

Exploradoras y Exploradores silenciosos. Experiencia de Arteterapia con personas solicitantes de asilo y protección internacional

Viviana Rodríguez González¹

Recibido: 03 de noviembre 2020 / Aceptado: 15 de febrero 2021

Resumen. El presente trabajo tiene como objetivo exponer la experiencia de la aplicación de La Arteterapia con personas migrantes, solicitantes de asilo y protección internacional en su modalidad de intervención grupal. Especialmente nos centraremos en la experiencia desarrollada con metodología no directiva en formato de “taller de arte” con dos grupos reducidos. De la práctica directa de la Arteterapia se pretende dar valor a la creación de conceptualizaciones basadas en la experiencia dentro de un marco sociocultural específico. Los grupos de Arteterapia partieron de un enfoque en trauma, que una vez comenzado el proceso terapéutico y observado el proceso creativo de los participantes se fue transformando y complementando hacia conceptualizaciones basadas principalmente en el modelo adaptativo del Duelo Migratorio y en los efectos de haber vivido situaciones de violencia o vulneración de derechos. El arte realizado en el espacio de Arteterapia, con esta población, ha dado la oportunidad de explorar las múltiples pérdidas asociadas a los procesos migratorios cohesionados, así como ha permitido explorar y rescatar las capacidades y las potencialidades de cada persona para hacer frente a su situación actual.

Palabras claves: Solicitantes de Asilo y Protección Internacional, Arteterapia, Duelo Migratorio, Trauma.

[en] Silent Explorers. Art Therapy experience with asylum and international protection seekers

Abstract. This presentation aims to expose the experience of the application of Art Therapy with asylum and international protection seekers in its different intervention modalities. Especially we will focus on the group experience developed with mainly a non-directive methodology in art workshop format with small groups. Likewise, it is intended to give value to the creation of conceptualizations based on practical experience and within the specific sociocultural framework. Art Therapy groups started from a trauma approach, which once the therapeutic process had begun and the creative process of the participants had been observed, was transformed and complemented towards conceptualizations based mainly on the adaptive model of Migratory Grief and on the effects of having experienced situations of violence or violation of rights. The art carried out in the Art Therapy space with this population has provided the opportunity to explore the multiple losses associated with a cohesive migratory process. It has also allowed to explore and rescue the abilities and potentials of each person to face their current situation.

Keywords: Asylum Seekers and International Protection, Art Therapy, Migratory Grief, Trauma.

Sumario: 1. Introducción. 2. Trauma dentro del contexto de las personas en movilidad y solicitantes de asilo y protección internacional. 3. Encuadre y contexto de las sesiones. 4. Resultados. 4.1 Proceso creativo y la emergencia de las representaciones. 5. Conclusiones. Referencias Bibliográficas.

Cómo citar: Rodríguez González, V. (2021). Exploradoras y Exploradores silenciosos. Experiencia de Arteterapia con personas solicitantes de asilo y protección internacional, *Arteterapia. Papeles de arteterapia y educación para inclusión social*, 15, 137-145.

1. Introducción

El presente artículo pretende reflexionar, a modo introductorio, sobre la aplicabilidad de La Arteterapia con personas solicitantes de asilo y protección internacional en un contexto determinado. De la experiencia terapéutica con los grupos se puede visualizar material más centrado en la evolución individual de algunos de los participantes, sin embargo, se pretende ofrecer una visión más global del trabajo con este colectivo a partir de conclusiones obtenidas tras la observación del proceso creativo y de las dinámicas grupales establecidas. Con posterioridad, y en calidad reflexiva, se han buscado aquellas bases teóricas que otorgasen significados a los procesos creativos cargados de subjetividad, lenguaje metafórico e implícito. Cabe destacar que los resultados y conclusiones establecidos requieren ser

¹ Psicóloga sanitaria y Arteterapeuta ATE, ANDART y EFAT.
E-mail: vivianarodrigonzalez@gmail.com

analizados con mayor rigor científico mediante indicadores más objetivos, pero sin olvidar la naturaleza experiencial, subjetiva e individual del proceso de Arteterapia, así como la riqueza que ofrece la práctica diaria de esta disciplina.

Las intervenciones se realizaron partiendo de una conceptualización básica en torno al trauma, basadas en el trabajo desarrollado por la arteterapeuta Cathy Malchiodi (2011) y por el psiquiatra Bessel van der Kolk (2015), así como con el modelo neurológico de procesamiento adaptativo de la “Teoría PAI” de Francine Shapiro (2017). Dichas conceptualizaciones llevaron a enfocar el espacio en uno que facilitase la autorregulación físico-emocional, así como en ofrecer una herramienta de elaboración de narrativas traumáticas alternativa a la palabra, respetando los tiempos de cada persona. Esta base teórica facilitó una parte importante del trabajo con personas expuestas a situaciones de alto impacto emocional; antes de emprender el viaje, en muchos casos experiencias durante el viaje, además de situaciones de cronificación de estrés en el destino final. Esto es, la autorregulación físico-emocional que proporciona la cualidad artística y sensorial de la arteterapia (ISTSS *International Society for Traumatic Stress Studies*, 2009). Aspecto de gran relevancia en la elaboración de narrativas asociadas a situaciones potencialmente traumáticas que no han sido elaboradas a nivel emocional o que están provocando secuelas importantes en el funcionamiento general de la persona (Van der Kolk, 2015). A lo largo de las sesiones fue preciso ampliar la conceptualización básica en torno a la respuesta traumática y su relevancia en la intervención de las personas participantes y por tanto buscar otros marcos explicativos que pudieran tener un efecto más acertado en el acompañamiento terapéutico con estas personas. Para ello se amplió las referencias de autores con experiencia en la intervención psicológica con personas migrantes, refugiadas y en contextos de movilidad humana.

2. Trauma dentro del contexto de las personas en movilidad y solicitantes de asilo y protección internacional

El psiquiatra Papadopoulos (2005), especializado en el trabajo con personas refugiadas expone que actualmente el foco de la Psicología y de la Psicopatología está posiblemente dominado por la corriente en torno al trauma. Afirma que, si no prestamos especial atención, podemos correr el riesgo de continuar con el ciclo de violencia, del cual las personas con las que trabajamos están huyendo. Esto es debido al discurso generalizado referente al trauma, la gran oferta de formaciones y creación de protocolos que pone el énfasis principalmente en la persona, tanto el origen de sufrimiento como en la recuperación del mismo, y no en el contexto social, político, estructural que la rodea.

Desde la noción tradicional del trauma existe el riesgo de patologizar procesos psicológicos que son posiblemente respuestas naturales a circunstancias excepcionales. De forma que, se puede confundir el Trastorno de Estrés Post-traumático (TEPT) con respuestas cronificadas del estrés, impidiendo, en ocasiones, la evolución natural de dichas respuestas, y colocando a la persona en una posición de víctima, obviando que en ocasiones esos primeros síntomas son una respuesta adaptativa del organismo, y dejando de lado todas aquellas estrategias que ha utilizado la persona para hacer frente a su situación (Acero-Rodríguez, 2012). Algunas de las respuestas, en un primer momento, son adaptativas porque forman parte de una estrategia de afrontamiento que emplea la persona de forma natural, por ejemplo; el encapsulamiento emocional en un primer momento facilita el hacer frente a una situación que nos impacta. Otro ejemplo de ello sería el estado de alerta, ya que en un primer momento protege a la persona del peligro real, (o del colapso en caso de que posteriormente sea peligro percibido). Ambas respuestas tienen una ganancia inmediata, la primera, facilita el hacer frente al impacto de la situación, y la segunda puede devolver una sensación interna de control. La contraparte de esta respuesta sería la dificultad en verbalizar emociones, y en el segundo caso un desgaste significativo, así como problemas en la atención, memoria, sueño, dificultades para conectar con los otros o detectar y vincularse con situaciones favorecedoras. En un momento de la vida de la persona esta respuesta es necesaria y favorecedora de la recuperación, de hecho, el estado de alerta es vital para la supervivencia, sin embargo, si el entorno se vuelve seguro y facilitador, y la persona sigue evitando la verbalización de emociones, o sigue en estado de alerta es cuando hablamos entonces de una respuesta no adaptativa (Van der Kolk, 2015).

Encuadrar estas respuestas exclusivamente desde la comprensión del TEPT y de los trastornos relacionados con el trauma, recogidos en el manual de diagnóstico psicológico del *DSM-5 Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (American Psychiatric Association, 2013), posiblemente se queden cortas ante procesos migratorios cada vez más desafiantes y ante personas que se enfrentan a un sinnúmero de adversidades, en el país de origen, durante el trayecto y en el “destino final” (Achoategui, 2020). Además que podemos confundir evento con experiencia y que el mismo diagnóstico de TEPT (Trastorno de estrés posttraumático) asume de forma implícita que la experiencia potencialmente traumática desemboca en un trastorno (Papadopoulos, 2002).

Es importante salvaguardar las diferencias en casos de un posible trauma relacional o casos de trauma complejo *Disorder of Extreme Stress Not Otherwise Specified (DESNOS)*. Concepto atribuido a personas que han sufrido de situaciones de alto impacto emocional en la infancia, con una o varias de sus principales figuras relacionales, como, por ejemplo, situaciones de inestabilidad, desamparo, agresiones, falta de cobertura de necesidades básicas y emocionales (Van der Kolk et al. 2005). Cabe destacar que los estilos vinculares en la infancia y sus implicaciones para la respuesta de experiencias potencialmente traumáticas en el adulto puede jugar un factor de riesgo para el desarrollo de TEPT o trauma complejo en personas migrantes (Pérez-Sales, 2006), aunque esto no debe ser una suposición o ser algo a dar por sentado dado que hay que mirar cada caso en su contexto particular (Cyrułnik, 2013b). Otro riesgo se

encuentra en la universalidad de los efectos ante eventos potencialmente traumáticos en los cuales la integridad de una persona está en peligro, situaciones en las cuales el motivo de dicha amenaza es otro ser humano puede generar un cambio brusco en las creencias básicas entorno a uno mismo, los otros y el mundo. Es necesario una mirada transcultural dado que no existe una universalidad, en los cambios producidos en las creencias básicas, ni en las estrategias de afrontamiento utilizadas (Pérez-Sales, 2006). Asimismo, partiendo de la no universalidad de los impactos, en un contexto de movilidad humana no se puede dar sentado que la migración es traumática en sí misma, sino que dependerá de las condiciones en la cual se desarrolle y sus implicaciones en un sujeto particular (Sin Fronteras IAP, 2017).

La conceptualización ofrecida por el modelo de Duelo Migratorio y de prevención del Síndrome Ulises ofrece un marco de comprensión menos patologizante para el trabajo con personas en movilidad y refugiadas. A nivel de comprensión y análisis del impacto del cambio que supone migrar Achotegui (2010) expone que existen siete áreas del duelo migratorio; Familia y seres queridos, Lengua, Cultura (costumbres, religión, valores), Tierra (paisajes, luminosidad, colores, olores, temperatura) Grupo de Pertenencia (prejuicios, racismo), Estatus Social (trabajo, vivienda, documentación) y Riesgos para la integridad física. El duelo migratorio lo vive cualquier persona que deja su país, aunque sea en condiciones favorables. La elaboración del mismo depende de factores de vulnerabilidad “lo que trae la persona”, como de los estresores que se encuentre la persona, es decir las barreras, obstáculos, del balance entre pérdidas y ganancias, así como la forma en que lo enfrenta. Es un duelo recurrente, el extremo máximo del mismo puede desencadenar en el Síndrome Ulises, es decir en un cuadro reactivo de estrés crónico y múltiple. La falta de conocimiento en la realidad de la persona migrante puede llevar a banalizar los síntomas, confundirlos con otro tipo de afectaciones, medicalizar, y/o patologizar.

Akhtar (2011) ha desarrollado el concepto de *trauma of geographical dislocation* de manera que se puede vincular bajo este enfoque la teoría de trauma con el duelo migratorio. De alguna forma, la vivencia de la pérdida contiene componentes sensoriales (tacto, oído, vista, olfato, y gusto), que el proceso artístico ayuda a recordar, es decir a entrar en contacto con la parte sensorial de la pérdida. Además, este autor habla de que ante el proceso de “luto” no solo se activa la conciencia de las pérdidas sino también la sensación corporal de lo desconocido, lo desligado; ritmos, vivencias, la sensación, en mayor o menor medida, de estar fuera de lugar. Este aspecto puede explicar la desorientación espacio temporal que sufren estas personas, así como a la sensación de sentirse fuera de lugar (de la Dehesal & Ugena, 2012).

Para comprender en profundidad la realidad de muchas de las personas migrantes sumado a los sentimientos asociados a las múltiples pérdidas asociadas al proceso migratorio y su cualidad sensorial, se encuentra la realidad de las dificultades en el destino final; dificultades en la documentación ante la posibilidad de una denegación de la solicitud de asilo, limitaciones en la búsqueda de vivienda e inserción laboral, situaciones de prejuicios y/o racismos (Achotegui, 2010). Lo que se suma a las pérdidas, la conciencia y vivencia de los obstáculos y barreras, en contraparte a un intento de búsqueda de seguridad y protección que supone la huida y llegada a España.

3. Encuadre y contexto de las sesiones

Las sesiones de Arteterapia realizadas se encuadran dentro de una propuesta organizada desde el Servicio de Atención Psicológica de Cruz Roja Málaga, del área de intervención social. El objetivo general del servicio se centra en atender aquellas estrategias que favorezcan el proceso de adaptación e integración de las personas beneficiarias, ubicando la Arteterapia como una intervención complementaria. Las personas que formaron parte de las sesiones eran beneficiarios del programa de ayudas transversales (social, jurídica, educativa, orientación laboral y de aprendizaje del idioma) enmarcado dentro de un programa más global de protección internacional.

Se realizaron dos grupos de Arteterapia con un total de catorce sesiones semanales de una hora y media de duración. Las sesiones se realizaron en las oficinas de atención psicológica externa al centro de acogida con adultos con perfil mixto. Por grupo participaron de cinco a ocho adultos procedentes de Colombia, Guinea Conakly, Irán, Mali, Senegal, Siria, Ucrania, y Venezuela. Los criterios de inclusión al grupo fueron los siguientes: personas motivadas con la actividad; con dificultades en la exteriorización verbal de emociones; y, con capacidad de estar en un grupo de forma cooperativa.

En el momento de la impartición de los talleres el rol como arteterapeuta era compartido con otro rol en la institución, aspecto que facilitaba la asistencia de los participantes al taller por el vínculo previamente establecido pero que dificultaba tomar distancia del proceso individual por el contacto con información de la historia y circunstancias particulares de cada uno de los participantes. Se prestó especial atención al riesgo que puede suponer la exposición prolongada al trabajo con personas en situaciones difíciles, las cuales sus derechos fundamentales han sido violentados, estableciendo una rutina de autocuidado.

Se trabajó principalmente con el modelo no directivo de Arteterapia prestando especial atención en salvaguardar el encuadre de los talleres; grupos cerrados y sesiones con frecuencia semanal con una duración de una hora y media. El formato de las sesiones era de “*studio*” o “taller de arte” exceptuando en las dinámicas de cierre de cada sesión. En cada sesión las personas tenían a disposición los materiales plásticos y elegían libremente los que querían utilizar, así como la técnica a emplear ese día. Se ofrecía acompañamiento continuo en la selección y en el proceso creativo. Además, se prestaba especial importancia a guardar los trabajos realizados en un lugar seguro preservando la confidencialidad de los mismos.

A pesar de que la metodología era principalmente no directiva en ocasiones se ofrecían pautas específicas cuando había temáticas que surgían en las conversaciones de los participantes. Sobre todo, cuando había un tema latente común expuesto en las conversaciones de los participantes. Además, se estableció una atención flotante, en la cual se intervenía directamente para motivar la exploración plástica, modular la carga emocional, y reconducir dinámicas relacionales hacia una equidad, de forma que, se pudiera destacar lo común entre los participantes o la diferencia desde el respeto, intentando evitar la posibilidad de que una persona o varias se convirtieran en el chivo expiatorio del grupo. Esto era especialmente relevante por la diversidad del grupo en términos de país de procedencia, costumbres, cultura, idioma y religión. Además siguiendo con el modelo de trauma se prestaba especial atención a la autorregulación emocional de los participantes, así como a las dinámicas grupales espontáneas que generaban actitudes lúdicas de apertura y conexión con los otros.

Para finalizar cada sesión, se ofrecía un espacio de veinte minutos en donde se retiraban los materiales artísticos de la mesa y se colocaban todos los trabajos en el centro de la mesa y cada uno hablaba directamente de su proceso creativo, elección de materiales, temáticas trabajadas y de los resultados. En las discusiones no se traía a la conciencia temas reflejados en el arte que implicasen un impacto emocional a la persona, aunque estos fueran evidentes en el trabajo, los participantes tenían la elección de verbalizarlo o no. Las intervenciones verbales estaban enfocadas en llevar al grupo desde la experiencia interna a la experiencia externa con los otros. En repetidas ocasiones, de forma espontánea se repetían materiales y temáticas aspecto que se hacía destacar en la parte de cierre de cada sesión.

Para la evaluación de las sesiones y del proceso terapéutico se utilizaron las notas de las sesiones y de supervisión, el registro fotográfico de la producción artística, y la cumplimentación de un cuestionario de satisfacción final, así como dos entrevistas semi-estructuradas individuales realizadas con dos de los participantes una vez pasado un tiempo suficiente de finalización de las sesiones, una de ellas inspirada en el método entrevista de audio-imagen AIR (Springham et al., 2013).

4. Resultados

El enfoque de evaluación ha sido dirigido principalmente al proceso creativo y a la producción artística debido a las dinámicas grupales surgidas en el grupo. A través de la observación del proceso creativo se han identificado elementos terapéuticos posiblemente claves para el acompañamiento terapéutico con personas migrantes y refugiadas. Se han enlazado dichos elementos terapéuticos con la fundamentación teórica basada en el modelo de trauma junto al modelo adaptativo del duelo migratorio aplicado a la población migrante.

Las dinámicas grupales que se repitieron a lo largo de las sesiones era la de trabajar en silencio y compartir muy poco a nivel verbal, tanto durante el proceso creativo como sobre todo en la dinámica de cierre de las sesiones. A pesar de la poca participación en dicha dinámica de cierre, destinada al intercambio verbal del proceso creativo, se consideró necesario mantener esta actividad, ejerciendo un papel más activo para priorizar dar estructura a las sesiones y mantener el encuadre dentro de lo previsible y estable, aspecto esencial del formato no directivo.

En términos relacionales, el silencio y la poca exteriorización del proceso interno de cada uno de los participantes añadían un componente de alta intensidad emocional al acompañamiento terapéutico de las sesiones. Además, el “feedback” positivo por parte de los participantes no es inmediato, esto es debido a la alta intensidad emocional que ha sido asociada a un estado depresivo y de retirada predominante en los participantes. Otra característica recurrente eran los olvidos de las sesiones que impactaron en la asistencia creando gran variabilidad en las personas que coincidían en cada sesión.

4.1. Proceso creativo y la emergencia de las representaciones

Duelo Migratorio

La mayoría del material visual que emergió estaba vinculado con la situación de múltiples pérdidas por una salida precipitada del país de origen, más que con aspectos relacionados con el impacto de situaciones potencialmente traumáticas en las cuales la integridad de la persona ha sido violentada. Se repetían representaciones e imágenes alusivas a elementos identitarios del país de origen; paisajes, mapas, banderas, música, comida, así como representaciones del poblado o ciudad natal como también trabajos honrando a los seres queridos. Como por ejemplo la imagen uno a, alusiva a su ciudad natal, y la imagen uno b, representando elementos de su país de origen con los colores de su bandera.

En los casos en que el motivo de huida se entremezcla emocionalmente con aspectos significativos de la pérdida migratoria se observaba cómo aumentaba la carga emocional del duelo migratorio y por tanto la necesidad de representarlo, como por ejemplo la imagen dos, realizada por un participante con vivencias de atentados contra su integridad, por la intolerancia de su grupo de referencia a un cambio de creencias religiosas. Asimismo, en la mayoría de los participantes, independientemente del motivo de la huida, era especialmente llamativo que las representaciones eran principalmente alusivas a lo cultural y al país de origen más que a las violencias vividas. Una posible explicación es que existe un componente en la agresión y en la violencia que representa la huida misma, que pasa de los hechos a la esfera de lo psicológico, produciendo el efecto de que la persona no solo sufre por las agresiones sino por las consecuencias de las mismas, es decir por la destitución de su entorno familiar cultural y de su grupo de pertenencia (Pérez-Sales, 2006).



Figuras 1 A y B.

En los grupos también se observaba que estaban transitando sentimientos más de tipo depresivos asociados a las pérdidas migratorias lo que nos hacía pensar en la paradoja de que el proceso migratorio hacia la adaptación, se vuelve cada vez más desafiante, siendo incompatible el periodo necesario de convivir con las pérdidas con la proactividad que requiere la búsqueda de una subsistencia.



Figura 2.

Proyección de futuro

En contraste con las pérdidas asociadas al duelo migratorio también se producían trabajos vinculados con el entorno actual de la persona más que con “lo dejado atrás”. Se observó que un componente esencial de las sesiones es que permiten convivir con emociones profundas y difíciles asociadas a las múltiples pérdidas a la vez que poder explorarlas generando el componente de activación tan necesario para la adaptación y búsqueda de un futuro. Se producían trabajos y temáticas alusivas a espacios públicos y paisajes de la ciudad de Málaga o del entorno del programa y de la institución de la cual se sentían acogidos. Esto lo podemos conectar con la idea de que la imaginación juega un papel fundamental en la recuperación, porque permite que se activen aquellas funciones cognitivas que facilitan la posibilidad de pensar alternativas como paso previo para poder proyectarse hacia el futuro (Van der Kolk, 2019). El hacer del proceso creativo, conecta con el buscar, con el explorar, con el investigar y con el elegir, aspectos que a su vez se vinculan con el sentido de control, de pertenencia, y con la búsqueda de recursos internos para hacer frente a situaciones que se escapan del control personal.

Promoción de La Exploración y la Construcción

Otra característica recurrente del grupo era la cualidad de explorar el material ya sea en una misma sesión o a lo largo de varias sesiones. Por ejemplo, muchos trabajos se fueron elaborando a través de varias sesiones, aspecto que posiblemente facilitaba el modelo no directivo de “*studio*”. La imagen tres refleja el trabajo realizado con material mixto por una mujer procedente de Venezuela en la que trabajó por tres sesiones seguidas, comenzó con el dibujo y posteriormente a medida que avanzaba el proceso creativo añadía material que iba encontrando.



Figura 3.

Parte de esa exploración directa con el material plástico era observar cómo ciertas imágenes se fueron transformando a lo largo del proceso de interacción con los materiales, como si el proceso físico creativo toma protagonismo antes que la idea preconcebida de la imagen, como si se dejara llevar por el material. La imagen cuatro, realizada por un joven hombre procedente de Senegal surgió de forma imprevista al experimentar por primera vez con los pasteles cuando previamente repetía un estilo de dibujo más estructurado y diagramático. Este tipo de proceso creativo lo podemos conectar con lo que Schaverien (1999) describe como la imagen encarnada, es decir aquella imagen que el resultado le sorprende a la persona y pueden suponer la transformación de una experiencia emocional, de más profundidad e integración.



Figura 4.

También se observó que dentro de la exploración con el material plástico se ofrecía un contexto para construir y/o reconstruir; El progreso de un trabajo, símbolo de explorar, puede suponer un paralelismo entre el desarrollo de estrategias de afrontamiento, componente característico de la cualidad adaptativa puramente humana (Achetegui, 2010). Explorar y convivir con tu mundo emocional, tal cual sea la vivencia, incluso de emociones que pueden aparentemente ser perjudiciales, forma parte también de un modelo de afrontamiento, y por tanto de un factor de protección para la preservación emocional, y de la identidad (Cyrulnik, 2013a). La exploración del material también nos lleva a la curiosidad, comportamiento básico y contrario al estado de alerta y de supervivencia. Además, la exploración transmite de alguna forma la sensación de transitar el impacto de las experiencias más que a sufrirlas como ser humano pasivo, víctima de las circunstancias. De esta forma se logra una acción que rompe con el círculo que les posiciona como víctimas. Para ello es fundamental devolver a las personas su derecho a nombrar, atribuir, explicar su propia experiencia. Su derecho al control de sus propias emociones y percepciones, a su capacidad de razonamiento, de memorias y recuerdos, aunque estos sean potencialmente traumáticos (Achetegui, 2019).

Facilitar la Exploración de los Recursos y Sentimientos Capacitantes.

Las primeras imágenes, caracterizadas por trazos delicados que transmitían fragilidad, se fueron transformando en trazos más definidos y en formas, colores, texturas, propiciando una experiencia de juego y una sensación generalizada de interacción con los otros. La figura cinco encuadra trabajos de tres personas diferentes, realizados de forma independiente uno del otro; los barcos de Senegal y Málaga, la técnica mixta representando el mar y el "bim bin" collar que usan mujeres en la cintura del país de origen del participante. En el cierre de la sesión se integraron los trabajos a modo de juego espontáneo. Asimismo, las imágenes seis a, y seis b fueron realizadas en una sesión a la que sólo acudieron dos mujeres, una Siria y otra de Colombia, sin mediación de la palabra ambas eligieron el mismo material. De alguna forma ambos trabajos evocan una sincronización y sororidad entre ambas. Se observó la importancia de generar un acompañamiento que facilitase la exploración de recursos y sentimientos capacitantes propiciado por la exploración plástica. La exploración con el material sirvió como paralelismo de la exploración de recursos a través de conectar con la necesidad de compensación emocional de sentirse capaz ante las pérdidas múltiples que estaban viviendo los participantes, en especial la pérdida a lo previsible, y a la falta de control sobre su realidad y su futuro. Se observó además como el duelo migratorio puede generar diferentes procesos asociados a la capacidad de adaptación de cada uno de los participantes, como la sensación de incompetencia por la dificultad de dominar el idioma, los códigos culturales, los trámites administrativos etc., y en otros momentos movilizar la parte de emprendimiento, retos y desafío, como también se ha reflejado en otras experiencias similares (Várhegyi & Interculturel, 2012).



Figura 5.

En efecto, el espacio para la exploración plástica conecta con los recursos de cada persona porque permite reconstruir procesos identitarios y mnésicos. Press (2019), en su trabajo con personas en movilidad bajo amenaza y violencia constante de la policía destaca como el Arteterapia facilitaba a las personas reclamar su propia identidad y memoria, devolviendo la capacidad de participar en un contexto deshumanizado y deteriorado por el trato indigno recibido. La arteterapeutas Kalmanowitz y Lloyd (2005) en su trabajo en zonas de conflicto destacan las importancia del espacio de arteterapia como lugar para poder restituirse a nivel emocional adquiriendo una sensación de auto competencia ante el dolor y la destrucción de su entorno.



Figuras 6 A y B.

5. Conclusiones

Las personas solicitantes de asilo y protección internacional, comparten el Duelo Migratorio y, no necesariamente, la respuesta traumática (Zanolla, Hrar & Ortiz, 2018). El sufrimiento humano, ya sea por efecto o por incitación, así como el afrontamiento del mismo, va más allá de lo patológico porque desgraciadamente forma parte de la historia de la humanidad. Una posibilidad; ensanchar la perspectiva de intervención, teniendo en cuenta las diferentes dimensiones de la historia de una persona: intrapsíquicas, interpersonales, externas, políticas, históricas, sociales, económicas, éticas, espirituales, y morales. Otra de las posibilidades es considerar el contexto del viaje migratorio, las políticas migratorias locales e internacionales, la exposición a la violencia en sus diferentes modos, así como la vulneración de derechos dentro de la intervención psicoemocional (Papadopoulos, 2005).

Como explica la arteterapeuta Wertheim-Cahem (2005), cuando refiere a que el contexto influye sobre el espacio creativo, es fundamental tener en cuenta que trabajamos con personas en las que toda su energía mental y física va dirigida a cuestiones de supervivencia: documentación, trabajo, vivienda etc. Por tanto, una respuesta a la supervivencia es evitar todo lo relacionado con sentimientos dolorosos y establecer formas de funcionamiento mental dicotómicas. El abordaje adecuado, es lograr un balance entre lo recreativo y lo terapéutico, limitando lo segundo a una función en la cual el arte funcione como testimonio de su proceso y de lo vivido. Necesitan un espacio para la validación de su dolor, de las injusticias, que reconozca y visibilice sus capacidades y recursos.

Las intervenciones estarían enfocadas en el manejo del estrés de su situación actual y en prevenir el desarrollo de estrategias patológicas, dado que las personas se encuentran inmersas en un proceso constante de adaptación, ante situaciones que sobrepasan la capacidad de afrontamiento de cualquier ser humano y por tanto puede que el organismo necesite un tiempo para un nuevo reajuste de estrategias de afrontamiento y/o readaptación ante nuevas situaciones de estrés (o la anticipación de situaciones de crisis permanente) asociadas a procesos migratorios altamente complejos y deshumanizados. Sería una forma de ver los síntomas (silencio, poca energía, olvidos de sesiones) como parte de un proceso de adaptación activa en términos de una adaptación dinámica que va variando según el momento en que se encuentre la persona dentro de su proceso de duelo migratorio, concepto que está más vinculado al área de la salud mental que al área de la patología². Es posible que, a pesar de los indicadores asociados a las secuelas de experiencias potencialmente traumáticas, es decir posible TEPT, las intervenciones se encuadraban en una situación de duelo complejo y múltiple. Y que la conceptualización, en torno al trauma, fuera más adecuada desde una intervención preventiva en torno a la cronificación del desarrollo de sintomatología compleja.

Los grupos de Arteterapia han funcionado como un espacio para explorar las pérdidas asociadas del proceso migratorio, pero también para la búsqueda y la exploración de recursos, capacidades y potencialidades. Ha funcionado además como una herramienta sensible culturalmente facilitando que la persona construya significados desde su propia experiencia en coherencia con su sistema de creencias cultural (Lewis, 1997). Por otro lado, el efecto positivo del arte se ha podido observar desde una mirada más distante, luego de un tiempo de finalización de los talleres en el cual se ha evaluado las notas y las imágenes, dado que, al compartir roles, hay una sobrecarga de información entorno a la realidad de la persona, en ocasiones realidades muy crueles, que dificultan ver el papel que ha jugado el Arteterapia en su proceso. En definitiva, para trabajar con esta población, hay que tener gran tolerancia a la frustración. El paso a la palabra es muy difícil, sin embargo, la correcta implementación se ha basado en el respeto ante su proceso, la oportunidad de explorar y tolerar emociones profundas y desagradables a la vez que poner la mirada en la exploración y en el juego.

² Véase; <https://blogs.publico.es/joseba-achotegui/2020/04/25/salud-mental-no-es-tranquilizacion-es-adaptacion-activa-biopolitica-del-covid-19/>

Referencias bibliográficas

- Acero-Rodríguez, P. (2012). Crecimiento postraumático y construcción de sentido en la adversidad. *Cuadernos de crisis y emergencias*, 2(11), 7-13.
- Achotegui, J. (2010). *Intervención psicológica y psicosocial con inmigrantes, minorías y excluidos sociales: Los efectos de la discriminación, la desigualdad y la indefensión en la relación terapéutica*. Ediciones el Mundo de la Mente.
- Achotegui, J. (18 de abril de 2019). *Neuroderechos. Una nueva batalla*. <https://blogs.publico.es/joseba-achotegui/2019/04/18/neuroderechos-un-nueva-batalla/>
- Achotegui, J. (13 de septiembre de 2020). *Emigrar, del derecho al delito*. <https://blogs.publico.es/joseba-achotegui/2020/09/13/emigrar-de-derecho-a-delito/>
- Akhtar, S. (2011). *Immigration and Acculturation. Mourning, Adaptation, and the Next Generation*. United Kingdom: Jason Aronson.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Washington, DC: Author.
- Cyrulnik, B. (2013a). *Morirse de vergüenza. El miedo a la mirada del otro*. Barcelona: Debolsillo.
- Cyrulnik, B. (2013b). *Los patitos feos. La Resiliencia: Una infancia infeliz no determina la vida*. Barcelona: Debolsillo.
- De la Dehesal, B. y Ugena, T., (2012). El refugio a través del Arteterapia. López Fdez.-Cao., M (Coord.) *El Hilo de Ariadne: Intervención con Migrantes a través del arte*. Madrid: Editorial Eneida.
- ISTSS International Society for Traumatic Stress Studies. Guideline 16: Creative therapist for Adults https://www.istss.org/ISTSS_Main/media/Documents/ISTSS_g16.pdf
- Kalmanowitz, D. y Lloyd, B. (2005). Inside the Portable Studio Art Therapy in the former Yugoslavia 1994-2002. Kalmanowitz, D. & Lloyd, B. (Eds) *Art Therapy and Political Violence*, USA and Canada: Routledge.
- Lewis, P. (1997). Multiculturalism and Globalism in the Arts in Psychotherapy. *The Arts in Psychotherapy*, 24(2), 123-127.
- Malchiodi, C. (2011). Trauma Informed Art Therapy and Sexual Abuse in Children. In Paris Goodyear-Brown (Ed.) *Handbook of Child Sexual Abuse: Prevention, Assessment and Treatment*. New York: Wiley.
- Papadopoulos, R. K. (2002). *Therapeutic Care for Refugees: No Place Like Home*. Tavistock Clinic Series. London: Karnac.
- Papadopoulos, R. K. (2005). Political violence, trauma and mental health interventions Kalmanowitz, D. & Lloyd, B. (Eds) *Art Therapy and Political Violence*, USA and Canada: Routledge.
- Pérez-Sales, P. (2006). *Trauma, Culpa y Duelo. Hacia una psicoterapia integradora. Programa de Autoformación en Psicoterapia de Respuestas Traumáticas*. Desclee de Brouwer. Bilbao
- Press, N. (12 de mayo de 2019). Postcards and Temporality: Making Exhibitions and Galleries on the Move. Speaking Through Art Languages of Art Therapy in Europe. Conference European Federation of Art Therapy, EFAT, Vienna, Austria
- Sin Fronteras IAP (2017). *Salud Mental y movilidad humana: 20 años de experiencia, reflexiones desde sin fronteras IAP*. https://sinfronteras.org.mx/wp-content/uploads/2018/12/informe_SaludMental_MovilidadHumana.pdf
- Schaverien, J. (1991). *The Revealing Image: Analytical Art Psychotherapy in Theory and Practice*. Routledge: London & New York.
- Springham, N., y Brooker, J. (2013). Reflect Interview using audio-image recording: Development and feasibility study. *International Journal of Art Therapy*, 18(2), 54-56.
- Westheim-Cahen, T. (2005). Art Therapy and Trauma, a different setting, a different approach. Kalmanowitz, D. & Lloyd, B. (eds) *Art Therapy and Political Violence*, USA and Canada: Routledge.
- Shapiro, F. (2017). *Desensibilización y reprocesamiento por medio de movimiento ocular*. México: Pax.
- Van der Kolk, B., Roth, S., Pelcovitz, D., Sunday, S., y Spinazzola, J. (2005). Disorders of extreme stress: The empirical foundation of a complex adaptation to trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 18(5), 389-99.
- Van der Kolk, B. (2015) *El cuerpo lleva la cuenta: Cerebro, mente y cuerpo en la superación del trauma*. Barcelona: Eleftheria.
- Varhegyi, V. (2012). El arte es bueno para la adaptación. López Fdez.-Cao., M (Coord.) *El Hilo de Ariadne: Intervención con Migrantes a través del arte*. Madrid: Editorial Eneida.
- Zanolla, C., Hrar, M., y Ortiz, D. (2018) Migratory Grief Characteristics in Migrants, Displaced and Refugees in Malaga (Spain). *The International Journal of Migration and Mental Health*, 2, 99-120.

