

## **NUEVAS HERRAMIENTAS PARA LA INTERVENCIÓN TERAPÉUTICA CON MENORES CON TRASTORNOS DE CONDUCTA: ARTETERAPIA**

Noemí Martínez Diez

Dra. en Bellas Artes, U.C.M.

Co-directora del Master en Arte terapia, U.C.M.

*“El arte es un elemento esencial en la vida de todos.  
A través de mi arte, le pido a la sociedad que se comprenda a sí misma,  
que corra el riesgo de examinarse a sí misma, que se enfrente  
a problemas, actitudes y formas de conducta y, finalmente,  
que acepte el desafío de transformarse”.*

Dolores Guerrero Cruz (1996)

Hace más de un siglo decía el educador español Cossío que la educación debería entenderse como “educación a través del arte”, para formar personas capaces de comunicarse por medio de las formas que utiliza el arte y poder comprender sus manejos.

En el siglo XX el filósofo y pedagogo norteamericano John Dewey en su libro: *El arte como experiencia* escrito en 1934 sostenía que: “*Se impone restaurar la continuidad entre las formas refinadas e intensas de la experiencia que son las obras de arte, y los acontecimientos, hechos y sufrimientos diarios que se reconocen universalmente como constructores de la experiencia.*”

Así mismo el escritor y físico argentino Ernesto Sábato en 1941 en su libro *Heterodoxia* habla “*del arte como una forma de conocimiento*”. Para Sábato “*las regiones más valiosas de la realidad no son aprehendidas por los esquemas de la lógica y de la ciencia, ya que querer aprehender el mundo de los sentimientos, de las emociones, de lo vivo, mediante esos esquemas es como querer sacar agua con horquillas.*”

A mediados del siglo XX el educador e historiador inglés Herbert Read en *Educación por el arte*, sostenía la idea de que el arte debía ser la base de la educación. También a finales del siglo XX la filósofa y educadora norteamericana Maxine Grenne escribía que “*debemos hacer que las artes ocupen un lugar central en los planes de estudio porque los encuentros con el arte tienen un poder único para liberar la imaginación.*”

A comienzos del siglo XXI el profesor español Ricardo Marín Viadel señala que hay que “*aprender a dibujar para aprender a vivir*”. ¿Qué nos quiere decir con esta afirmación?, ¿cómo defiende estas palabras? Primero porque “*las artes visuales son un conocimiento instrumental*”, todas las personas deberían ser capaces de comprender lo que ven y saber utilizar las imágenes en su propio desarrollo personal; segundo porque “*la comprensión y la creación de imágenes son dos caras de la misma moneda visual*” y la mejor manera de comprender una pintura, una fotografía, o un objeto, es haciendo un dibujo, una fotografía o construyendo un objeto; tercero, las artes visuales nos muestran y descubren cómo y quiénes somos los seres humanos; cuarto “*todas las*

*personas tienen derecho a reconocerse y a ser reconocidas y comprendidas por sus propias señas de identidad visual”; y quinto, “la escuela debe proporcionar el poder dominar y usar habitualmente los diferentes lenguajes visuales”.*

Pero entonces, ¿por qué no es así?, ¿por qué el aprendizaje y la creación de las artes están relegadas cada vez más en las escuelas?, ¿por qué a la sociedad no le interesa formar personas con un criterio independiente y crítico de las cosas?, ¿por qué el arte interesa cada vez menos y es menos comprendido?

Por medio de la educación artística se debe enseñar a saber ver y saber hacer. Saber ver y saber hacer para poder comprender nuestro arte, el de las mujeres y hombres, el de los distintos pueblos, el de las distintas épocas; saber ver y saber hacer, para poder comprender, conocer, discutir, refutar y justificar sobre lo que se piensa y sobre lo que se hace, fomentar el espíritu crítico y potenciar la capacidad de preguntar. Fernando Savater dice que la verdadera educación no consiste sólo en enseñar a pensar sino también en aprender a pensar sobre lo que se piensa.

El psicólogo Francisco Jesús Coll, reflexiona que si se entiende que uno de los objetivos fundamentales de la educación *“es posibilitar el desarrollo óptimo de las capacidades de los sujetos atendidos, quizá no podamos entender bien, que el éxito escolar se refiere fundamentalmente a la superación de los niveles de ciertas materias consideradas fundamentales para el aprendizaje escolar”*. Por lo que generalmente se mide el éxito o el fracaso escolar en la superación o no de ciertas materias, en desmérito de otras, como son las enseñanzas artísticas, que también son importantes para el desarrollo de las personas.

En la escuela se debe sensibilizar al alumnado en el reconocimiento de manifestaciones culturales, en las reconocidas y en aquellas otras que no encajan en los valores existentes; hacerles comprender la relatividad de los valores en relación al tiempo. Liberarles de actitudes discriminatorias en relación con las diferencias.

Es muy importante también potenciar la creatividad, pero quizá lo que deberíamos preguntarnos es ¿cómo podemos contribuir al desarrollo y la motivación de la creatividad en cualquier ámbito de nuestras vidas? Si la expresión artística es un campo donde la creatividad juega un papel primordial, ¿por qué no recurrir a ella como un importante vehículo de desarrollo en la niñez y la adolescencia? Enseñar a ver y a hacer arte, acostumbrar a ver y a interpretar arte, oír e interpretar música, sentir la danza, leer

### **¿Qué se entiende por arteterapia?**

El arte terapia capacita para la ayuda humana utilizando los medios artísticos, las imágenes, el proceso creativo y las respuestas de las personas a esos productos creados; es una combinación entre arte y psicoterapia, en donde cada una de las partes se estimula en su unión con la otra, en donde lo más importante es la persona y su proceso.

En las sesiones de arteterapia se procura llegar hasta el fondo de lo que ocurre, que las personas lleguen a conocerse y comprenderse, el o la arteterapeuta nunca interpreta las obras de las personas, sino que les ayuda a que lo hagan ellas mismas.

Abraham Maslow decía que aconsejar o asesorar no se refiere a adiestrar, modelar o enseñar en el sentido ordinario de decir a alguien qué hacer y cómo hacerlo. Sino que es **descubrir y después ayudar.**

Al hacer arte y reflexionar sobre los productos y procesos artísticos que han hecho, las personas pueden aumentar el conocimiento de sí mismas y de los otros, hacer frente a los síntomas, al estrés y a las experiencias traumáticas; reforzar las habilidades cognitivas; y disfrutar de la creación artística. El arte siempre ha tenido un factor terapéutico, esto se ha visto a través de los tiempos, y en muchos artistas, quienes nos han dejado una prueba palpable a través de sus pinturas, esculturas, dibujos, música, escritos...

En principio, se puede situar el arte terapia dentro del campo de la expresión artística, pero su práctica no se realiza dentro de la educación artística formal que se desarrolla en escuelas, institutos o universidades. Generalmente, el arteterapia se centra en ámbitos de los servicios sociales o de la salud, ya que permite a las personas expresarse por medio de las artes visuales creando un puente también hacia la comunicación verbal. Proporciona a las personas un contacto íntimo con su mundo interior; sus sentimientos, sus emociones, sus ideas y sus sueños. No hay que confundir al arteterapia, con la terapia ocupacional, ya que este tipo de terapia, atiende más a objetivos educativos y productivos. En el arteterapia los objetivos pueden psicológicos y de rehabilitación personal ya que, a diferencia de la primera, se trabaja también sobre los procesos del inconsciente. Es muy amplio el abanico de personas de distintas edades y situaciones a las que puede ser de utilidad asistir a talleres de arteterapia, desde niños y niñas, hasta ancianos y ancianas en residencias geriátricas.

El arte es un ámbito apropiado para el desarrollo de la expresión personal y de la comunicación, comunicación consigo mismo y con los demás. La actividad artística en un medio idóneo para trabajar en terapia por la facultad que presenta de variar, repetir y hasta destruir a voluntad la propia obra, como representación de otros procesos. La obra artística proporciona un importante medio visual que es a la vez signo de uno mismo y del objeto que representa.

Los objetivos generales del arteterapia se pueden resumir en: utilización del arte como vehículo para la mejora social, física, psíquica y personal, fomento de la creatividad, como instrumento de auto-conocimiento y mejora personal, y como refuerzo del ego y de la autoestima.

Las técnicas artísticas con las que se trabaja en arte terapia no deben ser complicadas y los materiales fáciles de usar, siempre se deben acomodar a las personas. Conforme se las va conociendo y detectando sus potencialidades así como sus áreas problemáticas, se debe incidir indirectamente de forma terapéutica en ellas, por medio de propuestas, sugerencias y preguntas que atañan en el proceso creativo, la producción de obras y los diálogos en los comentarios sobre estas últimas.

Se debe tener presente que las personas creamos una simbología individual que cambia en los distintos ciclos de nuestra vida, un reloj, un coche o cualquier otro objeto, su significado es muy distinto en la niñez, en la juventud, en la mediana edad o en la ancianidad; así como también se debe tener en cuenta el factor cultural. Las obras plásticas son cosas tangibles que pertenecen a un pasado personal en donde se hacen

presentes los conflictos y deseos inconscientes, las aptitudes y relaciones con los demás, los conocimientos y preocupaciones. Es interesante hacer comparar a las personas sus obras antiguas con las nuevas, esto les servirá para profundizar e intensificar el significado de sus antiguas experiencias.

En España es reciente el estudio universitario de arteterapia, comenzó en el año 2000 en la Facultad de Bellas Artes de la Universidad de Barcelona y un año más tarde en la Facultad de Educación de la Universidad Complutense de Madrid, en donde trabajamos el arteterapia dentro de tres ámbitos: el educativo, el social y el clínico. Ambos master son miembros de ECARTE (European Consortium of Art Therapy Education), consorcio de Universidades e Instituciones de Enseñanza Superior Europeas que educan y ofrecen prácticas en arteterapia, dramaterapia, musicoterapia y danzaterapia. Fundada en 1991 comprende cerca de 30 instituciones miembro de nueve países europeos, entre los cuales se encuentran además de España, Alemania, Países Bajos, Reino Unido, Bélgica, Francia, Suecia, Irlanda y Finlandia. Su objetivo fundamental es representar y apoyar el desarrollo de las arte terapias a nivel europeo, tratando de homologar y dar validez internacional a los cursos de las instituciones miembros. Otros de sus objetivos son el de crear lazos europeos a través del intercambio entre profesorado y estudiantes, promover la investigación en los métodos del arte terapia dentro de Europa, ofrecer oportunidades para el estudio de programas internacionales en arteterapia, promover la validez y homologación de los estudios de arte terapia a nivel europeo, y ofrecer oportunidades para la comunicación profesional a través de sus conferencias internacionales.

ECARTE está preparando el Master Europeo en Arte Terapia, que, con un año de duración, podrá ser cursado por aquellos estudiantes que hubieran finalizado el Master en Arte Terapia en alguna de las instituciones miembro. Se realizan congresos cada dos años y el último se realizó en septiembre del 2003 en Madrid organizado por la UCM y la Universidad Autónoma de Madrid, y a él asistieron representantes de más de treinta países: Nueva Zelanda, Israel, Marruecos, Islandia, Argentina, etc. En él se constató la necesidad de la presencia y desarrollo de este ámbito específico de aplicación y se constataron los resultados en distintos espacios como hospitales con pacientes psiquiátricos, drogodependientes, enfermos crónicos adolescentes con conflictos, pero también en los espacios educativos reglados, la existencia y desarrollo del arte terapia

Es importante que las personas que quieran ser arte terapeutas tengan experiencia educativa. Edith Kramer, una de las pioneras del arte terapia en los EEUU, dice que ser arte terapeuta integra diversas disciplinas porque debe ser al mismo tiempo artista, terapeuta y maestro. Así como también es muy importante el desarrollo de la creatividad en arte terapia. Cuando uno crea "*el conflicto se reexperimenta, se resuelve y se integra*" dice Edith Kramer, ya que en la creación artística se ensanchan las experiencias humanas, que al darles forma, permite su racionalización posterior. La obra hace posible ver fuera de uno lo que se encuentra dentro, tanto lo más evidente como lo más oculto. Lo que importa, entonces, no es el resultado – como pasa con la obra del artista –, sino el proceso. Esto es fundamental, pues en él radica la ayuda.

La creatividad es algo más que un proceso mental individual, también es una capacidad colectiva e histórica que reproduce respuestas diferentes al estar y cómo estar en la tierra. La posibilidad de desarrollar la creatividad es tal vez una de las expresiones

más plenas del bienestar humano. Cuando la creatividad es relevante moviliza las motivaciones y capacidades humanas. Aunque las experiencias que el acto creativo ofrece son infinitas, de igual manera, cada ser humano las vive y enfrenta de un modo único y personal. Tal vez por eso sea tan complicado dar una respuesta concreta sobre todas y cada una de las particularidades de las que el arte dispone para abordar una problemática determinada. Pero esta cuestión es primordial porque nos abre un espacio infinito de posibilidades a descubrir, entre nosotros mismos y el mundo.

Debemos decir que el arteterapia no elimina los problemas, pero puede ayudar a enfrentarlos y a saber vivir con ellos. Es una salida distinta que nos permite transcribir por medio de formas, colores, objetos y símbolos, todas aquellas emociones y sentimientos que entretejen nuestros pensamientos, nuestras relaciones y todas aquellas historias que narran nuestras vidas.

### **Diferencias entre enseñanzas artísticas y arteterapia**

Desde siempre se ha comprobado que el hacer arte contiene un elemento terapéutico, por lo que también toda buena educación es terapéutica. Quiero contar como ejemplo la labor de la artista vienesa Friedl Dicker-Brandeis durante la 2ª guerra mundial, quien al ser internada en el campo de concentración de Terezin, Checoslovaquia, dedicó el tiempo que le quedó de vida en realizar talleres de arte con niños y niñas dentro de ese mismo campo. El arte les sirvió como terapia de esperanza e inspiración, en una época en donde todo lo que ellos y ellas presenciaban y experimentaban era deshumanización y muerte. Friedl Dicker-Brandeis utilizó el arte para motivar a niños y adolescentes como un lenguaje alternativo. Afortunadamente la artista pudo salvar antes de su deportación a Auschwitz unos 5.000 dibujos y escritos de estas niñas y niños, la mayoría muertos en los campos de concentración, que hoy día se pueden ver en el Museo de la Tolerancia de Praga. Algunos de las y los supervivientes han evocado a su querida maestra, como Eva Adorian que al hablar sobre sus clases escribe: *“Creo que lo que ella esperaba de nosotros no estaba simplemente ligado al dibujo sino a la expresión de diversos sentimientos, ella quería liberar nuestros temores. Lo hacía con una energía inhabitual que solamente poseía ella,”* y Eva Amit: *“Experimentaba hacia ella un sentimiento análogo al que experimentaba en lo del médico. Ella misma era la medicina, y tuve siempre el misterio que era para mí el sentimiento de libertad. Ella nos lo transmitió como una corriente eléctrica”* (E. Makarova).

El límite entre las enseñanzas artísticas y el arteterapia es muy tenue. En el año 1982, la Fundación Calouste Gulbenkian hizo un informe en el que señalaba: *“En toda escuela hay niños que, por diferentes razones, requieren alguna forma de actividades curativas o de terapia... Todos pueden necesitar la atención de profesores especializados y/o terapeutas”*. Ana Mae Barbosa recuerda que el arte siempre ha tenido un factor beneficioso, dice *“que el énfasis en la educación artística está en el contexto y en el arteterapia en la subjetividad,”* y que para ella existe también un área intermedia que es la terapia educativa.

En general, la gran diferencia entre las enseñanzas artísticas y el arteterapia es que las personas que participan en los talleres de arte terapia lo hacen no para convertirse en artistas, sino principalmente para tratar de convertirse en miembros mejor integrados dentro de la sociedad, aunque esto no quiera decir que no puedan llegar a ser

artistas. En los talleres de arte terapia, a diferencia de la enseñanza artística dentro de los centros educativos, las personas no están condicionadas a una asistencia obligatoria. La libre elección, es un elemento que posibilita y ofrece otras opciones de acercamiento e interés con los que participan.

La arteterapeuta mexicana Ana Bonilla dice que *es fundamental aclarar que el trabajo del arteterapeuta a diferencia del educador, requiere de un espacio donde procesar y analizar sus propias emociones, ya que existen diversos procesos de transferencia que el arteterapeuta debe conocer antes de llevar a cabo esta práctica*. Es importante que conozca más a fondo estos aspectos de sí mismo, para que esto no sea un factor que repercuta negativamente en el desarrollo de la persona con la que va a trabajar, en cambio un profesor o profesora de arte no siempre se les cuestiona estos aspectos y tampoco se les pide que lo lleven a cabo.

### **Arteterapia con niños/as y adolescentes**

Es muy relevante el trabajo con niños/as y adolescentes con problemas educativos, como se hace ya en algunos países en que la figura del o de la arte terapeuta está incluida en la escuela. El arte terapia es una forma de intervención excelente que debería estar contemplada en el sistema educativo como uno más de los instrumentos para llevar a cabo la tarea de educación integral en la escuela.

El arte ayuda a desarrollar y valorar todos aquellos aspectos que consideramos de gran importancia: las relaciones interpersonales, el bienestar personal, la autoestima, la comunicación, el auto-conocimiento. Así mismo, al realizarse generalmente los talleres de arte terapia en grupo, permite el análisis de numerosas relaciones entre los jóvenes con los adultos, y los vínculos entre ellos, que son causa directa de sus conflictos.

Los trastornos de conducta se presentan con mayor frecuencia en los niños que en las niñas. Los niños y adolescentes que padecen este trastorno con frecuencia tienen también otros problemas que pueden contribuir a su desarrollo. En las últimas décadas los trastornos de conducta han aumentado considerablemente, así como las conductas violentas y conductas destructivas, el engaño y la trasgresión de reglas. La mayoría de los síntomas que se manifiestan en estos niños también se producen en niños que no sufren estos trastornos.

La hiperactividad también tiene más incidencia en la población masculina que en la femenina. En las II Jornadas sobre Problemas Asociados al Trastorno con Déficit de Atención con Hiperactividad, organizadas en Barcelona en mayo de este año, problema que afecta entre el 3 y el 7 % de los niños con edad escolar; el psiquiatra Luis Rojas Marcos dijo que uno de los factores claves para superar este trastorno es la autoestima, porque ayuda a canalizar el exceso de energía que tienen los niños y adolescentes hiperactivos. *“Es importante que los padres y la sociedad, en general, intenten disminuir el sentimiento de culpa del niño cada vez que hace una travesura o que suspende”*, sin que por ellos se prescindiera de la disciplina. Dice que la hiperactividad es hereditaria y que el la padeció, y que en su caso *“la autoestima le había salvado la vida”*. Rojas Marco reconoció que superó ese sentimiento de culpa porque aprendió a canalizar la energía gracias a la música y el arte. *“Fui superando la hiperactividad”*

*utilizando lo positivo: la energía. Si la canalizamos bien, puede ayudarnos a hacer más cosas.”*

A los niños hiperactivos en los talleres de arteterapia se les deben presentar actividades más breves, animándoles a que experimenten por sí mismos. Los movimientos repetitivos, como por ejemplo, los trabajos de impresión, les pueden llevar a ayudar a mantener el interés. Para el mantenimiento de la atención se requiere que las actividades se introduzcan con un cierto ritmo, ya que la lentitud en la realización de las actividades es uno de los factores que más contribuyen a su distracción. , así como la exigencia de un cierto trabajo mental como con la papiroflexia, que les obligue a realizar un esfuerzo. Se deben buscar siempre actividades creativas para que a través de su propio disfrute, desarrollen su autocontrol. Si como dice Rojas Marco es necesario desarrollar el autoestima estos niños, este es uno de los principales objetivos en arteterapia con niños y adolescentes. Uno de los recursos más importantes con que se puede dotar a los/as adolescentes es el sentimiento de su propia valía, precisamente en estos tiempos de cambios rápidos y de desorganización familiar.

Con respecto al déficit de atención, se dice que para esto no suceda es necesario promover que los chicos/as participen y obtengan placer en lo que hacen, utilizando formas lúdicas, enseñándoles a cumplir unas normas y unos hábitos, y fomentando el trabajo en equipo para posibilitarles vivir con otras personas. Así es cómo se procura trabajar en los talleres de arteterapia, como también en que sepan identificar las emociones, la de ellos mismos y las de otras personas, saber ponerles nombres a cada emoción y aprender a manejarlas; desarrollar el pensamiento crítico, para que sepan decidir y seleccionar.

Actualmente se habla cada vez más de la violencia en la adolescencia, y desgraciadamente la encontramos a diario tanto en la calle, como en los medios de comunicación, en las escuelas, en las casas, etc. En la práctica escolar se corrobora que el niño agresivo en clase no lo es con todos los profesores/as. Coll dice que el aprendizaje se debe desarrollar en *la creación e identificación de ideales*. La creatividad requiere el poder de tomar decisiones. Así como también requiere de un espacio sobre el que poder decidir. Al dibujar, pintar, modelar, etc., se deben tomar constantemente decisiones.

En el ámbito social el arte terapia es muy útil en distintos colectivos, como con niños y adolescentes en casas de acogida, o con los hijos e hijas de mujeres maltratadas. Con respecto a la infancia y adolescencia es una urgente necesidad social conocer tanto los antiguos como los nuevos problemas y prevenir su evolución conflictiva. Facilitarles una visión creativa de la vida que les de amplitud de miras y un gran abanico de posibilidades y alternativas, ofreciéndoles las herramientas adecuadas para conocerse a sí mismos, y aprender a convivir y comunicarse. Muchos de estos niños y adolescentes conllevan dentro mucha agresividad. Dice Pauline Tilley que lógicamente la mejor manera de tratar con un niño agresivo es descubriendo la causa de su agresividad y abordando el problema desde su raíz. Hasta que esto pueda lograrse, el arte puede ayudar en cierto grado permitiéndoles que sea legítimamente agresivo al trabajar con arcilla, al rasgar papel para collages, etc.

En los talleres se buscan motivaciones y técnicas artísticas específicas, los temas pueden abarcar desde lo más profundamente personal hasta cuestiones relativamente

superficiales y ligeras que se eligen de acuerdo a las necesidades infantiles y del momento. Leo Navratil dice que la finalidad del acto creador, es su necesidad de dar orden a un nivel de vida para pasar a otro superior al que hay que seguir dando orden, y hace hincapié en lo instintivo como aquello que hay que ordenar. El ser humano está continuamente ordenando el mundo que le rodea, con la finalidad de construir un conocimiento lo más fiable posible, que le proporcione seguridad frente a la incertidumbre que supone su existencia.

### **Arteterapia con niñas y niños**

Pueden resultar muy beneficiosos los talleres de arteterapia para niños y niñas, ya que la expresión y el dominio de las técnicas artísticas les permitirán definirse y hacer cara a diversas situaciones. Niños y niñas tanto en el arte como en el juego, pueden llegar a hacer “lo imposible”, esto lo podrán hacer jugando, pintando, dibujando, modelando haciendo construcciones. En el juego creativo se desarrolla de forma natural una situación de aprendizaje. En los talleres de arteterapia podrán aprender a manifestar sus deseos y temores, tendrán la ocasión de experimentar, sin riesgo, una cierta forma de dominio que les proporcionarán las distintas técnicas, que les acercarán al mundo de las ideas, de los sentimientos; con el acto creativo, podrán aprender a revivir situaciones pasadas, experimentar la repetición y la re-presentación y aprender las reglas y los poderes de la simbolización.

El o la arteterapeuta en los talleres debe dar un apoyo empático, comprensivo a eso que manifiestan, eso que expresan. Se les debe suministrar una estructura que les permita pensar, una estructura que no les prive de libertad, de fantasía, pero también se les debe dar unas normas a fijar relativas a los comportamientos destructivos o peligrosos. El taller de arteterapia debe ser lúdico, pero como con todos los juegos siempre deben existir unas reglas, de lo permitido y de lo prohibido, respetando la libertad de acción, debiendo preservar su seguridad tanto psíquica como psicológica, con unas reglas de juego que deben estar fijadas al comienzo con claridad y firmeza.

Es necesario también trabajar sistemáticamente sus cinco sentidos tanto en el registro de la percepción como de la expresión, y esto, siempre bien evidentemente en una óptica de comunicación. Según P. A. Levine los sentidos físicos de la vista, el oído, el olfato, el gusto y el tacto, son elementos que aportan una parte de la información que construye el sentido de la percepción, y hay otros indicadores importantes que se derivan de la conciencia interna del cuerpo. En resumen, se debe hacer uso de todos aquellos canales expresivos relacionados con nuestras estructuras corpóreas que, según McLuhan se configuran como una *extensión de los sentidos*. Cuando los niños/as pueden utilizar múltiples cauces de expresión, se les da mayores posibilidades de construir y profundizar su relación con el ambiente, ya que podrá hacer uso de los datos de la percepción visual, táctil, auditiva, cinética, y trasladarlas en expresiones significativas.

Los objetivos principales se pueden resumir en favorecer el autoconocimiento y la definición de sí mismos, para que descubren cómo son y sus valores; desarrollar su autoestima para que aprendan a valorarse, la autoestima influye en el aprendizaje; profundizar en sus sentimientos y emociones, los positivos y los negativos; posibilitar la comunicación; desarrollar su creatividad. La imagen permite sacar a la luz reacciones de tipo afectivo o emocional que, en el lenguaje verbal, difícilmente podrían encontrar su

sitio. Estos objetivos principales pueden ayudar a encontrar salidas o soluciones en la resolución de conflictos.

### **Arteterapia con adolescentes**

Existe una cierta dualidad en el adolescente, que está entre la aceptación y la conformidad, el deshacerse de la hipocresía y una necesidad de originalidad. Al mismo tiempo existe la búsqueda del sexo opuesto y el miedo del sexo opuesto por una cierta falta de confianza. El adolescente tiene necesidad de afirmarse, de buscar su lado narcisista, pero al mismo tiempo, presenta tendencias a la desvalorización y a la falta de confianza en sí mismo. La adolescencia es por excelencia el período de la ambigüedad, de la elección a hacer, es ante todo una crisis de la identidad, es la etapa en que la persona necesita hacerse con una firme identidad. La adolescencia también es una etapa de adaptación a unas nuevas demandas del mundo exterior. Una buena descripción es el brevísimo relato de A. Newman titulado "Adolescencia": *"Y vio desvanecerse su inocencia mientras esperaba alguna noticia del tiempo."*

Con la creciente complejidad de la vida contemporánea el período de la adolescencia se ha convertido en una etapa mal definida entre infancia y madurez. La integración en los grupos de los iguales tiene una función de aprendizaje, por medio de ensayos/errores, de la vida social y entrar en una tendencia de repliegue sobre sí mismo: todo un mundo imaginario en el cual poderse aislar, ponerse al abrigo. Debe encontrar unos modelos o pautas que le sirvan de ejemplo humano, filosófico y práctico, para establecer su escala de valores e ideales.

¿Cómo entonces puede funcionar el arte-terapia a la hora de la adolescencia?

La adolescencia es un período muy favorable para la expresión, la creatividad. La adolescencia es un momento de ruptura (rehúsa a menudo hacer su trabajo escolar, rehúsa el contacto social, rehúsa aceptar su cuerpo tal como es...) de hecho el adolescente busca menos los caminos de acceso a la madurez, al estado adulto que los caminos para librarse del niño, de su corte de dependencias (el núcleo familiar, los ideas de los padres, la escuela...), busca ante todo descubrir, experimentar y, esto en todos los dominios, pero raramente solo y a su propia iniciativa.

El grupo tiene una función muy importante en la adolescencia: el trabajo en grupo de los talleres puede reducir el sentimiento de aislamiento. Ver una evolución en los otros miembros del grupo en el sentido de avanzar en sus problemas puede ser también muy estimulante, puede encontrar un rol para jugar en el seno del grupo, puede ayudar a los otros en sus problemas, con el grupo puede volver a trabajar las dinámicas familiares de una forma metafórica y menos peligrosa..

Shirley Riley aboga por terapias breves con adolescentes, dice que dentro del entorno terapéutico ellos muestran unas características y actitudes concretas. La complejidad del desarrollo adolescente y su intolerancia por la intervención en sus vidas Riley a considera como efectiva una terapia limitada a un período de tiempo Los adolescentes niegan tener un problema, estos son propios de otras personas, para ellos son esas personas las que necesitan terapia, y no ellos. En la mayoría de los y las adolescentes la terapia está vista como algo vergonzoso, como debilidad o como problemas mentales. Por tanto, están convencidos que cuando antes termine el tratamiento es mejor.

El o la arteterapeuta tiene necesidad de afirmarse y de mantener un marco definido. Es más fácil algunas veces elaborar este marco en forma de contrato con el grupo desde el comienzo y útil para que cada uno pueda contribuir a fijar los límites. Si se ha dado confianza, si se ha mostrado eso que se sabe hacer, aceptarán mostrar algo de ellos mismos. ¿Cómo se puede revalorizar, cómo dar confianza? Poner en pie un juego colectivo donde ellos tengan ganas de entrar sin exponerse demasiado, a confrontarse con el adulto, la o el terapeuta puede entonces ensayar acompañarles en una búsqueda de placer. La terapia tiene un aspecto positivo si el o la adolescente se “divierte” con el adulto y el o la arteterapeuta comparte experiencias, construyendo una relación con humor, imaginación y creatividad para llevarles a una buena comunicación.

Después de la escuela primaria los chicos dejan de hacer arte porque creen que no tienen talento o que no es una ocupación seria. El o la arte terapeuta pueden encontrar al comienzo resistencia a la idea de hacer arte y también por la inexperiencia que pueden tener los adolescentes en los medios, por lo que debe proporcionarles técnicas y motivaciones agradables y aptas para ellos. El collage, puede ser muy atrayente a los adolescentes y previene contra el sentimiento de no saber dibujar, de hacer cosas como los más pequeños y de poder volver a un mensaje auténtico a cosas como la publicidad que están destinados a manipular. Las nuevas técnicas informáticas e Internet pueden abrir todavía más posibilidades si se utilizan con creatividad, por medio de la expresión auténtica del adolescente, a la medida de su atracción por la novedad, la técnica, la comunicación. Los ordenadores son útiles para proyectar ideas de forma rápida y fluida, hay que valorar las distintas posibilidades, compararlas y luego materializarlas. Con respecto al video, los arteterapeutas Shaun A. McNiff y Christopher C. Cook, han demostrado que el poder psicoterapéutico del arte puede ser perfectamente adaptado a las actividades creativas realizadas con ese medio. Con el video, el adolescente se vuelve actor y director, creando sus propios escenarios y sus propios espejos. El video actúa como un espejo, al reproducir el material grabado se fomenta la reflexión para desarrollar un sentido de sí mismos. El video también estimula la comunicación entre personas que no interactúan por otros medios.

En todo caso, la actividad artística, bien encuadrada en un ambiente en que no se emiten juicios, puede jugar un rol importante en el proceso de maduración, el adolescente puede expresar su violencia, sus cóleras, sus sueños, sus esperanzas, fuera de todo peligro. Cuando los adolescentes se oponen por su forma de ser, de vestirse, por su lenguaje, es un desafío que lanzan a la sociedad pero es también un desafío que se lanzan a sí mismos. El proceso creativo les puede servir para dominar este proceso y hacer que se vuelva una forma aceptable y agradable de vivir su vida y no la vida que los demás le prometen.

Estas son algunas de las indicaciones que hacen J. Rodrigues y G. Troll para el uso del arte-terapia con adolescentes

- 1- Aceptar las resistencias
- 2- No acosar
- 3- No poner demasiadas cuestiones
- 4- Animar en las decisiones de grupo
- 5- Expresarse por medio de metáforas evocadas por el adolescente

- 6- Ser tolerante por obra de la ambivalencia, eso quiere decir quedar firme cuando se le rechace a usted, dejando tiempo para que pueda acercarse de nuevo
- 7- Estar atento a lo “profundo” de eso que pasa y no simplemente preocupado de llevar juicios superficiales tales como: positivo y negativo.

Como dije anteriormente en la adolescencia se inicia la búsqueda de la identidad personal, comienzan a hacerse preguntas de quiénes son, de qué van a hacer en la vida.... La identidad es un sentimiento que evoluciona por crisis, por etapas, etapas que son las de su compromiso en la relación con los *otros* del exterior, a los cuales el individuo se confronta y los *otros* interiores con los cuales debe coexistir su *persona*. Los adolescentes deben adaptarse a las estrategias de identidad, entre ellas:

### **Cuatro ejemplos de talleres de arteterapia con niños/as y adolescentes**

*“El mundo sería un lugar muy diferente si no fuera por la creatividad (...) No habría lenguaje, ni canciones, ni herramientas, ni ideales tales como amor, libertad o democracia. Sería una existencia tan mecánica y empobrecida, que ninguno de nosotros querría participar de ella.” Mihaly Csikszentmihaly*

- Presentaré cuatro talleres con distintas edades y características de los/as asistentes. Las sesiones de arteterapia constan de tres partes, la primera es la presentación y puesta en común del trabajo que se va a realizar, la segunda es la realización de la obra que viene a ocupar la mitad del tiempo de la sesión y la tercera es la discusión final sobre lo que se ha hecho y como se ha hecho.

Algo que es propio a niños y adolescentes es el de poner a prueba las reglas y los límites, por lo que se debe tomar en cuenta que nuestra función como adultos es la de instruirlos acerca de dichos límites, no la de reprimir sus comportamientos o deseos. Debemos creer que los adolescentes son capaces de ampliar sus horizontes, son los protagonistas de su propia historia y tenemos que concederles alternativas para realizar sus propios planes y proyectos que les conduzcan a la conquista de su propia identidad. Acompañar a los jóvenes en sus reflexiones es permitirles que enriquezcan sus propios modelos de búsqueda.

**1º Taller de arteterapia en un Programa de Menores.** Grupo de ocho niños/as de 6 a 10 años, mayoría varones, que acuden a este taller por distintos motivos, desestructuración familiar, malos tratos, abusos sexuales. Trabajaron una arteterapeuta y una educadora.

Los objetivos principales fueron de fortalecer la autoestima, facilitar la expresión de sentimientos y emociones, detectar carencias, malos tratos y posibles abusos en el menor, re-aprender a relacionarse con sus iguales, distenderse, relajarse y desarrollar la creatividad. Se trabajó una vez a la semana durante seis meses. Las directrices a lo que iba a hacer, así como las motivaciones y técnicas que fueron haciendo según las necesidades grupales o individuales del grupo.

**2ª: Instituto de Educación Secundaria Obligatoria**, Bachillerato, ciclos formativos de grado medio y superior, Garantía Social. Está situado en un pueblo cerca de Madrid.

Se realizó un taller para adolescentes con el título de “La creación artística como vehículo para el desarrollo emocional” al que asistieron adolescentes de 15 años con problemas de aprendizaje y en el que los objetivos principales fueron fomentar el desarrollo emocional a través del trabajo plástico y visual, enriquecer el lenguaje simbólico y metafórico y reforzar la autoestima; taller en el que primó la acepción de *prevención* y *prospección* sobre la de cura. En el taller de una hora y media, una vez a la semana, la arteterapeuta trató de confrontar a los adolescentes con lo creado haciendo que observaran sus obras, las compararan y las dieran un título.

El taller de arteterapia les ofreció a los adolescentes un sentido de orden y organización pudiendo hacer un uso genuino de su libertad, se alcanzó un mayor grado de autoconocimiento, a través de la metáfora del arte aprendieron de los errores, tomaron decisiones y controlaron sus emociones, enriquecieron su capacidad expresiva y de comunicación plástica y verbal, y, al trabajar en grupo desarrollaron habilidades sociales que les permitieron solucionar conflictos.

**3º: Instituto de Educación Secundaria Obligatoria**, Bachillerato, Integración: con una programa de Diversificación y otro de **Garantía Social de Iniciación Profesional**. **Perfil: Operario de Carpintería.**

El taller que se realizó en este instituto fue con un grupo de adolescentes de Garantía Social de Iniciación Profesional, con el perfil de operario de carpintería. Era un grupo reducido, pero citaré especialmente a uno de ellos, R. de 16 años, con una deficiencia del 35%. Las referencias que dieron sus profesoras/es eran de un bajo grado de implicación, negatividad, rebeldía y pasotismo. Al comenzar el taller llamó la atención sus dotes artísticas, su buen manejo del uso del color y de las técnicas y con un mundo simbólico muy particular. Sin embargo este chico tenía problemas de carácter, no asumía la autoridad e interpretaba de forma libre cualquier consigna que se le daba. Era un chico solitario al que le costaba relacionarse con los demás, el trabajo para él simbolizaba la esclavitud impuesta por la sociedad y sostenía una postura de indiferencia hacia todo, lo que le llevaba a mantenerse al margen.

Los objetivos del taller fueron: incrementar la autoestima y las habilidades sociales, mejorar la capacidad de interacción en el centro escolar e invocar el deseo de aprender, la curiosidad, ahondar en las causas por las que se opta en el fracaso, desarrollar sus habilidades creativas enseñando nuevas técnicas, establecer un espacio de libre expresión y confianza, trabajar la apertura hacia lo otro, lo diferente, lo de afuera, lo nuevo.

Como evaluación del taller que R. se sintió valorado a través de su trabajo artístico, mejoró su autoestima, se acostumbró a aceptar normas, comenzó a adaptarse a cosas nuevas y planteó la búsqueda de trabajo.

#### **4º Taller de arteterapia en un centro de acogida**

Centro de acogida para adolescentes que alberga a adolescentes que han sufrido maltrato o abuso por parte de sus progenitores. El taller se realizó durante cuatro meses

con dos chicas y tres chicos de 12 a 17 años. El objetivo general fue el de trabajar el tema de la identidad y la autoestima, así como las emociones, incentivando el desarrollo personal por medio de materiales y técnicas artísticas, y brindar un espacio activo de escucha y diálogo.

En este taller lo que motivó más a los adolescentes fue el trabajo con otras técnicas más cercanas a ellos como la fotografía y el video. La valoración que hicieron los chicos/as fue que además de haberse creado un espacio lúdico, el trabajo plástico visual que realizaron les sirvió como medio para expresar un aspecto de ellos mismos que no lo podían hacer con palabras. Desde la parte de las arteterapeutas su valoración es que, aunque el trabajo no fue fácil, la mayoría de las veces hubo una buena respuesta de parte de los/as participantes, ayudó en fortalecer y reafirmar la identidad y la autoestima, y reflexionar, a partir de la obra creada, sobre la propia construcción personal y la de los otros componentes del grupo.

-----

En resumen en arteterapia se deben trabajar los siguientes puntos:

Trabajar la **identidad**, el sentimiento de utilidad, el abordaje al riesgo. Todas las personas tienen derecho a reconocerse y a ser reconocidas por sus señas de identidad.

Trabajar la **imagen del cuerpo** en sus dos funciones fundamentales, la de su estructura en el espacio como forma, y la estructura como contenido y sentido. El cuerpo vivido y pensado. El cuerpo imaginario y simbólico.

Trabajar con los **sentimientos**, los nuestros y los de los otros. Primero es necesario conocernos a nosotros para poder conocer a los demás, los que nos llevará a una mejor convivencia.

Desarrollar la **autoestima**, si desarrollamos la creatividad la autoestima crece e incrementa la inteligencia, la decisión y la ejecución, así podremos conocernos mejor para hacernos mejores personas.

Aprender a **conocer y respetar nuestro entorno**.

Trabajar con la **obra de artistas**, nos hace adentrarnos en sus sentimientos y pensamientos. Las artes visuales nos muestran y descubren cómo y quiénes somos los seres humanos.

**Conocer nuestro espacio en el mundo**. Trabajar de forma crítica con los medios y los sucesos actuales. Crear es una de las formas de estar con fuerza y protagonismo en el mundo.

-----

## BIBLIOGRAFÍA

BARBOSA, A.M. y CIORNAI, S. (2000): "Imágenes de creatividad. Diálogo Ana Mae Barbosa e Selma Ciornai", *Insight*, año X, 1 (3), 9-18.

BONILLA, A.: (2004): "Los efectos del arte en la adolescencia" en *Arteterapia y educación*, N. Martínez y M. López (coord.) Comunidad de Madrid

COLL ESPINOSA, F.J. (2003): "Las formaciones reactivas del fracaso escolar" en *Violencia y agresividad. Fundamentos para la prevención psicosocial* (VVAA), Murcia, Mancomunidad Valle de Ricote.

CSIKASZENTMIHALYI (m.) (1998): *Creatividad. El flujo y la psicología del descubrimiento y la invención*. Barcelona, Graó.

- GONZALO VEGAS, N. (2002): "Adolescentes y educación artística" (investigación sin publicar).
- GREENE, M. (2005): *Liberar la imaginación. Ensayos sobre educación, arte y cambio social*. Barcelona, Graó.
- KRAMER, E. (1982): *Terapia a través del arte en una comunidad infantil*. Buenos Aires, Kapeluz.
- LEVINE, P.A. (1999): *Curar el trauma*, Barcelona, Urano.
- MAKAROVA, E. (2000): *Friedl Dicker-Brandeis. (Viena 1898 - Auschwitz 1944)*. París: Somogy Éditions D'Art.
- MARÍN VIADEL, R. (coord.) (2004): *Didáctica de la educación artística*. Madrid, Pearson.
- MARTÍNEZ DIEZ, N.; LÓPEZ Fdz. CAO, M. (coord.) (2004): *Arteterapia y educación*, Comunidad de Madrid.
- OAKLANDER, V. (2003): *Ventanas a nuestros niños. Terapia gestáltica para niños y adolescentes*. Santiago de Chile, Cuatro Vientos.
- O'BRIEN, G. (2005): «Los códigos de Haring: jeroglíficos de un tiempo futuro». *Keith Haring. Memoria urbana*. Madrid, Fundación I.C.O.
- RILEY, S. (1999): «Brief therapy: an adolescent invention», *Art therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 16(2), pp. 83-86.
- RODRÍGUES ,J.; TROLL, G. (2004): *L'art-thérapie. Pratiques, techniques et concepts*. París, Ellébore
- SÁBATO, E. (2000): *Hombres y engranajes/Heterodoxia*. Madrid, Alianza Editorial
- SAVATER, F. (1997): *El valor de educar*. Barcelona: Ariel.