



Proyecto ALETHEIA: Arte, Arteterapia, Trauma y Memoria Emocional. Introducción al dossier

Carolina Peral Jiménez¹

Este dossier es la continuación del pequeño monográfico publicado en el anterior número de la revista en el que presentábamos el proyecto *I+D ALETHEIA: Arte, Trauma y Memoria Emocional* de la Universidad Complutense de Madrid, financiado por el Ministerio de Economía y Competitividad (HAR2015-69115-R).

Durante su primer año el proyecto ALETHEIA se ha centrado en recopilar información sobre cómo los artistas han utilizado el arte para elaborar eventos traumáticos personales o colectivos. Así mismo, se ha realizado una revisión de la literatura sobre arteterapia y trauma y se han seleccionado una serie de buenas prácticas desarrolladas tanto en España como fuera de nuestras fronteras. Además, durante el pasado mes de junio de 2017 se organizó en la Universidad Complutense de Madrid el Curso del Escorial “*Aletheia Contra el olvido. Arte, Trauma y Memoria Emocional. El proceso creador como elaboración del dolor*”, en el que participaron artistas, arteterapeutas y profesionales con amplia experiencia en trauma y del que podréis saber más a través de la reseña publicada en este mismo número de la revista.

Actualmente las vías de abordaje del trauma están especialmente centradas en los descubrimientos producidos en el campo de la neurociencia en los que se pone de manifiesto la conexión entre el cerebro, la mente y el cuerpo. Este nuevo paradigma también ha creado una nueva vía en la que fundamentar los beneficios de las terapias creativas por su capacidad de trabajo a través del lenguaje no verbal, lo simbólico y lo sensorial. Aún sin existir actualmente estudios que comprueben exactamente cómo influyen los procesos creativos en nuestro cerebro en la elaboración de eventos traumáticos, por las propias características de los procesos creadores, el arte y la creación pueden ayudar a integrar los procesos traumáticos. Las personas traumatizadas suelen sentirse atrapadas en el pasado, lo que les impide tener objetivos a alcanzar, esperanza o posibilidad de imaginar un mundo mejor. Tras el trauma, se produce una pérdida de imaginación y flexibilidad mental que puede abordarse a través del arteterapia, proporcionando un buen clima para comenzar un proceso de cambio, siempre desde la contención y el acompañamiento terapéutico. El objetivo es restituir el sentido de agencia, es decir *la sensación de ser capaces de tomar decisiones para dirigir nuestra propia vida*. A través de la creación podemos empezar a restaurar este concepto, tomando decisiones sobre nuestro proyecto o proceso creativo, permitir equivocarnos,

¹ Universidad Complutense de Madrid. Arteterapeuta, docente e investigadora contratada a través del programa de Formación de Personal Investigador (FPI) asociado al proyecto ALETHEIA.
E-mail: carolina.peral@ucm.es

jugar, improvisar, reinventar posibles finales y tomar fuerzas para poder seguir experimentando y extrapolar esta seguridad a nuestra vida.

El trauma es una experiencia que literalmente nos deja sin palabras y que puede producir alexitimia, la incapacidad de identificar verbalmente el significado de nuestras sensaciones físicas y emociones. Por otro lado, los estudios sobre el trauma han demostrado que los recuerdos traumáticos en nuestra memoria se almacenan en parte en la memoria explícita, pudiendo expresarse verbalmente, mientras que gran parte de ellos son almacenados en la memoria implícita, no verbal, a través de los sentidos y las emociones. Una memoria corporal del trauma, que queda impregnada en nuestro cuerpo.

Por este motivo, en este monográfico hemos querido ofrecer una amplia mirada ofreciendo distintas aproximaciones al trauma a través del arte, en las que el cuerpo ocupa un lugar fundamental. Comenzamos con un artículo de Raquel Pastor que nos introduce hacia la vida y la obra de la bailarina y coreógrafa Pina Bausch, cuyo trabajo está impregnado del trauma individual y universal que supone la guerra y que ella vivió en primera persona durante su infancia. En el segundo artículo Rosaura Navajas nos habla de cómo a través de la expresión corporal podemos ayudar a mejorar el autoconcepto y la imagen corporal de mujeres que han sufrido maltrato. A continuación, Tania Ugena Candel y Ana Casla Puig abordan también a través del arteterapia y el trabajo corporal el trauma sufrido por mujeres jóvenes con problemas derivados de violencia intrafamiliar o sexual. Sofía Martín, desde una perspectiva de género, nos escribe una poética reflexión sobre la necesidad de un *espacio propio* para todas aquellas mujeres que han acumulado sucesos traumáticos a lo largo de su vida, ofreciendo un acompañamiento y una posibilidad de fortalecimiento de sus capacidades resilientes. Hasta aquí, casi de un modo no premeditado, la mujer y las situaciones traumáticas a las que se ven expuestas tienen un gran protagonismo en el dossier, pues lamentablemente, simplemente por el hecho de ser mujeres tenemos una alta probabilidad de padecer sucesos potencialmente muy traumáticos como el maltrato y las violaciones.

Los niños y las niñas son así mismo otro colectivo con especial vulnerabilidad, pues la infancia supone el periodo de mayor indefensión y necesidad de protección emocional. Los menores se ven expuestos con demasiada frecuencia a maltratos y abusos que quedan ocultos y silenciados dentro del ámbito familiar y que por supuesto conduce a graves problemas que les acompañarán hasta su vida adulta. Sirva como ejemplo el interesante estudio de caso que nos presenta Pilar Ascaso en el que ha trabajado a través de arteterapia y psicoterapia con un paciente masculino que sufrió abusos sexuales durante su infancia. Por mi parte para cerrar el dossier he querido colaborar con un artículo centrado en la prevención del trauma, su relación con la resiliencia y en posibles vías de trabajo a través del arteterapia.

Para terminar, quiero expresar mi agradecimiento a todas las autoras por sus excelentes artículos y a todos los miembros del grupo de investigación de ALETHEIA porque juntos estamos trabajando para otorgar un lugar propio a nuestra profesión a través de la investigación. Esperamos poder seguir compartiendo con todos vosotros y vosotras los procesos y resultados de las investigaciones y talleres que se están llevando a cabo dentro de este bonito camino que hemos emprendido.