

Arte-Terapia para grupos de personas sin hogar

Elvira GUTIÉRREZ
UCM

Resumen

Dos enfoques diferentes en la aplicación del arte-terapia para un grupo de personas sin hogar. Descripción de una sesión con un grupo semi-cerrado y breve resumen de una atención individualizada dentro de un grupo abierto. Ventajas y desventajas de los grupos abiertos y cerrados en arte-terapia para personas en proceso de reinserción.

Palabras clave: Arte-terapia; personas sin hogar; Terapia grupal; Reinserción.

Abstract

Two different ways to focus the application of art-therapy to a group of homeless people. A description of a session with a semi-closed group and a brief summary of individualized attention within an open group. Advantages and disadvantages of open and closed groups in art-therapy for people in the reinsertion process.

Key words: Art-therapy; home-less people; group therapy; reinsertion process.

La Asociación RAIS de Madrid que busca ofrecer soluciones globales para personas sin hogar, que abarcan desde la salud, alojamiento, relaciones con la Administración, formación laboral, ... y que como instrumento de inserción social gestiona la creación y difusión de un periódico de calle que desde Noviembre '98 forma parte de la red europea INSP (International Network of Streets Papers), tiene muy presente la importancia que, para las personas que sufren paros de larga duración, tiene el restablecimiento de la auto-estima, la confianza en sí mismos y la propia dignidad¹.

Es esta preocupación por la persona, además de por su situación, la que les ha llevado a la implantación de talleres de expresión literaria y de arte-terapia entre otros.

En los talleres de arte-terapia, los resultados de los dos grupos que coordino, uno de modelado en arcilla y otro de pintura expresiva, están cumpliendo los objetivos propuestos, e incluso en algunos casos superando mis expectativas más optimistas.

Durante los primeros seis meses en que se mantuvo el grupo semi-cerrado, esto es, formado por un núcleo fijo de personas al que se incorporaba de tanto en tanto algún nuevo participante, se fueron intercalando dos tipos de trabajo complementarios; de un lado propuestas de expresión libre a través de medios artísticos, que daban la oportunidad de contar historias personales plásticamente y que favorecían el intercambio verbal al comentarlas posteriormente en el grupo; y de otro lado, trabajos que aportaban enseñanzas de técnicas pictóricas, que iban abriendo posibilidades nuevas de expresión, al tiempo que generaban una mayor seguridad en la competencia personal.

Se partía de una situación en que los participantes, varones en su mayoría de entre 30 y 55 años, no se conocían entre sí, mostraban dificultad para la comunicación, y se expresaban en términos negativos sobre sus capacidades en general y en particular para pintar y modelar. El grupo semi-cerrado tenía un promedio de entre diez y catorce participantes.

Entre los trabajos realizados en este período, destacaron como grupalmente más significativos:

- La expresión plástica de su interpretación del artículo n.º 3 de los Derechos Humanos, con la que se sintieron solidarios y unidos reclamando un derecho común.

¹ CABRERA, P. J. (1998). *Huéspedes del aire. Sociología de las personas sin hogar en Madrid*. UPCO, Madrid.

- Los retratos entre los miembros del grupo, que les hizo mirarse y dejarse mirar.
- Las pinturas colectivas, realizadas en pequeños grupos, que les dio la oportunidad de organizarse, jugar diferentes roles, y repartirse tareas.

CÓMO TRANSCURRE UNA SESIÓN EN UN GRUPO SEMI-CERRADO

Es un Miércoles cualquiera en el taller que llamamos «de pintura», en el grupo hay algunas personas que acuden casi siempre, otras casi nunca, y otras, de vez en cuando; pero, poco a poco, nos hemos ido conociendo y respetando en nuestras diferencias.

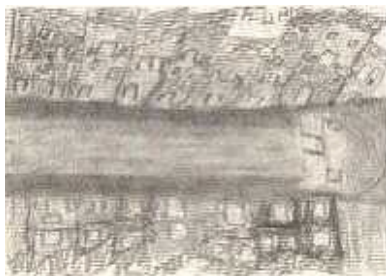
Hoy, aprovechando que en el grupo hay una buena energía de trabajo, me planteo una propuesta ambiciosa, pasar de lo general a lo particular, y de la representación simbólica del mundo interior, a la observación y representación de la realidad exterior.

La primera propuesta es tan sencilla como, cerrar los ojos, imaginar un paisaje y pintarlo. Después, cada uno se sumerge en su hoja de papel, en sus colores, en su mundo. Algunos cuidan los pequeños detalles, otros disfrutan mezclando los colores, surge alguna pregunta técnica, algunos bromean sobre su obra, y otros están tan concentrados que se olvidan hasta de fumar.

Cuando han terminado, hacemos una pequeña exposición en la que todos juntos vemos la obra de cada uno mientras que su autor-a nos habla de lo que ha querido representar, o de lo que ve que ha representado, aún sin haberlo pretendido. Es una rica cosecha:

- C. nos habla de la energía de la tierra que sale por la superficie hasta el cielo.
- J. L. dice que ha querido representar como el pasado da lugar y forma parte de lo nuevo.
- J. M. nos muestra su obra haciendo un hermoso alegato ecológico sobre la tierra que lo da todo y de la que todos nos olvidamos.
- F. nos ofrece una original visión de su mundo cotidiano y nos dice que aunque a él también le gusta el campo, ha pintado lo que ve durante todo el día mientras vende la revista, una calle cualquiera de Madrid.

Así, unos hablan más, otros menos, unos muy reflexivos, otros haciendo bromas, y otros en silencio, todos asomándonos por un momento a nuestro espacio interior y abriendo, en la medida que cada uno escoge, la ventana para que los demás puedan mirar y vernos.



F. «una calle de Madrid» ceras, DIN A 3.

VALORACIÓN PRIMER PERÍODO

Las personas que acudieron al taller, valoraron posteriormente en éste los siguientes aspectos:

- Lugar de encuentro, donde podían relajarse mientras realizaban una actividad agradable en compañía. Quiero señalar que, la soledad es un aspecto que suele pasarse por alto cuando se contempla la problemática de sectores desfavorecidos al prestar una atención prioritaria a sus necesidades físicas, y sin embargo, en muchas ocasiones es ahí, en la soledad, en donde está la causa raíz de su deterioro, de su abandono personal, lo que viene a agravar sus problemas existenciales.
- Comprobar que son capaces de aprender cosas nuevas.
- Recibir los elogios a sus producciones de alguna persona del grupo, así como ver publicada en la revista que ellos venden alguna de sus producciones.
- Tener la oportunidad de expresarse y ser escuchado.

Analizando el significado de estas valoraciones, se observa que podrían aunarse mayoritariamente bajo el epígrafe de «refuerzo de la autoconfianza».

La única valoración negativa por parte de algún miembro del grupo era sobre la escasez del tiempo de duración del taller.

SEGUNDO PERÍODO

Al finalizar los primeros seis meses de funcionamiento del taller y comprobada la buena acogida que éste había tenido, se consideró conveniente por

el interés que podía tener para otras personas así como para el propio centro, el establecer el taller como actividad abierta. Esta experiencia que ya se venía realizando en «La Moquette» en París, centro que también tiene como objetivo ayudar a la reinserción social y laboral de las personas sin hogar, consiste en mantener diferentes actividades abiertas en un mismo lugar de acceso libre que se convierte en un lugar de encuentro y comunicación de personas con diferentes situaciones sociales, en el que se puede participar, o mirar, o simplemente estar.

VENTAJAS E INCONVENIENTES DEL GRUPO ABIERTO

El principal elemento positivo que se consideró al tomar la decisión de convertir el taller en una actividad abierta, era ayudar a dinamizar el centro como lugar de encuentro, facilitando al mismo tiempo un acercamiento paulatino sin la presión de un compromiso de participación inicial como ocurre en los grupos cerrados, y proporcionar un contexto estimulante de preparación al cambio. Es decir, ampliar su potencialidad como primer escalón en la larga y costosa tarea de la reinserción.

A lo que se renunciaba con este tipo de grupo, era a profundizar en el trabajo terapéutico para el que es inevitable algún grado de compromiso previo, y la continuidad que posibilita la creación de vínculos y confianza en el grupo y con el proceso².

Probablemente ayude a entender la diferencia en la práctica del arte-terapia, entre un grupo cerrado y uno abierto, la descripción de una sesión reciente que tuvo lugar con este formato grupal de tipo abierto.

ES UNA TARDE CUALQUIERA

Falta poco para las tres y media cuando llego al Rincón del Encuentro de Rais, alrededor de doce personas están aquí hoy, algunas leen, otras se sientan, alguien apartado en una mesa parece estudiar; saludo brevemente y mientras preparo el espacio para el Taller de Modelado escucho algún comentario, retazos de conversaciones extendidas en el tiempo.

² RUITENBEEK, H. M. (1977). *Métodos y Técnicas en la psicoterapia de grupo*. Troquel, B. Aires.

Alguien que se estaba, llamémosle P., viene, se sienta a mi lado en la mesa, le ofrezco un pedazo de arcilla lista para modelar, pero él prefiere un día más, retomar su pieza con la que lleva trabajando ya varias semanas; es una pieza pequeña cuidadosamente formada y pulida, que algunos considerarían sobradamente terminada pero a la que P. quiere sacar aún acordes más sutiles.



P. «Santo Grial» arcilla modelada y pintada, aprox. 10 cms.

Mientras nuestras manos van retocando suavemente la arcilla, sintiéndola, acariciándola, los pensamientos de P. comienzan a tomar voz. Habla de cómo el contacto con la materia le hace a uno sentirse más pequeño, indefenso, abrumado, y que por eso le gusta trabajar con un objeto que siente que no le excede, que puede manejar con un cierto control. A intervalos, silencios, mientras la arcilla baila una danza de amor entre sus dedos. Me viene el recuerdo de algunas piezas de cerámica japonesa, de apariencia sencilla y exquisito acabado, y nuestra charla va derivando hacia el arte zen y como el espíritu de la persona se transmite a su obra.

Seguramente, P. no sabe, que el trabajo con arcilla puede ser un poderoso medio para estimular experiencias sensoriales primarias, o que ayuda a la regresión a las etapas iniciales del cuerpo egoico, en las que se desarrolla la simbolización³, pero esto carece de importancia, porque él lo está ya viviendo.

Dos personas más se incorporan al taller, se sientan frente a nosotros, y comienzan a amasar y modelar el barro, hablan de nacionalidades y músicas, la charla ahora se hace expansiva, el tono de voz más alto, la sincronía, una vez más, tiene lugar, y los gestos e impresión sobre la arcilla adquiere toques

³ FOSTER, F. (1997) «Fear of Three Dimensionality: Clay and Plasticine as Experimental Bodies» en *Killick and others «Art Psychotherapy and Psychosis»*. Routledge, Londres.

más enérgicos. Ese clima que ha generado ahora nuestro pequeño grupo, hace que otras personas se aproximen.

Mientras, P. silencioso, recogido en sí mismo, mantiene en el hueco entre sus dos manos su pequeña gran obra de arcilla, como si se tratase de un pájaro caído tempranamente del nido, al que es necesario proteger.

Internamente, le doy las gracias a P. por haber compartido conmigo, por un momento su rico mundo interior.

P. es un hombre de 42 años, con antecedentes de internamiento psiquiátrico, con tendencias depresivas, actualmente medicado y que generalmente se mantiene apartado sin comunicarse con la gente, aunque en ocasiones, mantiene cortos y lúcidos intercambios verbales con las pocas personas con las que establece relación.

Debo decir, además, que una de las dificultades con las que se enfrentan muchas de las personas que acuden a estos talleres, es la de mantener la atención sobre una tarea, objeto u objetivo durante un período continuado, esto forma parte de su problemática vivencial y es también uno de los objetivos el ayudarles a desarrollar esa capacidad.

CONCLUSIONES PERSONALES

Hasta el momento en el que comencé a colaborar con RAIS, mi experiencia como arte-terapeuta estaba centrada en acompañar procesos de crecimiento personal en personas con un alto grado de adaptación social y con un grado de salud mental tal que les permitía cuestionarse. En estos grupos el grado de compromiso e implicación emocional es alto y la reflexión integrativa entre los procesos simbólico-plástico y analítico-verbal, forma parte habitual de la práctica. El análisis fenomenológico de cuanto ocurre en la sesión, tanto a nivel plástico como de interacción, se lleva a cabo de forma personal y grupal, como forma de descubrir nuestros condicionamientos neuróticos y limitaciones egoicas.

Con el primer grupo semi-cerrado de arte-terapia para personas en procesos de reinserción social, el objetivo que se perseguía estaba menos centrado en la introspección personal y más en lo relacional; Y si bien se produjeron auto-descubrimientos espontáneos al verse en ocasiones reflejados en sus propias creaciones plásticas, el mayor logro fue el clima grupal de confianza, expresividad, y los lazos afectivos que se generaron. Todo lo cual constituye en personas tan dolorosamente heridas como lo son las personas sin hogar, el sustento imprescindible, en mi opinión, para que sea posible un

- Hola ELVIRA -

Soy V

Y muchas gracias por
todo lo que me ha
enseñado. Con la
gente soy un poco
más comunicativo

Te aprecia y una
saludo a ti y tu
compañero

15

P.S. Saludos a la compañera
que dibujaba con mígo.

cambio profundo de actitud, en cuanto a devolverles la confianza en sí mismos y en la sociedad.

La carta que incluyo a continuación, escrita por uno de los participantes en este grupo y que recibí hace unos días junto con la noticia de que tenía un trabajo, creo que dará idea de cómo el taller funcionó como catalizador de un proceso de apertura relacional que la persona estaba necesitando y gestando.

En lo que respecta al grupo abierto con el que trabajo en la actualidad, es aún pronto para llevar a cabo una evaluación, si bien lo que puede observarse ya con claridad es que tanto en el taller de expresión plástica como en el de modelado, se genera con facilidad un ambiente distendido en el que tienen cabida diversas formas de participación según las necesidades individuales, desde el encuentro más lúdico, social y de comunicación, a las actitudes más de introspección, silencio y encuentro con la propia obra; y desde ahí, desde la libertad con que en cada momento, cada persona elige para participar en el taller, puede actuarse desde diferentes perspectivas, que van desde la dinamización expresiva, a la escucha empática, pasando por la respuesta a preguntas técnicas, o el cuidado de un comportamiento respetuoso. En definitiva, el arte-terapia en esta ocasión se está configurando como un lienzo en blanco que requiere de una actitud abierta y atenta, que permita en cada momento completar el trazo que cada participante inicia, es decir, una gran escuela.

BIBLIOGRAFÍA

- CABRERA, P. J. (1998). *Huéspedes del aire. Sociología de las personas sin hogar en Madrid*. UPCO, Madrid.
- RUITENBEEK, H. M. (1977). *Métodos y Técnicas en la psicoterapia de grupo*. Troquel, B. Aires.
- FOSTER, F. (1997) «Fear of Three Dimensionality: Clay and Plasticine as Experimental Bodies» en *Killick and others «Art Psychotherapy and Psychosis»*. Routledge, Londres.