

El Corazón bajo la Cama. Arteterapia con una Niña Superviviente de Abusos

María LLANOS ALONSO
iyalo@hotmail.com

Enviado: 29/04/2010
Aceptado: 24/06/2010

RESUMEN

Ilustrado mediante el caso de una niña que sobrevivió a abusos sexuales, se trata de cómo utilizar arteterapia con personas que han sufrido algún tipo de trauma. Se expone un resumen de algunas teorías en torno al trauma y se habla también de la importancia con estos pacientes del setting, de la formación del vínculo terapéutico y de la elección de materiales adecuados.

Palabras clave: arteterapia, infantil, abuso sexual, trauma, materiales.

The Heart under the Bed. Art Therapy with a Child Abuse Survivor

ABSTRACT

How to use art therapy with trauma survivors is illustrated through the case of a child survivor from sexual abuse.

Some theories about trauma are explained, as well as how important it is with these patients to maintain the setting, to nurture the therapeutic bond and to choose carefully the art materials.

Keywords: Art therapy, child, sexual abuse, trauma, art materials.

1. EL TRAUMA

Según la arteterapeuta británica Andrea Gilroy (2006) el trauma es una respuesta a una amenaza demasiado grande, bajo la que el individuo se siente indefenso y sin esperanza, rindiéndose ante la proximidad de la muerte física o psíquica. Este terror y la respuesta ante él quedan registrados en el cuerpo, en el sistema límbico pre-verbal, por lo que el trauma resulta muy difícil de abordar mediante las terapias verbales. En algunos casos el trauma tuvo lugar durante la etapa pre-verbal.

Winnicott (2005), describiendo la experiencia del bebé cuando la madre desaparece de su visión, explica que tras un límite de tiempo el bebé puede quedar traumatizado y ni siquiera el regreso de la madre arreglará el estado alterado del bebé. En palabras de Winnicott (2005): El trauma implica que el bebé ha experimentado una ruptura en la continuidad de la vida, de forma que ahora se organizan las defensas primitivas para defenderse contra la repetición de una “ansiedad impensable”.

El trauma y los síntomas del PTSD pueden permanecer latentes, con mayor o menor manifestación, durante toda la vida de una persona. El trauma puede estar presente en la base del conflicto o la dificultad, en personas que aparentemente tienen diagnósticos muy diferentes. Las experiencias de abuso y trauma están en el fondo de numerosos trastornos, aunque a veces no sean correctamente diagnosticadas.

Existen investigaciones que relacionan la severidad de los trastornos psiquiátricos en la vida adulta con la existencia de abuso físico o sexual durante la infancia.

Bowlby hace referencia a un estudio de George y Main (1979), para explicar la evolución de un estilo de apego inseguro en los bebés:

“Entre los niños que han sido abusados se ven con mayor frecuencia comportamientos como: agredir a los compañeros, perseguir y amenazar con hacer daño a los cuidadores, así como responder a las conductas amistosas bien evitando la interacción o mediante una mezcla de movimientos de evitación y acercamiento.” (Bowlby, 1997: 366)

Para Bowlby (1997), los niños y niñas que han desarrollado un apego inseguro, tenderán a aislarse de los demás y a alejar a las personas que intenten serles de ayuda, lo cual hace difícil romper el estilo de relacionarse que han adquirido en los primeros años.

Cuando tratamos a niños/as que han vivido una experiencia potencialmente traumática, como un abuso sexual, tenemos que ser muy conscientes de la angustia que han experimentado y que todavía subyace en muchos de sus comportamientos inadaptados u otros síntomas que aparecen en su vida cotidiana.

2. EL SETTING Y EL VÍNCULO TERAPÉUTICO

Cuando hablamos de niños y niñas que han sufrido abuso sexual, es imprescindible hacer referencia al texto de Sagar (1990): “Working with cases of child sexual abuse”.

“No es extraño entre los niños derivados a arteterapia, que después de algunos meses o un año de tratamiento regular, el/la paciente revele un abuso sexual ocurrido en el pasado”. (Sagar, 1990: 91)

Esta arteterapeuta británica utiliza datos extraídos de diversos estudios de caso, para explicar los diferentes temas y complicaciones que pueden surgir, cuando estos/as niños/as afrontan su pasado de abuso mediante el arteterapia. Sagar explica con ejemplos prácticos temas como el secreto, el patrón adictivo o la confusión que surge en estos/as pacientes, derivada de la ruptura de límites que se dio durante la situación de abuso. Sagar (1990) menciona cómo estos niños/as pueden probar los límites continuamente tanto en la familia como en la escuela y pone de ejemplo el caso de un niño de nueve años, que testeaba continuamente los límites debido a que “su alto nivel de ansiedad e inseguridad le obligaba a comprobar si se encontraba seguro o no”. (Sagar, 1990: 107).

Otro tema recurrente citado por Sagar (1990) es el ritual de entrada y salida del abuso, que separa el abuso del resto de la vida del niño/a. Frases aparentemente

inocentes como “vamos a darte un baño” pueden tener un significado especial dentro de la relación de abuso. Cuando un/a paciente insiste en repetir un juego, o en describir una situación concreta en el ámbito familiar, también debemos estar alertas de si podría estar mostrándonos o repitiendo (quizás de manera adictiva) el abuso y las circunstancias que lo rodearon.

Para que estos niños y niñas se sientan seguros con la arteterapeuta, es imprescindible mantenerse dentro de los límites del *setting*, ya que son especialmente sensibles a la ruptura de límites que a veces ellos mismos tratan de provocar.

El estudio realizado con un grupo de chicas adolescentes por Ani Brown y Marianne Latimir, *Between images and thoughts, An art psychotherapy group for sexually abused adolescent girls*, Brown y Latimir (2001), muestra cómo trabajaron las arteterapeutas para resolver los temas que surgieron durante el proceso del grupo, entre ellos: la disociación, el enfado y la necesidad constante de mantener el control sobre la terapeuta. Otro elemento frecuente que se estudia aquí, es la forma en que estas pacientes pueden hacer a la terapeuta adoptar una postura voyeurística, así como la repetición que a veces se da en la terapia de los roles de abusadora y abusada.

Además de la repetición en arteterapia de los patrones de una relación de abuso, así como de la aparición de secretos o de cosas “escondidas”, Sagar (1990) también hace referencia a la necesidad que muestran estos niños de controlar a la terapeuta y todo lo que sucede durante la sesión y/o en sus relaciones con personas adultas. Para Sagar:

“Este tipo de actitud controladora hacia los adultos y los padres parece surgir de la necesidad de compensar por la falta de control sobre sus cuerpos que estos/as adolescentes han experimentado debido al abuso”. (Sagar, 1990: 106)

La aparición -a veces no explícita- con niños y niñas en terapia, de personajes de cuentos o dibujos animados, es un hecho frecuente. En un estudio de caso de Herman (1997), la arteterapeuta afirma que la paciente “utiliza una dramatización de los cuentos, como técnica que le permite un distanciamiento, para relatar a la terapeuta los eventos traumáticos en su pasado” (Herman, 1997: 439). La sesión de arteterapia les da a estos niños y niñas la oportunidad de explorar sus emociones en un entorno seguro, en el que se sienten en control, ya que ellos pueden decidir el ritmo al que proceden y lo que las imágenes hechas en arteterapia revelan -o no- a la persona adulta.

En un trabajo con arteterapia mediante la arcilla, *Is it safe to keep a secret? A sibling group in art therapy*, Aldridge y Hastilow (2001), trabajaron con un grupo de hermanos que sufrían de PTSD. En el texto destacan algunos puntos comunes en este tipo de pacientes: el miedo al abandono por parte del terapeuta, la discusión de secretos, juegos sobre fantasmas y morir, jugar a limpiar la habitación, el juego sensorial con los materiales, jugar al escondite, hacer un gran desastre con los materiales, etc.

En el caso del que hablaremos más adelante veremos cómo surgen algunos de estos puntos o temas comunes, así como su efecto potencial sobre el mantenimiento del *setting* y a la creación del vínculo terapéutico.

3. EL PAPEL DE LOS MATERIALES: LA ARCILLA, EL DESASTRE

Entre las técnicas que se utilizan en arteterapia, autores como Anderson (1995), Sagar (1990) y Gillespie (2001) destacan la efectividad de aquellas que tienen un componente sensorial o táctil. Estas técnicas son muy adecuadas para recomponer la ruptura que se da durante el trauma entre cuerpo y mente, o sensaciones y emociones, secuela que se manifiesta frecuentemente en el tratamiento de supervivientes. En varios estudios los arteterapeutas utilizan la arcilla o la arena, como medio para construir un puente entre la sensación táctil y la expresión intelectual, al utilizar el razonamiento y otros procesos mentales en la creación de obras y posterior verbalización sobre las mismas que tiene lugar en la sesión de arteterapia.

La arcilla se ha utilizado con éxito en el tratamiento del trauma tanto con personas adultas: Anderson (1995); como con niñas/os: Malchiodi (1990), Gillespie (2001), Aldridge y Hastilow (2001), Case (2003). Malchiodi, hablando de cómo abordar el enfado subyacente con niños y niñas que han sufrido abuso sexual, destaca que el trabajo con arcilla es “Es un método efectivo, posiblemente porque puede ser tratado con energía y agresión, en una forma en que no lo permiten las modalidades bidimensionales.” (Malchiodi, 1990: 138)

Varios autores: Sagar (1990), Murphy (2001), Douglass (2001), Gillespie (2001), Case (2003), O’Brien (2004), coinciden en mencionar el desastre hecho con los materiales, como una constante en las sesiones de arteterapia con estos niños y niñas. Se mencionan también las mezclas con agua y materiales, que se hacen a veces durante la sesión de arteterapia y que se obliga a la arteterapeuta a preservar, guardándolas en un lugar seguro. Estas mezclas o paquetes pueden ser a veces un veneno o una poción para curar y, para Sagar (1990), representan el secreto del abuso. Un artículo de O’Brien (2004), relaciona este desastre hecho en la sesión de arteterapia, con el acceso a las memorias del trauma almacenadas en el cerebro. El visualizar este desastre en la obra de arte y su posterior discusión con la arteterapeuta, posibilitaría la conexión del trauma a contenidos verbales y su integración mediante el arteterapia.

Introducción al caso

Sara, fue derivada al servicio de salud mental por problemas de comportamiento en la escuela y en casa. Su primer ingreso en salud mental infantil fue a la edad de 6 años. Durante la terapia con una psiquiatra del equipo se reveló que la niña había sufrido abusos sexuales por un familiar cercano, aproximadamente desde antes de los dos años hasta los cinco años.

Según los datos de la historia clínica, Sara tiene mucha dispersión y ansiedad, da síntomas de hiperactividad y molesta mucho en el colegio. Según la familia, Sara soporta mal la frustración y demanda mucha ayuda. Vive en un mundo interno de fantasía y miedos. Presenta inestabilidad emocional. Tiene problemas de sueño y miedo a la oscuridad. Se menciona también que come muy lenta y que ha tenido conductas temerarias, como destrozar o prender fuego a mobiliario de la casa.

Cuando comenzamos arteterapia, Sara tiene 8 años de edad. La intervención consistió en 18 sesiones individuales de 45 minutos, una vez a la semana, durante los dos últimos trimestres del curso escolar.

A la hora de plantear una hipótesis sobre el origen de estos comportamientos de Sara, así como para tomar algunas decisiones durante las sesiones de arteterapia, tuve en cuenta el cuerpo teórico al que he hecho referencia en los puntos anteriores. Por ejemplo: a pesar de las limitaciones del espacio físico de las sesiones, ofrecí a Sara la posibilidad de trabajar con pasta de modelar parecida a la arcilla, así como -en la medida de lo posible- de experimentar sensorialmente con los materiales plásticos y el agua disponibles en arteterapia.

4. FORMACIÓN DEL VÍNCULO TERAPÉUTICO. REEXPERIMENTANDO EL TRAUMA EN UN ENTORNO SEGURO

Sesión número 1

La primera vez que veo a Sara, en una entrevista con dos de sus familiares, me parece una niña tímida, apocada y nada habladora. Tiene la mirada ausente, triste, y solo dice palabras sueltas o asiente a lo que dicen sus abuelos. Cuando se queda a solas conmigo, empieza a contarme todo tipo de cosas y a mostrar su entusiasmo por los pinceles, las pinturas, etc., pero no se lanza sobre los materiales sino que se muestra más bien coartada, retraída. Al final del primer día me dará la sensación de que es la parte de “arte”, la que atrae a Sara a participar en las primeras sesiones. Sara no me muestra abiertamente que aprecie mi presencia o mis comentarios, tampoco se atreve a aparecer vulnerable ante mí. Yo soy al principio, más como una espectadora de la que se solicita que esté ahí pero sin entrometerse demasiado. Aunque, las aproximaciones que hace Sara hacia mí, vistas en la distancia, podrían aparecer intentos de “seducirme”: como cuando en alguna sesión me trae un regalo o me enseña cosas “especiales” que puede hacer con el dedo o con la lengua.

Su primer dibujo es el de un monstruo –un hombre lobo- encerrado en una jaula. Sara me cuenta: “Es una jaula. Porque es un hombre-lobo, que por la noche se transforma...”. Mientras tanto dibuja los brazos que salen de la jaula y continúa hablando: “Pero les miente, les dice que le saquen, que no es un hombre-lobo, y como es de día les miente...”



Sara continúa dibujando el fondo rosa para el monstruo mientras me comenta: “Quisiera purpurina color carne para pintarle la cara...”. Luego coge un papel y hace un dibujo de lo que dice ser mi cara.

Ya en esta primera sesión, Sara me muestra que es capaz de vincularse, pero también lo insegura que se siente al formar este vínculo conmigo. Por ejemplo, aunque le he explicado que va a venir unos días a probar arteterapia, cuando le pregunto si quiere venir el próximo día a pintar me contesta, mientras me mira muy seria: “Voy a venir todos los miércoles...”

Cuando me contesta siento que para ella, es demasiado doloroso pensar en que puede dejar de venir conmigo: ha empezado a estar a gusto y no admite la posibilidad de perder este espacio, o mi persona. También el que me haya dibujado a continuación del monstruo en la jaula, me hace preguntarme cuál imagina Sara que es mi papel en todo esto: ¿quién es el monstruo? Para mí simboliza tanto su abusador como ella misma y ¿sé yo que el monstruo miente? Podría ser que, en el mundo de Sara, los adultos mienten: ¿voy yo a mentirle, a decepcionarla?, ¿puede confiar en mí?...

Sesión número 4

En este punto ya es una constante el que Sara propone diferentes juegos durante nuestras sesiones. Hoy tenemos que jugar a que sale un fantasma de la tumba y nos va a coger los pies. Me parece que estamos figuradamente en la cama. Sara me dice que el fantasma nos toca y tenemos que asustarnos. Luego, no sabemos si el fantasma se ha ido o si va a volver. Sara, escondida bajo la mesa, susurra amenazante: “Te voy a coger Sara...te voy a coger guarina...”. Luego se queda en silencio. Le digo a Sara que da miedo pensar que el fantasma se ha ido y no saber si va a volver. Me contesta muy seria: “quiero que te asustes de verdad”. Se pone a mover mi silla. Le digo que ese fantasma suelto por la habitación y que no lo podemos ver, da mucho miedo, y que porqué no lo pintamos. Sara entonces hará un dibujo del fantasma, con lo que luego me parecen dos corazones debajo (¿saliendo?) de la cama



Sesión número 5

Sara intenta dibujar algo sobre papel oro, pero lo borra, no puede. Cuando reflejo que le pone nerviosa que le pregunte sobre lo que está haciendo, me ordena muy enfadada que me calle. Yo le digo “punto en boca”, y voy jugando a que no puedo hablar, mientras ella coge otro papel y empieza de nuevo el mismo dibujo. Hace un corazón con un agujero y una pequeña flor

afuera, que a mí me recuerda la relación entre nosotras en ese momento. Cuando termina el dibujo, me da permiso para hablar. Acto seguido me “ensucia” haciéndome pisar un montón de papeles que representan “caca” y cuando le comento que quiere que me sienta muy sucia, me pinta la mano verde, diciéndome que es caca. Ese día

también me reñirá por los zapatos que llevo. Sara me está diciendo lo sucia que se siente y lo hace, como tantas veces, haciendo que yo lo experimente directamente.

Sesión número 7

Sara empieza un juego en el que me hace un carné con cartulina y pintura azul y lo usamos para escenificar una situación médico-paciente, pasando el “carné” por el orificio del ordenador para la tarjeta sanitaria. En este juego, yo voy a verla supuestamente porque tengo un problema con mi marido. Cuando le pido que me explique “qué es un problema”, se queda con el dedo fijo en el teclado del ordenador, que hace un ruido continuo: pip, pip, pip, pip... Le comento que igual un “problema” es como algo que se queda así, atascado, como el pip pip del ordenador. Sale corriendo de la habitación y vuelve a entrar enseguida. Cuando entra, se pone a hacer el pino frenéticamente comunicándome mensajes “secretos”, en los que cada posición de las piernas significa una letra, pero no me permite decir las letras en voz alta. Al final de la sesión vemos juntas su carpeta y ella me va contando historias de cada dibujo.

Poco a poco voy notando como Sara empieza a relajarse a ratitos, aunque la dificultad que tiene para confiar en mí –o simplemente para hablar de lo que le pasa- es muy intensa.

Sara intenta en varias ocasiones mirar y coger los materiales y la carpeta que no son suyos. También es muy sensible a revisar sus propios materiales y carpeta, para ver que nadie ha tocado nada. Al defender yo de ella los materiales de los otros niños, le voy mostrando repetidamente que el espacio es seguro y que puede confiar en mí. Esta dificultad que tiene para relajarse y confiar en mí, se hace más evidente después del intermedio de las vacaciones o de una pérdida forzosa de la sesión de arteterapia.

Sesión número 10

Sara me pide esconderse detrás de la puerta y que yo entre en la sala, entonces ella me asustará y me cerrará la puerta. Después empieza enseguida a trabajar con la pasta de modelar. Expresa su rabia a través del material: lo golpea con fuerza y corta la pasta con la regla.

A raíz de la entrada de una persona del equipo en la sala, Sara se altera y empieza a buscar las tijeras que tiró el otro día detrás de la estantería. Encuentra una tabla que está escondida a un lado de la estantería, la pone en el suelo frente a la puerta e insiste en pintar sobre ella. Le ofrezco que lo haga sobre papel; ella traslada todos los botes y pinceles al suelo y se pone a pintar una “fuente” de muchos colores. Le comento que quizás le ha molestado que esta persona entrara sin llamar y que es posible que por eso estemos ahora bloqueando el paso de la puerta. Ella asiente y muestra su enfado contra este médico. Podemos hablar de ello y le propongo formas aceptables de expresarlo, como por ejemplo, si vuelve a pasar, decirle a la persona que ha entrado cómo esto la ha molestado. Un poco más tarde, todavía dibujando sobre la tabla, Sara me cuenta un sueño en el que un cazador la ata y ella no puede moverse y no siente nada.

Después empieza a mezclar colores en el agua, haciendo un veneno que dice me va a hacer tomar y yo, sin saberlo, me voy a envenenar. Mientras ella prepara el “veneno”, me pide que yo cante la canción de Blancanieves mientras limpia la casita, yo la tataréo (malamente) y voy haciendo como que limpio la sala de arteterapia. Cuando Sara acaba la “poción” me pide guardarla y me dice que es un color para que yo me acuerde de ella cuando me vaya al colegio.

Antes de irse, Sara pinta apresuradamente un corazón azul directamente sobre la tabla, que luego emborriona.

5. INTENTOS DE REPARACIÓN. CONSTRUYENDO UNA NUEVA NARRATIVA

Sesión número 11

Sara entra y se sienta en mi silla. Es algo que ha pasado en otras ocasiones, así que le comento cómo le gusta sentarse en mi silla. Aunque esto no lo hablo en voz alta, lo veo un intento de Sara por negar la dependencia, por no hablar de la palabra “problema” que le da tanto miedo. Sara me dice: “el otro día te sentaste a mi lado...”. Le pregunto si quiere que me siente a su lado y asiente (pero ella quiere seguir en mi silla). A partir de esta sesión me pedirá que me siente con ella y me aceptará como su “ayudante” a la hora de manipular o hacer cosas prácticas.

Sara rompe uno de sus trabajos de arcilla. Luego saca la “pócima” de la sesión anterior y le añade color negro. Mete las manos en el líquido. Después me pide ayuda para limpiarse las manos y empieza a jugar a limpiar el despacho. Me dice “quiero pasar la hora así”. Al rato hacemos un juego en el que ella se pinta las manos con pintura y luego está muerta bajo la mesa (que para mí representa la cama). Yo tengo que asustarme mucho cuando la encuentro. Siguiendo el juego, me la encuentro, me asusto y luego le hablo, como en otros juegos que hemos hecho anteriormente. Pero Sara hoy no responde, está decidida a hacerse la muerta sin parar. Hace una voz en off algo tenebrosa que dice “¡he matado a Sara!, ¡y ahora te voy a matar a ti también...!”. Yo siento una desesperación y falta de recursos, hasta que pienso en sacar alguna de las toallitas que hemos usado anteriormente para “limpiar” la habitación y pruebo a “limpiarle la herida a esta niña pequeña”, en voz alta. Esto hará que Sara vuelva a moverse. Después de ello, coge lo que ha quedado de la forma de arcilla rota al principio de la sesión y la cubre con parte de la “pócima”, la envuelve con papel y la guardamos juntas antes de terminar.

Sesión número 14

En cuanto entra le pregunto: ¿cómo nos sentimos hoy? Me pide que me siente a su lado y abre un paquete de pasta de modelar. Coge un trozo de papel del paquete y me dice: “Te voy a hacer una pulsera para que te acuerdes de mí. No te la quites nunca”. Hace la pulsera, me la pega con celo y sigue diciendo: “Ya sé a qué vamos a jugar”.

Sara saca la familia de muñequitos de arcilla que hemos hecho juntas en días anteriores. Los hemos pegado sobre una sirena dentro de otra sirena, que parece sostener a toda la familia.

Me pide ayuda y empieza a poner celo transparente alrededor del “gigante”, luego pone cinta de papel enrollada sobre el mismo gigante, dándole muchas vueltas. Le comento que “el gigante ha quedado bien pegado”.

Entonces pega un montoncito de papel (que habíamos usado otro día para limpiar) sobre una hoja y le añade uno de los “hijos pequeños” de los personajes de arcilla: estos pegotitos representaban a ella, sus hermanos y a mí. Usa mucho celo y me dice que es “una operación”. Me pide sacar la “pócima” para ver “si se ha secado”. Termina la operación pintando la figura con amarillo y con parte de la pócima: parece satisfecha con el resultado.

Sara sigue haciendo cosas diferentes a cada uno de los personajes. Termina pintando de amarillo la “madre” y envolviéndola en un paquete para lo que usa abundante celo. Me dice que vamos a hacer un juego en el que ella tiene la cara pintada de muchos colores y yo la busco. Ella se esconde debajo de la mesa con las bolitas, pero yo no sé que ella está ahí y no puedo ni verla ni entrar (bajo la mesa) hasta que ella salga y me diga que entre. Se acaba la sesión mientras está trabajando en los personajes de arcilla.

Estos son algunos ejemplos de los juegos y historias que fueron surgiendo y evolucionando progresivamente en la sesiones con Sara.



6. CONCLUSIONES

En las primeras sesiones de arteterapia, Sara oscilará emocionalmente entre acercarse un poquito a mí, salir corriendo, mostrarme abiertamente su rechazo o atacarme, para luego volver a acercarse. Todo esto puede suceder varias veces en el curso de la misma sesión y me irá dando claves para que entendamos juntas el porqué hace algunas cosas –como salir corriendo- y el cuándo las hace. Progresivamente, irán aumentando los períodos de acercamiento entre nosotras y reduciéndose los intentos de

rechazo y de huida. Al final de la terapia, estos impulsos de rabia hacia mí quedarán prácticamente reducidos al momento del final de la sesión.

Esta construcción delicada de una mayor confianza entre nosotras, pasará por un aceptar de mi parte sus distancias y sus ritmos; por proponer en la justa medida y por aguantar una y otra vez sus desplantes y erupciones de agresividad. Sara en ocasiones me pide que me calle, me dice que ropa tengo que llevar, me riñe, me cierra la puerta en las narices cuando vamos a entrar a la sesión o me “mata” metafóricamente en juegos que repetimos una y otra vez.

En mi opinión, las sesiones de arteterapia con Sara fueron una herramienta eficaz para formar y fortalecer el vínculo terapéutico. Con el tiempo se fue desarrollando una mayor confianza entre nosotras, que le permitió a Sara empezar a pedir y aceptar la ayuda que yo le ofrecía para realizar tareas artísticas o para hablar de algunos temas difíciles para ella.

Gracias también al distanciamiento que permitían las obras de arte y los juegos, Sara pudo comenzar a poner palabras a algunas emociones conflictivas, a sentirlas y aceptarlas como algo propio.

La situación familiar de Sara fue y ha sido complicada y probablemente confusa para ella. Durante la terapia, Sara comenzó a preguntar en casa por los familiares de su primera infancia, mientras elaboraba también estos temas en algunas de sus obras en arteterapia. Ante el hecho de que Sara comenzara a preguntar por su familia y su historia personal, podríamos hipotetizar que el trabajo en arteterapia le permitió acceder y querer entender o reestructurar la memoria de sus primeros años, en los que tuvo lugar la experiencia de los abusos.

Un elemento particularmente difícil de sobrellevar en la situación de arteterapia con Sara, fue su tendencia a repetir la situación traumática del abuso en el contexto de la relación terapéutica. El intentar sostener una y otra vez a Sara durante estas repeticiones -que parecían no tener fin- así como el correcto manejo de la situación, fue uno de los mayores retos que se me presentó durante el tratamiento. Me pareció entender algunos de sus juegos como una repetición del trauma en un entorno seguro, e intenté ofrecerle algún tipo de contención y de apoyo en estos momentos difíciles.

También intenté que Sara reflexionara, en el aquí y ahora de arteterapia, sobre el cuándo y el porqué de algunos de sus comportamientos más explosivos y descontrolados. Cuando acabamos arteterapia, Sara pasaba concentrada más tiempo en el hacer y en el relacionarse conmigo, y menos en el escapar y el actuar cosas cuando la ansiedad se incrementaba. Todavía le costaba mucho separarse al final de las sesiones, aunque a partir de la sesión número 14 empezó a tolerarlo mejor.

En los primeros juegos y dibujos de Sara, hablaba mucho de muerte, de tumbas o de matar. En sus historias, los primeros personajes más extremos (monstruos, bebés-demonio, etc.) fueron dando paso a otros más ricos (la sirena, el gigante, la madre) que podían ir cambiando y transformarse e incluso, en ocasiones, intentar algunas reparaciones simbólicas como limpiar, curar, sostener o guardar.

Hacia el final de la terapia, el comportamiento en casa y en el colegio de Sara mejoró notablemente, incluso Sara comenzó por primera vez a destacar en clase y a traer buenas notas. Es difícil saber qué parte de la mejoría de Sara se debió a las sesiones de arteterapia.

Me pareció que el trabajo hecho en arteterapia fue un apoyo importante para Sara en este momento de su vida. Intenté que en nuestros encuentros, todo pudiera formar parte de una historia, un cuento o un juego, del que podíamos hablar y explorarlo juntas. De esta manera, vi cómo a lo largo de las sesiones iban disminuyendo los miedos de Sara y ella investigaba la posibilidad de elaborar una narrativa sobre lo ocurrido durante su infancia. Sara ahora está más tranquila e intenta en mayor medida reflexionar sobre sus reacciones y comportamientos explosivos. Al finalizar arteterapia, Sara está mejor dispuesta a encontrar un sitio en su familia actual y más preparada para enfrentar su vida de niña con normalidad.

7. BIBLIOGRAFÍA

- ALDRIDGE, F. & HASTILOW, S. (2001) "Is it safe to keep a secret? A sibling group in art therapy". En J. Murphy (Ed.), *Art Therapy with Young Survivors of Sexual Abuse: Lost for Words*, 167-183. Nueva York, Brunner-Routledge.
- ANDERSON, F. E. (1995) "Catharsis and empowerment through group claywork with incest survivors". En *The Arts in Psychotherapy, Vol. 5, 22, Special Issue: Sexual Abuse*, 413-427.
- BOWLBY, J. (1997) *Attachment and Loss: Attachment*. Volumen 1. Londres, Pimlico. (Publicado por primera vez en 1969).
- BROWN, A. M., & LATIMIR, M. (2001) "Between images and thoughts, An art psychotherapy group for sexually abused adolescent girls". En J. Murphy (Ed.), *Art Therapy with Young Survivors of Sexual Abuse: Lost for Words*, 184-200. Nueva York, Brunner-Routledge.
- CASE, C. (2003) "Authenticity and survival working with children in chaos". *International Journal of Art Therapy*, Vol. 1, 8, 17-28.
- DOUGLASS, L. (2001) "Nobody hears: How assessment using art as well as play therapy can help children disclose past an present sexual abuse". En J. Murphy (Ed.), *Art Therapy with Young Survivors of Sexual Abuse: Lost for Words*, 50-56. Nueva York, Brunner-Routledge.
- HERMAN, L. (1997) "Good enough tales for resolving sexual abuse trauma". En *The Arts in Psychotherapy, Vol. 5, 24*, 439-445.
- GILLESPIE, A. (2001) "Into the body. Sand and water in art therapy with sexually abused children". En J. Murphy (Ed.), *Art Therapy with Young Survivors of Sexual Abuse: Lost for Words*, 86-100. Nueva York, Brunner-Routledge.
- GILROY, A. (2006). *Art therapy, Research and Evidence-Based Practice*. Londres, Sage publications.
- MALCHIODI, C. A. (1990) *Breaking the silence. Art Therapy with Children from Violent Homes*. Nueva York, Brunner/Mazel.
- MURPHY, J. (Ed.) *Art Therapy with Young Survivors of Sexual Abuse: Lost for Words*. Nueva York, Brunner-Routledge.
- O'BRIEN, F. (2004) "The making of mess in art therapy: Attachment, trauma and the brain". *International Journal of Art Therapy, Vol. 1, 9*, 2-13.
- WINNICOTT, D. (2005-10ª Edición) *Playing and Reality*. Oxon, Routledge Classics. (La obra original se publicó en 1971).