

Arteterapia. Papeles de arteterapia y educación para inclusión social

ISSN-e: 1988-8309

<http://dx.doi.org/10.5209/arte.64927>

 EDICIONES
COMPLUTENSE

MUSAS. Un proyecto de Arteterapia y Creación Artística para la inclusión social, con enfoque de Género, en Salud Mental

Ruth Miras-Ruiz¹, María Salazar García²

Recibido: 08 de julio 2019 / Aceptado: 16 de septiembre de 2019

Resumen. En este artículo se describe la intervención y la investigación del proyecto de Arteterapia y Creación Artística para la Inclusión Social, desde el enfoque de género: *MUSAS*. Que se viene desarrollando desde el año 2017 en el CRPS. Latina, en colaboración con la Asociación Arte para la Vida y el proyecto de investigación *ALETHEIA. Arte, arteterapia, trauma y memoria emocional*, de la Universidad Complutense de Madrid. Las participantes son un grupo de trece mujeres, con diagnósticos de enfermedad mental severa y que son usuarias del servicio de rehabilitación psicosocial. El Objetivo principal del proyecto es: generar un espacio abierto de Creación Artística, de carácter social e inclusivo, que sea favorecedor de procesos de Resiliencia y Empoderamiento personal y grupal de las participantes, gracias a la expresión y gestión emocional, a través de las posibilidades que emergen de los procesos creadores.

Palabras clave: Arteterapia, rehabilitación psicosocial, inclusión, género, resiliencia, estigma.

[en] MUSES. An Art Therapy and Artistic Creation project for social inclusion, with a Gender focus, in Mental Health

Abstract. This article describes the intervention and research of the Art Therapy and Artistic Creation project for Social Inclusion, from the gender perspective: *MUSAS*. Which has been developing since 2017 in the CRPS. Latina, in collaboration with Asociación Arte para la Vida and the *ALETHEIA* research project. Art, art therapy, trauma and emotional memory, from the Complutense University of Madrid. The participants are a group of thirteen women, with diagnoses of severe mental illness and who are users of the psychosocial rehabilitation service. The main objective of the project is: to create an open space of Artistic Creation, of a social and inclusive nature, that favors processes of Resilience and personal and group Empowerment of the participants, thanks to the expression and emotional management, through the possibilities that emerge from the creative processes.

Keywords: Art therapy, psychosocial rehabilitation, inclusion, gender, resilience, stigma.

Sumario: 1. Introducción. 2. Musas. El Proyecto. 3. La Intervención. 3.1. Arteterapia, intervención social y género. 3.2. Objetivos. 3.3. Encuadre. 3.4. Participantes. 3.5. Metodología - Actividades. 4. La Investigación. 5. Resultados. 6. Conclusiones. Referencias.

Cómo citar: Ruth Miras-Ruiz, R.; Salazar García, M. (2020) MUSAS. Un proyecto de Arteterapia y Creación Artística para la inclusión social, con enfoque de Género, en Salud Mental, *Arteterapia. Papeles de arteterapia y educación para inclusión social*, 15, 77-90.

1. Introducción

*“Vuestras mujeres callen en las congregaciones;
porque no les es permitido hablar,
sino que estén sujetas, como también la ley lo dice”.*
San Pablo, Primera carta a los Corintios.

*La relación de amor es la condición de nuestra capacidad para el habla.
Si se niega esto, se destruye no sólo a las personas,
sino también la posibilidad humana, su condición de hablante.*
Julia Kristeva

¹ Arteterapeuta y Danzaterapeuta. Artista Multidisciplinar. Docente. Investigadora Colaboradora UCM.
E-Mail: arteyprocesoruthmiras@gmail.com

² Psicóloga. Directora CRPS Latina. Profesora Asociada Facultad de Psicología UCM.
E-mail: mariasalazargarcia23@gmail.com

Sujetas y silenciadas, calladas y reclusas, en un lugar recóndito y desconocido de la historia y de la memoria colectiva, han permanecido las identidades, las subjetividades de las mujeres creadoras, artistas, filósofas, inventoras, científicas, etc., como reflejo del *no-lugar* reservado al género femenino en las gradas y escenario del *Epidaurio* de nuestra historia escrita. Y en los extensos dominios del yugo-silencio perenne, Ellas (nosotras), con paciencia, tesón, esfuerzo, valentía, dolor, sabiduría..., de forma individual y colectiva, han ido tejiendo redes, velas y alas, con las que sostenerse, navegar y alzar, por fin, el vuelo de la voz. Una Voz, peregrina, en busca de un lugar propio y compartido a la vez, en busca de un discurso propio y compartido a la vez, que ha de engendrarse y articularse portando los pesados escombros de los viejos Mitos, arquetipos, estereotipos; desde los fantasmas de un imaginario colectivo, cultural y social coronado por la desigualdad. Jung (1994) afirmaba que el lenguaje no es otra cosa que una imagen, y Durand (2005) que el mito vendría a ser un relato compuesto por un sistema de símbolos, arquetipos, ideas y esquemas interconectados. Entendemos que éstos, no son entidades inamovibles, sino que se da una interconexión dinámica, favoreciendo, que sobre los viejos cimientos de los viejos mitos, podamos construir nuevas narrativas de igualdad, nuevos templos de sabiduría personal y justicia social.

Es a partir de esta idea global que surge el proceso creador, que a continuación, en este artículo, trataremos de trazar con la palabra. Expondremos el recorrido de gestación, planificación e implementación del proyecto de creación, intervención e investigación: **Musas. Arteterapia y Creación Artística para la Inclusión Social, con enfoque de género**, que desde el año 2017 se viene desarrollando en el Centro de Rehabilitación Psicosocial (CRPS) Latina, (Red pública de atención social a personas con enfermedad mental grave y duradera de la Comunidad de Madrid), con la colaboración de la asociación de Arteterapia y Creación Artística: **Arte para la Vida (ACAV)**, y dentro del marco del proyecto de Investigación: **Aletheia: arte, arteterapia, trauma y memoria emocional I+D** de la **Universidad Complutense de Madrid**.

2. MUSAS – El Proyecto

*“Ese endiosamiento en la mujer es puro cuento,
las llaman **musas**,
pero terminan por limpiar el escusado y hacer las camas”.*

*“No tuve tiempo de ser la **musa** de nadie...
estaba demasiado ocupada rebelándome contra mi familia
y aprendiendo a ser una artista”.*
Leonora Carrington³

¿Porqué Musas?, ¿por qué utilizar un término que, a lo largo de la historia, ha relegado a la mujer a un estado de pasividad, de objeto pasivo, sin significación y participación social apenas ostensible?, ¿quiénes son para nosotras las Musas?, ¿cómo pueden ser las Musas inspiración para un proyecto con enfoque de género e implementado en el ámbito de la salud mental?.

*Las Musas, la Musa-ELLA.
susurrando al oído del poeta, del artista, del creador-EL.
Las Musas, la Musa-ELLA,
Mortal-Inmortalizada
sobre la coraza húmeda de un lienzo, que hace las veces de mortaja,
donde van a morir las aspiraciones de aquellas que en él son retratadas.
(Rumi-Ruh 2001)*

Para comenzar a responder estas preguntas nos remontamos a los inicios de este proyecto en el año 2000, en concreto al diseño del proyecto⁴ expositivo **Pandora: Musas, Malditas y Proscritas**. Para aquel proyecto se realizó un trabajo de investigación a partir de la literatura relevante relacionada con la crítica del arte, con enfoque de género, y de la iconografía de la Historia del Arte Occidental, del S. XIX y principios del S. XX, siguiendo la estela de las lecturas de Bram Dijkstra (1993), Erika Bornay (1994, 1998), Linda Nochlin (1988), Lynda Nead (1998), entre otras.

Propusimos entonces el ejercicio creativo de visitar, repensar e imaginar una nueva historia, una nueva narrativa para el Mito de **Pandora**, ofreciéndole un nuevo lugar en nuestro imaginario. Pandora pasó a ser, en nuestro proyec-

³ La artista Leonora Carrington, “la desposada del viento” (como la bautizó el artista surrealista Max Ernst), fue una artista polifacética: escritora, escultora, pintora, que formó parte del movimiento Surrealista, y luchó durante su vida por derribar los muros de la cultura del sometimiento, especialmente rígidos para ella.

⁴ Fruto de aquel primer diseño de proyecto expositivo y de la investigación que se llevó a cabo para tal fin, nació también un proyecto escénico llamado *Enigmas*, y que se estrenó en abril de 2006. *Enigmas* hacía alusión por un lado a lo desconocido, lo misterioso, los dominios del inconsciente, al *Ánima* y *Al Animus*, a la *Sombra* (Jung); de cómo operan los estereotipos y los arquetipos personales, familiares, culturales-colectivos en la psique de cada sujeto.

to⁵, aquella mujer libre que abrió la caja de lo silenciado, la caja que contenía todas las injusticias que la humanidad había cincelado sobre el cuerpo físico, psíquico e imaginario de la Mujer; Pandora entonces habló, puso en acto su condición de humana, en tanto en cuanto que sujeto hablante (Kristeva, 1998), puso voz y palabra a la injusticia, al horror, al miedo. Pandora rompió los límites del conocimiento, y el castigo por ello fue cargar con la culpa, con el peso del dolor de la humanidad sobre su nombre y su **identidad de género**. Desde Pandora, o desde Lilith, ambas productos refinados del imaginario de la misoginia patriarcal, la mujer apenas ha podido explorar y encontrar espacios e imágenes de simbolización y representación más allá de los condensados en las imágenes de las **musas, las malditas y las proscritas**. Estaríamos ante lo que Bram Dijkstra (1986) define, en su “Ídolos de perversidad”, como una *Iconografía de la Misoginia*, que sin duda tuvo su auge y asentamiento, desde finales del siglo XVIII y hasta las Primeras Vanguardias del S. XX. Y que junto con la consolidación de la museografía moderna y a las teorías del psicoanálisis, contribuyeron, de forma notable, a un resurgimiento y establecimiento de los estereotipos de género y que heredarían, más tarde, las primeras vanguardias históricas, escuchándose su eco y contemplando sus destellos, en las paredes de los museos, aún hasta nuestros días.

Dante Gabriel Rossetti, pintor y poeta de la *Hermandad Prerrafaelita*, podría servirnos de claro ejemplo de ese especial vínculo dicotómico entre el Artista-varón-activo-creador, y la Musa-mujer-objeto-pasiva-creada, un vínculo que pendula entre la idealización de las virtudes y de la belleza femenina, y el temor-odio-fascinación a aquellas manifestaciones o cualidades que se alejen de lo moralmente establecido y del ámbito del control masculino.

Así versa uno de los sonetos, de su poemario *La casa de la vida* (Rossetti, 1996), en el que quedan recogidos elementos centrales y referentes en la iconografía y la iconología del *arte fin de siglo*, que desempeñaría un papel relevante en la consolidación y anclaje de los mitos en el psiquismo individual y colectivo, abriendo puertas a las narrativas y al discurso misógino *fin de siglo*.

*Se cuenta de la primera mujer de Adán, Lilith
(la hechicera a quien amó antes de recibir el regalo de Eva)
que su lengua engañaba antes que la de la serpiente
y su pelo embrujado fue el oro primigenio.*

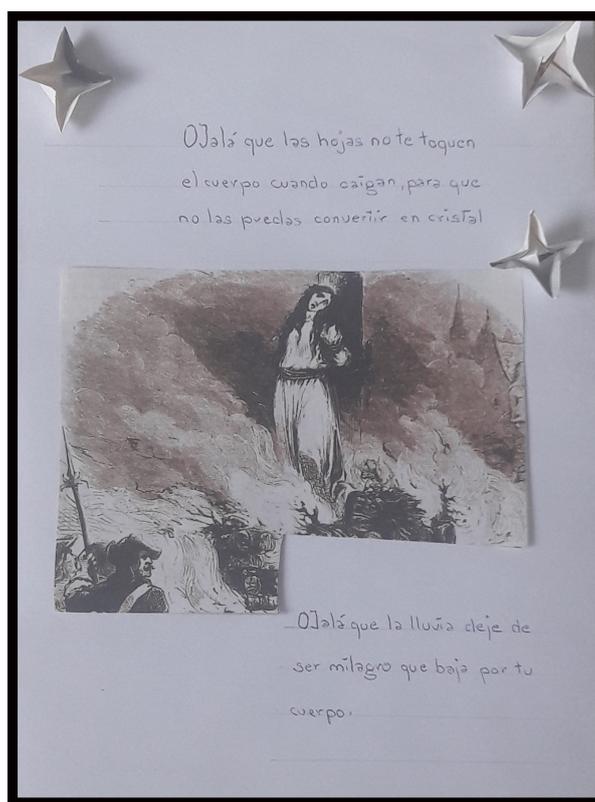


Figura 1. Ojalá que las hojas no te toquen el cuerpo cuando caigan.
Obra de una participante sobre el estigma y la libertad.

Las **MUSAS**, como concepto global, han sido nuestro punto de partida, el hilo conductor del proyecto; tanto aquellas divinidades inspiradoras de las Artes en la mitología griega como todas las otras musas silen-

⁵ A diferencia de en el Mito Clásico, en el que Pandora, al igual que Lilith o posteriormente Eva, en la tradición Hebréa, y heredada por el cristianismo, fue la primera mujer y portadora de los males de la humanidad.

ciadas de la historia. Pero nuestra propuesta trasciende este concepto e identidades asignadas inicialmente a las musas, y plantea una reflexión sobre el papel de la mujer en la Historia del Arte (como reflejo del papel de la mujer en la historia en general). Las mujeres aparecen en los museos, pero confinadas, encerradas entre la trama y la urdimbre de los lienzos, entre las vetas de piedra y reflejadas a través de la idealización, del sesgo y de las proyecciones que los artistas hombres hacen de ellas. Es a partir de aquí que proponemos un trabajo de reflexión, diálogo y creación de nuevos territorios y universos posibles, para esas mujeres que aparecen en cuadros y esculturas, en fotografías y grabados. Imaginar quiénes eran, qué pensaban sobre sí mismas y cuál era su lugar en el mundo; y a partir de aquí imaginar un nuevo escenario para sus vidas (como hicimos con el mito de Pandora).

Consideramos imprescindible generar, a través del arte y los procesos creativos, espacios de escucha y diálogo, de expresión y motivación, donde se pongan en juego la expresión emocional y el desarrollo de la empatía. Espacios y tiempos de co-construcción, inclusivos, participativos y transformadores de realidades personales y sociales. Nuestra propuesta es un proyecto de Arte Social, participativo, colaborativo e inclusivo.

A partir del año 2015, lo que hoy presentamos como **Proyecto Musas**, fue tomando la forma, la estructura y la metodología de intervención, desde un enfoque Arteterapéutico, que presentaremos a continuación, y que se articula en el siguiente itinerario:

1. **Aquellas Musas** - Origen mitológico de las Musas.
2. **Ellas Musas** - La mujer – musa – modelo, en el arte, como objetivo Pasivo y de Deseo.
3. **Vosotras Musas** - Arte de Mujeres. Dirigir la atención hacia el arte de mujeres artistas actuales.
4. **Nosotras Musas** - Encontrar en nuestra propia experiencia la conexión con nuestras propias musas.

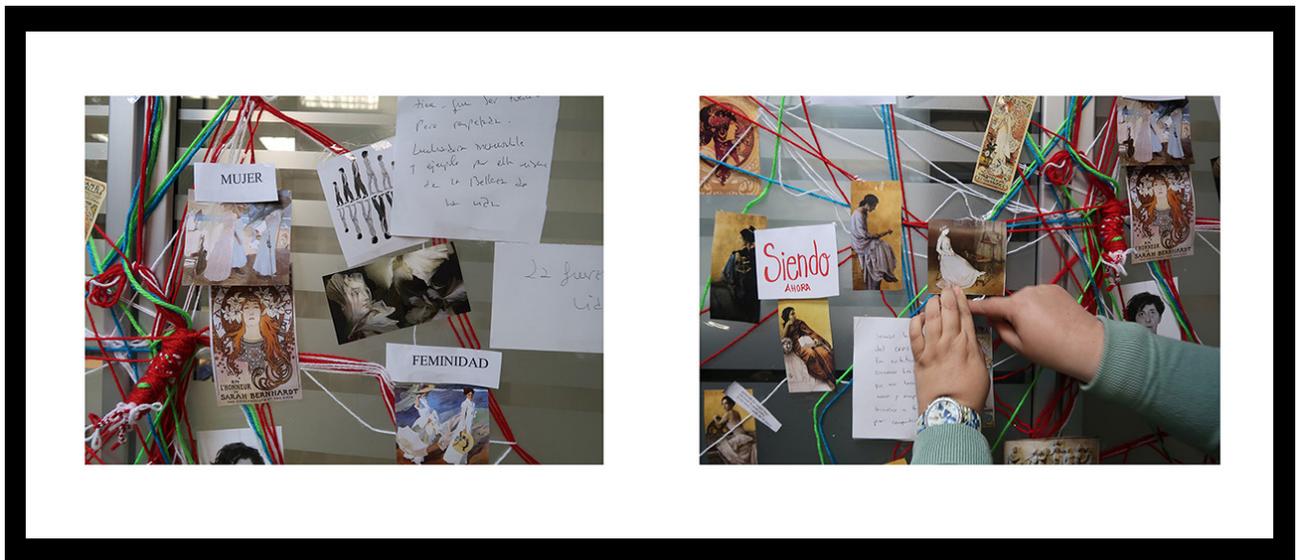


Figura 2. *La Red de la Confianza*. Obra Colectiva.

3. La Intervención

La Intervención del proyecto se plantea y se diseña a partir del diálogo y la cooperación entre el equipo del CRPS Latina y el equipo de arteterapeutas, formado por una arteterapeuta de la Asociación Arte para la vida y estudiantes en prácticas del máster de Arteterapia de la Universidad Complutense de Madrid.

Las actividades que hemos realizado han servido como conectores de capacidades, habilidades y competencias personales y relacionales. Han abarcado lo lúdico y lo terapéutico, lo social y lo personal, la expresión y la escucha, la constancia y lo dinámico, *entre lo dado y lo posible* (Fiorini, 2006).

Como veremos a continuación, se planteó la necesidad de generar espacios e intervenciones específicas, dirigidas a la población de mujeres que asisten al centro, habiéndose detectado una desigualdad en el acceso a los recursos de rehabilitación en salud mental, dentro del propio CRPS.

3.1. Arteterapia, Intervención Social y Género

“Pasar del lugar de unos pocos al lugar de todos”.

Antonio Tari

El Centro de Rehabilitación Psicosocial Latina es un recurso perteneciente a la Red Pública de Atención Social a personas con enfermedad mental de la Consejería de Política Social y Familia de la Comunidad de Madrid y

gestionado por Grupo 5. Se trata de un recurso diseñado específicamente para atender a personas con enfermedad mental.

La Rehabilitación Psicosocial puede definirse como: “un proceso que cuya meta global es ayudar a las personas con discapacidades psiquiátricas a reintegrarse en la comunidad y a mejorar su funcionamiento psicosocial de modo que les permita mantenerse en su entorno social en unas condiciones lo más normalizadas e independientes que sea posible”. (Rodríguez, 1994, pg.4).

Esta definición nos conduce a la idea de un trabajo con la persona en un lugar, la comunidad. Comunidad entendida no como espacio geográfico, sino como una red de vínculos en los que se construye y desarrolla el sujeto (AEN, 2012). Se trata, por tanto, de intervenir con la persona y con la comunidad. El foco de atención se traslada del individuo hacia la interacción de que éste establece con su entorno y viceversa.

Desde su apertura en 2007, el Centro de Rehabilitación Psicosocial Latina ha visto en Arte el aliado perfecto para el diseño de acciones que contribuyan a sus objetivos. En 2008 iniciamos un trabajo colaborativo con el Área de Educación del Museo Thyssen Bornemisza que trabaja activamente para crear interrelaciones entre colectivos, asociaciones, profesionales y visitantes, promoviendo redes de colaboración (Gamoneda, A. 2011), que continúa hasta la actualidad. Surge así el Proyecto de Capacitación y Empoderamiento a través del Arte (PCEA). El objetivo del mismo es utilizar el lenguaje artístico como medio para el desarrollo de habilidades, destrezas, capacitación y mejora de la imagen social del colectivo de personas con problemas de salud mental.

Los resultados en la calidad de vida de las personas atendidas de este trabajo colaborativo son destacados, así como las múltiples oportunidades que ha proporcionado para cuestionar y combatir los procesos de estigmatización hacia las personas con enfermedad mental. Desde visitas guiadas, hasta la promoción de una mayor autonomía de las personas en el diseño y autogestión de las visitas con otros recursos, pasando por la implicación de familiares y diversos agentes comunitarios y la cocreación de espacios para el abordaje de problemáticas que afectan a las personas con enfermedad mental. Una de ellas se orienta específicamente a las mujeres que padecen este trastorno (Proyecto Nos+Otras).

Hay una intención hacia la transformación y, respecto de ella, hay una forma de mirar y hacer que derrama creatividad sobre las esferas de la vida por medio de lenguajes simbólicos, procesos artísticos y producciones colectivas que favorecen la búsqueda, el acceso, la participación y el diálogo. Y todo esto forma parte de la intervención social”.
(Olaechea y Engeli, 2011, p.55).

Según M. Hernández, el proceso creativo arraiga en la subjetividad, individual por tanto; pero puede ser también vehículo y expresión de la intersubjetividad, de modo que cabe considerar la creatividad como expresión colectiva, expresión de la concordancia y resonancia de múltiples subjetividades, y ser así también un armazón de la mejor versión del ser humano como ser social, que traduce experiencias colectivas y crea significados compartidos, máxima expresión de lo que podemos considerar como lo más genuinamente humano (Abad, Cubero, y Hernández, 2014). El Arte como medio de expresión interna de autoconocimiento y de vinculación y conocimiento del y para con el otro. El Arte como medio de transformación social y cambio de mirada, de “altavoz” de los sin voz, de facilitador para la generación de comunidad inclusiva. (Abad, A. y Salazar, M. 2016).

*...donde quiera que estuviera sentada, estaría bajo la misma campana de cristal,
agitándome en mi propio aire viciado...”*
(Plath, S. 1963)

Hemos elegido esta frase de la poeta estadounidense Sylvia Plath para evidenciar dos fenómenos que impactan negativamente en la salud mental de las mujeres. Por un lado, el aire viciado, metáfora del asfixiante efecto de los condicionantes de género en el devenir de los itinerarios biográficos de las mujeres. El peso de una desigualdad naturalizada que forma parte de nuestro espacio vital y que, en muchas ocasiones están en la base de muchas de las manifestaciones que etiquetamos como “patológicas”. Por otro lado, la campana de cristal aludiendo a los mecanismos que pone en marcha el sistema para atender a estas problemáticas, en muchas ocasiones desde un enfoque reduccionista e individualista, centrado en los síntomas del malestar psíquico y escasamente atraído por las causas que han llevado a la mujer a padecerlo. Una desigualdad normalizada, producto del contexto sociohistórico y un sistema con cierta incapacidad para la apertura, pueden abocar a la mujer diagnosticada con un trastorno mental grave a un entrenamiento, cuanto menos, cuestionable: aprender a respirar aire viciado (y tratar de mostrar un funcionamiento social óptimo) y adaptarse acríticamente a una situación profundamente injusta.

Con esto no queremos negar la existencia del sufrimiento mental. Somos partidarias de visibilizar una problemática que está presente y que afecta a un número muy considerable de mujeres. Nuestra intención es señalar la importancia de aplicar una perspectiva de género sobre los procesos de atención a la salud mental.

Las mujeres padecen enfermedad mental en la misma medida que los hombres (el sufrimiento es una condición inherente a la experiencia humana). Sin embargo, los datos nos muestran que son más demandantes de atención (en consultas de atención primaria) y menos receptoras de intervenciones especializada. No existe una única explicación a este fenómeno ya que sobre el mismo inciden infinidad de variables (edad de inicio del

trastorno, funcionalidad de la red social, capacidad de pedir ayuda, adherencia al tratamiento –Jiménez, R. *et al*, 2000– ...), pero sí la constatación de un menor y más tardío acceso a dispositivos de rehabilitación (Rullas, M. *et al.*, 2013).

Es innegable que los condicionantes de género están presentes también en la atención a la salud mental. Para poder profundizar sobre este complejo fenómeno que genera discriminación deberíamos analizar cómo los condicionantes de género impactan negativamente en la salud mental de las mujeres: los procesos de socialización (mayor permisividad a la expresión emocional, pero también mayor presión a asumir actitudes sumisas y roles pasivos), los roles familiares (asunción del papel de cuidadora), la situación laboral (más precaria en el caso de las mujeres, salarios más bajos), la incorporación al ámbito laboral y el injusto reparto de las tareas en el ámbito doméstico, la presión para encajar en cánones de belleza irreales, los modelos idealizados sobre la maternidad, la clase social (mayor tendencia a ocupar los lugares más bajos de la escala social), la tendencia a medicalizar síntomas cuya causa puede estar en un malestar social, son algunos de los factores que contribuyen a explicar el porqué de las diferencias en la manifestación de problemas de salud mental.

Es por ello que consideramos necesario implementar acciones orientadas a mejorar nuestro conocimiento en este ámbito y al desarrollo de proyectos que reduzcan su impacto. La incorporación de una perspectiva de género en salud, el desenmascaramiento de las lógicas naturalizantes y el logro de la equidad en salud implica la revisión constante de nuestras maneras de hacer.

3.2. Participantes

El Proyecto ha transcurrido en dos años, en los que han participado un total de 13 mujeres. La edad media de las participantes es de 51,8 años, siendo la más joven de 38 años y la mayor de 63. Doce de ellas están solteras y una de ellas divorciada. Mayoritariamente conviven con sus padres (salvo dos que viven solas y dos en una Minirresidencia). Ninguna de ellas trabajan en la actualidad, aunque cinco de ellas sí cuentan con experiencias laborales previas. Todas ellas tienen preservada su capacidad jurídica.

Todas ellas tienen un diagnóstico psiquiátrico de enfermedad mental grave (esquizofrenia paranoide en la mayoría de los casos) y están siendo atendidas en los Servicios de Salud Mental de Galiana y de Águilas (distrito Latina, área 7).

Presentan una evolución de la enfermedad de casi 20 años y están siendo atendidas en el Centro de Rehabilitación Psicosocial al menos, desde hace dos años.



Figura 3. *MUSAS* – Participantes del Proyecto frente a la Red de la Confianza.

3.3. Objetivos

Los Objetivos de intervención que exponemos a continuación, fueron diseñados teniendo en cuenta las necesidades detectadas y expuestas anteriormente. Estos Objetivos así mismo se han ido adaptando, atendiendo a un modo de intervención flexible y dinámico, a las necesidades y posibilidades que han ido emergiendo en el grupo durante el proceso de intervención.

Objetivo General: Generar un espacio abierto de Creación Artística, de carácter social e inclusivo, que sea favorecedor de procesos de Resiliencia y Empoderamiento personal y grupal de las participantes, gracias a la expresión y gestión emocional, a través de las posibilidades que emergen de los procesos creadores.

Cada sesión y cada actividad cuenta con unos objetivos específicos y así mismo tendremos en cuenta los objetivos generales para el grupo y los concretos para cada participante.

El proyecto cuenta, entre sus objetivos con aquellos que favorecen el empoderamiento del colectivo al que nos dirigimos, algunos de ellos son:

– Explorar diferentes disciplinas artísticas (transversalidad) ampliando, a través de ellas, los recursos y la capacidad exploratoria de las participantes ante sí mismas y ante el mundo.
– Potenciar la imaginación y la creatividad, a través del arte, puestas al servicio de la vida y la construcción de realidades personales más saludables y adaptativas.
– Desarrollo de habilidades y competencias personales, enfocadas, en especial, en ampliar espacios de independencia .
– Mejora del auto-concepto - autoimagen - autoestima
– Favorecer el Autoconocimiento
– Fomentar las relaciones interpersonales
– Inclusión e implicación en la comunidad con el fin de Reducir el Estigma del binomio formado por: mujer-enfermedad mental

3.4. Encuadre

El encuadre externo del taller de Arteterapia, a nivel espacial, ha sido dinámico y cambiante ya que las actividades se han realizado tanto en el aula del CRPS, como en diversos museos, salas de exposiciones, etc.

El MUSEO, es decir *la casa de las MUSAS*, ha sido una cuestión central en el proyecto y el encuadre. Hemos tratado de habitarlo, reconocerlo, introyectarlo, no solo como un espacio donde los elementos propios de la terapia pueden ponerse en movimiento y en juego, sino también y sobre todo, como un Espacio relacional transversal donde poder generar nuevas oportunidades para la reflexión, el cambio y inclusión social. Los Museos han sido el hogar de las Musas-participantes de este proyecto.

La temporalidad del proyecto ha sido de octubre a junio, durante dos cursos lectivos. Y el horario de los talleres una tarde a la semana durante dos horas.

El *Espacio Propio*, es decir, el espacio de mayor contención y seguridad, corresponde al aula del CRPS y en ella comenzamos el proyecto y a ella regresábamos (*un hogar al que regresar*) para recapitular, recoger y elaborar a través de la creación artística, aquellos temas, ideas, inquietudes, etc. que fueron surgiendo durante las actividades en los *Espacios ajenos* o de menor confianza y seguridad. Esta dinámica favoreció la ampliación de la exploración del territorio interno y externo en las participantes (como hemos visto, uno de los principales objetivos del proyecto) y abrió nuevas fronteras a nuevas posibilidades, a terrenos diferentes de muchos de los *paisajes devastados* de sus vidas.

Dada la particularidad cambiante del encuadre externo ha sido de suma importancia, y así lo asumimos, el ofrecer, como arteterapeutas, como agentes artísticos y terapéuticos al mismo tiempo, *un encuadre interno* coherente y consistente, pero poniendo el foco de la experiencia en las participantes, como expertas en sí mismas y en su proceso terapéutico y vital. Toda la intervención ha estado guiada internamente por nuestro enfoque terapéutico, en el que integramos aspectos teóricos y prácticos de la psicoterapia Psicodinámica relacional, principalmente, y de las Constructivista y Humanista.

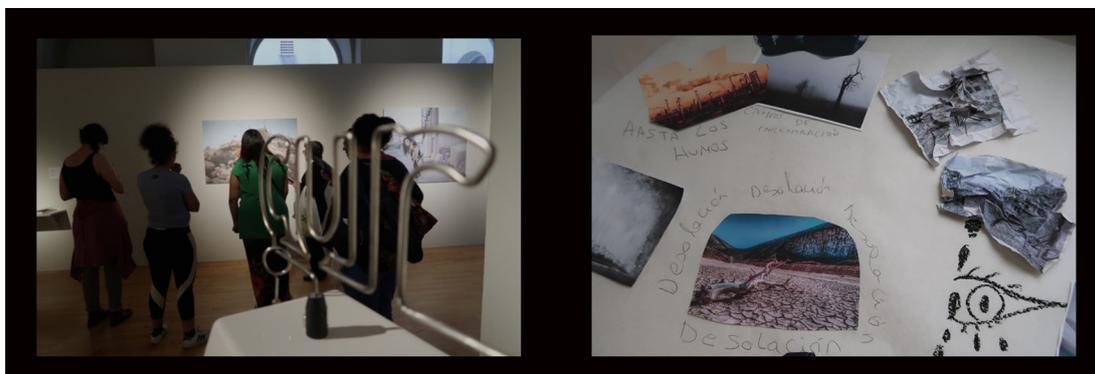


Figura 4. *Paisajes devastados*. Visita a Exposición y Creación relacionada con la visita.

3.5. Metodología - Actividades

El desarrollo práctico del proyecto ha pasado por diferentes fases desde la propuesta inicial de intervención, que se sustentó, principalmente, sobre el trabajo con técnicas proyectivas a través de imágenes de los personajes, los espa-

cios, los objetos, de los paisajes, etc., que aparecen en las obras artísticas y también a través de su ubicación física en los museos. Esto nos permitió un proceso de exploración emocional y de desarrollo de recursos intrapersonales e interpersonales, el reconocimiento de las dificultades, pero también y sobre todo un reconocimiento y desarrollo de las fortalezas sustentadas en la capacidad de lucha ante la adversidad, de la reivindicación de una presencia más plena en la sociedad, de ser capaces de generar su propio lugar en el mundo, rompiendo las barreras de los **estigmas de lo femenino y de la enfermedad mental**, convirtiéndose, las participantes, en sus propias **Musas**.

Para encaminarnos hacia la consecución de los objetivos planteados fuimos dando forma al modelo de intervención, conjuntamente con las participantes, en coherencia con el objetivo de fomentar el desarrollo de habilidades y competencias personales, enfocadas, en especial, en ampliar espacios de independencia, territorios de participación y decisión.

A partir de la idea y recorrido que planteamos al inicio:

1. **Aquellas Musas** – Origen mitológico de las Musas.
2. **Ellas Musas** – La mujer – musa – modelo, en el arte, como objetivo Pasivo y de Deseo.
3. **Vosotras Musas** – Arte de Mujeres. Dirigir la atención hacia el arte de mujeres artistas actuales.
4. **Nosotras Musas** – Encontrar, a través del proceso creador en diálogo con la propia experiencia la conexión con nuestras propias musas.

Llevamos a cabo diversas actividades y creaciones, desde un modelo de creación artística transversal, enmarcadas dentro de cuatro tipos de acciones:

1. **Taller** de Arteterapia en el aula del CRPS.
2. **Visitas a Museos**, exposiciones, galerías, etc. + Café foro
3. **Encuentros** con mujeres artistas.
4. **Visitas a funciones** de Teatro, Danza. + Café foro

Dentro del **taller de Arteterapia, en el aula del CRPS**, realizamos las primeras sesiones, con el fin de abrir las puertas al vínculo terapéutico y grupal dentro de un espacio seguro y contenedor.

En estas sesiones estuvieron muy presentes las Musas de la mitología griega. Cada participante se identificó con alguna de ellas, y realizaron obras individuales y murales colectivos, en una exploración de las cualidades y habilidades personales.

También en este inicio comenzamos a *tejer*, lo que finalmente se ha convertido en estandarte del proyecto: Una Red (que también proponemos como actividad de inicio en otros proyectos) que simboliza el lugar de anidamiento de la confianza, el entramado de vínculos que han de surgir en el grupo. La red ha ido creciendo a lo largo del proyecto y contiene, en formato imagen y texto, cada una de las experiencias compartidas a lo largo de los meses de intervención (ver figuras 2 y 3).

En el aula se han desarrollado muchas otras propuestas, relacionadas con las temáticas que emergían tras las visitas a las exposiciones o en la preparación previa de las mismas.

En estas sesiones se han **planteado dinámicas con y sin consigna, grupales e individuales**.

Las Técnicas y Materiales utilizados han sido diversos, y han estado al servicio de la expresión emocional, a la expresión del *Self*, y no a la inversa.

Algunos de los **temas principales** que han emergido y que se han repetido con mayor frecuencia han estado relacionados con la Libertad, el Dolor, la Injusticia, la Confianza, las Pérdidas, los Duelos, las Crisis, lo Relacional. Estos y otros temas han sido expresados a través de técnicas y recursos creativos como el Collage, la Instalación a partir de objetos reciclados, creaciones plásticas individuales con acuarelas, lápices, etc. De entre todas estas técnicas, el collage fue la más utilizada de forma libre y espontánea, dando lugar a procesos de creación caracterizados por una intensa búsqueda en el exterior para dar forma, narrativa y sentido a lo que empuja desde el interior, como vemos en la siguiente imagen en la que recogemos dos obras, de dos momentos diferentes del proceso, de dos de las participantes



Figura 5. *Crisis y Amor*. Creaciones collage de dos participantes.

Las **Visitas a Museos, exposiciones, galerías de arte, etc.** han ocupado una parte considerable del proyecto. Hemos podido observar que tanto nuestro encuadre interno, nuestro enfoque terapéutico, como el vínculo terapéutico y la disposición de las participantes, han favorecido que estos nuevos espacios hayan sido algo más que una sala con obras artísticas expuestas, algo más que un templo de contemplación, algo más que un espacio de recopilación de conocimiento intelectual, para llegar a ser un lugar de crecimiento, de reencuentro con la vida, con las propias historias reales o imaginarias, un laberinto de espejos en los que reflejarse, proyectarse, reconocerse, recomponerse frente a la ruptura tras el golpe de la enfermedad, tras el golpe de una vida marcada por la injusticia.

Hemos abordado estos *espacios ajenos*, haciéndolos propios, en tanto en cuanto, al modo de transitarlos, observarlos e intrumentalizarlos. La selección de las exposiciones ha resultado, por un lado, de la propia temática del proyecto, y por otro, de los temas que han ido emergiendo durante el proceso creador. Hemos acudido a colecciones permanentes de museos como el Museo Nacional del Prado, Museo Nacional de Antropología, Museo Sorolla o Museo Thyssen-Bonermisza, entre otros. En ellos lo que lo que prevalece, en las colecciones, es la mirada masculina sobre el cuerpo femenino, es decir el binomio artista-modelo, creador-musa. Para experimentar y acceder a la otra mirada, a otra perspectiva, pusimos nuestra atención en exposiciones temporales de mujeres artistas como Paloma Navares, Esther Ferrer, Jeanne Tripiet, Pilar Albarracín o Farideh Lashai, entre otras. Que nos permitieron reflexionar sobre expresiones artísticas menos presentes en la museística convencional como son el bodyart, el arte de acción o performance, el arte povera, la instalación, etc. e integrar así nuevos lenguajes para recorrer sus propias narrativas e historias de vida.



Figura 6. Visitas a Museos y Exposiciones.

Especial mención merecen los **Encuentros con mujeres artistas**, que tuvieron lugar en la sede del CRPS. Especial mención porque algunas de estas citas dejaron una huella profunda en muchas de las participantes. Las invitadas no acudían solo en calidad de artistas, se las invitaba también a compartirse, desde la apertura a los rincones de sus inspiraciones, de sus musas y también a los refugios de sus dolores y dificultades, para enlazar después, con las posibilidades que el arte y los procesos creadores ofrecen en la recuperación, superación o integración de esas dificultades vividas. Nos visitaron, entre otras, la fotógrafa Leila Amat, la poeta Laura Rodríguez Sayd, la bailarina Mónica Tello, la artista multidisciplinar Marta Lage, las actrices Laura Toledo y Cayetana Cabezas. Y con algunas de ellas pudimos compartir inquietudes y reflexiones sobre su trabajo en los escenarios, ya que asistimos a representaciones de sus creaciones en el teatro, como las obras *La voz dormida* o *Bodas de sangre*, esta última nos sirvió de hilo conductor para trabajar la imagen de la mujer en la obra de Lorca, y a través de él, los arquetipos y mitos femeninos y su eco en los estereotipos de género, que cada una de las participantes han detectado como reguladores y opresores de su libertad y dignidad, unidos al estigma que acompaña a las dificultades de salud mental.

Todas estas y otras muchas experiencias, a través de la vivencia creadora, del proceso creador, fueron el marco en el que algunas de las participantes refirieron haber encontrado o reencontrado el sentimiento de una vida significativa, que merece ser vivida (Winnicott, 2009)

5. Método de Investigación

Para profundizar en las percepciones de las participantes acerca del impacto del Proyecto Musas, se diseñó una estrategia cualitativa compuesta por técnicas y herramientas diversas de recogida de datos:

- La Observación Participante, que ha favorecido el vínculo, la cercanía y la confianza con las personas participantes.
- El Diario de Campo donde hemos registrado conversaciones con y entre las participantes, descripciones de las creaciones y el proceso creador.
- El Registro Fotográfico de textos y creaciones plásticas resultantes de las sesiones de arteterapia.
- Hojas de registro en las que han quedado recogidos los primeros indicadores principales.
- Se llevaron a cabo entrevistas semiestructuradas cuyo guión estaba compuesto por preguntas relativas a los aspectos estructurales y de contenido del grupo que han resultado facilitadores, así como de preguntas para valorar la experiencia y su efecto sobre su estado de bienestar y oportunidades de participación en la vida cultural. Asimismo, durante el transcurso del Proyecto se fueron recogiendo las impresiones de las participantes al final de algunas sesiones. Finalmente, se crearon dos grupos de discusión (al terminar los dos periodos: 2017-2018 y 2018-2019).

Este material fue registrado, fotografiado y grabado con el consentimiento de las participantes, transcrito y analizado con el programa ATLAS-TI.

6. Resultados

Los Resultados de esta investigación fueron extraídos del análisis de textos escritos, imágenes de las creaciones plásticas, de las narrativas surgidas durante las sesiones y recogidas en los diarios de campo, y finalmente de las entrevistas semiestructuradas individuales y de los grupos de discusión.

En un primer análisis detectamos unos primeros indicadores, relacionados con el taller de Arteterapia, unos primeros *Indicadores de Bienestar*, y que quedaron recogidos en las siguientes categorías (en negrita):

Las Relaciones Interpersonales - El Vínculo: *Vínculo terapéutico, Vínculo grupal.* Aparece nombrada, dibujada, esbozada a través del cuerpo, la importancia de la presencia de las arteterapeutas como figuras confiables. Así mismo la conciencia de grupo, los vínculos y apoyos, la confianza que surge y que se deposita en él ha sido un elemento central que ha permitido la cohesión y la apertura a la **exploración de materiales, técnicas, espacios y tiempos de creación**, a la **participación y el sentimiento de inclusión y pertenencia**, que a su vez ha generado movimientos hacia una mayor **independencia y la toma de decisiones**. Y como último indicador de bienestar observamos, que desde estos vínculos de confianza, ha sido posible una apertura a una **expresión emocional** no desbordada, unida a la capacidad reflexiva.

Posteriormente, a través del análisis del material resultantes de las entrevistas y de los grupos de discusión se identifican diferentes subcategorías dentro de los **tres bloques temáticos** que se establecen a priori como organizadoras del material analizado:

1. El potencial del arte en el proceso de transformación personal y social:

- Proporciona espacios de participación fuera de los recursos formales de atención a la salud mental.
“A mí me gusta más visitar exposiciones y salir fuera” (L.V.)
“Pues salir a ver exposiciones nos enriquece bastante, además de gustarnos, nos enriquece” (L.V.)
“Yo me he visto como una Musa cuando estaba en las exposiciones, como si fuera una mujer importante”. (E.H.)

Todas las participantes resaltan la importancia de desarrollar parte del Proyecto fuera del espacio del Centro de Rehabilitación Psicosocial. Por un lado, esta experiencia proporciona un sentido de normalización e incluso de empoderamiento, al promover un funcionamiento psicosocial acorde con lo esperado en dichos escenarios. Amplía considerablemente las posibilidades de nuevas salidas y permite actualizar información sobre los recursos culturales disponibles en la comunidad para el disfrute del tiempo de ocio. Por otro lado, en un nivel más conceptual, estas visitas daban cumplimiento al derecho universal de acceso y participación en la cultura.

- Respeto la diversidad y promueve la visibilización.
“Pues hacer arte colaborativo entre unos y otros creando una red de afecto y de arto contiguo y sacar a la calle estas maravillas creativas”. (F.H.)
“Si circulara todo esto por la ciudad, estas conexiones y estas simpáticas recetas para una buena sopa de maravillas y de creación pues sería apoteósico, si circulara por la ciudad”. (F.H.)
“Pues que llevamos dentro un pequeño artista que tenemos que hacer crecer en nuestras posibilidades y con nuestra fuerza y nuestra energía porque ser artista es en lo que me querría convertir y todo en lo que

quisiera, en un artista de nuestras propias vidas y para que los demás, la contemplación de lo nuestro por los demás". (F.H.)

"Que estamos tocando todos los palillos, porquito a pocovamos haciendo sitio, pero hay que codearse y quitarse el codo del maromo que te está entorpeciendo y... dialogando, oye, cuando una persona no te deja pasar, dialogas y, de alguna manera vas superando barreras". (F.H.)

La experimentación, en espacios protegidos, con diversas técnicas artísticas ha sido, según las participantes, promotora de una reducción de la parálisis que antes imponía la sola idea de contemplarse como artistas. La superación de esta barrera (ya relevante en sí misma) ha permitido que un número considerable de las mujeres reconsiderara su papel de mera receptora de productos culturales, adoptando una postura crítica conducente a erigirse como creadora de realidad y generadora de una mayor apertura al mundo. Consideramos especialmente relevante este elemento ya que se vincula directamente con los objetivos transversales del recurso de rehabilitación: promover una mayor visibilización (desde una perspectiva de "personas que aportan") y, con ello, proporcionando al entorno próximo la oportunidad de contacto y respeto a la diversidad.

- Importancia del contacto previo con el Área de Educación del Museo Thyssen.
"[Antes de Musas] nunca había ido a Arteterapia, pero sí he estado en muchas visitas al Museo Thyssen". (I.C.)
"En el CRPS hacemos visitas, pero fuera del CRPS, en el Thyssen. Allí hemos estado con Alberto. Yo he leído alguna poesía, él nos enseñaba los cuadros... y, bueno, ha sido maravilloso" (P.N.)
"A mí me ha gustado ir al Thyssen con Alberto, fue fabuloso, te transporta como quiere. Recuerdo que nos hizo ponernos delante de un espejo porque habíamos visto un cuadro muy bonito, muy femenino y había un espejo al lado y nos hizo valorarnos delante del espejo". (S.DP).

Sin duda, ésta ha sido una de las subcategorías más señaladas por las mujeres, algunas incluso mostraban cierta confusión entre las acciones desarrolladas en el Museo y las encuadradas dentro del Proyecto Musas. Esta experiencia previa de contacto, experimentación y competencia con el arte a través del Proyecto de Capacitación y Empoderamiento a través del Arte (que, en algunas de las asistentes se extendía hasta ocho años atrás) ha sido un facilitador a la hora de implicarse activamente en el Proyecto Musas, cumpliendo así con la expectativa de continuidad e inclusión del mismo dentro de la línea de trabajo con el Arte que se viene desarrollando en el recurso del CRPS. desde hace once años. Además de este efecto facilitador, las mujeres identifican un fenómeno más, relacionado con el desarrollo simultáneo de las visitas periódicas al Museo y la visita a exposiciones contempladas dentro del Proyecto Musas, potenciando recíprocamente los efectos de una y otra y reforzando notablemente ambas el interés por el Arte en toda su amplitud.

2. El potencial del trabajo grupal/ union del grupo

- Promueve la confianza, la creación de espacios de confianza y escenarios íntimos sólo para mujeres.
"Sobre todo la unidad, el vínculo de unión que hemos tenido todos, no sé, confianza, aunque a mí me cuesta muchísimo tener confianza, me cuesta pero mucho yo abrirme así". (P.N.)
"Todas somos mujeres y eso es apasionante. Poder reunirnos y tener lazos de unión. Tener un espacio abierto a poder ir, hacer, por ejemplo, dibujos, collages... no sé... expresar nuestras opiniones". (P.N.)
"Porque las mujeres somos diferentes a los hombres, tenemos una sensibilidad, creatividad... que nos cuesta menos hablar de sentimientos a las mujeres (...) Entonces, por eso el grupo de mujeres, también nos sentimos con más libertad de contarnos nuestras cosas". (P.N.)
"Es muy importante después de la sesión tomarse un cafetito, también con las Musas, hablamos de lo que hemos visto, es muy importante tener un ratito después de... placentero, de poder hablar del tema y reírse y disfrutar del momento y... divertirse... ser feliz" (MJ.G.)

Se trata de una subcategoría que incide en la importancia del diseño de espacios exclusivos para que las mujeres puedan fortalecer su confianza y expresar contenido que, en otros lugares no pueden volcar. Además del componente lúdico (muy valorado por las participantes como necesario para la consolidación de la confianza), las mujeres destacan que este espacio reservado a compartir sus inquietudes, miedos, dudas, deseos y opiniones era especialmente deseado cuando la semana había sido dura, provocando una sensación de alivio saber que podían contar con el mismo a través del Proyecto Musas.

- Sororidad, cohesión, conexión.
"El Proyecto Musas nos ha unido más a las participantes. El grupo". (I.C.)
"Muchísima unión con mis musas que sois vosotras y mis compañeras (...) Cambia, cambia muchísimo la unión expositiva, la imagen de mis compañeras." (T.A.)
"La unión, la piña que había, que éramos todas una piña. Y ha sido maravilloso, que estábamos todas muy unidas, estábamos muy a gusto, con todas" (P.N.)

Hemos considerado separar esta subcategoría de la anterior, a pesar de las evidentes similitudes entre ambas. Si en el apartado anterior el énfasis se ponía en la confianza, en éste se focaliza la atención en el concepto de unión y de estar conectada con la compañera a través del Proyecto. Resaltan la sensación placentera de pertenencia a un grupo y, formando parte de la misma algunas mujeres indican que la adopción del nombre del Proyecto (“somos las Musas”) refuerza esa conexión y potencia una identidad de grupo que repercuta positivamente en su bienestar general (“nos recuerda que somos Musas aunque no estemos en ese momento en el taller”).

– Trabajo colectivo:

“Pues al principio trajeron unas madejas y formamos una red, la red de confianza y tenemos puesta en una sala una red donde están todas las postales o los dibujos, las vivencias que hemos tenido con una red” (L.V.)

“A mi esto me encanta, yo presumo (ríe), presumo y digo, “mira lo que tenemos aquí”. Que es algo que hemos hecho entre todas, en común”. (P.N.)

“La red ahí colgada y las cajitas que hablan de nosotras, me parece una obra artística genial... y es un trabajo de todas...” (F.H.)

La idea de “red” está siempre presente en las narrativas de las participantes, desde la red tejida en la sesión inicial (vacía en el momento de su creación) hasta el proceso de ir rellenando la misma con las experiencias colectivas. Ninguna participante ha mostrado interés por destacar su propio producto artístico (dentro o fuera de la red) sino que todas se inclinan en resaltar el orgullo que les produce formar parte de un colectivo que trabaja en pro de un bien común (el bienestar de todas). La presencia continua de la red en el espacio donde se desarrolla el Proyecto ha fortalecido este sentir compartido, siendo también facilitador de la entrada de nuevas participantes que veían cómo crecían los contenidos experienciales.

3. Contribución al proceso personal de recuperación:

– Incrementa la autoestima y el enriquecimiento personal

“[El Proyecto Musas] es un simbolismo muy positivo, que es un arte muy simbólico. Lo veo un arte esto que hacemos porque nos vamos rehabilitando cada vez más y nos vamos enriqueciendo”. (T.A.)

“Precisamente que es terapéutico, que cada vez que nos juntamos me sube la autoestima”. (P.N.)

“La variedad de cada una de nosotras, lo que podemos comunicar, lo que podemos entregar para devolverlo y entregar para quedárnoslo, porque nuestra identidad ni se compra ni se vende. Todas somos respetables.” (F.H.)

“También, cada una puede ser su propia Musa, inspirarse a sí misma, en sus experiencias... sí, bueno, yo la verdad es que puedo ser mi propia Musa” (P.N.)

“[El Proyecto Musas] nos ha hecho ver que las mujeres podemos llevar todo como los hombres y podemos ser inspiración de nuestros propios gestos y acciones” (F.N.)

“A mí me ha gustado su mirada, cómo nos han visto a nosotras. Nos han tomado como personas interesantes, necesarias de existir y contiguas con todos los demás seres que nos rodean. Como Musas.” (F.H.)

Este efecto ha sido uno de los mencionados por todas las participantes. El Proyecto Musas ha contribuido a incrementar la autoestima, fortaleciendo una idea más positiva de una misma a través de los mensajes que recibían de las compañeras, generando una sensación de mayor competencia en habilidades de comunicación y de expresión de emociones (abriendo nuevos canales para el mismo) y posibilitando escenarios de experimentación de sensaciones placenteras. Este componente aparece fuertemente vinculado con la subcategoría de trabajo colectivo, destacando las participantes las oportunidades que ofrece el grupo para aportar y obtener fuentes de inspiración positivas.

– Permite la experimentación, promueve la liberación.

“[la experiencia con el Proyecto] ha sido muy liberadora, me dejó la imaginación volar para poder... libres, libres (...) me ha gustado mucho, nos distrae, durante el tiempo que hacemos esto no estamos pensando en otras cosas”. (I.C.)

“El Arte es una actividad que me activa, me enciende, me apasiona, me gusta mucho” (T.A.)

“Por el arte siento una gran pasión, aunque mi acercamiento ha sido un poco tímido y receloso, pero quisiera ampliar este tipo de conocimientos”. (F.H.)

“[En el Proyecto Musas] Se respira vida, se respira discernimiento, se respira bondad, se respira poesía...” (F.H.)

“Nos hace evadirnos y usar nuestro yo para construir, para dar rienda suelta a la imaginación (...) abrir un poco la mente, no tenerla tan cerrada, abrir un poco las expectativas, la comunicación...” (S.DP.)

Un porcentaje destacado de las participantes indica que el Proyecto Musas les ha permitido explorar y experimentar, logrando así una sensación de liberación que obtienen escasamente en escenarios formales de atención a la salud mental. “Abrir la mente”, “atreverse a crear y compartir”, “liberarse de ataduras” o “dejar a un lado la vergüenza

por si lo hago mal” son algunas de las propuestas que sobrevuelan los espacios de valoración del Proyecto. Algunas participantes indican que este elemento pudo ser visto al inicio como algo incómodo por su conexión con etapas pasadas de aprendizaje (“era como volver al colegio, cuando hacíamos manualidades”) pero que, al finalizar el segundo período de Musas valoran esta sensación de libertad como altamente positiva y proveedora de cotas de espontaneidad mayores de las que tienen en otros espacios.

6. Conclusiones

El Proyecto Musas se ha desarrollado en el Centro de Rehabilitación Psicosocial Latina durante los dos últimos años. Ha sido creado específicamente para dar respuesta a las necesidades de las mujeres con diagnóstico de enfermedad mental de las mujeres atendidas. El beneficio, según la percepción de las participantes, se ha manifestado a través de tres elementos clave. Por un lado, reforzando la línea previa de trabajo del dispositivo con el Arte y haciendo patente su alto potencial en los procesos de transformación personal y social. Éste componente está vinculado con la misión del Centro de Rehabilitación Psicosocial, tanto en lo relativo a la ocupación de espacios comunitarios fuera del sistema formal de atención a la salud mental, como a las oportunidades de visibilización del colectivo y, con ellas, la experiencia de lucha contra el estigma y mejora de las habilidades de relación con la diversidad del público general. Encontrarnos con una experiencia previa de contacto con el Arte ha sido fundamental para apostar por esta línea de trabajo en Arteterapia y para reducir las resistencias que pueden aparecer cuando ofrecemos escenarios de trabajo artístico-creativo.

En segundo lugar, el enfoque grupal ha promovido que las mujeres integrantes del Proyecto vivieran una experiencia de confianza entre mujeres y un sentido de cohesión (sororidad) imposible de encontrar en un proceso de atención a la salud mental de la mujer centrado en aspectos individuales del sufrimiento mental. Contar con este espacio conformado sólo por mujeres ha permitido que muchas de ellas pudieran expresar inquietudes relativas a su propia identidad de género que no podían ser compartidos en otro lugar. Unido a esta confianza y unión aparece la contribución de las técnicas artístico-creativas propias de la Arteterapia. Se abren así nuevos canales de expresión que amplían las posibilidades de comunicación. Tal como venimos constatando a través del Proyecto de Capacitación y Empoderamiento a través del Arte, en colaboración con Educathysen, en muchas ocasiones la palabra no es suficiente para expresar una emoción (miedo, dolor, sufrimiento) de tal magnitud que excede nuestra capacidad verbal. En muchas ocasiones hemos encontrado que podemos transmitir sensaciones a través de un trabajo artístico no traducible a través de la palabra. Esta oportunidad supone un alivio para muchas de las participantes, tanto por la posibilidad de dar forma a algo y transmitir un material tan complejo, como por la experiencia de poder ser comprendido y recogido por el otro.

Finalmente, queda constatada la contribución del Proyecto a los procesos de cambio y recuperación que las personas atendidas llevan a cabo en el recurso. El impacto positivo en la manera de verse, aceptarse y quererse incrementa las posibilidades de generar proyectos de vida que quedaron truncados en algún momento del camino tras la irrupción de la problemática en salud mental. En segundo lugar, aunque no por ello menos importante, la posibilidad de experimentar una sensación de liberación genera espacios para la diversión y la expresión genuina y espontánea de partes de uno mismo que tal vez quedaron ocultos tras la asunción de roles tan vinculados con la parte defectual. Esta libertad podría fomentar el objetivo de trabajo del recurso orientado a favorecer un mayor dinamismo y diversidad en un colectivo que, históricamente, ha quedado atrapado tras una etiqueta estática y homogeneizadora. Contribuir a reducir el peso que el rol de enfermo impone a muchas mujeres con diagnóstico de enfermedad mental y, con ello, a neutralizar los miedos a ser vistas por los demás sólo a través de la condición patológica es un elemento fundamental en el proceso de recuperación y de sensibilización hacia la naturaleza diversa del ser humano.

Referencias

- Abad, A. Cubero, A. Hernández, M. (2014) La mirada creativa del otro. Revista de Terapia Ocupacional Galicia (monográfico nº 6). Disponible en: <http://www.revistatog.com/mono/num6/mirada.pdf>
- Abad, A. y Salazar, M. (2016). Proyecto de Capacitación y Empoderamiento a través del Arte. En Boletín de la Asociación Madrileña de Salud Mental, año 25, nº 29, pp. 45-62.
- AEN: Grupo de Trabajo de la Sección de Rehabilitación (2012). Hacia una reformulación de la Rehabilitación Psicosocial. Cuadernos Técnicos, 16. Madrid: AEN.
- Clement, C, y Kristeva, J. (1998). *Lo femenino y lo sagrado*. Madrid: Cátedra
- Dijkstra, B. (1993). *Ídolos de perversidad*. Madrid: Debate
- Durand, G. (2005). *Las estructuras antropológicas de lo imaginario*. Madrid: Fondo de cultura económica.
- Fiorini, H. (2007). *El siquismo creador*. Alava: Producciones Agruparte
- Gamoneda, A. (2011). Educathysen y Red de Públicos: en el país de los espejos. Personas, Arte y Museo. En Carnacea, A. y Lozano, A. Arte, Intervención y Acción Social. Madrid: Ed. Grupo 5.

- Gamoneda, A. (2001). Thyssen: relaciones entre museo y salud. En *Revista Arte, Individuo y Sociedad*, 23, número especial pp. 245-255.
- Jiménez R, Vázquez AJ, Waisman LC. Género y funcionamiento social en esquizofrenia. *Papeles del Psicólogo* 2000;75:27-34
- Jung, C. G. (1994): *Arquetipos e inconsciente colectivo*. Barcelona: Paidós.
- Nead, L. (1998). *El desnudo femenino: arte, obscenidad y sexualidad*. Madrid: Tecnos
- Nochlin, L. (1998). *Women, Art and Power and Other Essays*. NYC.: Harper & Row
- Olaechea, C. y Engeli, G. (2011). Maneras de ver la realidad a través del prisma de la creatividad. En Carnacea, A. y Lozano, A. *Arte, Intervención y Acción Social*. Madrid: Ed. Grupo 5.
- Rodríguez, A. (1994). Sobre la Rehabilitación Psicosocial: reflexiones y perspectivas. En *Boletín Asociación Madrileña de Rehabilitación Psicosocial*, 0, pp. 4-9.
- Roggers, C. (2011). *El proceso de convertirse en persona*. Barcelona: Paidós Ibérica
- Rossetti, D.G. (1996). *La casa de la vida*. Madrid: Hiperión
- Rullas, M.; Panadero, S.; Cendoya M.; Cristina R.; Fernández J.I.; González, J.; Nespral, C., Martínez, P. (2013). Diferencias en el perfil de derivación recibido en los centros de rehabilitación psicosocial en función del género. *Rev. Asoc. Esp. Neuropsiq.*, 2013; 33 (117), 35-46.
- Winnicott, D. (2009). *Realidad y juego*. Barcelona: Gedisa