

## Seminario de capacitación en adicciones

### 1º Módulo

## Arte-Terapia

### “INTRODUCCIÓN A LA MODALIDAD ARTETERAPÉUTICA”

PENSAR

“El arte es una acción de amor, un deslumbrante vínculo que se establece entre los hombres...” *Enrique Pichon Rivière.*

### Desde lejos en el tiempo

El arte ha generado, desde siempre, un vasto espacio en la historia de la humanidad. La historia tiene que ver con la inscripción y el registro. Si bien su nacimiento está asociado formalmente con la aparición de la escritura, existen múltiples testimonios previos que evidencian que la humanidad, desde sus orígenes, ha producido “inscripciones” de todo tipo, entre las que se encuentran expresiones tales como la pintura, la escultura, la arquitectura, etc. Rastreando en el pasado, podemos observar cómo el hombre ha incorporado a la construcción de sencillos objetos alguna marca, a modo de impronta particular, excediendo el carácter utilitario de sus producciones. Esta actitud no solo tiene que ver con la ornamentación, sino también con una necesidad de preservar lo que hoy podríamos definir como “propiedad intelectual”, asociada a un intento de trascendencia del sujeto autor.

Esta intención puede vislumbrarse en muchos rituales de antiguas comunidades, donde las ofrendas y los objetos con que rodeaban a sus muertos, además de ser particulares y distintivos del difunto, eran representativos de su grupo de pertenencia.

En relación a ese “plus” de sujeto puesto en juego en el hecho creativo, podría entenderse que la expresión artística haya sido implementada, desde tiempos muy remotos, con fines terapéuticos. El arte ha tenido a través del tiempo diversas interpretaciones, como magia, religión, o como expresión universal que trasciende la experiencia de lo individual.

Cuando se habla de arte en terapia. Suele hacerse referencia a la utilización de medios de expresión y comunicación diferentes del lenguaje verbal de la vida cotidiana. Entendido en este sentido, el arte, valiéndose de símbolos y

metáforas, a través de actividades que incluyen un particular compromiso sensorial y cinestésico (artes gráficas, plásticas, musicales, danza, Etc.), es propuesto como un medio para “liberarse” del malestar, de la angustia. “Arte como expresión de la potencialidad y realidad humana, pero también como instrumento para comprender y resolver dificultades” (Tosoni, 1987) Investigaciones realizadas por estudiosos muestran cómo los primeros esbozos de la arteterapia hacen su aparición en las culturas y las civilizaciones más antiguas. La aparición de arteterapia en la actualidad nace como consecuencia de las investigaciones realizadas por terapeutas interesados en encontrar nuevos recursos de intervención y dar nuevas respuestas al incremento considerable de las demandas de la época ( en la segunda mitad del siglo XX) surgen: el psicodrama, terapias grupales, familiares, sumados a la implementación de recursos artísticos a través de espacios de arte, paralelos a los tratamientos a cargo de personal especializado en plástica, teatro, marionetas, expresión corporal.

### **Arteterapia: una disciplina en pleno desarrollo en la actualidad**

Por lo tanto la terapia artística es una disciplina relativamente nueva. El término terapia artística no se utilizó en Gran Bretaña hasta la década de 1940 y hasta 1980 no se establecieron los criterios referentes a la formación profesional de terapeutas artísticos.

Si bien no hace mucho tiempo que forma parte de la gama de prácticas terapéuticas disponibles, se fue desarrollando y expandiendo en distintos ámbitos de la salud en muchos países. Podríamos hablar de arteterapia como una psicoterapia de mediación artística, siendo el arte un medio entre otros o una técnica. Aunque de hecho el arteterapia tiene una gran ventaja ya que pone a la vez al arte y a la terapia , explorando los puntos comunes y su enriquecimiento recíproco en una asombrosa complementariedad.

Hay un punto importante para destacar, es rechazar implícitamente o explícitamente la idea- que ha estado de moda- según la cual la terapia artística es primordialmente una herramienta de diagnóstico o una manera de proporcionar material, a veces para que lo interpreten otros especialistas. Hay una concepción mucho más rica que pueden aportar al bienestar de los asistidos relacionada con un papel importante que desempeñar en el cuidado terapéutico y una visión distinta sobre la naturaleza y la función del arte y sobre su papel en una vida humana integrada y creativa. El propio Freud distinguió entre procesos secundarios (modalidades de pensamiento verbal, racional y analítico) y procesos primarios (modalidades imaginativas, simbólicas, no verbales y no discursivas) Por desgracia, no obstante, asoció estos últimos-al menos en la medida en que se manifestaban

en los adultos-con la regresión, la neurosis y la mala salud. Nunca fue del todo capaz de liberarse de la opinión de que el arte se hallaba del lado de la enfermedad o, en el mejor de los casos, constituía una incómoda defensa contra ella.

En épocas recientes se considera que los procesos primarios y secundarios son complementarios y no opuestos. Se afirma que ambos poseen un carácter adaptativo y son necesarios para una vida humana creativa y saludable, en todas las fases del desarrollo. D.

W. Winnicott fue un analista británico que prestó una particular atención a la necesidad que existe, a lo largo de toda la vida, de una tercera área de experiencias humanas que no se dedique exclusivamente ni a la fantasía subjetiva ni al conocimiento objetivo, sino que se ocupe de una mezcla de ambos. Hacia el final de su vida, se interesó cada vez más por la relevancia de estas ideas para el arte y para la creatividad humana en general.

### **¿Qué es arte-terapia?**

Si bien podemos ensayar muchísimas respuestas vamos a compartir algunas definiciones que aportarán distintos elementos o características que pueden ampliar la mirada.

En sencillas palabras, **es la utilización del arte y de otros medios visuales en un entorno terapéutico o de tratamiento.**

### **Arteterapia:**

El arteterapia es un acompañamiento de personas en dificultad (psicológica, física, social o existencial) a través de sus producciones artísticas, obras plásticas, sonoras, teatrales, literarias, corporales y bailadas. Es un trabajo sutil que toma nuestras vulnerabilidades como material y busca menos el desvelar las significaciones inconscientes de las producciones que permitir al sujeto recrearse a sí mismo, crearse de nuevo en un recorrido simbólico de creación en creación.

El arteterapia es también “El arte de proyectarse en una obra como mensaje enigmático en movimiento y de trabajar sobre esta obra para trabajar sobre sí mismo”. (*Jean Pierre Klein*)

No revela lo que es, no señala lo que ya está allí, sino que atrae un movimiento hacia lo que puede ser.

Una última definición nos aproxima a pensar al arte-terapia como un dispositivo con objetivos enmarcados en la salud mental desde el desarrollo del potencial creativo y expresivo a través del arte, cuyas manifestaciones son facilitadoras e instrumentadoras de modalidades terapéuticas artístico-expresivas que otorgan significaciones nuevas y resemantizaciones al padecimiento psíquico.

### ¿Qué no es arte-terapia?

No es arte: el arte tiene su fin en sí mismo y se mueve con legalidades simbólicas que se desprenden del sujeto creador, encontrando una fuerza objetiva, que lo lleva a lugares y tiempos en contextos diversos, sin la necesidad de la presencia del autor.

No es para mejorar el ser artista: El artista, creador, es un sujeto y su producción puede ser independiente de su sufrimiento subjetivo. El mejorar puede redundar en su productividad, no necesariamente en su subjetividad. Podría darse el hipotético caso de que cuanto peor estuviere (subjetivamente) mejor produjera (¡pobre de no poder disfrutar de esa riqueza!)

No es un taller de aprendizaje de arte: no es necesaria una experiencia artística previa, ni un conocimiento del lenguaje artístico en cuestión. Todos estamos inmersos en una cultura donde los lenguajes artísticos nos son conocidos; no sucede lo mismo que con el lenguaje digital de la computación: nuestra máquina cerebral y simbólica no decodifica naturalmente este lenguaje de ceros y unos, aunque sí lo hace con el analógico.

Tampoco es una psicoterapia verbal, ya que está privilegiado el lenguaje no-verbal y lo simbólico que aparece en su expresión. Obviamente no se descalifica la importancia del verbo de las representaciones, mas su papel no es protagónico ni su utilización, la vía de trabajo (sí lo son los lenguajes artísticos).

Lo terapéutico no se define solamente porque hace bien. Un baño de agua caliente, una linda reunión de amigos, etc. hacen muy bien... Si el sentirse bien es un imperativo, evitando cualquier vestigio de displacer, se excluyen las posibilidades de sentirse mejor luego de atravesar aquello a elaborar.

Terapia del gr. *Therapeutikoós*, -servicial, que cuida de algo o alguien-, en arte-terapia tiene que haber un *arte-terapeuta*. Esto nos conduce a la cuestión de la transferencia, no es cualquier otro que cuida, sirve. Las representaciones que se asocian a éste son las de guía / contención / dirección / darse cuenta de lo que le sucede al otro, para que a través del arte, posibilite la comunicación / expresión / creación / recreación / integración. Cómo se define entonces el encuadre de trabajo, cuál es el lugar de lo verbal, de lo no verbal, de lo conflictivo, de la reorganización, de la reflexión, del autoconocimiento, del proceso creativo, de las técnicas de expresión artísticas en arte-terapia, que pueden diferenciarse

tanto de la psicoterapia como del taller de arte, son las cuestiones que ubicaran *qué* es arte-terapia y *qué* no es arte-terapia.

“No todos los caminos conducen a Roma, ni Roma es el único lugar a arribar”.

### **¿Para qué y por qué arteterapia?**

Las diversas expresiones artísticas, a través de sus objetos, abren caminos distintos: la imagen, el movimiento, el sonido, la palabra, la acción, las formas, los colores, etc. El poder de cada uno de estos recorridos, conduce a potencias, con otras virtudes y fortalezas. La posibilidad de significación y re-significación otorgada por el lenguaje artístico, altamente sintetizado y sintético, encuentra una narrativa poderosa para la transformación subjetiva. El trabajo con los objetos modifica el trabajo de los sujetos.

El lugar de la palabra es la de “dar una vuelta de espiral”, allí donde se unen lo vivenciado emocional, con lo producido en tanto objeto, con lo pensado-ideas, asociaciones, recuerdos, resignificaciones-, con lo actuado, dimensión pura del hacer. Es un nuevo lugar de síntesis, luego de un recorrido, aunque no es un lugar prescrito al cual hay que llegar necesariamente.

Arteterapia no se limita a una expresión en vistas a una descarga y al alivio momentáneo. No es terapia emocional ni busca la catarsis ni la expulsión del mal, que pertenecen al exorcismo. La abreacción (descarga emocional) que permite eventualmente sólo vale si se integra en un proceso que la prolonga: el fin no es desembarazarse de aquello que molesta, sino transformarlo en creación de sí mismo. (La creación como proceso de transformación)

Todo acto creativo se nutre de la fantasmática, pero a la vez nos abre la posibilidad de operar, no encarando el síntoma, no desde las dificultades, no desde la interpretación, sino por caminos alternativos, laterales, que en el devenir de un trabajo sostenido y sensible, acerca soluciones nuevas, siempre renovadas, y produce un efecto reparador en el mundo interno de los sujetos y en la dinámica de los individuos o grupos que lo llevan a cabo.

### **Los alcances, aportes y beneficios de esta práctica**

#### **Lo individual y lo grupal**

Es importante resaltar que los encuadres y dispositivos son aplicables tanto en terapias individuales como en grupos adaptando las consignas o técnicas según las necesidades problemáticas a tratar.

El abordaje arteterapéutico facilita y promueve la posibilidad de expresión, aperturas, desbloques, reflexión, diversión, descubrir las habilidades y recursos (autoconocimiento), aprendizajes, esclarecimientos, etc. todo esto a través de amplios y muy diversos lenguajes artísticos desde el juego, la espontaneidad, la imaginación, la inspiración, la fantasía, los obstáculos, el reconocimiento de las limitaciones y las capacidades, etc. Para esto se vale de técnicas, consignas, dinámicas, procesos creativos; cada una de ellas tienden a trabajar aspectos específicos como las miradas, la escucha, la exposición, motivación, comunicación, vínculos, autoestima, integración, mutua representación interna, estímulos, sentires, emociones, atravesamientos teóricos, etc.

Permite llegar donde la palabra sola a veces no puede hacerlo, parados siempre desde la salud y no desde la enfermedad, sin interpretar ni evaluar lo producido, sino poniendo la mirada en el acontecer del proceso creativo. Su intervención favorece el fluir y es muy aplicable a todos los ámbitos y campos como la discapacidad, adicciones, psicosis, violencia, traumas, complejos, ansiedades “normales” y patológicas, todas las franjas etarias: niños, adolescentes, jóvenes, adultos, vejez, además de organizaciones e instituciones.

Finalmente esta disciplina puede ser un complemento y aporte valioso para la Psicología Social, dado que sigue una orientación conceptual- teórica y línea de abordaje muy semejante. **Palabras clave: (arteterapia, acompañamiento, simbolización acompañada, proceso, creación, caminos alternativos)**

*Gabriel De Marco: Psicólogo Social / Arteterapeuta / Preventor en adicciones/ Líder Prosocial comunitario.*

*Leila Ojeda: Psicóloga Social / Preventora en adicciones/ Líder Prosocial comunitaria*

#### Bibliografía:

Elsa Scanio, “Arteterapia: Por una clínica en zona de arte”, Bs. As: Lumen 2004

Jean Pierre Klein, “Arteterapia, una introducción” ediciones Octaedro Esp.

Rosana Eijo / Mónica Musante “En arte y salud: implementación de lenguajes artísticos” 2009 taller inicial para profesionales.

Tessa Dalley, “El arte como terapia” 1984 Tavinstock Publications, London-New York 1987 editorial Herder s.a. Barcelona

Alejandro Reisin, “Arteterapia semánticas y Morfologías”

Sara Pain Gladys Jarreau, "Una psicoterapia por el arte, teoría y técnica" Nueva Visión.











