

## 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.

Keywords: group art therapy, adolescents, abuse, attachment, creativity, identity.

## 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 psicósomáticos 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, sobretudo 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 multiplicidades 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 tapan 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 sólo la describió gráficamente. Irina es retrasada”.



fig.2 La identidad 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...



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.

fig.2 La identidad

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.
- Cyrulnik, 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.