, había escrito la palabra “diamante” en la pintura de los diamantes (Fig. 9), pero seguidamente cubrió la palabra con pintura. A partir de este día empezó a incorporar palabras escritas en algunas obras, como parte de la creación (Fig. 8), comunicando sobre la obra dentro de la obra misma.

fig.8

EL DIAMANTE.



Cuatro diamantes (Fig. 9). Sé que son diamantes porque le pregunto y Luna escribe en la parte superior del papel y seguidamente lo borra, además de pintar por encima. Tres son las principales características del diamante: Es la piedra preciosa más cara y más valorada, no sólo como valor de mercado en el mundo de los adultos pero en valor simbólico en los cuentos de hadas, en las joyas de las princesas y en los tesoros de los piratas.

Es el mineral más duro del planeta, se utiliza puntas de diamante para cortar rocas. Sin embargo, cuando se cae al suelo es el mineral más fácil de romperse; según sea la caída se puede fragmentar en mil pedazos. Este fenómeno se da justamente porque es muy duro. Hablo del diamante y parece que estoy hablando de Luna.

fig.9

Se pude describir el carácter de Luna como muy duro y muy frágil a la vez, y siento a veces que su mutismo selectivo, después de cinco años, puede haberse transformado en su diamante, su tesoro muy valorado, aunque sin el lado romántico de los cuentos. Su mutismo es lo que tiene de más íntimo y lo cuida y lo alimenta. Pero su mutismo también es no-maleable. Muy peligroso, este diamante se puede romper; la defensa que Luna viene construyendo hace cinco años. Pero esta defensa no se puede romper con mucha presión, pues corre el riesgo de romperse en mil trocitos. Para decirlo con una palabra del psicoanálisis, puede llevar a la escisión o fragmentación de su self.

“NO TENGAS MIEDO”

Otro ejemplo de comunicación no verbal pasó en la última sesión. Dice Balint (1982, p. 214) sobre la relación paciente/terapeuta en el estado preedípico o preverbal: “Particularmente, cuando se tratan estos estados, el analista debería tener presente que en general ha de abstenerse de penetrar las defensas o de anular las escisiones valiéndose de correctas e incisivas interpretaciones, puesto que los pacientes en regresión podrían sentir las como que el analista no cree en la justificación o validez de sus motivos de queja, recriminaciones y resentimientos.”

En el sentido descrito anteriormente, yo identifico a veces el nivel de mi relación con Luna como básicamente preedípico. Siempre que intento hablar directamente, ella se queda tensa y lo acoge de forma persecutoria, de ahí que vaya por caminos más suaves e indirectos.

Luna parece tranquila en la última sesión. Llega, se sienta, como siempre. Le pregunto si quiere seguir haciendo la obra que había empezado en la semana pasada. Por supuesto que no contesta, y me doy cuenta (como muchas veces) que estoy en sesión con Luna y que no se puede plantear las cuestiones así. Cambio, dándole dos opciones, simplificando la respuesta: “Luna, ¿quieres seguir haciendo lo de la semana pasada o quieres hacer un nuevo trabajo?” Nada, tengo que plantearlo aún más simple. Separo las opciones: “Luna, ¿prefieres hacer un trabajo nuevo?” Silencio: “Luna, ¿prefieres seguir haciendo lo de la semana pasada?” Ahora contesta afirmativamente con la cabeza.

Estamos en el último día, sin embargo, Luna no presenta la menor señal exterior de emoción, sigue haciendo su obra... ¿Y yo qué? ¿Qué le digo en el último día? Pienso: ¿Lo dejo así como si fuese un día más, normal y corriente? No puedo. Pienso decirle algo, pero cualquier cosa que diga, será o una bobada o muy intrusivo. Hago un enorme globo de diálogo en un papel y decido poner ahí un mensaje y después regalárselo (Fig. 10). Le quiero regalar este dibujo para que lo lleve como una especie de talismán, pero las palabras allí escritas suenan como si fueran grabadas en bronce. Pienso: Entonces, al lado del globo dibujo una cara y, antes de escribir, le digo medio en broma: ¿Sabes quién es éste?... Yo. O sea, pensé, le escribo el mensaje y después le regalo sólo la carita, recortada. Como sé que Luna es muy curiosa, lo querrá mirar, le dejaré que vea y lea, sin que tenga que dirigirme a ella; mejor escribir que hablar. Finalizada la carita y tras pensar, escribo: LUNA, CUANDO DECIDAS HABLAR, NO TENGAS MIEDO, NO TE PASARÁ NADA. Sé que es una frase muy directa, es un riesgo. Dejo que ella lea, pero me quedo con la duda de si la ha leído. Se la enseño: “¡Mira Luna!”. Silencio. Luna lee todo y pone la cara seria de siempre. Dejo seguir la sesión y al final, recorto la carita y se la regalo, lo dejo sobre la mesa. La única vez que hice algo para Luna, una flor en papel para un dibujo que estaba haciendo, la tiró a la basura. Me alegro cuando veo que Luna, al guardar los trabajos en la caja, guarda también la carita.

Esta acción tiene varios desdoblamientos que pueden aportar interés en el proceso.

A – El hecho de escribir y después, “tirar lo dicho a la basura”, es una metáfora de las palabras que se dicen y se van.

B – Escribir es más suave que hablar directamente, pero lo hablado “se va”, lo escrito se queda. Con el paso del tiempo el escrito gana importancia y lo hablado pierde, se olvida. O sea, que en el “aquí y ahora” de la sesión el escrito era más delicado, pero con el paso del tiempo, podría convertirse en algo comprometido. Por eso lo corté y lo tiré.

C – El dejar sólo la “carita” como recuerdo, hace que la memoria tenga más espacio para “modelar” lo que estaba escrito en el globo. Creo que en este aspecto, Luna podrá olvidar lo que estaba escrito, pero se acordará de que era un mensaje positivo, logrando en su momento crear el mensaje más adecuado para la situación necesaria.

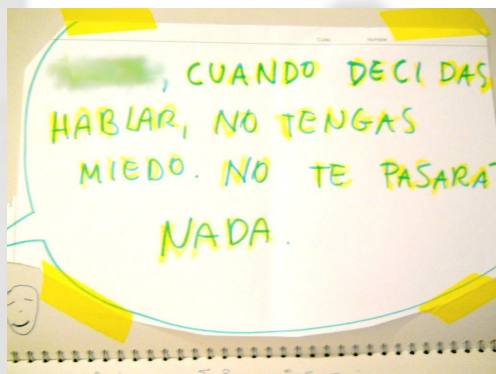


fig.10

Un día después de la última sesión, recibo un e-mail de la tutora de Luna que me deja muy emocionado:

“Hola Lucio, ayer viví unos minutos emocionantes cuando al mediodía, y cuando Luna ya había marchado con su abuelo, veo que los tres (abuelo y nietas) regresan nuevamente hacia la clase. El abuelo me decía que había olvidado algo en clase. A lo cual le pregunté de qué se trataba y me verbalizó: LA CAJA DE ARTETERAPIA. Yo no estaba preparada para escuchar su respuesta y no entendí lo que tan claramente me había contestado así que le pregunté de nuevo y, por segunda vez, verbalizó lo mismo. La seguí hasta el rincón en donde intuyo que tú le dejaste la caja y ambas la recogimos. Por el pasillo hubo un poco de expectación pues varias maestras presenciaron alguna novedad. Una de ellas era la mamá de Ana, compañera de clase, y también le verbalizó algo. Fueron momentos muy emotivos. El abuelo estaba tan sorprendido como nosotras. Le comenté que si lo deseaba a la tarde o mañana podía traernos los trabajos para mostrarlos a sus compañeros. Y así fue, por la tarde trajo la caja y poco a poco la visualizaremos. Hasta pronto.”

CONCLUSIONES

El objetivo de la terapia no era intentar que Luna hablara. Me llevó un tiempo para incorporar esta idea, aunque lo sabía en la teoría. “Lo que importa es que Luna entienda las causas profundas de su rechazo, y a partir de este punto pueda transformarse para seguir adelante, aunque no hablando”, me dije a mí mismo y me lo dijeron en la supervisión. Tarea difícil, tan difícil que sólo después de algunas sesiones, me he dado cuenta de que me fui al otro extremo que es no hablar en absoluto de su mutismo selectivo.

Al inicio de la terapia busqué entender a Luna, su persona, su personalidad, sus lados más fuertes, más vulnerables. Ha sido muy importante entenderla para poder empatizar y trabajar la relación y la alianza terapéutica. El contenido más importante de las defensas de Luna emergía en el inicio de las sesiones, antes de empezar a crear, justo en el momento de ir a coger una hoja o la caja de plastilina, por ejemplo. El medio que tenía para que Luna saliera del bloqueo mental y físico fue, intuitivamente, manejar el humor de forma muy natural. A continuación tuve más conciencia del sentido del humor y pasé a tenerlo como recurso constante. El resultado ha sido siempre satisfactorio, el humor ha hecho que Luna se relacionara de forma menos rígida y respondiera más fácilmente a mi tentativa de acercamiento.

El último aspecto que me pareció importante en este caso ha sido la utilización de la comunicación no verbal. He hablado cada vez menos con la palabra y cada vez más con la obra. Mi énfasis lo he puesto, sobre todo, en el diálogo entre las obras de Luna y mis obras o entre mis obras y Luna. El papel, los colores, los materiales y la palabra escrita fueran los intermediarios de una aproximación muy delicada entre Luna y yo. A veces, las obras servían también como espejo cuando literalmente imitaba y copiaba las creaciones de Luna y el juego, cuando introducía elementos nuevos en las imitaciones o directamente cuando escribía mensajes escritos para que ella leyera.

Para finalizar, tengo que decir que a pesar de la extrema dificultad para crear un vínculo, Luna y yo hemos conseguido trabajar de forma muy sutil los contenidos más profundos de su trauma. Tengo esperanza de que todo este tiempo pasado con Luna, será utilizado positivamente por ella y en su propio beneficio.



BIBLIOGRAFIA

Arrabal, F. (1980). Pic-nic. El triciclo. El laberinto. Madrid: Cátedra.

Balint, M. (1982). La Falta Básica. Aspectos terapéuticos de la regresión. Barcelona: Ediciones Paidós.

Cyrulnik, B. (2008). Los patitos feos. La resiliencia: una infancia infeliz no determina la vida. Barcelona: Editorial Gedisa.

Melville, H. (1995). Bartleby el escribiente. Madrid: Alianza Editorial.

Nietzsche, F. (2005). Así habló Zaratustra. Madrid: Editorial Valdemar.

Schaverien, J. (1992). The revealing image: Analytical art psychotherapy in theory and practice. London: Routledge.

Cortés-Urbán, C.; Gallego-Gallego, C.; Marco-Gallo, P. (2009). El mutismo selectivo: guía para la detección precoz, diagnóstico e intervención en la escuela. CREENA (Centro de Recursos de Educación Especial de Navarra), Gobierno de Navarra: Fondo de Publicaciones.

Winnicott, D. (2008). Realidad y juego. Barcelona: Editorial Gedisa.

Winnicott, D. (1993). Sostén e interpretación. Fragmento de un análisis. Barcelona: Editorial Paidós.

Winnicott, D. (1975). O brincar e a realidade. Rio de Janeiro: Imago.

Winnicott, D. (1962). El desarrollo de la capacidad de preocuparse por el otro. (Trabajo presentado ante la Sociedad Psicoanalítica de Topeka el 12 de octubre de 1962). Obtenido el 15 de Abril del 2010 de <http://www.tuanalista.com/Donald-Winnicott/8241/El-desarrollo-de-la-capacidad-de-preocuparse-por-el-otro-1962.htm>

Yalon, I. (1998). Verdugo del amor. Historias de Psicoterapia. Buenos Aires: Emecé.

*Título homónimo de la obra del dramaturgo Fernando Arrabal (1980).

Queda prohibida la reproducción total o parcial de este artículo sin autorización expresa del autor.

I Jornada de Arteterapia y Cáncer

Collette, N., Tamayo, M., Vallet, E., Montané, M., Castañé, S., Molina, N., Capitani, S. y Le Pape, Michèle.

El grupo Ona está constituido por arteterapeutas registradas como socios titulares de la ATe, Asociación Profesional Española de Arteterapeutas, con formación en máster universitario y experiencia en el campo de la oncología.

Los objetivos del grupo se centran en tres áreas: la realización de proyectos clínicos de intervención en arteterapia y oncología, la publicación de trabajos, y el estudio e investigación en nuestro ámbito.

grupona.ate@gmail.com

PALABRAS CLAVE

SUMARIO

*Arteterapia
divulgación
cáncer
oncología
cuidados paliativos
grupo
collage*

Este artículo recoge la experiencia de la I Jornada de Arteterapia y cáncer, "Tópicos, tabúes y realidad", que tuvo lugar el 5 de febrero de 2011 en Mataró. El objetivo esencial del encuentro fue dar a conocer los beneficios del arteterapia aplicada al ámbito de la atención oncológica. Describiremos el marco conceptual del evento y su contenido a partir de este objetivo, así como el contexto en el que fue celebrado, y los resultados, reflexiones y conclusiones que pudimos extraer posteriormente.

KEY WORDS

ABSTRACT

*Art therapy
outreach
cancer
oncology
palliative care
group
collage*

This paper reflects the experience of the Symposium of Art Therapy and cancer, which took place on February 5, 2011 in Mataró. The essential purpose of the meeting was to present the benefits of art therapy applied to the field of cancer care. Keeping this objective in mind, we will describe the event's conceptual framework contents and the context in which it was held, and share our final considerations and thoughts on the event's outcome.

Presentación y estructura del evento

"El cáncer es una enfermedad que afecta de manera importante a los enfermos y a nuestro entorno inmediato, y a su vez es una oportunidad para tomar consciencia del valor de la existencia y por tanto, una ocasión para aprender a vivir con apreciación y agradecimiento"

(Paciente anónimo)

La I Jornada de Arteterapia y Cáncer se llevó a cabo el 5 de febrero de 2011 en el Tecnocampus de Mataró (Barcelona), aprovechando la celebración del Día Mundial del Cáncer (4 de febrero). La iniciativa fue organizada y financiada por tres asociaciones: Maresme Oncològic de Mataró, (entidad de atención al paciente oncológico), la Asociación Profesional Española de Arteterapeutas (ATE), y Metáfora, Centro de Estudios de Arteterapia (pionero en el fomento y formación de profesionales arteterapeutas). Asimismo la colaboración del centro de estudios universitarios Tecnocampus de Mataró permitió disponer del espacio adecuado para que tuviera lugar la jornada.

El público, invitado a asistir gratuitamente al evento, estaba compuesto principalmente por pacientes oncológicos, familiares y profesionales del ámbito de la oncología, de instituciones públicas y privadas de Cataluña.

El objetivo fundamental de la Jornada fue dar a conocer a enfermos, familiares y personal sanitario las posibilidades que ofrece el arteterapia en la atención oncológica, como una opción de tratamiento psicológico y de apoyo emocional que puede ayudar a mejorar la calidad de vida de estas personas.

La necesidad de promover y visibilizar nuestra disciplina en este campo específico se debe a varias causas: la primera es que el arteterapia es poco conocida tanto por el público en general como por los profesionales sanitarios, posiblemente debido a que el recorrido histórico del arteterapia en España es relativamente corto -12 años para las formaciones pioneras-. La segunda causa es que el arteterapia no es aún una profesión regularizada por el estado. Una consecuencia de ello es la poca presencia de nuestra disciplina, tanto en la atención a pacientes oncológicos y cuidados paliativos como en el resto de ámbitos de aplicación, como salud mental, enfermedades degenerativas, geriatría, centros educativos, etc.

La Jornada se estructuró del siguiente modo: en primer lugar asistimos a la presentación inaugural por parte de las entidades organizadoras, seguida de un trabajo experiencial a través de 6 talleres, y cerrada finalmente con la conferencia de la Dra. Michèle Wood, invitada de honor en el evento. La Dra. Wood es una profesional de amplio recorrido internacional, arteterapeuta en el Marie Curie Hospice Hampstead, especializada en cuidados paliativos, docente Senior en el Master Arttherapy Programme de la Roehampton University y autora de numerosas publicaciones, entre otras, la reciente revisión sistemática presentada de manera resumida en el apartado "Marco teórico" del presente artículo.



En la presentación inaugural se expusieron las motivaciones para celebrar esta jornada, obviamente con la intención de dar empuje al trabajo que se está realizando desde el arteterapia en el ámbito oncológico y en cuidados paliativos, y a partir la convergencia de intereses por parte de las tres asociaciones implicadas, la ATe como asociación profesional de arteterapeutas, Metáfora como entidad formadora de profesionales, y Maresme Oncològic a través su labor en la atención a personas afectadas de cáncer y a familiares, donde el arteterapia ya forma parte desde hace tiempo de las distintas formas de prestar apoyo emocional y psicológico a sus socios.

Las tres partes de la Jornada respondían a tres formas distintas de comunicar y dar a conocer nuestra profesión. Por una parte explicando su recorrido en nuestro país, un trabajo que se desarrolla a menudo de forma silenciosa, y su vínculo con diversas entidades; por otra dando la oportunidad a los participantes de entender desde la experiencia cuáles son las posibilidades de aplicación de nuestra disciplina en oncología, y por último, a través de la conferencia de Michèle Wood, se pudo constatar la solidez de las bases de nuestro trabajo, y la importancia de la investigación para clarificar y evidenciar su potencial.

A continuación nos parece importante mencionar algunos de los aspectos y resultados de los talleres experienciales, y al mismo tiempo, dado que la conferencia de Michèle Wood se centró en el tema de la investigación en nuestro campo, nos gustaría mostrar brevemente algunas aportaciones relacionadas con esta área, por su especial relevancia en el desarrollo de la profesión en este momento.

Desde la experiencia

Los talleres; estructura y desarrollo.



La parte más extensa del evento se desarrolló a través de los talleres experienciales.

Al organizar la Jornada se consideró importante ofrecer a los asistentes la oportunidad de vivir y sentir cómo la creación y las imágenes, en el contexto de un grupo conducido por arteterapeutas, pueden ayudar a comprender y elaborar emociones, sentimientos y procesos de duelo en relación al cáncer, así como reconocer y subrayar aquello que nos ayuda a seguir adelante y a celebrar la salud.

Se ofrecieron 6 talleres simultáneos de una hora y media de duración, todos ellos conducidos por arteterapeutas con experiencia en el ámbito oncológico. La organización del espacio consistió en colocar las sillas en círculo para favorecer la participación, tanto verbalmente como de forma creativa a partir de los materiales.

Los grupos se formaron a partir de la incorporación aleatoria y voluntaria de los participantes. Ya que el objetivo no era terapéutico, no se definieron criterios de inclusión en los grupos.

El resultado fue muy interesante y de un gran potencial, ya que los grupos, completamente heterogéneos, acogían tanto a pacientes como familiares, profesionales de la salud y de la psicoterapia, y personas interesadas por diversos motivos. El máximo de participantes por taller fue de 30 miembros.

Cada una de las arteterapeutas que facilitó los talleres señaló la importancia de definir el carácter no terapéutico del grupo para evitar crear falsas expectativas entre los asistentes, así como destacar la diversidad de sus miembros como factor relevante.



En coherencia con el objetivo de divulgación del arteterapia se explicó en qué consistía, clarificando algunos aspectos:

- No es necesario que los participantes tengan conocimientos artísticos,
- Tanto en sesiones individuales como grupales se evitan los juicios de valor y las interpretaciones cerradas de las obras; la idea es más bien “pensar juntos”. El trabajo de aportar significado y sentido a cada obra es una tarea personal e intransferible.
- La confidencialidad.
- El respeto mutuo de opiniones y ritmos personales
- El trabajo desde el aquí y el ahora de la sesión.

La propuesta artística fue la realización de un collage colectivo en cada grupo. Para ello se facilitaron revistas y recortes de imágenes, tijeras, cola en barra y ceras. El soporte fue un rectángulo de papel de gran tamaño que se situó en el centro del círculo, de tal forma que todos los participantes pudieran acceder visual y físicamente a la obra creada. Dado lo limitado del tiempo disponible para los talleres, se dispuso una estructura bien delimitada, con el fin de poder dedicar el espacio suficiente a los comentarios de los participantes. La sesión se distribuyó de siguiente modo: presentación, trabajo artístico y conclusiones grupales.

Durante la etapa de creación pudimos apreciar, por ejemplo, la percepción de los distintos ritmos de creación de cada persona, el posible miedo a trabajar con los materiales y sin embargo la sorpresa ante el descubrimiento de las propias capacidades creativas, las emociones que despierta formar parte de un grupo e interactuar en él, etc.

A pesar de la brevedad y la singularidad de estos grupos, se evidenció la importancia del proceso creativo tanto como del resultado.

Acabado el tiempo de creación, las terapeutas invitaron a los participantes a que observaran la obra en común e intervinieran de la manera que consideraran más oportuna. En general, se habló de las sensaciones que transmitía la obra conjunta, y en algún caso, se valoró en especial la percepción de cómo el vínculo y el desarrollo de la cohesión en un grupo puede permitir compartir situaciones, sentimientos o vivencias en un espacio respetuoso, seguro y contenedor, que permite expresar lo que en otros contextos no sería pertinente o resultaría amenazador en algún sentido.

En algunos grupos se valoró especialmente la comunicación, el diálogo y la interacción que puede establecerse sin palabras, a través del proceso creativo y de la obra. Paralelamente se evidenció como los materiales en sí mismos estimulan en el participante la posibilidad de sentir, de seguir creando y de experimentar. De este modo pudieron comprobar de qué manera el arteterapia puede ayudar en la expresión de sentimientos difíciles de verbalizar, ya sea por no encontrar palabras o por no ser éstos suficientemente conscientes.



La experiencia de la participación en los talleres ofreció una cierta comprensión o intuición de lo que puede suceder cuando se trabaja en arteterapia, como el sentirse absorbido por el proceso creativo, las asociaciones inconscientes entre imágenes y sentimientos, la percepción de la obra como espejo del estado emocional en el aquí y el ahora, o el potencial expresivo de las creaciones. También se puso de manifiesto cómo, a través del acompañamiento del terapeuta, el usuario llega a conclusiones a partir de uno mismo.

Lo cual evidenció como el espacio de arteterapia es un lugar dónde paciente y terapeuta pueden pensar juntos y reflexionar sobre el proceso creativo y su resultado.

Algunas reflexiones

Nos gustaría también señalar algunos temas que surgieron en estos grupos y que han dado lugar a diversas reflexiones sobre la naturaleza y la extensión de nuestra función como arteterapeutas, así como acerca de las características del trabajo en oncología y cuidados paliativos.

Si bien el campo de la oncología soporta diversos tabúes, se mencionaron también los que rodean el hecho de estar en terapia, y de qué modo se considera más “enfermo” a quién trata de mejorar su vida con la ayuda o el acompañamiento de un terapeuta, mientras que se acostumbra a pensar que alguien que asume sus problemas sólo es más fuerte o valiente. Tanto en oncología como en otros ámbitos, a menudo los arteterapeutas observamos como las personas que acuden a una terapia suelen ser aquellas que se esfuerzan en ser más conscientes y en encarar sus conflictos. Conocer los propios límites y pedir ayuda es signo de salud y no de debilidad; en un momento dado, por diversas circunstancias, podemos necesitar seguir desarrollando nuestro trabajo personal con el acompañamiento de un profesional, el cual puede ofrecernos apoyo y hacernos de espejo. El trabajo en arteterapia refuerza la parte sana de la persona, y potencia las posibilidades de crecimiento de cada individuo de forma única.

Por otro lado en un grupo apareció el contrapunto de esta cuestión, pudiéndose abordar las fantasías que rodean a la función del terapeuta o a quién desde una determinada profesión asistencial presta ayuda a las personas afectadas de cáncer. Una participante, que se encontraba aún en tratamiento de quimioterapia, quiso clarificar cual es el sentido de “ayudar”, cuyo significado solemos dar por sentado. Explicó cómo desde el diagnóstico de la enfermedad se había agudizado su capacidad para discernir quién podía ayudarla y quién no, y básicamente con quién se sentía bien y con quién no tenía esta percepción. Después de debatirlo, el grupo entendió que se refería al soporte que proporciona estar al lado de una persona capaz de vivir la vida con sentido, y que procura estar bien con ella misma. Su punto de vista llevó también a pensar sobre cuáles son los motivos que pueden instar a querer ayudar a los demás. En ocasiones, sobre todo cuando no es de forma profesional, puede darse el caso de que sea la propia necesidad de recibir ayuda la que se proyecta al exterior en este impulso, y obviamente no siempre se materializa en un apoyo real al enfermo. Siguiendo este camino, la intervención de esta persona nos llevó a la reflexión sobre qué significa ser terapeuta y cómo una buena formación como tal es insuficiente si no va acompañada de un trabajo de elaboración y de desarrollo personal, que se traduzca en adquirir la suficiente comodidad con respecto a la propia vida.

Otro tema relevante fue el de la comunicación entre la persona afectada y su entorno. Una de las características más importantes de esta jornada es que convocaba a todas las personas afectadas de forma directa o indirecta por el cáncer. Asistieron pacientes oncológicos, que padecían o habían padecido la enfermedad, y también familiares y amigos, así como todo tipo de profesionales vinculados a la oncología: enfermeras, médicos, terapeutas, psicólogos... La presencia de todos ellos mostraba el interés de cada una de estas perspectivas posibles en relación a este ámbito y posiblemente también el reconocimiento de la necesidad de un trabajo interdisciplinar.

El cáncer no afecta tan sólo a la persona que lo sufre directamente; pareja, hijos, padres, amigos y profesionales que actúan desde diversas disciplinas también tienen su propia vivencia respecto a esta circunstancia. Participan de algún modo tanto del sufrimiento como de la esperanza y de las oportunidades de cambio que el proceso de la enfermedad puede ofrecer.

En nuestra experiencia con grupos de personas afectadas y sus familiares, uno de los temas constantes ha sido la dificultad en la comunicación entre el enfermo y su entorno, en especial la familia. Parece que por ambas partes puede resultar muy difícil expresar los sentimientos y ofrecer o recibir el apoyo necesario. En este sentido la Jornada, y especialmente los talleres, supusieron una pequeña oportunidad de comunicación desde la base del arteterapia, y la comprensión de que esta posibilidad existe y es un elemento necesario para el bienestar de todas las personas implicadas.

Resultados de los talleres

Consideramos que los talleres se desarrollaron de forma fructífera y, como se ha descrito, cumplieron su función: dar a

conocer, experimentar y sensibilizar sobre las posibilidades del arteterapia en este ámbito.

En los talleres descritos se utilizó una propuesta con material ya preparado (imágenes recortadas y revistas), lo cual facilitó la inmediatez de su utilización y ayudó a los participantes en la tarea de búsqueda y elección de elementos. Las imágenes en este caso parecieron actuar como una red invisible, ya que fueron capaces de sostener la ansiedad y ayudaron a los participantes en los talleres a sentir seguridad.

Durante el proceso de creación imperó el silencio, recordando así su importancia, y mostrándose como un elemento creador de una experiencia emocional.

A través de esta experiencia compartida en los grupos, de las obras y de los temas que surgieron, los participantes pudieron vislumbrar qué es el arteterapia y qué puede aportar a las personas afectadas o a sus familiares. La brevedad del encuentro no permitía profundizar más, aunque sin embargo las muchas preguntas que inevitablemente quedaron sin respuesta esbozaron la extensión de sus posibilidades. Un dato importante fue la conclusión a la que llegaron algunos de los participantes: si en una hora y media se había logrado tanto ¿cuántos cambios internos beneficiosos se podrían conseguir formando parte de un grupo de arteterapia?

Experiencia clínica e investigación

Los arteterapeutas que trabajamos en el ámbito oncológico, al igual que en otros colectivos, podemos a menudo comprobar, a través de nuestra experiencia, el efecto emocional y psicológico que puede proporcionar nuestra intervención profesional; cómo es susceptible de facilitar en los pacientes cambios positivos, de proporcionarles una mayor autoestima, así como de potenciar la apreciación del sentido en su vida, y de contribuir a favorecer el empuje para seguir adelante de la forma más consciente y sana posible.

A menudo sentimos que nuestro trabajo no es tan sólo una opción o un complemento a otras intervenciones psicológicas y de apoyo emocional, sino que puede representar para el paciente una oportunidad de elaboración básica y profunda, que facilite que las restantes intervenciones se desarrollen con más facilidad.

Suele suceder que cuando una persona se encuentra emocionalmente más fuerte y más centrada también podrá encarar sus circunstancias de forma más positiva. Lo mismo ocurre en otros ámbitos, como por ejemplo en las escuelas: parece lógico pensar que el niño que presente un mayor bienestar emocional y psicológico desarrollará un mejor aprendizaje; así pues nuestro trabajo, como el de otras psicoterapias y terapias artísticas, puede contribuir para que los objetivos de otros profesionales (médicos, maestros, etc.) puedan llevarse a cabo con mayor fluidez.

A pesar de la fuerza de nuestras convicciones, somos conscientes de la urgente necesidad de una adecuada investigación, tanto en arteterapia aplicada a la oncología y los cuidados paliativos como en el resto de las diversas vertientes de nuestra profesión.

Por este motivo la presencia y la conferencia de la Dra. Michèle Wood en la Jornada tuvieron una especial relevancia, y es por ello que nos parece importante dedicar una parte de este artículo a resumir brevemente el marco teórico y las posibilidades de investigación en el campo que presentó.

Marco teórico: Evidencia de los beneficios del arteterapia en oncología y cuidados paliativos

Existen numerosas publicaciones internacionales de casos clínicos y algunos estudios experimentales rigurosos, con metodología cualitativa y también cuantitativa, que muestran los beneficios del arteterapia en la atención al cáncer en todas las etapas de la enfermedad, desde el diagnóstico hasta la etapa terminal y la atención en cuidados paliativos. Una reciente revisión sistemática (1) presenta la evidencia científica generada hasta ahora sobre la eficacia del arteterapia en el ámbito oncológico en adultos. A continuación pasamos a exponer la metodología, los resultados más significativos y las

conclusiones de este estudio de revisión.

El trabajo de selección de publicaciones realizado por Wood y colaboradores abarcó los grandes bancos electrónicos de datos bibliográficos indexados (como EMBASE, PsynchINFO, MEDLINE, etc.), la literatura “gris” (con fuentes bibliográficas no indexadas), una búsqueda manual de otras revistas relevantes y contactos personales. Utilizaron las palabras clave “art therapy” and “cancer” or “neoplasm”. Sus criterios de inclusión fueron: estudios de investigación de cualquier diseño, población adulta con cáncer e intervención con profesional arteterapeuta formado específicamente, sin limitaciones de idioma o fechas de realización. Debido a la heterogeneidad de los diseños de estudio en el campo de la investigación en arteterapia, utilizaron una metodología de evaluación crítica para datos dispares. Finalmente, describieron sus resultados en forma de síntesis narrativa.

Encontraron en total 14 publicaciones informando sobre 12 estudios que respondieron a sus criterios de selección inicial, 3 de ellos presentando aspectos diferentes del mismo ensayo aleatorio, es decir utilizando la misma muestra de pacientes. Mostraron que el arteterapia era indicado para el manejo de síntomas que se manifiestan en distintas dimensiones de las personas enfermas: emocional, física, social, existencial y espiritual, así como de funcionamiento global. Los beneficios más importantes observados fueron la mejora en los síntomas psicológicos de estrés y conflictos emocionales, en el estado general de salud, en el cansancio, en la calidad de vida y los recursos encontrados para sobrellevar la enfermedad, entre ellos el refuerzo de pensamientos positivos y el mayor acceso a sentimientos difíciles de expresar. Las mediciones de estos efectos se realizaron mediante cuestionarios, entrevistas en profundidad, análisis de la producción artística de los pacientes, informes narrativos de las sesiones efectuados por los arteterapeutas, e incluso marcadores de estrés en muestras de saliva de las 4 personas enfermas. Resultó evidente que el arteterapia es utilizado en todas las etapas de la enfermedad, con más frecuencia en las mujeres, siendo el cáncer de mama la localización tumoral más observada entre los participantes.

La revisión sistemática aporta la conclusión de que el arteterapia facilita el proceso psicológico de adaptación a la pérdida, el cambio y la incertidumbre que caracterizan la supervivencia al cáncer. De los estudios emerge el argumento de que lo hace mediante un reajuste de sentido del self en el funcionamiento cotidiano y las relaciones personales, implicándose más activamente las personas enfermas en el control de sus síntomas y en el autocuidado. Los autores de la revisión definen este efecto como una “recalibración de identidad”, ahondando así con más precisión en el efecto de “empoderamiento” que se va describiendo con cada vez más frecuencia como uno de los mayores efectos del arteterapia.

El ámbito oncológico pediátrico ha sido muy poco investigado hasta la fecha (2) y no está incluido en el trabajo de revisión de Wood y colaboradores, aunque sí existen publicaciones con estudios de casos que describen beneficios específicos e idoneidad del tratamiento en los niños, justificada por su menor capacidad evolutiva de verbalización y la habitual espontaneidad gráfica que manifiestan.

En el ámbito de la enfermedad avanzada y terminal, los pacientes, sus familiares y también el personal sanitario deben afrontar el difícil escenario de la finitud de la vida, generalmente invadido por el sufrimiento, compuesto a su vez por elementos y factores muy diversos.

Deterioro general irreversible, pérdida de autonomía y de autoestima, miedos y temores, cuestionamientos existenciales, como mayores problemáticas, caracterizan esta etapa. La intervención desde el arteterapia, sumada a la atención interdisciplinar de cuidados paliativos, representa un avance hacia una atención más integral, en cuanto ofrece nuevas vías de exploración del mundo interno, en particular emocional y espiritual y permite conectarse con las partes más saludables de la persona, muchas veces relegadas a un segundo plano por la progresión irremediable de la situación patológica.

Un estudio de investigación, con diseño quasi-experimental pre-post data, realizado en la Unidad de Cuidados Paliativos del Hospital Sant Pau de Barcelona (3,4,5) puso en evidencia beneficios del arteterapia para los pacientes tales como: una mayor tranquilidad, la activación placentera de recuerdos, el efecto positivo de la sorpresa ante la capacidad creadora, la utilidad de la distracción en las condiciones de inmovilización progresiva, un mayor estado de bienestar y relajación y una mayor aceptación de la situación.

Después del fallecimiento del paciente, los familiares en duelo y en particular los que presentan importantes dificultades de adaptación a la nueva etapa vital que se inicia, también pueden encontrar en el arteterapia múltiples beneficios para facilitar el trabajo de elaboración de la pérdida y así recobrar más armonía personal (6,7,8).

Conclusiones

La I Jornada de Arteterapia y cáncer celebrada el pasado 5 de febrero del 2011, fue el primer evento de este tipo en España, marcando así un precedente en nuestra profesión. Los resultados recogidos animan a continuar por el camino iniciado, y a procurar mantener una continuidad en este tipo de encuentros multidisciplinarios, que a su vez son extrapolables a otros ámbitos de aplicación del arteterapia. Es importante que en un mundo diverso y lleno de recursos los sepamos utilizar. El arteterapia se muestra pues como una herramienta muy interesante para muchas personas que encuentran en el proceso artístico y en la creación una fuente de liberación, de elaboración de emociones y una vía para comunicar lo que no siempre es fácil de expresar a través de la palabra.

El arteterapia ha empezado a formar parte de programas de intervención psicológica en España, como tratamiento complementario, gracias al interés y esfuerzo de algunas asociaciones de pacientes con cáncer, y también de algunos hospitales públicos dentro del área de Cuidados Paliativos.

La diversidad del público asistente a la Jornada (pacientes oncológicos y allegados, estudiantes y profesionales de arteterapia y otras profesiones afines, como danza-movimiento terapeutas, oncólogos, psicólogos y otros profesionales de medios hospitalarios) nos hace valorar positivamente el esfuerzo de divulgación y considerar que despertó curiosidad e interés hacia nuestra disciplina.

Asimismo, pensamos que puede reflejar una toma de conciencia acerca de las necesidades de nuevos métodos de apoyo y de la importancia de un trabajo más global, que incluya tanto a enfermos como a sus familiares y a profesionales sanitarios.

El formato participativo y experiencial de la Jornada fueron elementos claves para su éxito. Ofrecer un espacio con el suficiente rigor y seguridad donde puedan reunirse personas que compartan un mismo interés, desde diversas situaciones de vida, para colaborar juntas en la creación de una obra, permitió y facilitó un trabajo desde la empatía donde pacientes, familiares y profesionales fueron capaces de expresarse y de pensar desde el lugar del otro.

Como hemos descrito previamente, los talleres permitieron a los participantes llegar a resultados valiosos, respecto a temas fundamentales como son la comunicación, la situación de pérdida o la relación de ayuda. Sin duda su objetivo no era terapéutico, pero sin embargo, si entendemos que una terapia tiene entre sus funciones proporcionar mayor comprensión y conciencia, es obvio que en ocasiones experiencias muy breves cuentan con su pequeña parte de valor terapéutico.

Destacar, a su vez, la asistencia de la Dra. Michelle Wood como invitada de honor, que quiso compartir los conocimientos que ha ido adquiriendo con la práctica, la investigación y la publicación en arteterapia desde hace más de 20 años. Su testimonio fue de gran valor para estudiantes y profesionales y se constituyó en un ejemplo de esfuerzo profesional. A través de The Creative Response, Wood y otros profesionales ofrecen tratamientos de arteterapia a enfermos de cáncer y a familiares de oncología y cuidados paliativos, así como a quienes necesitan acompañamiento al duelo. El programa también está dirigido a personas con otras problemáticas crónicas de salud similares al cáncer por el impacto que produce la enfermedad, no sólo a nivel personal sino también social.

En suma, pensamos que la Jornada reportó los siguientes beneficios a nuestra profesión y, en concreto, al ámbito del arteterapia y oncología.

- Facilitó la divulgación del arteterapia como un tratamiento efectivo para mejorar la calidad de vida de las personas enfermas de cáncer, y en el caso de la atención en cuidados paliativos, como acompañamiento al final de la vida, así como en procesos de duelo. También puede suponer un apoyo valioso para equipos multidisciplinares de oncología y cuidados paliativos.

- La diversidad de participantes con un interés común, fue una semilla que permite esperar que futuras colaboraciones de este tipo puedan abrir nuevos horizontes al arteterapia en oncología.

- Propició el intercambio y la colaboración entre entidades y organizaciones.

- La organización y el desarrollo de la Jornada dieron lugar al nacimiento de OnA, grupo de arteterapia en oncología. OnA forma parte de los grupos de trabajo de la Ate y cuenta con un triple objetivo: 1- La realización de proyectos clínicos en arteterapia, en asociaciones y centros sanitarios, integrados en equipos multidisciplinares de atención a las personas enfermas de cáncer y sus familiares, así como la divulgación de nuestra profesión como una vía de intervención emocional y psicológica en este ámbito, incluyendo la oferta de talleres de orientación y difusión de arteterapia y cáncer para profesionales, entidades y organizaciones. 2- La publicación de libros y artículos en revistas de arteterapia, de psicología o ámbitos profesionales afines. 3 – El llevar a cabo la tarea de constituirse como un grupo de estudio y de investigación de referencia en la materia, estableciendo vínculos y colaboraciones con otros grupos similares en España u otros países.

El grupo OnA está formado por once arteterapeutas con experiencia en el campo de la oncología desde distintas especializaciones, como cáncer de mama, pediatría, o cuidados paliativos, entre otras.

Al igual que la Jornada, pensamos que OnA puede propiciar así mismo el nacimiento de otros grupos de trabajo dentro de la Ate, a partir de miembros que están trabajando desde hace tiempo en diversos colectivos.

Finalmente, en nuestra labor de conseguir que el arteterapia pase a formar parte de las profesiones reconocidas por el estado, somos conscientes de la necesidad de descubrir nuevas formas de participación social y de reinventar nuestro acceso a los sistemas actuales de atención y tratamiento de los pacientes oncológicos y de sus familiares. El camino es largo pero, paso a paso, confiamos en ir estableciendo y consolidando nuevos objetivos que irán dando frutos si nos mantenemos activas y dispuestas a trabajar colectivamente.

Notas bibliográficas

Wood M, Molassiotis A, Payne S. (2010). What research evidence is there for the use of art therapy in the management of symptoms in adults with cancer? A systematic review. *Psycho-Oncology*, 2010; DOI: 10.1002/pon.1722.

Favara-Scacco C, Smirne G, Schilirò G, Di Cataldo A. (2001). Art therapy as support for children with leukemia during painful procedures. *Medical and Pediatric Oncology*, 2001; 36: 474-80.

Collette N, Vecino A, Juan E, Pascual A. (2006). El arteterapia como estrategia de alivio del sufrimiento de pacientes con cáncer en fase avanzada y terminal. *Boletín Sociedad Española de Oncología Médica*; 46: 67-76.

Collette N, Pascual A. (2010). Dos casos de sufrimiento tratados por arteterapia: una aproximación simbólica y espiritual. *Medicina Paliativa*, 17 (4): 196-200.

Collette N. (2011) Arteterapia y cáncer. *Picooncología*, 8 (1): 81-99.

Pratt M. The invisible injury. Adolescent griefwork group. En: Pratt M and Wood M, editors. (1998) *Art therapy in Palliative Care. The Creative Response*. London: Routledge, p. 153-68.

Bolton G, editor. (2008). Dying, bereavement and the healing arts. London and Philadelphia: Jessica Kingsley

Collette N. (2010). Intervención arteterapéutica en duelo y pérdidas desde un modelo integrativo. I Congreso Nacional de Arteterapia FEAPA (Federación Española de Asociaciones Profesionales de Arteterapeutas), Girona, Marzo 2010.

Exploring biases and perceptions through an art based tool

Explorando prejuicios y percepciones mediante una herramienta de base artística

Einat S.

Metzl, Loyola Marymount University

Traducción al español: Esther Sunyer Parellada

Brief Bio

Einat Metzl is committed to understanding art therapy services within the context of social action, intercultural dialogue, and research. Einat has worked in psychiatric hospitals, residential facilities, special education schools, early intervention center, and an elderly people facility. Her publications include research on resiliency and creativity after natural disasters, art therapy research methodology, how mental health services are perceived, narratives of second-generation Holocaust survivors, and a photo book depicting life in South East Nepal through the eyes of the children.

emetzl@yahoo.com

Biografía Breve

Einat Metzl está comprometida con la visión de unos servicios de arteterapia en el contexto de la acción social, el diálogo intercultural, y la investigación. Ha trabajado en hospitales psiquiátricos, residencias, escuelas de educación especial, centros de intervención temprana, y en centros para personas de la tercera edad. Entre sus publicaciones se encuentran: investigación sobre resiliencia y creatividad tras sufrir desastres naturales, metodología de investigación en arteterapia, cómo son percibidos los servicios de salud mental, narrativas de supervivientes del Holocausto de segunda generación, y un libro de fotografías mostrando la vida en el Sureste del Nepal a través de los ojos de los niños.

ABSTRACT

The article introduces an art-based tool, which helps explore biases and perceptions. The development of the tool is illustrated through an art-based exploration of an art therapist's perception of some art therapy research categories. A systematic analysis, comparing and contrasting responses of self and others to the artwork created, brought to light biases toward the study topic. The tool was then utilized in the context of clinical work, when artwork created by the art therapist while thinking about a client helped explore her perceptions of the client and the clinical relationship in supervision, thus expanding the clinician-researcher's subjective experience through the integration of external input (peers, supervisors) and expressed internal experience (artwork).

SUMARIO

El artículo presenta una herramienta de base artística[1] que ayuda a explorar tendencias, prejuicios y percepciones. El desarrollo de la herramienta queda ilustrado mediante la exploración, de base artística, de la percepción que tiene una arteterapeuta de algunas categorías de investigación en arteterapia. Un análisis sistemático, realizado comparando y contrastando sus propias respuestas y las de otros a la obra creada, desveló tendencias y prejuicios hacia el tópico estudiado. Esta herramienta fue posteriormente utilizada en el contexto del trabajo clínico, cuando obras creadas por el arteterapeuta pensando en un usuario[2] ayudaron a explorar las percepciones que ella tenía de éste, así como la relación clínica, en supervisión, extendiendo de este modo la experiencia subjetiva del clínico/investigador mediante la integración de recursos externos (colegas, supervisores) y experiencia interna expresada (obra).

Muchos están de acuerdo en que crear herramientas de base artística y evaluaciones estandarizadas de nuestro trabajo que estén más en sintonía con los estándares científicos, es esencial para el desarrollo de nuestro campo (p.e. Carolan, 2001). Sin embargo, el desarrollo de herramientas que sean útiles, intuitivas, y no excesivamente reduccionistas de las capas de significados encapsulados en la creación artística (proceso y producto) continúa siendo una demanda recurrente. La mayoría de arteterapeutas "...no tienen el tiempo, un mentor, o incentivos para publicar o presentar su trabajo"[4] (Anderson, 2001, p.138). Esta herramienta de base artística que ofrecemos aquí es coherente con las formas de cognición del arteterapeuta al tiempo que ofrece un diálogo de exploración inter-subjetiva y sistemática.

Revisión bibliográfica

En los EE.UU., el debate acerca de la importancia de la investigación en el campo del arteterapia parece ser una constante dentro de la disciplina desde mediados de los años 70 (Edwards, 1993). La investigación en arteterapia se considera un medio para ganar el reconocimiento y la financiación procedentes de otras disciplinas (Gantt, 1998; Anderson, 2001) así como una vía para desarrollar una comprensión única y métodos específicos de este campo (Wadeson, 1992; McNiff 1998).

En los EE.UU, la necesidad de investigar, definida de forma general como "exploración sistemática"(Wadeson, 1992), fue reconocida como esencial para la joven disciplina del arteterapia desde finales de los años 70 (por ejemplo, Kwiatkowska 1978). Inicialmente, los arteterapeutas a la vanguardia de la disciplina en aquel momento, estaban preocupados con la investigación que se necesita, la validación externa, su viabilidad y la identidad profesional (Linesch, 1992; Edwards, 1993; Franklin & Politsky, 1992). Este debate pareció alcanzar su zénit durante el final de los años 90 y pareció continuar, con menos ímpetu, pero de forma más coherente con el cambio de siglo (Anderson, 2001; Kaplan, 2001; Deaver, 2002).

Entre los esfuerzos, en el contexto de los EE.UU., para animar a los arteterapeutas a llevar a cabo investigación encontramos la publicación de "Research Handbook"[5] (Wadeson, 1992), varias ediciones de Art Therapy: Journal of AATA (Malchiodi, 1998) dedicado a educar investigadores en potencia y motivando proyectos de investigación dentro del campo, y el establecimiento de la AATA Research Task Force (RTF) en 1999. La RTF puso de relieve un orden del día renovado para la AATA, en un intento de animar a los arteterapeutas a participar en investigación y crear estándares educativos para formarles mejor como investigadores (Vick, 2001).

Revisión académica y modelos de metodología cualitativa más reciente penetraron en la literatura de arteterapia en EE.UU. a principios y mediados de los años 90, introduciendo la fenomenología, la hermenéutica (Franklin & Politsky, 1992; Linesch, 1994 y 1995; Shaverien, 1995), métodos heurísticos (Bloomgarten, 1998), el enfoque etnográfico (Spaniol, 1998) y metodologías basadas en los procesos artísticos (McNiff 1998).

Esta plétora de investigación alternativa cualitativa fue adoptada por algunos (Kapitan, 1998; Carolan, 2001; Kaplan, 2001; Deaver, 2002) quienes hicieron hincapié en que la vitalidad de la investigación en arteterapia es una característica importante para el desarrollo de este campo. Al tiempo que muchos continúan insistiendo en la necesidad de llevar a cabo estudios de eficacia más tradicional e investigación científica cargada de evidencia, más recientemente parece existir un incremento de la tensión entre la necesidad para una mayor especialización en la metodología del arteterapia y la de incluir y estar abiertos a todas las formas de indagación.

La demanda de herramientas de base artística en investigación en arteterapia

En 1978 Harriet Wadeson, publicó un trabajo académico titulado "Some Uses of Art Therapy Data in Research"[6] en el American Journal of Art Therapy. El artículo expresó la preocupación de Wadeson por la necesidad de "investigación sólida...demostrando de manera sistemática el poder de la expresión artística [de modo que] los arteterapeutas ganen reconocimiento y respeto en el ámbito de la ciencia conductista"[7] (p.11).

Creswell (1994) describe la combinación de los enfoques cualitativo y cuantitativo con el intento de “triangular “ las conclusiones así como “incluir un estudio de facetas que se superponen, utilizar los métodos secuencialmente, encontrar contradicciones y nuevas perspectivas y sumar al espectro y amplitud del estudio” [18](Creswell, 1994, p189).

Esta investigación, por lo tanto, implica “un exámen e interpretación sistemáticos de la evidencia científica o documentos existentes con el objeto de responder a algunas preguntas”[19] (Dunn, 1999, p45-46) y advierte a los investigadores que eviten hacer correlaciones erróneas y depender excesivamente de la objetividad de los datos o del investigador. El método de base artística desarrollado en este estudio, confronta las tendencias y prejuicios del investigador, e intenta aplicar la fiabilidad del inter-rater [20] (en línea con el diseño cuantitativo) y empoderar la subjetividad del investigador (en línea con el paradigma cualitativo). El método basado en el arte es desarrollado por el investigador, pero se inspira en la posición de McNiff (1998) en lo que respecta a la importancia e independencia de la imagen creada y su potencial para servir como fuente de conocimiento tanto para el creador como los espectadores.

Formulación de una herramienta de base artística para explorar las tendencias y prejuicios del investigador

Creación de respuestas artísticas a las categorías investigadas

El contexto en el que fue utilizada esta herramienta de base artística, en un principio, fue un proyecto final del MA[21] en el que se examinaban métodos comunes de investigación en arteterapia. La herramienta de base artística fue utilizada al principio del proceso inductivo del análisis cualitativo con el fin de que un cierto insight sobre las expectativas y actitudes del investigador, evaluadas con anterioridad, hacia diferentes métodos de investigación pudiera informar exploraciones subsiguientes y permitiera inspeccionar críticamente los resultados del estudio. La herramienta de base artística utilizó ocho metodologías de uso frecuente (para un repaso de métodos comúnmente utilizados en investigación publicada, véase Metz 2008) que emergen de los datos de archivo, tales como el uso de estudios de caso o diseños de caso, y se crearon obras simples para representar cada una de ellas. El uso de una herramienta de base artística se escogió debido a mi creencia de que una herramienta de este tipo permite reflexionar sobre material consciente y subconsciente, es sensible y fácilmente utilizable como material empírico, y podría proporcionar múltiples capas de comprensión al análisis de material cualitativo. Estas capas se hacen evidentes mediante el uso de múltiples inspectores (el investigador utilizó un grupo de colegas arteterapeutas) revisando las obras y reflexionando sobre posibles tendencias y prejuicios mediante breves respuestas escritas (ver Figura 3). Estas breves respuestas fueron comparadas con un proceso paralelo realizado por el investigador, examinando de este modo similitudes y diferencias (señaladas en diferentes colores en la Figura 3), tendencias y prejuicios conscientes y subconscientes hacia los diferentes métodos de investigación representados en las obras.

Procedimiento para recoger respuestas a las obras y análisis

Inspirado por el modelo cualitativo de Miles y Huberman (1994), el análisis incluye 3 estadios: (a) Reducción de los datos – simplificación del material en crudo y su transmisión a unidades y códigos sistematizados, (b) Exposición de datos – organización de la información de modo que permita extraer conclusiones, y (c) extracción de conclusiones y verificación mediante descripciones narrativas y temas que emergen a través de la exploración de datos, integración e interpretación.

El primer estadio de reducción de datos (a) se lleva a cabo durante la recolección de material. Al comenzar a organizar los datos y su exposición, se crean categorías nombrando metodologías habituales y cualidades descriptivas de la investigación en arteterapia tales como participantes usuales, forma de análisis y estilo de los informes (Figura1). Entonces el investigador se centra en la metacategoría de métodos/herramientas de investigación y sus ocho subcategorías (estudios de caso, estudios del self, cuestionarios, entrevistas, tests de arteterapia, revisiones académicas, observaciones, exploración de las obras) para que sirvan como base de la exploración del material cualitativo.

Luego estas categorías se utilizan para identificar las tendencias, prejuicios, y las percepciones subjetivas del investigador mediante una herramienta de base artística, con el fin de permitir al investigador aceptar plenamente su subjetividad de forma transparente y sistematizada, tanto en el análisis de datos cualitativos como en las interpretaciones de significados y conclusiones. El investigador crea obras representando cada una de las ocho categorías generales en la sección de “herramientas” dentro de la tabla Nombrando Métodos de Investigación Habitual (figura 1).

Entonces el investigador reflexiona sobre las obras mediante breves respuestas escritas que han rellenado ella y el grupo de colegas. Estas respuestas cortas fueron luego combinadas y comparadas (Figura 3) para mejor comprender las visiones subjetivas que ella trae a la exploración de métodos utilizados en la disciplina. El análisis visual va seguido de un análisis narrativo de las tendencias y prejuicios de la investigadora en primera persona para ilustrar el uso de una herramienta de este tipo para mejorar el reconocimiento de las tendencias y prejuicios propios.

Figura 1 – Nombrando Métodos Habituales de Investigación – exploración preliminar

Métodos/Herramientas *

| |
|---|
| 1. Estudios de caso/ejemplos de caso/viñetas |
| 2. Estudio del self (exploraciones heurísticas) |
| 3. Cuestionarios/ estudios exhaustivos/ encuestas (auto-evaluadas o por el observador) |
| 4. Entrevistas (semi-estructuradas/abiertas/cerradas/diálogo entre profesor+estudiantes AT, entre usuarios (y terapeuta), etc). |
| 5. Tests de arteterapia (herramientas de evaluación como PPAT, SDT, KFD, MARI cards, HTP, DAP, BND) |
| 6. Exploración Antropológica/Filosófica/histórica/Revisión de conclusiones hasta el momento (Revisión bibliográfica/basada en la experiencia) |
| 7. Observaciones (conductista, clínica, medición del efecto en el colectivo (tales como la tasa de abandono), herramientas educacionales, el uso de grabación en video, etc.) |
| 8. Exploración de las obras recogidas/asociaciones verbales a las imágenes. |

Creswell (1994) describe la combinación de los enfoques cualitativo y cuantitativo con el intento de “triangular” las conclusiones así como “incluir un estudio de facetas que se superponen, utilizar los métodos secuencialmente, encontrar contradicciones y nuevas perspectivas y sumar al espectro y amplitud del estudio” [18](Creswell, 1994, p189).

Esta investigación, por lo tanto, implica “un exámen e interpretación sistemáticos de la evidencia científica o documentos existentes con el objeto de responder a algunas preguntas”[19] (Dunn, 1999, p45-46) y advierte a los investigadores que eviten hacer correlaciones erróneas y depender excesivamente de la objetividad de los datos o del investigador. El método de base artística desarrollado en este estudio, confronta las tendencias y prejuicios del investigador, e intenta aplicar la fiabilidad del inter-rater [20] (en línea con el diseño cuantitativo) y empoderar la subjetividad del investigador (en línea con el paradigma cualitativo). El método basado en el arte es desarrollado por el investigador, pero se inspira en la posición de McNiff (1998) en lo que respecta a la importancia e independencia de la imagen creada y su potencial para servir como fuente de conocimiento tanto para el creador como los espectadores.

Formulación de una herramienta de base artística para explorar las tendencias y prejuicios del investigador

Creación de respuestas artísticas a las categorías investigadas

El contexto en el que fue utilizada esta herramienta de base artística, en un principio, fue un proyecto final del MA[21] en el que se examinaban métodos comunes de investigación en arteterapia. La herramienta de base artística fue utilizada al principio del proceso inductivo del análisis cualitativo con el fin de que un cierto insight sobre las expectativas y actitudes del investigador, evaluadas con anterioridad, hacia diferentes métodos de investigación pudiera informar exploraciones subsiguientes y permitiera inspeccionar críticamente los resultados del estudio. La herramienta de base artística utilizó ocho metodologías de uso frecuente (para un repaso de métodos comúnmente utilizados en investigación publicada, véase Metz 2008) que emergen de los datos de archivo, tales como el uso de estudios de caso o diseños de caso, y se crearon obras simples para representar cada una de ellas. El uso de una herramienta de base artística se escogió debido a mi creencia de que una herramienta de este tipo permite reflexionar sobre material consciente y subconsciente, es sensible y fácilmente utilizable como material empírico, y podría proporcionar múltiples capas de comprensión al análisis de material cualitativo. Estas capas se hacen evidentes mediante el uso de múltiples inspectores (el investigador utilizó un grupo de colegas arteterapeutas) revisando las obras y reflexionando sobre posibles tendencias y prejuicios mediante breves respuestas escritas (ver Figura 3). Estas breves respuestas fueron comparadas con un proceso paralelo realizado por el investigador, examinando de este modo similitudes y diferencias (señaladas en diferentes colores en la Figura 3), tendencias y prejuicios conscientes y subconscientes hacia los diferentes métodos de investigación representados en las obras.

Procedimiento para recoger respuestas a las obras y análisis

Inspirado por el modelo cualitativo de Miles y Huberman (1994), el análisis incluye 3 estadios: (a) Reducción de los datos – simplificación del material en crudo y su transmisión a unidades y códigos sistematizados, (b) Exposición de datos – organización de la información de modo que permita extraer conclusiones, y (c) extracción de conclusiones y verificación mediante descripciones narrativas y temas que emergen a través de la exploración de datos, integración e interpretación.

El primer estadio de reducción de datos (a) se lleva a cabo durante la recolección de material. Al comenzar a organizar los datos y su exposición, se crean categorías nombrando metodologías habituales y cualidades descriptivas de la investigación en arteterapia tales como participantes usuales, forma de análisis y estilo de los informes (Figura1). Entonces el investigador se centra en la metacategoría de métodos/herramientas de investigación y sus ocho subcategorías (estudios de caso, estudios del self, cuestionarios, entrevistas, tests de arteterapia, revisiones académicas, observaciones, exploración de las obras) para que sirvan como base de la exploración del material cualitativo.

Luego estas categorías se utilizan para identificar las tendencias, prejuicios, y las percepciones subjetivas del investigador mediante una herramienta de base artística, con el fin de permitir al investigador aceptar plenamente su subjetividad de forma transparente y sistematizada, tanto en el análisis de datos cualitativos como en las interpretaciones de significados y conclusiones. El investigador crea obras representando cada una de las ocho categorías generales en la sección de “herramientas” dentro de la tabla Nombrando Métodos de Investigación Habitual (figura 1).

Entonces el investigador reflexiona sobre las obras mediante breves respuestas escritas que han rellenado ella y el grupo de colegas. Estas respuestas cortas fueron luego combinadas y comparadas (Figura 3) para mejor comprender las visiones subjetivas que ella trae a la exploración de métodos utilizados en la disciplina. El análisis visual va seguido de un análisis narrativo de las tendencias y prejuicios de la investigadora en primera persona para ilustrar el uso de una herramienta de este tipo para mejorar el reconocimiento de las tendencias y prejuicios propios.

Figura 1 – Nombrando Métodos Habituales de Investigación – exploración preliminar

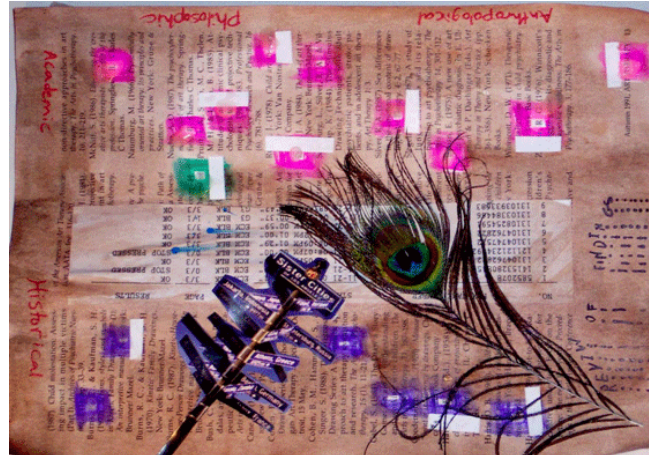
Métodos/Herramientas *

| |
|---|
| 1. Estudios de caso/ejemplos de caso/viñetas |
| 2. Estudio del self (exploraciones heurísticas) |
| 3. Cuestionarios/ estudios exhaustivos/ encuestas (auto-evaluadas o por el observador) |
| 4. Entrevistas (semi-estructuradas/abiertas/cerradas/diálogo entre profesor+estudiantes AT, entre usuarios (y terapeuta), etc). |
| 5. Tests de arteterapia (herramientas de evaluación como PPAT, SDT, KFD, MARI cards, HTP, DAP, BND) |
| 6. Exploración Antropológica/Filosófica/histórica/Revisión de conclusiones hasta el momento (Revisión bibliográfica/basada en la experiencia) |
| 7. Observaciones (conductista, clínica, medición del efecto en el colectivo (tales como la tasa de abandono), herramientas educacionales, el uso de grabación en video, etc.) |
| 8. Exploración de las obras recogidas/asociaciones verbales a las imágenes. |

#5 Tests de arteterapia (herramientas de evaluación como PPAT, SDT, KFD, MARI cards, HTP, DAP, BND)



#6 Exploración antropológica/filosófica/ histórica /Revisión de conclusiones hasta el momento (Revisión bibliográfica/basada en la experiencia)



#7. Observaciones (conductistas, clínicas, medición del efecto en el colectivo (tales como tasa de abandono), herramientas educativas, el uso de grabaciones de vídeo, etc)



#8 Exploración de las obras recogidas/ asociaciones verbales a las imágenes.



Figura 3 – Reflexiones recogidas de colegas e introspecciones relativas a las respuestas artísticas (los diversos colores reflejan temas diferentes, que se repiten entre los colegas y la investigadora/artista)

Análisis narrativo de las respuestas artísticas y tendencias y prejuicios del investigador

| Herr. | Respuestas a las obras escritas por colegas | Respuesta investigadora/artista |
|-------|--|--|
| #1 | Rica en interior, aburrída por fuera, Resistencia a la apertura, estando abierto, entrada en cierto modo prohibitiva; específicamente realista, detallado emocionalmente, caótica y desorganizada; personal, específica aunque parte de un sistema familiar, la cámara – tu lente en estudio de caso; capas, contando una historia, refleja diversas perspectivas, sistemas familiares; centro, instantáneas (fotos), primeros planos, detalle, pasan muchas cosas, storybook; desenrollándose, encontrando los trozos brillantes: | Personal más clínico que científico multifacético |
| #2 | Capas, confuso, transparente, complejo, confusión direccional; a capas, transparencias del self, complejo y rico, vulnerabilidad y estar bajo los focos; múltiples capas, caso personal pero también parte de una comunidad, blanco y negro está más controlado y no revela tanto como el color; autoreflexión, capas múltiples, self-otro; transparente, significado más profundo (escritura a mano), mucho más personal, blanco y negro (falta de color), complejo; mostrando/ poniendo bajo los focos dentro y fuera, encontrar dentro del tema, Montones de cosas; | Transparente múltiples capas claro, simple egocéntrico |
| #3 | Gracioso irónico, soso, color plano, lineal; lineal, estructurado cajas y escaleras ¿cuestión de captar?; frío aún así el papel mismo añade individualidad y humor; lineal, cuantitativo, dimensional, lista, estructurado; muy claro, opciones, definido, fácil de mirar; tu respuesta no es colorida, me pregunto dónde está el color/la emoción; | No me gusta demasiadas palabras cínico intentando poner las cosas en su sitio |

| Herr. | Respuestas a las obras escritas por colegas | Respuesta investigadora/ artista |
|-------|--|---|
| # 4 | Oscura, desorganizada, nublada, desgastado, una tercera figura?, confunde; relaciones, turbia, ¿quien dice qué a quien?, escuchando los ecos; las capas obvias de la entrevista, luego la sombra del self, subconsciente y la historia personal; diálogo, tendencias y prejuicios, punto de vista, información seleccionada; mirar de cerca para encontrar cosas, pasan muchas cosas, sentido de pérdida confunde; sentimiento organico, llena de significados-sensaciones ²² , da miedo; | Personal e interpersonal Antiguo sentido de cercanía suavidad, apertura |
| # 5 | Colorida (diversion al fondo), variedad de contornos, líneas, rica, incierto? Sobrecompensación? ; Riqueza de imágenes pero qué significa? Riqueza de significado pero que imagina? on your feats! ²³ ; huyendo del KFD, Mari cards liberando tension por la chimenea, la manzana negra tiene una pinta lúgubre ; texto artístico, significado asignado resultados generalizados, subjetividad; colorido, ART, muy controlado, bonito, contando una historia; hueco, colorido, interpretaciones, mucho a tener en cuenta; | Jugueton Naif lleno |
| # 6 | Convergen en el medio, resaltando solamente partes específicas, números escondidos ; elegancia apreciada, elegancia sistematizada, elegancia contenida, elegancia eliminada? ; Organico/ lo animal directamente yuxtapuesto a lo cuantitativo hecho por el hombre, pátina/ lo antiguo junto a nuevos colores brillantes; profundidad y amplitud, resultados de la compilación, perspectiva; pasan muchas cosas, montones de información, parecía desorganizado (difícil de organizar y encontrar su camino); parece te es más atractivo – pluma de pavo real y brillantes colores, números, letras, un trabajo un tanto redundante – repetición de números y letras; | Seco Sistematico investigación 'vieja escuela' |
| # 7 | Amenazante, dentado / basto, peligroso?, poderoso; ojo-Yo – me!, Mi ojo soy yo, Mi Yo(ojo) ²⁴ !; foto solarizada (quemada) debido a visión muy iluminada, bomberos combatiendo el trauma / caos; viendo, insight, perspectiva, ojo del que contempla, punto de vista; hacer de espejo, reflejo, foco, mirar más de cerca; sucesos, describiendo, trabajando, cuidadoso, silencioso; | Clara instantánea colorido realista rápido |
| # 8 | Rellenando lo que no está ahí, fuera de límites / fuera de la pagina, aperturas, llenando huecos; más que conjunto de imágenes, menos que conjunto de imágenes, demasiadas imágenes, Imaginería! ; Una feliz espontaneidad, ira primaria y irriteza, movimiento espiral organizado, gentío/solitario; lo común, temas, enmarcado, contenido, Instantánea; muy separado, no un todo, collage, colaboraciones; reflexiones, quién?, comprensión, tendiendo puentes experiencias interiores a exteriores, pensando, pidiendo; | Variedad incluye diferencias altamente cualitativa |

Después de examinar las obras yo misma y de compilar las respuestas de mis colegas (Figura 2 y 3) comparé y contrasté estas respuestas para generar significado y reflexionar sobre las tendencias y prejuicios personales. Por cada uno de los métodos de investigación explorados mediante la herramienta de base artística, primero examiné las correspondencias entre mis propias respuestas asociativas conscientes (anotadas en la columna final) y las asociaciones de otros observadores a cada respuesta artística. Anoté las discrepancias y similitudes entre mi asociación consciente y las de los comentarios de los observadores mediante colores para subrayar (p.e: la discrepancia entre mi visión del estudio del self como “claro y simple” y las respuestas de los espectadores de la pieza como “compleja” parecieron significativas y ambas fueron por lo tanto subrayadas en azul para las respuestas a la obra).

En segundo lugar, examiné aspectos de la obra que fueron mencionados por varios de los que respondieron y que no fueron mencionados por mí, cuando éstos podían indicar tendencias o prejuicios de los que no estaba al tanto en un nivel consciente. Esta discontinuidad entre posibles tendencias y prejuicios/creencias conscientes e inconscientes, revelada por medio del arte, proporciona una base para profundizar la introspección. Ejemplos de ello se consideran bajo estas líneas. En esta sección, se explora cada una de las categorías, para las que creé y recogí obras y respuestas verbales, mediante una narrativa reflexiva. Estas narrativas las muestro aquí como ilustración de cómo puede uno utilizar los recursos /respuestas artísticas de manera que compare y contraste la comprensión consciente, y no tan consciente, en lo que se refiere al tema investigado, y organice el significado de forma más integrada y también menos subjetiva.

Estudio de Caso – Las percepciones iniciales/tendencias y prejuicios de las que era más consciente, y que anoté en mi respuesta a la obra representando la metodología del estudio de caso las nombré “personal, más clínico que científico, multifacético”. Mi percepción del estudio de caso como empresa personal parece haber tenido resonancia a través de la obra en respuestas tales como “específica”, “centro”, “resistencia a la apertura”. El tipo de investigación personal que tiene lugar en los estudios de caso corresponde más a los aspectos clínicos que a los intentos científicos para sistematizar y generalizar, al menos en mi enfoque consciente. Ese aspecto, también, parece haberse manifestado mediante respuestas a la obra, que enfatizó “sistemas familiares”, “caótico” y “desorganizado”. No importa cuán centrado y personal sea [25], es la investigación clínica a fondo la que introduce un sentido de lo multifacético, de la exploración a fondo, que fue entendida por los espectadores de la obra como “rica”, “están pasando muchas cosas”, “a capas”, en el sentido de “refleja diversas perspectivas”.

Dos aspectos de los estudios de caso que no fueron anotados por mí, pero de los que aparecían ecos en varias respuestas a mi obra fueron la calidad “realista”, e “instantánea” de este método y un sentido del “contar historias”/“story book”. Si bien no pensé sobre estas cualidades a nivel consciente, estas descripciones de los estudios de caso como “historia personal”, e “instantánea clínica” me parecen adecuadas a mi entendimiento del mismo. Al seguir pensando en las metáforas tanto del tomar fotos como del contar historias, apuntan al juego que se da entre el terapeuta/investigador y el usuario/sujeto – un juego mutuo que a mi entender tiene mayor legitimidad dentro del terreno clínico que en las iniciativas de la investigación tradicional. A pesar de estas tendencias y prejuicios negativos contra los estudios de caso, es también ese juego mutuo y profundidad íntimos los que hacen el estudio de caso atractivo al lector/espectador. Por lo tanto, puedo comprender alguna de mi ambivalencia hacia los estudios de caso como resultado de la tensión entre la curiosidad clínica y lo que, según mi percepción, constituye rigor científico.

Heurística / Estudios del self – Mirar las respuestas a la obra sobre estudios del self fue interesante para mí: la mayoría de las cualidades que anoté – “transparente, múltiples capas y egocéntrico” – se correspondían con muchas de las respuestas a la obra de los observadores. De todas maneras, la frase que vino a mi mente “simple y claro” aparece directamente opuesta a la anotación de la mayoría de observadores como “complejo”. Al meditar sobre esta idiosincrasia, me pregunto si el sentido de claridad y simplicidad que he indicado tenía que ver con la herramienta en sí, resonando con la claridad de transparencia y ponerse bajo el foco, mientras que el tema – es decir, yo misma – presentaba sus propias cualidades complejas. En otras palabras, es la simple exposición de la introspección de uno lo que puede presentar complejidades de una forma clara, transparente.

Otra posibilidad es que la discrepancia entre estas descripciones tiene que ver con mi comprensión consciente de la herramienta como simple en un nivel práctico (el tema y el proceso de investigación depende solamente del investigador) mientras que en un nivel subconsciente, yo como investigadora, reconozco la lucha y las complejidades del intento de mirarse a sí mismo como sujeto y como investigador.

Quizá apoyando esta negación de la dificultad para llevar a cabo un estudio del self, están dos temas que emergen de las respuestas de los observadores y que no formaban parte de mi respuesta consciente, la carencia de color/la cualidad de blanco y negro del trabajo, y el sentido de vulnerabilidad. En un nivel consciente recuerdo que pensé que el blanco y negro correspondía a la claridad y simplicidad, pero retrospectivamente bien podría haber conectado con un sentido de vulnerabilidad y de lo personal al desnudo (imágenes de sí mismo, escritura a mano) que necesitaba controlar/reducir el contenido emocional.

La palabra “egocéntrico”, que era mi propia descripción del estudio del self, es una palabra que parece contener un sentido de juicio negativo, especialmente en lo relativo a asociaciones de otros observadores quienes describieron la obra como “personal” y “autoreflexión”. Reflexionando sobre esto, me pregunto si he asignado un juicio negativo al investigador heurístico, ya que puede que dude de la integridad de su intento de ofrecer algo a otros; Puede que yo perciba los estudios del self más como un resultado de la expresión personal, muy parecido a la obra personal o una historia, que como un serio intento de contribuir a la comunidad mediante una exploración que aglutina aspectos diversos.

Resumiendo, mis percepciones del estudio del self como herramienta sugiere un espacio en blanco entre los materiales conscientes e inconscientes.

Cuestionarios – mis asociaciones conscientes a la obra fueron “No me gusta, demasiadas palabras, cínico, intentando poner las cosas en su sitio”. La conciencia de la actitud negativa que tenía hacia la obra y/o herramienta parece haber tenido resonancia en las respuestas de los observadores relativas a los colores de la pieza (“tu respuesta no es colorida, me pregunto donde está el color o la emoción”, “soso”, “frío”). El cinismo también se captó, hasta cierto punto, y fue etiquetado como “divertido”, “irónico” y como teniendo una cualidad “humorística”. Asociando en relación a la herramienta a través de la obra, reflexioné sobre un intento superficial de “poner en su sitio cosas” que son fluidas y complejas (tal como las corrientes geológicas de la página) mediante palabras y números (“demasiadas palabras”). Si bien los observadores de la obra no comentaron directamente sobre la percepción de intento fallido al que estaba aludiendo, la conciencia del poner en su sitio parece corresponder a palabras que surgieron tales como “lineal”, “bien definido”, “cajas” y “estructurado”. De forma parecida, mientras yo anotaba un juicio negativo acerca del uso de palabras en cuestionarios (“demasiadas palabras”) otro observador, en cambio, anotó que la obra presenta las cualidades “cuantitativas” de los cuestionarios. Por lo tanto, en el caso de los cuestionarios, si bien yo tenía dudas sobre su utilidad en un nivel consciente, pareció que habían elementos positivos que no había reconocido inicialmente pero que se expresaron a través de la obra – tales como su forma sistemática, organizada y el flujo lineal – que ciertamente son atractivas a mi comprensión de la investigación científica.

Entrevista – la cualidad de la entrevista tanto “personal como interpersonal” (mi respuesta consciente) encontró ecos en casi cada uno de mis observadores (“relación”, “¿quien dice qué a quien?”, “diálogo”, “punto de vista”, “información seleccionada”). Al volver a reflexionar sobre mi descripción de las entrevistas como “antiguas”, especialmente a la luz de las respuestas de otros observadores a la obra como “desgastada” y transmitiendo un “sentido de pérdida”, me pregunto si mi percepción de la entrevista como herramienta tiene más que ver con mi pasada experiencia con investigación de datos que se basaba en entrevistas (una experiencia que dio como resultado una publicación diferente; véase Wiseman, Metzl y Baker, 2006). Ponderar esta experiencia da nueva forma a mi comprensión del resto de mis asociaciones a esta obra que trata de la entrevista – “conciencia de proximidad, suavidad, apertura” – todos ellos términos positivos que sugieren familiaridad y confort. Esto tiene especial interés para mí al reflexionar sobre la forma en que las cualidades de la obra fueron vistas de forma consistente por los observadores (quienes la describieron como “oscura”, “desorganizada”, “nublada”, “confunde”, “turbia”, “llena de significados-sensaciones[26]).

Parece que las cualidades de apertura y familiaridad (¿antiguo?) que veo como atributos positivos en el nivel consciente podrían también entenderse como negativos (oscura, desorganizada, nublada, confunde) o neutrales (llena de sentidos (significados-sensaciones), naturaleza orgánica, pasan muchas cosas) en la forma en que las presenté mediante el arte. Si pudiera descartar mi experiencia positiva al investigar la narrativa de las entrevistas, me pregunto si mi percepción de la herramienta de la entrevista en general tendría mayor correlación con las interpretaciones menos positivas ofrecidas por los observadores.

Los observadores de esta obra también parecieron encontrar una consistente conciencia de misterio (“¿una tercera figura?”. “Escuchando los ecos”, la sombra del self”, “subconsciente”) de la que no me di cuenta mientras asociaba libremente sobre mi obra. De nuevo me pregunto si esta discrepancia tiene que ver con mi necesidad de considerar la entrevista como un terreno de investigación confortable, familiar para mí, empujando sus sombras no resueltas, desorientadoras, a esconderse dentro de la obra.

Tests de base artística – Las respuestas de los observadores a mis propias asociaciones a esta obra – “juguetona, naif, llena” – ayudan a ampliar mis actitudes y expectativas hacia las herramientas basadas en el arte. El sentido del juego que encontré en mi obra tuvo resonancia en los comentarios de los observadores sobre uso del color y contenido (“colorido”, “diversión al fondo”, “huyendo del KFD, las Mari cards liberando tensión”, “bonito”, “contar historias”); pensando sobre los tests de base artística como naif expande ese sentido de la diversión, experiencia visual positiva para incluir asociaciones de los observadores tales como “hueco” [27], “subjetividad”, “interpretaciones”, “¿incertidumbre? ¿sobre compensación?” y cuestionando el intento, señalado por los observadores, de “controlar” el arte, “¿qué significa?” y “tiene pinta lúgubre”.

La plenitud que atribuí a la imagen tuvo resonancia en las descripciones de los observadores de esta obra como “rica”, “riqueza de imágenes...riqueza de significado”, y “mucho a tener en cuenta”. En general, cuando considero los tests de base artística con estos significados expandidos de mi obra reflejados por los observadores, el término “potencial” viene a la mente. Hay un sentido del juego positivo y riqueza que es fiel al arte junto con una esperanza de controlar, revelar e interpretar de forma generalizada. También me doy cuenta de que atribuí los vacíos entre el intento de comprobar y los actuales tests de base artística disponibles a lo joven que es la disciplina, por lo tanto percibiendo su carácter naif como una característica del desarrollo natural.

Investigación filosófica/histórica – Mi percepción de la obra presentando este tipo de investigación como “sistemática” coincidió con la atención de los observadores hacia sus cualidades de organización (“converge en el medio, subraya sólo partes específicas, números escondidos”; “elegancia sistematizada, elegancia contenida”; “parecía desorganizado – difícil de organizar y encontrar su camino”, “trabajo un tanto redundante – repetición de números y letras”). Las cualidades de esta organización parecen haberse percibido como positivas (“elegancia”) a veces y como negativas (“trabajo un tanto redundante”, “duro-difícil”), sugiriendo que quizá, en este caso, los observadores tenían prejuicios emocionales más que el sujeto (la obra).

En mi asociación inicial, me pareció que la obra representaba la investigación histórica académica como “seca”, que a mi modo de ver corresponde hasta cierto punto a la afirmación “¿elegancia eliminada?” siguiendo a “elegancia sistematizada”. Para mí, la naturaleza de esta percepción de investigación “seca” puede haber tenido que ver con la rigurosa compilación de resultados y un fuerte énfasis en organización.

Otra asociación inicial que tuve fue “investigación de la vieja escuela”, que pareció haberse manifestado en la obra como anotaron un par de observadores la cualidad de “pátina/antigua” y sentido de la “perspectiva”. Parte de mi prejuicio hacia la investigación académica probablemente tiene que ver con el sentido de legitimidad y de tradición que resuena con estos términos.

Dos aspectos de investigación académica que no aprecié inicialmente pero que fueron vistos por los observadores de mi obra fueron el sentido de la dualidad (“orgánico/lo animal yuxtapuesto directamente a lo cuantitativo/hecho por el hombre”; “lo antiguo junto a colores nuevos y brillantes”; “profundidad y amplitud”; “pluma de pavo real y colores brillantes, números, letras”) y el enfoque positivo (“elegancia apreciada”; “profundidad y amplitud”, “parece te es más atractiva”). Si bien puedo ver cómo se vinculan en mi mente estos dos temas con la investigación académica, me pregunto si el conocimiento de los observadores sobre mi investigación informó sus propios prejuicios sobre lo que pudiera ser atractivo para mí. De hecho, si bien hay un atractivo para mí en la legitimidad académica, no me importaba mucho esta obra, y no la encontraba – al menos a nivel consciente, elegante, atractiva o reflejando la exploración a fondo.

Observaciones – Mis respuestas iniciales a la observación de la obra – “clara, instantánea, colorida, realista, rápida” – fueron más difíciles de relacionar directamente a otras asociaciones de los observadores que en las otras categorías. La sensación de realismo que percibí se pudo entender, no obstante, como correspondiendo a aspectos de “hacer espejo”, “reflejo”, “suceso” y “describiendo”. Mi percepción de la cualidad de “instantánea” estaba en resonancia con “foto solarizada”. De todos modos, con mayor frecuencia que las metáforas fotográficas, los observadores tomaron nota de las cualidades del ver – “visión muy iluminada”, “mi ojo = yo”, “el ojo del que contempla”, “una mirada más de cerca”, “perspectiva” y “punto de vista”. Al tiempo que estos atributos podrían sugerir cualidades que he descrito como “clara” y “rápida”, los observadores de mi obra se dieron cuenta de posibles peligros en los que se puede caer: la observación como herramienta en esta obra no es simplemente positiva (colorida, rápida, etc), parece también “amenazante”, “¿peligrosa?”, “poderosa” y “caos”. La observación, reconozco al examinar mi comprensión de estas asociaciones a mi obra, es una herramienta que considero altamente efectiva pero que acarrea peligros debido al poder de la perspectiva del que describe.

Exploración de las obras recogidas – Mis respuestas asociativas a la obra que hice fueron “variedad, incluye diferencias, altamente cualitativa” La variedad de contenidos/temas que podrían investigarse mediante la exploración de las obras parecía reflejarse en las respuestas de los observadores de “más que conjunto de imágenes, menos que conjunto de imágenes, demasiadas imágenes” y “una feliz espontaneidad, ira primitiva y tristeza”. Al reflexionar en retrospectiva sobre mi respuesta “incluye diferencias”, parece hacer buen eco de dos aspectos de la obra que notaron los observadores – “Rellenando lo que no está ahí, fuera de los límites de la página, aperturas, llenando huecos”, dirigiéndose así a las diferencias y discrepancias entre proceso y producto y las diferencias entre las imágenes (“muy separado, no como un todo, collage, colaboraciones”).

Los observadores habían nombrado cualidades de la obra que parecen clarificar la percepción general que inicialmente acuñé como “altamente cualitativa”. Por ejemplo, a la investigación cualitativa se la ha reconocido frecuentemente como moviéndose con un “movimiento espiral organizado”, al tiempo que busca “temas”, “reflexiones”, “comprensión”, “pensando, preguntando” y “tendiendo puentes de experiencias internas a externas”. Pensé que las respuestas de los observadores ayudaban a clarificar mi percepción de esta herramienta como espiral/no lineal, cualidades temáticas y subjetivas de investigación.

Utilizando la investigación sistemática basada en el arte en supervisión o trabajo clínico

A parte de utilizar esta herramienta para la investigación sistemática, tal como la exploración de mis percepciones de la metodología de investigación presentada más arriba, he utilizado esta herramienta de forma similar con dos supervisores. Compartí mi obra sobre un usuario o una situación clínica como forma de explorar mis intuiciones con capas nombradas e innombrables, cognitivas y emocionales. Me encontré con que considerar las percepciones de la obra dió lugar a un cierto “distanciamiento emocional” y ayudó a la relación terapéutica a ganar perspectiva, la contratransferencia (que surgía de las discrepancias existentes entre el cómo yo experimentaba al usuario y lo que el supervisor, u otros implicados en el caso percibían), y a una evaluación más fundamentada de intervenciones apropiadas.

Los dos ejemplos de obras siguientes fueron creados en respuesta al trabajo con un chico adolescente de origen mejicano-norteamericano a quien veía en un entorno de counselling situado en la escuela. Ambas fueron hechas mientras esperaba al usuario, que llegaba tarde a menudo. Cada una de estas imágenes fue utilizada para reflexionar sobre la relación del terapeuta con el usuario (prestando atención específicamente a la percepción del usuario y la diada terapéutica), primero por escrito y después respecto a las percepciones que de estas imágenes tuvieron los supervisores. El diálogo en supervisión sobre estas percepciones permitió una creciente comprensión, de la contratransferencia del terapeuta e intervenciones clínicas inapropiadas, basada en experiencias tanto subjetivas como contextualizadas. Este proceso, de valor incalculable para mí, como terapeuta principiante, se ilustra brevemente aquí (Ninguno de estos dibujos tiene parecido con los rasgos del usuario para preservar la confidencialidad):

Figura 4: mi visión de J



Reflexiones iniciales (escritas): ¿dónde estás? ¿Vas a venir? ¿Me he perdido algo? ¿Dije algo equivocado? Estabas tan triste la última vez, espero que estés bien. Quiero estar aquí para ti, pero tienes que venir para que pueda hacerlo. Intento confiar en que vendrías si esto fuera útil para ti”.

Respuesta del supervisor y Diálogo: La percepción de mi supervisor de la imagen anterior puso de relieve un aspecto del usuario que yo tenía menos voluntad de afrontar: es decir, que presentaba un adolescente, y éste “parece esconderse bajo su pelo y su expresión descortés”

Figura 5: “Hola Chaval, ¿qué necesitarías para tener mejores resultados en la escuela?”



Reflexiones iniciales (escritas): “Eres un chico con tanto talento, pero en cambio, no quieres tener éxito en la escuela. Me está resultando difícil entender realmente lo que esto significa para ti, de qué va esta elección. Yo quiero que tengas éxito en la escuela. Sé que no debería vincular el éxito de nuestro trabajo a esto, pero me es difícil no hacerlo”.

Respuesta del supervisor y Diálogo: La percepción de mi supervisor de la imagen anterior ayudó. Ella remarcó que no estaba claro qué estaba sujetando mi cliente a parte de la guitarra, y que era improbable que él diría o pensaría que las palabras que yo había escrito estaban relacionadas con él. Su comentario me ayudó a darme cuenta de que yo tenía experiencias personales y valores culturales que vinculaban educación y tener buenos resultados en la escuela a alcanzar independencia y bienestar. Era también una forma en que me sentía evaluada como clínica donde trabajaba (su medida de la eficacia del tratamiento daba mucho peso a la mejora académica). Así, me hacía falta separar mi contratransferencia, explorar con mi cliente qué era lo que quería, permitiéndole estar donde está sin imponer mi visión del mundo o mis esperanzas, por bien intencionadas y malorientadas que fueran, y proporcionar un entorno seguro en el que mejor promover lo que él quería y podía hacer.

Deliberaciones

Esta herramienta de base artística presentada aquí fue desarrollada con la intención de centrarnos en la importancia de lo que hacemos de forma inherente, a través de nuestra implicación como artistas y terapeutas, es decir, encontrando formas sistemáticas de utilizar nuestra creatividad y capacidades para la investigación y el trabajo clínico.

En este caso, la utilidad de estandarizar las impresiones artísticas de forma que uno puede ir más allá de una experiencia completamente subjetiva e individual hacia un significado más amplio y más exhaustivo, que incluye las impresiones de observadores de la obra y reflexiones dialécticas sobre las cualidades de la obra y este nuevo recurso permite la integración de nuevos insights a las propias intenciones artísticas iniciales.

Esta herramienta es por lo tanto un intento de responder a la llamada para el desarrollo de nuevas formas de exploración, “recordar[-ndo]-nos que esas formas de exploración y evaluación que traemos a nuestro trabajo”[28] (Edwards, 1993, p.14), y la necesidad de escoger modelos de investigación capaces de integrar el proceso creativo con la búsqueda de un nuevo conocimiento (Bloomgarten y Netzer, 1998). De acuerdo con ello, he ilustrado cómo podía utilizarse esta herramienta para explorar un contenido teórico o producto en nuestro campo (p.e: explorando las percepciones de metodologías de investigación habituales) así como también su aplicación en la práctica clínica. Utilizar métodos de exploración de base artística en supervisión ofrece, en concreto, como sugiere McNiff(1998) “un método de indagación que utiliza elementos de la experiencia creativa de arteterapia, incluyendo la creación de obras por el investigador, como formas de comprender el significado de lo que hacemos en nuestra práctica”[29] (p.13) y se hace eco del llamamiento de Schaverien (1995) a una perspectiva personal de investigación como artista-clínico. De forma similar a la premisa de Schaverien, intenté poner en marcha los pasos a seguir para una exploración sistemática construyendo una hipótesis inicial (manifestada prácticamente y visualmente por la obra creada), reflexiones personales sobre los datos, introducción de experiencia adicional a esta hipótesis (en este caso las respuestas de los observadores a la obra) y luego un análisis narrativo, que entreteje teoría, práctica, observaciones y deliberación (internamente, para el arteterapeuta, y entre el arteterapeuta y sus supervisores, colegas y usuarios).

El uso de esta herramienta de base artística con vistas a la investigación se puede estandarizar aún más obteniendo respuestas a la obra creada por el arteterapeuta en un formato en particular o una escala estandarizada (como la FEATS). Esto puede resultar en una mayor fiabilidad[30] y una capacidad para cuantificar la comparación entre quienes responden y dentro de sí mismos[31].

Los ejemplos presentados aquí del uso de esta herramienta para explorar la contratransferencia son simples y han sido utilizados frecuentemente por arteterapeutas (p.e: trabajos finales no publicados de investigación académica Alia Arbas y Erin McKeen) pero a menudo no se han publicado en el contexto de introducción de datos de las percepciones de la obra de supervisores de forma que incrementen la comprensión más allá del diálogo interno de uno. Este es un ejemplo de algo que, quizá, hacemos regularmente como arteterapeutas, pero podríamos incrementar y sistematizar estas exploraciones intuitivas como parte de nuestra experiencia vivida relevante a nuestros esfuerzos profesionales, y así incorporarlas como métodos más formalizados dentro de nuestros diálogos clínicos con supervisores, y potencialmente, incluso con usuarios.

Este podría ser el lugar donde considerar oportunidades concretas, donde el hacer obra junto con los usuarios o compartir una respuesta del arteterapeuta a las experiencias de los usuarios podría promover la construcción de la relación o apoyar metas del tratamiento. Por ejemplo, promover un diálogo sobre cómo un usuario es visto por el terapeuta (en respuesta a un retrato dibujado por el terapeuta) podría abrir un diálogo acerca de la naturaleza de la relación terapéutica, expectativas, transferencia, etc. De forma similar, compartir la obra del terapeuta puede promover insights relacionados con temas particulares que el terapeuta siente podrían ser mejor enfocados mediante una forma más sensitiva, visual y menos verbal. Por supuesto este compartir de la obra del terapeuta debería considerarse primero en supervisión, o consultando a colegas para asegurarnos de que este compartir es apropiado y que es la mejor forma de promover las necesidades del usuario y las metas del tratamiento. Por ejemplo, en ambos casos compartidos en este trabajo, después de hablar de la obra que había hecho con mi supervisor, incorporé los insights que logré a mis planes de tratamiento e intervenciones, pero también escogí no compartir la obra con el usuario ya que se consideró innecesario para éste beneficiarse de estos insights.

Hay un par de consideraciones adicionales para el uso de una herramienta de base artística como esta al explorar las percepciones del terapeuta en supervisión o con usuarios. Es decir, uno necesita considerar el confort del terapeuta al deliberar sobre su obra, cómo responde a la vulnerabilidad en general y particularmente en lo concerniente a su "self de artista". Obviamente, uno necesita considerar cómo puede ser percibida la obra del terapeuta por sus clientes o supervisores, y si puede crear un sentido de hipersensibilidad o comparación en relación a las habilidades artísticas del terapeuta. Si tal comparación da lugar a celos o a una sensación de disminución de la eficacia, esto debe tratarse, y, potencialmente, considerarse como una contraindicación para la utilización de una herramienta de este tipo ya que podría dañar la capacidad de determinados usuarios para seguir cómodos con su propio proceso o productos.

Otras contraindicaciones tienen que ver con que pueden colocar expectativas particulares sobre el tipo o calidad del arte que se entiende como apropiado para la supervisión/arteterapia. Otra consideración importante sería si el terapeuta utiliza su obra como distracción, un intento placentero, o una forma de servir a las necesidades del terapeuta que tienen poco que ver con el tratamiento que tiene entre manos. Mi experiencia, en su mayoría, ha sido que prestando atención a todo esto, y verbalizando estas consideraciones en supervisión como parte del análisis sistemático de las propias experiencias como artista/ terapeuta/persona contribuye en gran manera a la conciencia de uno mismo y la toma de decisiones clínicas sustentadas.

De forma similar, presentarse como artista al tiempo que terapeuta mediante obras compartidas o explorando percepciones visuales del terapeuta inspiradas por el usuario (cuando sea indicado por motivos del tratamiento) permite a usuario y terapeuta igualar su dinámica de poder (como dos artistas presentes en la sala, ambos vulnerables al juicio, ambos experimentando y que pueden aprender uno del otro), creando un diálogo artístico que pone a un lado los límites de la sala, si bien mantiene el entorno seguro encarnado en el hacer arte. Es muy importante, como se ha visto en el uso de esta herramienta en supervisión y para estudios de investigación, que este tipo de exploraciones compartidas de la obra del arteterapeuta ofrecen una forma para que el terapeuta vaya más allá de su percepción subjetiva del usuario e incorpore las respuestas de éste respuestas en el aquí y ahora y las impresiones de uno y otro en respuesta a este estímulo intuitivo.

Conclusiones

En este trabajo he presentado una herramienta de base artística que originalmente se desarrolló para explorar percepciones de herramientas de investigación de forma sistematizada y menos subjetiva. Por medio de la creación de obras, la exploración de las respuestas iniciales de uno mismo y aquellas obtenidas de un grupo de colegas, las reflexiones permiten una narrativa más exhaustiva tanto del conocimiento consciente como no tan consciente imbricado en las obras. Creo que estar atentos a estas respuestas subjetivas ayuda al análisis cualitativo a conectar resultados y significados. Por ejemplo, el uso frecuente de metodología específica de la disciplina (p.e: estudios de caso), resultados a partir de la herramienta de base artística permiten tener en cuenta la percepción del investigador de esta herramienta (más clínica que científica) al tiempo que se intenta comprender su significación para el campo del arteterapia.

Mejorar nuestras herramientas de investigación en arteterapia para estar a la altura de nuestras capacidades y necesidades, indudablemente apoyaría a nuestro campo mediante resultados que son significativos pero menos subjetivos. Además, en mi experiencia, cuando utilicé respuestas artísticas de forma similar en supervisión y, cuando fuera apropiado, con usuarios, encontré que el examen de la exploración sistemática de las impresiones artísticas era una manera útil de explorar y comprobar mis conjeturas, tendencias, prejuicios, y percepciones, promoviendo así el insight e intervenciones clínicas más sustentadas.

Referencias y Bibliografía

- Aldridge, D. (1994). Single-Case Research Designs for the Creative Art Therapist. *Arts in Psychotherapy*, 21(5), 333-342.
- Anderson, F. (2001). Benefits of conducting research. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 18(3), 134-141.
- Betts, D. & Laloge, L. (2000). Art-therapists and research: A survey conducted by the Potomac Art Therapy Association. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 17(4), 291-295.
- Carolan, R. (2001). Models and paradigms of art therapy research. *Art Therapy: Journal of American Art Therapy Association*, 18(4), 190-206.
- Creswell, J. (1994). *Research design: Qualitative and quantitative approaches*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Deaver, S. (2002). What constitutes art therapy research? *Art Therapy: Journal of American Art Therapy Association*, 19(1), 23-27.
- Dunn, D. S. (1999). *The practical researcher: A student guide to conducting psychological research*. Boston: McGraw-Hill College.
- Edwards, D. (1993). Why don't arts therapists do research? In H. Payne (Ed.), *Handbook of inquiry in the arts therapies: One river, many currents*. London: Jessica Kingsley Publishers, 7-15.
- Eisner, E. W. (1981). On the differences between scientific and artistic approaches to Qualitative Research. *Educational Researcher*, 10(4), 5-9.
- Franklin, M., & Politsky, R. (1992). The problem of interpretation: Implications and strategies for the field of art therapy. *Arts in Psychotherapy*, 19, 163-175.
- Gantt, L. (1998). A discussion of art therapy as a science. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 15(1), 3-12.
- Graziano, K. J. (2004). Oppression and resiliency in a post-Apartheid South Africa: Unheard voices of Black Gay Men and Lesbians. *Cultural Diversity and Mental Health*, 10(3), 302-316.
- Hagood, M. (1990). Art Therapy Research in England: Impressions of an American Art Therapist. *Arts in Psychotherapy*, 17, 75-79.
- Hartley, J. & Benington, J. (2000). Co-research: A new methodology for new times. *European Journal of Work & Organizational Psychology*, 9(4), 463-476.
- Julliard, K., Gujral, J., Hamil, S., Oswald, E., Smyk, A., & Testa, N. (2000). Art-based evaluation in research education. *Art Therapy*, 17(2), 118-124.
- Junge, M. (1989). The heart of the matter. *Arts in Psychotherapy*, 16, 77-78.
- Kapitan, L. (1998). In pursuit of the irresistible: Art therapy research in the hunting tradition. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 15(1), 22-28.

- Kaplan, F. (1998). Scientific art therapy: An integrative and research-based approach. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 15(2), 93-98.
- Kaplan, F. (2001). Areas of inquiry for art therapy research. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 18 (3), 142-147.
- Linesch, D. (1992). Research approaches within Master's Level Art Therapy Training Programs. *Art Therapy*, 9(3), 129-134.
- Linesch, D. (1994). Interpretation in art therapy research and practice: the Hermeneutic circle. *Arts in Psychotherapy*, 21(3), 185-195.
- Linesch, D. (1995). Art therapy research: Learning from experience. *Art Therapy: Journal of American Art Therapy Association*, 12(4), 261- 265.
- Lusebrink, V. B., Rosal, M., and Campanelli, M. (1993). Survey of Doctoral Work by Art Therapists. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 10(4), 226-234.
- Malchiodi, C. A. (1995). Does a lack of art therapy research hold us back? *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 12(4), 218-219.
- Malchiodi, C. A. (Ed.). (1998). Art therapy and research [Special Issues]. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 15(1 & 2).
- McNiff, S. (1986). Freedom of research and artistic inquiry. *The Arts in Psychotherapy*, 13(4), 279-284.
- McNiff, S. (1991). Ethics and the autonomy of images. *The Arts in Psychotherapy*, 18(4), 277-283.
- McNiff, S. (1998a). *Art based research*. London: Jessica Kingsley.
- McNiff, S. (1998b). Enlarging the vision of art therapy research. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 15(2), 86-92.
- Metzl, E (2005). What is art therapy research? A study of Art Therapy research Methodologies. Unpublished Final Research Project, Loyola Marymount University, Los Angeles, CA.
- Metzl, E (2008). Systematic analysis of art therapy research published in *Art Therapy: Journal of AATA* between 1987 and 2004. *The Arts in Psychotherapy*, 35(1), 60-73.
- Miles, M., & Huberman, M. (1994). *Qualitative data analysis: An expanded sourcebook* (2nd ed.). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Rosal, M. L. (1989). Co-Perspective: Master's papers in art therapy: Narrative or research case studies? *The Arts in Psychotherapy*, 16(1), 71-75.
- Rosal, M. L. (1998). Research thoughts: Learning from the literature and from experience. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 15(1), 47-50.
- Schaveriaen J. (1995). Researching the esoteric: Art therapy research. In A. Gilroy & C. Lee, (Eds.) *Art and music: Therapy and research* (pp. 21-34). London: Routledge.

- Smith, N. W. (2001). *Current systems in psychology: History, theory, research and applications*. Belmont, CA: Wadsworth/Thompson learning.
- Spaniol, S. (1998). Towards an ethnographic approach to art therapy research: People with psychiatric disability as collaborators. *Art Therapy*, 15(1), 29-37.
- Tashakkori, A. & Teddlie, C. (1998). *Mixed methodology: Combining qualitative and quantitative approaches*. Applied Social Research Methods Series, no. 46. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Vermeersch, D. A. & Lambert, M. J. (2003). A research agenda for humanistic psychotherapy in the 21st century. *Journal of Humanistic Psychology*, 43(3), 106-120.
- Vick, R. (2001). Introduction to special section on research in art therapy: When does an idea begin? *Journal of the American Art Therapy Association*, 18(3), 132-133.
- Wadeson, H. (1978). Some uses of art therapy data in research. *American Journal of Art Therapy*, 18(1), 11-18.
- Wadeson, H. (1980). Art therapy research. *Art Education*, 33(4), 31-35.
- Wadeson, H. (1992). Methodological problems and some solutions specific to art therapy data. In *A guide to conducting art therapy research*. H. Wadeson & N. Knapp (Eds.). Mundelein, IL: The American Art Therapy Association.
- Wiseman, H., Metzler, E., & Barber, J. (2006). Anger, Guilt, and Intergenerational Communication of Trauma in the Interpersonal Narratives of Second Generation Holocaust Survivors. *American Journal of OrthoPsychiatry*, 76(2), 176-184.



Referencias

[1] N del T: he optado por de base artística en lugar de artística a secas para poner de relieve la intención de crear investigación científica pero basada en el proceso artístico.

[2] N del T: donde el original usa la palabra "client" utilizo la palabra usuario. En inglés no tiene las connotaciones comerciales que en español. Cliente correspondería a Customer.

La palabra client se empezó a utilizar en lugar de paciente como reacción al medical model que ignora la necesidad de empoderamiento del usuario del servicio.

[3] en el original cita: "to represent the concept of art therapy that is both deep and wide".

[4] en el original cita: "...do not have the time, the mentoring, or incentives to publish or present their work"

[5] "Manual de investigación"

[6] "Some uses of Art Therapy Data in Research": Algunos usos de los datos de arteterapia en investigación

[7] en el original cita: "sound research...systemically demonstrating the potency of art expression [so that] art therapists will gain recognition and respect in the arena of behavioral science"

[8] en el original cita: "art therapists will devise the necessary means to be able to give credence to the observations that may be derived from art therapy experience"

[9] en el original cita: "the creative art therapies' opportunity to make a fresh start in establishing a new tradition"

[10] en el original cita: "the validity of a construct by its usefulness within its framework"

[11] en el original cita: Our educative mission has been to develop top quality art therapy clinicians. But our definitions may well be too limited. ...Art therapy will need to struggle with the dialectic of its cross-disciplinary proclivities and its need to develop unique methodologies

[12] en el original cita: "the very nature of symbolic image"

[13] Neighboring fields, such as art history, art education, aesthetics and literary criticism have been studying these methods for some time. It is hoped that the field of Art Therapy, indeed all creative arts therapies, will enter into this ongoing discussion and make unique contributions that we alone are able to offer

[14] en el original cita: that "our work should be open to critical, even 'scientific', inquiry" as long as we "remind ourselves that those forms of inquiry and evaluation we bring to our work... are neither inadequate nor inferior to those drawn from science"

[15] en el original cita: "what does an art therapist contribute to the therapeutic process that another clinician cannot"

[16] Investigación basada en el arte

[17] en el original cita: "a method of inquiry which uses elements of the creative art therapy experience, including the making of art by the researcher, as ways to understand the significance of what we do within our practice"

[18] cita: “include an examination of overlapping facets, to use the methods sequentially, to find contradictions and new perspectives and to add to the scope and breadth of a study”

[19] en el original cita: “systematic examination and interpretation of existing records or documents in order to answer some questions”

[20] definición de inter-rater en el diccionario en internet wordreference.com: “A common way of assessing the external reliability of observations is to use inter-rater reliability. This involves comparing the ratings of two or more observers and checking for agreement in their measurements. Inter-rater reliability can also be used for interviews”. (Una forma común de evaluar fiabilidad externa de observaciones es utilizar la fiabilidad inter-rater. Esto implica comparar las evaluaciones de dos o más observadores y comprobar el acuerdo en sus mediciones. La fiabilidad inter-rater puede usarse también para entrevistas).

[21] Dentro del sistema anglosajón un MA puede ser un programa de licenciatura i no un master de postgrado. La autora menciona “a graduate MA”

[22] N del T: en el original: sense-full. La palabra sense (sentido) en inglés puede referirse a significado o sensaciones. Creo que en el original el comentario escrito por el observador juega con este doble sentido que aporta más riqueza al comentario.

[23] N del T: dejo esta frase sin traducir porque no tengo suficiente información en el texto sobre este comentario. Es ambiguo: “en tus logros!” no queda claro su significado en el contexto. también podría tratarse de un error de mecanografiado y haber querido decir “on your feet!” Que querría decir: en pie! y quizá tiene sentido observando el dibujo en el que el personaje está andando.

[24] N del T: en el original: “...eye-I-me!/ My eye is me/My I!...” juega con la idéntica pronunciación de “I” = yo y “eye” = ojo

[25] el estudio de caso

[26] Ver nota 23

[27] hueco: en el sentido de algo vacío, sin substancia

[28] en el original cita: “remind[ing] ourselves that those forms of inquiry and evaluation we bring to our work”

[29] cita: “a method of inquiry which uses elements of the creative art therapy experience, including the making of art by the researcher, as ways to understand the significance of what we do within our practice” (30: véase próxima página)

[30] Ver nota 22

[31] Ndel T: en el original “...and an ability to quantify the comparison between and within responders”.

Art-Based research de Shaun McNiff

Art-based research. McNiff, Shaun. (1998). 222pags Jessica Kingsley Publishers, (Londres y Filadelfia)

Esther Sunyer Parellada

Arteterapeuta y miembro de la ATE y BAAT

esther.sunyer@yahoo.es

Las terapias creativas necesitan aportar evidencia científica de su eficacia. Por ello es vital para ellas el desarrollo de métodos de investigación adecuados a su idiosincrasia. Este libro puede contribuir al debate, si bien puede resultar un tanto polémico en algunos aspectos.

Debemos recordar que la perspectiva de McNiff procede de la experiencia del arteterapia en Estados Unidos, donde tiene un papel mucho más diagnóstico que a este lado del Atlántico[i] y donde prevalecen en la práctica métodos más directivos y no tanto de base psicodinámica. Algunas de sus propuestas quizá no parecerán tan alejadas de nuestra formación.

En el prólogo nos propone la idea principal del libro: es necesario crear un método propio apoyándose en lo que denomina cognición artística y la expansión de los parámetros de investigación basándose en el elemento esencial: el proceso creativo.

El libro se divide en tres partes.

En la primera se centra en los principios de este tipo de investigación aplicables a todas las terapias creativas: reconoce la dificultad de conciliar una investigación de enfoque subjetivo con la necesidad de atenerse a métodos de validez científica reconocida pero ve muchos puntos de contacto con la ciencia de vanguardia. Menciona otras tradiciones que pueden apoyar esta nueva concepción de la investigación, como la heurística, la hermenéutica y los hallazgos de la física cuántica. Advierte de posibles peligros de esta modalidad de indagación.

Hace propuestas para profundizar en el conocimiento del proceso creativo: analizar la propia práctica artística, establecer un diálogo espontáneo con las imágenes (en terapia y en otros contextos) para que surjan significados más profundos. Destaca que, actualmente, la investigación basada en la psicología cognitivo-conductista tiene una función principalmente justificativa. Deja claro que los estudios cuantitativos pueden tener su lugar en ciertas áreas de esta nueva investigación.

La segunda y tercera partes se centran en el arteterapia e ilustran cómo aplicar esta nueva modalidad de investigación.

En la segunda, empieza valorando el trabajo de los pioneros y define los elementos principales de esta investigación. Destaca el papel esencial de las imágenes, Arnheim como posible modelo, la conveniencia de unificar el trabajo de diversas orientaciones si bien reconociendo la pertenencia a una tradición concreta. Reivindica la necesidad de los dos procedimientos científicos, el cuantitativo y el que explora a fondo el corazón de la disciplina. Presenta su concepto de la cognición artística. Considera importante el compromiso del arteterapeuta con su práctica artística y propone diversos caminos para aumentar el espectro de investigación. Seguidamente hace un estudio de la situación en el contexto de la formación.

En la tercera, se concentra en analizar las características de los elementos que puedan formar parte de un método y en la estructura. Ambos proporcionan una sensación de seguridad ante la incertidumbre del proceso creativo pero deben ser adecuados para facilitar que éste tenga libertad suficiente para fluir.

Mantiene que es importante no perder de vista las conexiones útiles a la experiencia de otros para eludir los peligros inherentes a este método subjetivo. Apunta algunos de los beneficios de trabajar en equipo. Considera el estudio de caso y cómo se puede mejorar empleando métodos creativos que expandan su capacidad de expresar y describir la experiencia en terapia y para poder proporcionar datos que documenten otros aspectos aparte del cambio de comportamiento en pacientes. Trata de la importancia de alcanzar consenso (desde las diferentes formaciones) en estándares de validez. Rescata que la indagación científica es más una forma de operar disciplinadamente que un sistema de operaciones prescritas y que arte y ciencia pueden complementarse en algunos aspectos.

Finalmente, presenta un apartado, muy interesante, dedicado a ideas surgidas de su experiencia y las ofrece como oportunidades para inspirarse y fomentar lo que denomina “pensamiento soñador” y “vuelos de la imaginación”. Las organiza en cuatro apartados seleccionados a modo de ejemplo:

Los efectos de la cualidad estética
Estudios del método
Historias
Evaluación de resultados.

No postula que esta investigación sea adecuada para todos los proyectos ni para todos los investigadores.

Señala 3 objetivos para avanzar:

- discernir en qué se diferencia el conocimiento artístico del científico.
- que surjan métodos y preguntas a partir del carácter único de la experiencia artística aplicada en terapia
- determinar en qué ocasiones la investigación científica ortodoxa serviría para avanzar en la comprensión de la experiencia creativa en terapia.

El libro de McNiff se propone abrir camino y es ambicioso. Puede dar para muchas reflexiones si bien provocará más preguntas que respuestas pues, al fin y al cabo, el desarrollo de nuevos métodos parece estar todavía en su inicio. Podemos utilizarlo a modo de brújula. El tema es complejo y el autor ha condensado muchos conceptos, así que su lectura puede resultar densa y en algunos momentos algo repetitiva. McNiff intenta hilar muy fino. Se percibe que no quiere correr el riesgo de ser malinterpretado. La complejidad de los elementos implicados requiere que diferencie cuidadosamente lo que está intentando decir.

Creo que el lector también necesita hacer una lectura cuidadosa y paciente. Puede que en algunos aspectos las expectativas despertadas por el libro no se vean cumplidas, pero el esfuerzo merece la pena para ponerse al corriente de las tendencias en el mundo de la investigación y para poder ver ejemplos de cómo se puede llevar a cabo desde el terreno propio de la creatividad.

El banco de ideas puede ser muy útil para abrir nuestras mentes a formas de observar el proceso arteterapéutico y sus elementos con el objetivo de apoyar el reconocimiento de su eficacia. Es valiosa también la bibliografía recogida al fin de la obra.

Creo que puede contribuir de forma positiva a la dinamización de los trabajos de investigación.

Muy indicado para todo arteterapeuta que esté contemplando embarcarse en un proyecto de investigación basada en el proceso creativo artístico.

[i] Iyemere, K. (2006). Book Review. *Inscape*, ; 11(1):56-57 .

Barcelona, abril 2012

inspira
revista de la ATe



asociación profesional
española de arteterapeutas

Aviso Legal

©Derechos reservados/Copyright de *Inspira, revista de la ATe*. Queda prohibida la reproducción total o parcial sin autorización expresa. Este material puede ser utilizado para docencia, investigación y estudio con fines privados. El equipo editorial de *Inspira* no se hace responsable de los puntos de vista y afirmaciones del autor o autores en sus trabajos originales. Dirigir las consultas sobre derechos y autorizaciones a gruporevista.ate@gmail.com

ISSN 2014-5594 *Inspira* (Barc.,2012)

