

El arteterapia, un acompañamiento en la creación y la transformación

Línea: Jean-Pierre Klein

Mireia Bassols,

psicóloga, arteterapeuta, coordinadora de la formación de arteterapia de la AEC, Barcelona
mbassols@mail.bcn.es
www.aecassociacio.org

RESUMEN

Se aporta una definición de arteterapia, una descripción de su origen y evolución, de la variada procedencia y formación de sus profesionales. Se describe brevemente el tipo de trabajo en arteterapia en relación con las diferentes artes y con su interconexión. Por último, se describen las características de la intervención del arteterapeuta a partir de una serie de claves fundamentales.

Palabras clave: Arteterapia. Evolución del arteterapia. Formación en arteterapia. Intervención terapéutica.

SUMARIO 1. ¿Qué es el arteterapia?. 2. Las artes en la terapia. 3. Un acompañamiento sutil, discreto y sobrio. 4. Bibliografía.

Art therapy, an accompaniment in creation and transformation

Line: Jean-Pierre Klein

ABSTRACT

A definition is contributed of art therapy, a description of its origin and evolution, of the varied origin and formation of its professionals. The work in art therapy is described in relation with the different arts and with its interconnection. Finally, there are described the characteristics of the intervention of the art therapist from a series of fundamental keys.

Keywords: Art therapy. Art therapy evolution. Art therapy formation. Therapeutic intervention.

CONTENTS 1. What is Art Therapy?. 2. The arts in therapy. 3. A subtil accompaniment. 4. Bibliography.

¿QUÉ ES EL ARTETERAPIA?

El arteterapia es un acompañamiento y una ayuda a la persona en dificultades sociales, educativas, personales, ... de tal manera que el trabajo realizado a partir de sus creaciones plásticas, sonoras, dramáticas, teatrales, escritas, ... generen un proceso de transformación de sí misma

y le ayuden a integrarse en sus grupos de referencia social, de una manera crítica y creativa. El arteterapia se preocupa de la persona. No es un proyecto sobre ella, sino un proyecto con ella, a partir de su malestar y de su deseo de cambio. A partir de las diferencias personales y culturales trata de actualizar las condiciones del acto creador y de la producción creativa, de percibir las especificidades de los medios utilizados y comprender sus impactos.

Delante de las creaciones / repeticiones espontáneas de la persona (síntomas, problemas de comportamiento), el arteterapia, propone la creación de otras formas de producción complejas: pintura, música, escritura, improvisación teatral, cuentos, clown... en un recorrido simbólico, que ayudan al desarrollo de la persona hacia un ser y estar mejor.

Esta es la línea de arteterapia que creó –hace más de treinta años- Jean-Pierre Klein, psiquiatra, arteterapeuta, doctor en psicología, escritor de teatro, autor de numerosos libros de reflexión y de arteterapia, director del Institut National d'Expression, Creation, Art et Thérapie de París y de la revista Art et Thérapie y supervisor de la Formación de arteterapia que desarrollamos en Barcelona, en la AEC, Associació per a l'Expressió i la Comunicació, desde el año 1998.

Los arteterapeutas proceden de diversos ámbitos:

Socioeducativo: maestros, profesores, logopedas, psicomotricistas, pedagogos, educadores, trabajadores sociales,... Artístico: pintores, escultores, bailarines, actores, músicos, fotógrafos, títeres, titiriteros,... Sanitario y terapéutico: psicólogos, psicoanalistas, médicos, psiquiatras, diplomados en enfermería,... Todos tienen que tener una experiencia artística consecuente y el sentido de la relación de ayuda a la persona.

“Las mediaciones pueden hacerse en grupo o individualmente, en asociaciones, instituciones o de forma libre, durante periodos de corta o de larga duración. Actualmente se están extendiendo considerablemente a escuelas, institutos, barrios marginales con violencia, prisiones, residencias, instituciones para enfermos graves, toxicómanos, víctimas de abusos sexuales, de malos tratos, de catástrofes y situaciones críticas, a hospitales y en casos de marginalidad y de analfabetismo. Se practica también en empresas con intervenciones en determinados conflictos.

Es necesaria siempre una formación para evitar ciertas trampas: se trata, por ejemplo de no contentarse con una expresión primaria, contener los pasajes al acto, conocer los fenómenos de dinámica de grupo, saber escoger las indicaciones, no hacer trabajar a las personas en registros que rechacen o donde se sientan incapaces, proponer un dispositivo, consignas, acompañar las creaciones para que se fortalezcan y permitan un proceso de transformación, evitar “jugar a los psicólogos” desvelando los sentidos inconscientes escondidos en las producciones, etc.

Esta práctica, nueva, se apoya en fuertes bases teóricas que hemos ido desarrollando y que todos aquellos que trabajan en este campo reconocen (...)

Las formaciones en Arteterapia de la AEC en Barcelona y del INECAT, Institut National

d'Expression, Creation, Art et Thérapie, en Paris, están dirigidas principalmente a profesionales de los campos educativo, artístico, sanitario y terapéutico, así como a investigadores en los campos de la expresión y la comunicación, pero está abierta también a todo aquel que muestre voluntad y un sincero interés vocacional en explorar este camino. Su finalidad es ofrecer herramientas de trabajo y recursos suficientes para facilitar atención y ayuda a personas en dificultades sociales, educativas o personales de manera que el trabajo que realicen a partir de sus creaciones artísticas genere un proceso de transformación positiva de sí mismas.

Esta formación no pretende enseñar a descifrar, diagnosticar o interpretar a partir de la producción de otro (terreno siempre resbaladizo), sino que propone vivenciar el proceso de creación y transformación, a nivel individual y grupal, como punto de partida para la reflexión sobre una metodología propia de acompañamiento de la persona en demanda. Un acompañamiento en el presente, desde una escucha sutil, profunda, que debe llevar más allá de una expresión primera (aquella que produce casi siempre un breve alivio sintomático), para sostener el desarrollo, en el tiempo que sea necesario, de una producción verdaderamente creativo-transformadora¹.”

LAS ARTES EN LA TERAPIA

Las artes utilizadas -en las que se propicia la evolución y transformación de la producción- son las visuales: pintura, barro, collage, instalaciones; artes escénicas: actuación, cuento, teatro de la reminiscencia, clown, máscara neutra, juegos de rol, marionetas, danza contemporánea, comunicación no verbal; música: ritmo, sonido, voz, instrumentos; escritura: talleres de escritura y escritura teatral, etc. La persona acompañada “habla” a través de las formas artísticas, el arteterapia es una forma de decir la verdad jugando en lo simbólico. Las experiencias en la creación pueden representar actos de violencia, de agresividad, abandonos, pérdidas, sentimientos,... y lo hacen de forma indirecta sin una intencionalidad.

En el trabajo teatral, dramático o con títeres, el sujeto habla en el /él/ del personaje y no en el /yo/ de la introspección. Es el arte de la acción a través del personaje de ficción, un proceso de creación individual y/o colectivo que se sitúa entre dos mundos: la realidad y la ficción.

En las producciones con barro se establece un diálogo con la materia, se trata de favorecer el reencuentro de la persona con la materia y acompañarla en un recorrido que va del barro hacia sí misma.

En pintura, se da un primer paso de desbloqueo, dejándose llevar por las imágenes que vengan, los trazos, las formas, los colores,... buscando que la mano huya de la censura del ojo, como una desinhibición, para organizarlo en un segundo momento y poco a poco ir accediendo a lo más profundo de la persona.

¹ Klein, Jean-Pierre, Bassols, Mireia, Bonet, Eva. (coordinadores). *Arteterapia. La creación como proceso de transformación*. Barcelona, Ed. Octaedro, 2006 (en proceso de publicación).

En la danza, hay en un inicio un momento de concienciación del propio movimiento, en el sentido de escucharlo y escucharse a través de ese movimiento, permitiendo posteriormente un acercamiento hacia sí mismo y facilitando la comunicación con el otro.

En el trabajo de voz se busca y se utiliza la voz natural, se desbloquea la respiración y se crea y se transforma a partir de improvisaciones combinando diversas cualidades de sonido.

La escritura posibilita a partir de las propias experiencias y vivencias nuevas formas para jugar con la imaginación, aparecen situaciones y compañeros imaginarios, itinerarios diversos, hasta llegar a la recreación de relatos y cuentos, en la ficción.

Las propuestas artísticas son progresivas y abren posibilidades. Por ejemplo, en escritura: no entrar en el texto en frío, utilizar diferentes estímulos antes de empezar a escribir, actividades de calentamiento, pretexto, texto, lectura, el texto como un itinerario,... con intervenciones dirigidas a “abrir” el escrito, ampliarlo, reducirlo, subjetivarlo,... En voz: la incorporación progresiva de la voz, respiración, suspiros, sonidos infantiles, sonidos vocálicos y movimiento, propuestas creativas con los sonidos,... la incorporación de los rituales en las propuestas: de entrada, de desarrollo, de cierre. En drama: empezando por un trabajo de introspección de la persona (por ej. su respiración), el juego (la vivencia), el jugador / personaje, el desarrollo a partir de una pauta dada, la observación, la evolución y creación grupal,... En plástica, cómo hacer evolucionar las formas, empezando por una propuesta que lleve a sumergirse en los materiales, a través de los sentidos, con el tacto, el olfato, la mirada,... ensayar el gesto que se va abriendo y ampliando para ir encontrando la propia caligrafía en el gesto y plasmándolo plásticamente.

También se trabaja desde la interdisciplinariedad de las diferentes artes. Por ejemplo en música, empezar por un movimiento corporal que nos lleve a la creación musical, incorporar la voz, como el instrumento musical de mayor riqueza, expresividad y penetración emocional, pasando a una plasmación plástica de la música, sus colores, trazos, densidades,... y finalizando por poner palabras a esa música. En plástica, interacción del lenguaje corporal, -con prácticas de reencuentro con el propio cuerpo-, con el lenguaje plástico, a través de los matices que nos proporcionan los materiales, la persona va descubriendo desde la estrategia de rodeo o del indirecto, cómo la obra nos habla, como un espejo. En danza, del volumen -representación en barro de la figura humana- al movimiento danzado y de ese movimiento a la creación dramática y de voz. En drama, de la respiración y la emoción al drama, a la forma del personaje,... En voz, del trabajo progresivo con la voz a la escritura de poemas (haikús),... o por ejemplo en escritura, si comenzamos por una propuesta corporal: la expresión corporal en un espacio simbólico, conduce al sujeto a encontrar un lugar, de esa danza se pasa al dibujo de una palabra (inventada) en el espacio, y seguidamente, como parte del proceso, se puede pasar a construir un texto utilizando la palabra creada. Ese recorrido hasta llegar a la escritura permite explorar el espacio, expresar corporalmente las emociones en el espacio simbolizado (el fondo de la tierra, el laberinto, una plaza, la playa, etc.). Desde ese movimiento se encuentra el sonido y la palabra se vuelve dibujo, grafía,...

UN ACOMPAÑAMIENTO SUTIL, DISCRETO Y SOBRIO²

La relación de ayuda y el acompañamiento se realizan a través de las creaciones y producciones artísticas que la persona vaya generando y a partir de ir cambiando, transformando la propia producción se genera un proceso de transformación del sujeto. Es un proyecto global de reencuentro, que lleva a una transformación positiva de la persona.

La intervención del terapeuta pasa por un acompañamiento, no invasivo, sino sutil, discreto y sobrio desde una presencia activa, ajustada e intuitiva, estando al lado de la persona, acompañándole en su proceso de creación, sin prisas, interviniendo a veces más y otras menos, escogiendo las palabras, respetando sus resistencias, estando atento a lo que manifiesta, sus demandas, sentimientos de ira, de vergüenza, de abandono, de pérdida, deseos, miedos, quejas, insatisfacciones.

La dirección del acompañamiento marca la dirección de la relación arteterapéutica. Los caminos no están preestablecidos, no se fija un sendero, se acogen las producciones y se ofrece una orientación en el sentido de propiciar una mayor claridad, que no excluye la complejidad. Se hacen sugerencias, como tirando de un hilo, para ofrecer nuevas posibilidades y alternativas a la persona, que habla a través de sus producciones. La creación artística puede llevar al sujeto, que se encuentra en un malestar, a vivenciar ese malestar de otro modo, a distanciarse de él, para transformarlo en otras formas.

Cuando acompañamos estamos con y para la otra persona. El arteterapia es un proyecto que se preocupa de la persona, no es un proyecto sobre ella, sino con y para ella, en una relación de ayuda. Esa forma de acompañar supone una presencia ajustada y desde una asimetría relacional, en la que se podría decir estar cerca, estando a la vez lejos, en la que el terapeuta no está resonando al mismo nivel de afectos que la persona acompañada.

Es una intervención, en la que se tiene un profundo respeto por la diferencia del otro, esa es una dimensión ética de toda práctica terapéutica. Se parte de la persona, la historia de cada uno es irreplicable, no hay dos vidas iguales, el método del arteterapia se adapta a la persona. Para cada sujeto particular se despliega un proyecto terapéutico singular. La práctica arteterapéutica, de alguna manera, se ha de reinventar cada vez, ya que no puede ser prevista, ni reglada. Cada intervención terapéutica constituye un proceso de investigación-acción adaptado a cada caso particular, que propicia una lección para el arteterapeuta. Cada paciente, desde su singularidad, hace cuestionar la teoría. El terapeuta propone un marco, en el que no hay una programación del contenido. Una de las cuestiones que considero más interesantes de esta práctica del método arteterapéutico es proponer las condiciones necesarias para desencadenar la implicación, para que la persona pueda producir y crear desde una búsqueda. J-P Klein lo dice muy claramente: no es un recorrido cognitivo, sino un descubrir juntos, abiertos los dos,

² Extraído de Bassols, Mireia en: *Arteterapia. La creación como proceso de transformación*, Klein, Jean-Pierre, Bassols, Mireia, Bonet, Eva. (coordinadores). Barcelona, Ed. Octaedro, 2006 (en proceso de publicación).

a las sorpresas que puedan aparecer. Acompañar es también un trabajo sobre si mismo, que conlleva una escucha y una disponibilidad hacia el otro y una escucha hacia uno mismo.

LA INTERVENCIÓN DEL O LA ARTETERAPEUTA SE DEFINE POR:

- Posibilitar, desde la metodología utilizada, la evolución y la transformación de la producción. Cómo pasar de la expresión a la creación.
- Favorecer un trabajo que parta de uno mismo, que propicie y desencadene la implicación.
- Una implicación en la creación, respetando lo que significa “arte”, con un sentido de exigencia y de rigor en las producciones, en función de las capacidades de la persona a la que se acompaña.
- Propiciar el hablar desde el “él” (por ejemplo de un personaje) de la producción: Pasar del yo (aquí y ahora), a el “él” / “ello” (en otro lugar, a través de un cuento, una historia, un dibujo, un volumen,...), para ello se propicia un marco que permita el poder hablar de si mismo sin decir yo. Es una práctica desde la “estrategia de rodeo” o “del indirecto”.
- Establecer un dispositivo que permita dibujar el territorio de lo simbólico.
- La no interpretación de las producciones surgidas, así como el no juzgarlas.
- El mantenimiento en el sistema de reglas y la determinación y claridad de las reglas.
- El proceso de acompañamiento a la persona y la dirección que toma ese proceso. Estar al lado de la persona, desde la forma de las producciones y la evolución de esas producciones, con una actitud ajustada, prudente, sutil, discreta y sobria. El proceso arteterapéutico trata de acompañar a la persona en su creación y ayudándole a que no se instale en el sufrimiento o en la comodidad.
- Respetar, sostener, mostrarse comprensivo, ofrecer posibilidades de evolución.
- Favorecer que pueda aparecer aquello que es diferente en cada uno/a, la diversidad de las respuestas, propiciando que surja la singularidad del sujeto y la diversidad en el grupo.
- Mantener un hilo entre las propuestas, dándose un proceso de una producción a otra, como un encadenamiento sucesivo de producciones.
- La apertura y claridad de las propuestas y consignas y el mantenimiento en esas propuestas.
- La flexibilidad en las propuestas, en el sentido de que sean abiertas y que propicien diversidad de respuestas.
- El aprovechamiento de todo aquello que sucede en el marco del trabajo, las sugerencias del otro, gestionando aquello que surge como imprevisto.
- La escucha de los intereses, demandas, necesidades de la persona, del grupo.
- Favorecer que se transformen los estereotipos que vayan surgiendo en las producciones, en un trabajo más personal e implicado, de manera que las obras puedan progresivamente ir evolucionando y transformándose y que la persona se deje llevar por la creación, sin intelectualizar o razonar demasiado, posibilitándose el poder ir más allá, arriesgarse, permitirse el sorprenderse ante aquello nuevo que aparece.
- Trabajar más sobre la forma que sobre el contenido. Ayudar a que la persona pueda negociar con la materia.
- No confundir la producción con la persona, el arteterapia es un acompañamiento, un tratamiento, no es para realizar un diagnóstico.

- Propiciar un ambiente que permita a la persona que se tome su tiempo y no se precipite en la acción.
- Determinar y diferenciar los espacios de realidad y de ficción.
- Desarrollar el ritmo del taller: La organización y la estructuración del tiempo, un ritual de entrada, introducción, calentamiento, producción, significación, ritual de salida, recogida, cierre.

La creación, la evolución, la transformación, el dejarse llevar, la escucha, la estrategia de rodeo,... son ejes de la práctica arteterapéutica desde un acompañamiento discreto en un recorrido simbólico, en un viaje con billete de regreso.

Bibliografía:

DARRAULT-HARRIS, IVAN-KLEIN, JEAN-PIERRE, *Pour une psychiatrie de l'ellipse. Les aventures du sujet en création*. París, 1993. Presse Universitaires de France.

KLEIN, JEAN-PIERRE. *Arteterapia. Una introducción*. Barcelona, 2006, Ed. Octaedro.

KLEIN, JEAN-PIERRE - BASSOLS, MIREIA - BONET, EVA (coordinadores). *Arteterapia. La creación como proceso de transformación*. Barcelona, 2006. Ed. Octaedro (en proceso de publicación).

WOLCOWICZ, MICHEL. *Entretien avec M. Claude Joulia (peintre et sculpteur)*. Rev. Art et thérapie n° 50-51 (pág. 54-64). París, 1994. La peinture au-devant de soi.