



Universidad de Valladolid

**MÁSTER EN ARTETERAPIA Y EDUCACIÓN ARTÍSTICA
PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL**

**ARTETERAPIA Y AUTOCONCEPTO EN MUJERES
EN SITUACIÓN DE MALTRATO DE GÉNERO**

UN ESTUDIO DE CASOS



TRABAJO FIN DE MÁSTER.

ESPECIALIDAD: CLÍNICO, SOCIAL Y EDUCATIVA. CURSO: 2012-2013

Autora: Benavente Matilla, Laura

TUTORA: INÉS ORTEGA CUBERO

Departamento de la didáctica de la expresión plástica. Facultad de Educación y Trabajo Social

Índice

1. RESUMEN	5
2. INTRODUCCIÓN	6
3. PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN Y OBJETIVOS	8
4. MARCO TEÓRICO: AUTOCONCEPTO, SELF O SER GENUINO EN MUJERES VÍCTIMAS DE VIOLENCIA DE GÉNERO	8
4.1 AUTOCONCEPTO.....	8
4.1.1 Autoconcepto en mujeres víctimas de violencia de género.....	10
4.2. EL AUTOCONCEPTO EN TÉRMINOS PSICOANALÍTICOS: SELF.....	12
4.3. EL AUTOCONCEPTO DESDE LA CORRIENTE GESTÁLTICA: HACIA LA VERDADERA IDENTIDAD.....	16
4.4. EL VÍNCULO EN ARTETERAPIA.....	20
5. METODOLOGÍA.....	24
5.1 EL ESTUDIO DE CASOS.....	26
5.1.1 Instrumentos para la recogida de datos	27
5.2. ÁMBITO DE ESTUDIO	28
6. DESARROLLO DEL ESTUDIO	30
6.1 SETTING, MARCO O ENCUADRE DE ARTETERAPIA	30
6.1.1 Características del trabajo grupal.....	31
6. 2. FASES DE ACTUACIÓN.....	32
6.2.1 Fase de exploración y de creación del vínculo terapéutico (enero-febrero).....	32
6.2.2 Proceso creador y triangulación: obra, sujeto y terapeuta. Fase de profundización (febrero-mayo)	38
6.3. Puntos claves de cada uno de los casos, explorados y trabajados durante las sesiones	42
6.3.1 Caso 1: N.....	42
6.4.2 Caso 2: F.....	46
6.4.3 Caso 3: E.....	48
7. CONCLUSIONES.....	50
8. DOCUMENTACIÓN BIBLIOGRÁFICA	53
9. ANEXOS	57

1. RESUMEN

En este trabajo se presenta un estudio multicaseos sobre los efectos de la arteterapia en el autoconcepto de mujeres en situación de maltrato, basado en una experiencia en un piso tutelado por la Comunidad de Madrid, en la localidad de Alcalá de Henares.

Tres mujeres víctimas de maltrato participaron durante cinco meses, en sesiones semanales, en una serie de talleres de arteterapia, integrados dentro del programa de formación profesional del máster en Arteterapia y Educación Artística para la Inclusión Social.

La evolución del autoconcepto y la identidad de las participantes fue explorada mediante la recogida de datos (diario de campo y entrevistas finales), y descrita desde la perspectiva de tres enfoques teóricos distintos en el ámbito de la Psicología. Un análisis cualitativo del diario de los datos por parte del investigador-arteterapeuta, revela tanto rasgos en común como diferenciadores entre los perfiles de los participantes.

Para concluir, se presenta una breve reflexión sobre el papel que puede desempeñar la arteterapia en términos de exploración, reconstrucción y consolidación del autoconcepto en mujeres en situación de maltrato.

PALABRAS CLAVE: Arteterapia, estudio de casos, mujer en situación de maltrato, autoconcepto, identidad.

Abstract

This paper presents a multiple-case study on the effects of art therapy in battered women's self-concept, based on an experience in a safe house for battered women in Alcalá de Henares.

Three battered women participated daily during five months in a set of art therapy workshops, conducted as part of the professional training program of a masters degree in Art Therapy and Artistic Education for Social Inclusion.

Evolution of participants' self-concepts and identities was explored through data collecting (researcher's field diary and final interviews), and described according to three different theoretical approaches in Psychology. A qualitative analysis of the data,

by the researcher art therapist, reveals both common features and differences between participants' profiles.

It concludes with a reflection on the role that art therapy may play in terms of exploration, reconstruction and consolidation of self-concept in battered women.

KEY WORDS: Art therapy, case study, battered woman, self-concept, identity.

2. INTRODUCCIÓN

Este estudio se basa en comprender y analizar cómo funciona la arteterapia en el autoconcepto de mujeres en situación de maltrato de género.

Violencia de género, sinónimo de violencia contra la mujer o violencia machista. Durante todo el trabajo, se hablará desde el mismo concepto amplio, que abarca todos los actos de violencia que sufren las mujeres.

Las mismas, se encuentran en una *situación de vulnerabilidad social, desprotección emocional, económica y psíquica*, tras la experiencia de malos tratos físicos, psíquicos y/o emocionales, provocados por sus respectivas parejas, hombres en casi la totalidad de los casos.

En el dispositivo de la arteterapia, a través del proceso *creador y el vínculo terapéutico*, se ofrece un lugar y un espacio para abordar sus problemas y dificultades, haciendo posible el trabajo emocional y psíquico, así como la activación y puesta en marcha de su capacidad creadora, desde el punto de vista artístico.

Las mujeres en situación de maltrato, durante la estancia en distintos centros de acogida, reciben una *intervención psicosocial* relacionada con el aprendizaje de nuevos hábitos personales y sociales, desde una vertiente conductual y práctica¹. Sin embargo, no existe un espacio concreto en el que puedan proyectar con libertad su mundo interno, elaborando el mismo y dando lugar a su propia reconstrucción estructural, de manera potencial, como es el caso de lo que ofrece el espacio arteterapéutico.

¹ El Tratamiento Básico del centro de emergencia se centra, fundamentalmente, en el aprendizaje de hábitos, terapia motivacional individual y colectiva, educación en valores democráticos basados en la igualdad, profundización en la ética social, descubrimiento de habilidades, vocación para orientar su formación, etc., y su duración dependerá de los déficits manifestados.

La aplicación de la arteterapia en esta realidad concreta, nos abre la posibilidad de la intervención psicosocial en este colectivo, como herramienta potente en un proceso de recomposición interna y de trabajo emocional. Arteterapia se convierte en la herramienta de posibilitación de un proceso de *autoconocimiento*, *autoexpresión* y *autoafirmación* a través del encuentro con sus emociones, en un lenguaje deliberado y espontáneo, que reside en el placer de poner en marcha la creatividad y la elaboración plástica (Barber, 2005).

Se trata de analizar y comprender cómo el dispositivo de arteterapia actúa en estas mujeres, concretamente cómo actúa en su autoconcepto.

En este estudio, para la recopilación de información, se utiliza un diario de campo, que se construye a partir del desarrollo de cada sesión que semanalmente acontece. En el mismo, aparece el registro de las actividades desarrolladas, reflexiones y percepciones, del investigador-arteterapeuta, además de una entrevista final a las participantes.

Con estos instrumentos, se hace posible el análisis profundo sobre aspectos emergentes, pertinentes a su estructura psíquica y emocional, que se elaboran y tienen un lugar en relación directa con la creación artística, dando lugar al cambio y mejora psicoemocional.

Hablamos de un encuentro entre arteterapia y autoconcepto. Se hace posible la comunicación y gestión del mundo emocional a través del lenguaje simbólico y visual. Decimos *simbólico* porque el arte permite una construcción de la realidad a través de la metáfora, del juego, sirviendo como espacio en el que la persona, *de forma indirecta, va elaborando todo lo que tiene que ver su vida*, a través de las posibilidades que esa creación permite, pudiendo después, ser trasladadas a la vida funcional.

Se trabaja lo inconsciente, que tiene que ver con las zonas reprimidas de la persona, a través de lo que emerge artísticamente, en ese lenguaje simbólico. Por ello, es posible la elaboración de dichas zonas, relativas a su autoimagen y posición en la vinculación.

Analizar qué efectos tiene sobre su identidad y describirlos, será la función del investigador- arteterapeuta a través de un papel activo del mismo-a y mediante la recogida de información de las distintas sesiones, en un estudio de corte cualitativo.

3. PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN Y OBJETIVOS

¿CÓMO PUEDE TRABAJARSE EL AUTOCONCEPTO EN MUJERES EN SITUACIÓN DE MALTRATO A TRAVÉS DE LA ARTETERAPIA?

A partir de esta pregunta, se plantea el siguiente objetivo de estudio:

OBJETIVO GENERAL:

- Analizar cómo puede trabajarse el autoconcepto en mujeres en situación de violencia de género a través de la arteterapia, mediante un proceso emocional y estético.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Ofrecer un espacio seguro de confianza, sostén, y respeto donde puedan proyectarse con libertad.
- Detectar las zonas de bloqueo o malestar y darles el lugar y elaboración mediante el proceso creador.
- Potenciar su autoestima, seguridad, exploración y manejo de emociones a través de un acompañamiento verbal y simbólico.

4. MARCO TEÓRICO: AUTOCONCEPTO, SELF O SER GENUINO EN MUJERES VÍCTIMAS DE VIOLENCIA DE GÉNERO

4.1 AUTOCONCEPTO

El autoconcepto corresponde a la conciencia, percepción e interpretación que uno-a tiene de sí mismo. En la historia de la literatura científica, numerosos investigadores han profundizado sobre este tema, atribuyendo distintas interpretaciones al mismo.

Como afirma Burns, “el conocimiento de uno mismo es una teoría, es lo que la persona cree de sí misma y siente sobre sí misma, aunque lo que crea y sienta no se corresponda con la realidad y, en función de ello, así se comporta” (1990, p. 26).

El autoconcepto ha sido estudiado por autores como Watson, Thorndike, Hull y Skinner, pertinentes a la corriente psicológica conductual, que propulsaron el estudio

riguroso y exclusivo de aquellos aspectos observables y medibles de la conducta, a través del método científico (Ramírez y Herrera, 2002).

La mayoría de los autores dentro de la literatura científica desglosan el autoconcepto en *tres niveles del yo: cognitivos (pensamientos), afectivos (emocionales), y conativos (comportamientos)* (Ramírez y Herrera, 2002). El autoconcepto integraría los tres ámbitos.

Atendiendo a la división en niveles; cognitivo, emocional y funcional, diríamos que la autoestima, algo que se trabajará continuamente con estas mujeres, se encuentra en el segundo, ya que corresponde a las emociones que la persona tiene sobre sí misma.

Hablamos por tanto de *actitudes, sentimientos y conocimientos o pensamientos que la persona ha registrado sobre sus propias capacidades, habilidades, deseos, inquietudes, criterios, valores personales y funcionamiento social.*

El autoconcepto nos predispone de alguna manera, a determinadas relaciones con el otro y con el mundo exterior, y a su vez, dichas experiencias personales e interpersonales inciden en su conformación. La autoimagen establecida por uno mismo determinará nuestras relaciones interpersonales y nuestra posición en ella. A su vez, determinadas experiencias que registramos, contribuyen a la construcción de una u otra imagen de lo que somos.

Por tanto, esa percepción de uno mismo, se produce a lo largo de nuestra vida, en la fluctuación continua de la relación entre nosotros mismos y nuestro entorno (Rojas, 2009). Ambos se retroalimentan.

El autoconcepto, como construcción que cada persona hace de sí misma, en cuanto a su propia autoimagen, es algo esencial a nivel vital, por sus implicaciones en la relación con los demás, con el mundo y con uno mismo, permitiendo una vida más o menos saludable y/o plena. Corresponde también a la consciencia que la persona tiene de sí misma, en términos de su potencial.

Trabajar el autoconcepto a través de la arteterapia nos permitirá revisar la imagen intrasubjetiva que prevalece, y que condiciona paralelamente las relaciones intersubjetivas, permitiendo un fortalecimiento, un aumento y un ajuste de lo que la persona identifica de sí misma, y ofreciendo así la posibilidad de poder elegir conscientemente.

4.1.1 Autoconcepto en mujeres víctimas de violencia de género

La violencia de género, traduciéndose realmente en violencia contra las mujeres, es un fenómeno muy latente en nuestra sociedad actual, *y está estrechamente relacionado con los roles sociales atribuidos al hombre y mujer, por sus condiciones biológicas*. No responde a una situación natural, ni puntual, sino a la construcción social que se transmite a través de la socialización de género. Género así, hace referencia a las características sociales y culturales distintas entre los dos sexos².

La violencia contra las mujeres, según Pérez del Campo (2012), ocurre en todas las partes del mundo, de distinta forma, según el contexto. Existe desde el comienzo de las civilizaciones hasta nuestros días, persistiendo también en las sociedades democráticas. Este fenómeno es la evidencia de la desigualdad y la posición de sumisión con las que viven las mujeres en el mundo. La posición femenina en la vida social, económica y política es inferior o de anulación, comparando la misma con los mismos derechos del género masculino. Ello se traduce en consecuencias como el abuso sexual, la agresión física, la violencia psicológica, el control de su persona, el dominio económico, la exclusión de los debates y derechos públicos, la prohibición de la formación intelectual, y por lo tanto el derecho al conocimiento y el saber, etc., quedando quebrados los derechos básicos humanos, como son el derecho a la vida, la libertad, la seguridad y la dignidad de las mismas (Pérez del Campo, 2012).

Aunque a lo largo de la historia de la democracia se ha avanzado sobre la erradicación de esta diferencia y sometimiento de la mujer, actualmente, se reconoce que la violencia contra las mujeres se produce de manera habitual en la casi la totalidad de los países del mundo. En España, concretamente, el último registro en mujeres víctimas mortales de violencia de género, desde el Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, en el año 2012, es de 43.3 %, siendo en el curso del año 2013 de un 29%, en la última actualización del 15 de julio, según el Instituto Nacional de Estadística.

Como la violencia contra la mujer, o machista, está contextualizada, es preciso definir a grandes rasgos las características de nuestro sistema o contexto. El mismo, corresponde a un sistema patriarcal, en el que se produce un sometimiento de la mujer al varón, estando la mujer expuesta continuamente a los ataques del varón, en todos

² Tomado de Ágora Málaga. Federación Provincial de asociaciones de mujeres. Recuperado el 1 de mayo de <http://www.federacionagora.org.es/>

los ámbitos de la vida: público, privado, en el trabajo, en la maternidad y en cuanto a los derechos sociales y políticos, principalmente.

El sistema referido es la base de nuestra sociedad actual y consiste en la atribución de una serie de normas, valores y funciones, según los cuales el hombre ocupa una posición de privilegio, de poder, de dominio, uniendo a la posesión del conocimiento mayor facilidad de acceso a los cargos responsabilidad y a la independencia. Mientras, la mujer sigue considerándose supeditada a todo ello, asociada principalmente a las funciones maternas y de cuidado del otro (Pérez del Campo, 2012).

Según la Federación Provincial de Asociaciones de Mujeres de Málaga, Ágora, como colectivo de mujeres maltratadas creado en el año 2000, cuando hablamos de violencia de género o machista, existen las siguientes características:

La violencia contra las mujeres no es un fenómeno aislado ni circunstancial en las relaciones entre hombres y mujeres, sino que es un aspecto estructural de la organización del sistema social. Es un fenómeno social transversal a todas las clases sociales y que aparecen en las diferentes etapas del ciclo vital. No es más propia de las clases pobres y marginadas, aunque pueda parecerlo porque son éstas las que con mayor frecuencia acuden a la policía o a los servicios sociales (Ágora, 2012)³.

Si hablamos en términos de identidad, partimos de que en la misma intervienen los siguientes factores socializadores: la escuela, la familia y el entorno social, como primarios. En este caso, en los tres ámbitos existe un conjunto de valores sexistas, que se traducen en los roles atribuidos culturalmente al hombre y a la mujer, por el hecho de serlo, y actualmente continúan más o menos presentes en nuestra sociedad, en un análisis causal de nuestro marco cultural.

En las mujeres víctimas de violencia de género, el autoconcepto se caracteriza por una no consolidación del mismo, siendo deficientemente configurado o no sólido, y deteriorado. Su experiencia como mujeres en situación de maltrato, tiene una estrecha relación con la percepción que tienen de sí mismas y con la posición que asumen en la vinculación afectivo-social.

Por otro lado, una persona con un *autoconcepto no lo suficientemente sólido*, tenderá a posicionarse a sí misma, con respecto a las relaciones, de una forma dependiente y

³ Ágora Málaga. Federación Provincial de asociaciones de mujeres. Recuperado el 1 de mayo de <http://www.federacionagora.org.es/>

subordinada, inferior, no saludable o anulada, en términos de autoapoyo y valor personal, características que también se dan en este colectivo.

Por lo contrario, un autoconcepto positivo, está íntimamente relacionado con una *posición sana e independiente en las relaciones afectivas*, y con el *desarrollo de la autorresponsabilidad vital* y la autonomía, lo que indica el trabajo efectivo de las propias emociones, con los recursos internos suficientes para el camino y crecimiento interior.

La imagen y expectativas que estas mujeres tienen de sí mismas, se encuentran realmente limitadas y dañadas. El trabajo de arteterapia, por tanto, está relacionado con el reposicionamiento afectivo y relacional en la vinculación, tanto consigo mismas como con el otro, desde el fortalecimiento interno hacia una posición sana e independiente en las relaciones afectivas. Ello será puesto en marcha a través del vínculo con el arteterapeuta y con el proceso creador.

4.2. EL AUTOCONCEPTO EN TÉRMINOS PSICANALÍTICOS: SELF

La conformación del autoconcepto tiene sus mayores influencias en la primera etapa de desarrollo. Analizar el significado del mismo, según unas condiciones u otras en los vínculos afectivos primarios de la persona, nos lleva a la identificación de los espacios carentes o vacíos de la misma, a detectar cómo éstos se traducen y afectan en la funcionalidad de la vida adulta. Detectar cuáles son los patrones no saludables que se reproducen reiteradamente en la persona y paralizan el cambio, significa posibilitar el mismo a partir de la resignificación y la reconducción de los mismos, en su momento actual vital, haciendo que reescriba su propia historia.

Dar a la persona la posibilidad de poner en marcha nuevos recursos se relaciona estrechamente con que identifique sus necesidades profundas y proceda por sí misma a la satisfacción de esas necesidades, produciéndose así el control consciente de su propia vida.

Resulta sugerente rescatar las aportaciones psicoanalíticas sobre la identidad, y/o autoconcepto, identidad entendida como lo la conciencia profunda de lo que se es, correspondiente a su vez con percepción de uno mismo, realizando un paralelismo con el falso self construido, no verdadero. El mismo, opera y se expresa en el funcionamiento adulto, en cuanto a su identidad, teniendo la misma su primera construcción en la primera etapa de desarrollo.

Desde términos psicoanalíticos, la verdadera identidad se equipara con el término self, introducido por Donald Winnicott en 1960. Este autor, elabora una potente teoría sobre el origen de la no consolidación de ese self, o *verdadera identidad*, que se produce en el período de la lactancia del bebé, a partir de la *relación ocurrente entre la madre y el niño durante los primeros meses de vida*.

Según esta teoría, la formación de ese verdadero self depende, concretamente, de que durante los primeros meses de vida exista una madre “lo suficientemente buena” como para detectar las necesidades reales del niño y proporcionarle el espacio y la actitud necesaria para que éstas se manifiesten con naturalidad. De lo contrario, la identidad del bebé será reprimida y anulada y, en términos funcionales, se sobreadaptará al entorno, desde una identidad falsa, o falso self.

Según Winnicott, durante el primer año de vida, la *relación entre madre-infante conforma una unidad psíquica*. La madre es el primer contacto del bebé con la realidad externa, más allá de sí mismo. La intervención del padre o segundo cuidador se mediatiza por el primero, la madre. Digamos que el padre contribuye a favorecer dicho entorno, en relación continua con la unidad madre-lactante. Por tanto, será crucial en esa representación de la realidad, como única realidad para el niño, que la madre cree las condiciones adecuadas para mantener la espontaneidad y el potencial creador del bebé.

Quando la pareja madre-bebé funciona bien, el yo del niño es muy fuerte, porque está apuntalado en todos los aspectos. El yo reforzado y, por lo tanto, fuerte del niño puede, desde muy temprano, organizar defensas y desarrollar patrones que son personales y que ostentan visiblemente las huellas de las tendencias hereditarias. Esta descripción del yo como débil y fuerte se aplica también a aquellos casos en que un paciente (niño o adulto) tiene una actitud regresiva y dependiente en la situación terapéutica; con todo, aquí lo que me propongo es describir al niño (Winnicott, 1960, p. 1068).

La madre, sería la primera identificación de la realidad externa por parte del infante. En sentido simbólico, la confianza o desconfianza interiorizadas por el niño-a para con esa realidad, que a la vez suponen el desarrollo de su afecto, significan un modelo concreto de relación. El mismo, se consolidará también durante los siguientes años de vida. Ese primer modelo de relación tendrá una influencia potente en las relaciones que posteriormente construya, las que hará probablemente desde el mismo. Recolocar e identificar en la terapia aspectos de la misma, permitirá una posible reconstrucción del modelo vincular (Apartado del vínculo en Arteterapia).

Así, en términos de una identidad sana, desde Winnicott, la misma es equiparable con el verdadero self, como núcleo instintivo de lo que somos. Desde ahí será posible identificar y representar las necesidades reales, con expresión propia y natural. Lo creativo, lo real, y lo espontáneo son componentes estructurales del self (Winnicott, 1960).

Por lo tanto, esta teoría pone de manifiesto también el equilibrio progresivo entre la dependencia y la capacidad de hacer notar sus necesidades al entorno. Así, las potencialidades del bebé se irán desarrollando, e irá descubriendo gradualmente la inexistencia del carácter unitario con la madre, con el efecto que ello conlleva, que reside en el hecho de que la madre deja de parecerle "perfecta".

Esta *transición* entre la madre y el lactante como unidad y la independencia, se produce a través de un proceso en el que aparecen espacios, sucesos y objetos transicionales, como sustitutivos de la madre. Por ejemplo: su juguete preferido, para lograr paulatinamente su autonomía y autosuficiencia.

¿Qué ocurre si el niño no es atendido en lo que necesita?

Si el niño no es atendido en relación a sus necesidades reales, de manera repetida, va emergiendo en el niño el falso yo, que tiene una función adaptativa, en distintos niveles, según sea la adaptación al entorno. El niño puede ir oprimiendo sus pulsiones naturales, hasta niveles patológicos de sobreadaptación. Para que ese falso yo no se instaure sobre el verdadero, la desilusión debería ser gradualmente instaurada por la madre (Winnicott, 1960).

La madre que «no es buena» es incapaz de cumplir la omnipotencia del pequeño, por lo que repetidamente deja de responder al gesto del mismo; en su lugar coloca su propio gesto, cuyo sentido depende de la sumisión o acatamiento del mismo por parte del niño. Esta sumisión constituye la primera fase del ser falso y es propia de la incapacidad materna para interpretar las necesidades del pequeño (Winnicott, 1960, p. 543).

Según Winnicott (1960), el falso self corresponde con una estructura de defensa, capa o máscara, caracterizada por una sobreadaptación al medio, protegiendo a su verdadero self, la fuente de sus impulsos más naturales y personales, de las supuestas amenazas, incluso de ser destruido.

Si la madre no es *suficientemente buena* y no es capaz de sentir y responder *suficientemente bien* a las necesidades del pequeño, sustituirá el *gesto espontáneo* de aquél por algo forzado, instaurándose el falso self. Éste se caracteriza por ser complaciente, pues reacciona a las demandas del entorno y no desde sus necesidades naturales. Así, desde este falso self, el niño irá construyendo las consecuentes falsas relaciones, con el fin de ser aceptado y ser como la madre, la niñera, la tía, el hermano o cualquier figura que esté presente en su desarrollo primario.

Por tanto, en términos winnicottianos, el falso self, es una máscara de la falsa persona que constantemente intenta conseguir anticiparse a la demanda del otro, para mantener la relación. Se está empleando cada vez que se ha de cumplir con normas exteriores, como ser educado o seguir códigos sociales. Ello tiene su origen en la relación madre-lactante, donde se reprimen o refuerzan las pulsiones naturales. Todo ello dentro de un proceso inconsciente.

Además, el mismo, condicionará las relaciones afectivas y relacionales, reproduciendo un determinado modelo, no sano, que parte de la manipulación y sobreadaptación al entorno, y no de la expresión genuina y sincera.

En un proceso inconsciente, el falso self llega a ser confundido con el verdadero *por los otros*, incluso por el yo, de la propia persona, con sensaciones de no estar realmente vivo, de infelicidad, de no existir en plenitud (Winnicott, 1957).

Para Winnicott, la persona tiene un falso y un verdadero self, y su organización puede ser entendida como una *serie complementaria* desde el saludable hasta el patológico falso self: en el primer caso se englobarían los aspectos socialmente indispensables, en el último, la enfermedad.

¿Qué ocurre con el individuo en la vida adulta?

Si trasladamos esta teoría a la vida adulta, existe una separación entre el verdadero y el falso self, de forma que la persona que presenta gran necesidad de reaccionar compulsivamente a las demandas de la realidad externa, no concede un espacio para sí misma, para su mundo interno, con su creatividad y espontaneidad asociadas (verdadero self), no atendiendo a sus necesidades más genuinas.

En palabras de Winnicott:

En nuestra labor terapéutica son incontables las veces en que nos encontramos ligados a un paciente; pasamos por una fase en la que somos vulnerables (como lo es la madre) debido a esa participación nuestra; nos identificamos con el niño que depende temporariamente de nosotros en grado alarmante; observamos cómo

el niño se va desprendiendo de su falso self; presenciamos el comienzo de un verdadero self, un self verdadero con un yo que es fuerte porque, tal como lo hace la madre con su bebé, hemos podido proporcionarle apoyo yoico. Si todo sale bien, tal vez descubriremos que un niño ha surgido, un niño cuyo yo puede organizar sus propias defensas contra las ansiedades inherentes a los impulsos y las experiencias del ello. Un "nuevo" ser está naciendo, merced a nuestro trabajo, un verdadero ser humano capaz de tener una vida independiente. La tesis que propongo aquí es que lo que hacemos en la terapia equivale a un intento de imitar el proceso natural, que caracteriza la conducta de cualquier madre con respecto a su propio bebé. Si estoy en lo cierto, la pareja madre-bebé es la que puede proporcionarnos los principios básicos para fundamentar nuestra labor terapéutica, cuando tratamos niños cuyo temprano contacto con la madre fue deficiente o se vio interrumpido (1960, p.1070).

4.3. EL AUTOCONCEPTO DESDE LA CORRIENTE GESTÁLTICA: HACIA LA VERDADERA IDENTIDAD

El ser genuino en la Gestalt y Autoconcepto.

La terapia Gestalt, es una forma de terapia pertinente a la fuerza humanista, que se refiere también al concepto del verdadero o genuino ser, y conduce la terapia a un encuentro de la propia persona con lo que es, en términos potenciales. Hablamos de una psicoterapia de corte humanista o existencial, emergente como alternativa al Psicoanálisis y conductismo.

Se denomina tercera fuerza en la Psicología. Procede de la tradición fenomenológico-existencial europea y los autores más representativos son: Rogers, Maslow, Laing, Berne, Lowen, Moreno y Fritz Perls. Esta teoría adopta desde muy temprano la dimensión de la salud para la persona, y no la patología (posteriormente se aclarará la diferencia entre salud y enfermedad, desde la Gestalt).

Perls es su principal fundador. Su punto de vista sobre el ser verdadero, genuino, se basa en un punto de vista holístico, diferenciando el concepto de autoconcepto (término de la psicología cognitivo-conductual), de la identidad o ser verdadero (Peñarrubia, 2012).

La idea principal sobre la existencia humana, a diferencia de los enfoques patológicos anteriores, es concebir la identidad de forma plena y no segmentada o fragmentada. Relacionada también con la psicología positiva, en cuanto a partir de la potencialidad humana, y no de la limitación.

A diferencia de separar radicalmente la experiencia de nuestro cuerpo y el campo cognitivo...esta corriente dirige la terapia hacia la unificación, integración y comunicación entre ambos, considerando que en su conjunto somos seres espiritualmente potentes.

La identidad, en Gestalt, tiene mucho que ver con el autoconcepto. Sería éste un esquema, una narrativa, una película que se construye a lo largo de la vida de la persona. El autoconcepto, corresponde a un nivel inferior, a una percepción de nosotros, limitada, "contaminada". Hablamos de una capa rígida, paralela al ego; ese carácter, patrón habitual al que nos aferramos, en función de la respuesta que recibimos del entorno. Sería una máscara, o segunda piel, que se percibe y se confunde con la identidad real (algo totalmente paralelo al falso self de Winnicott).

Más que hablar de que nuestro autoconcepto sea falso, hablamos de que en términos de conciencia, existe una parte de nosotros por explorar: esa parte, es denominada por la Gestalt, ser genuino. Por tanto, las limitaciones son entendidas como interiores, y pueden ser transformadas.

De manera consciente o no, buscamos un entorno y unas vinculaciones afectivas de acuerdo a nuestro autoconcepto, como una forma de autoafirmación. Es muy revelador el hecho de que todas las experiencias vividas tienen algo que decirnos, tienen una relación entre sí... que habla de cómo las gestionamos, qué recibimos, qué necesitamos.

Sin embargo, desde la Gestalt, en la mayoría de los casos, ese autoconcepto está bastante lejos de la persona que somos en realidad, potencialmente hablando. A veces, el autoconcepto se construye sobre la base de ideas erróneas o sesgadas, la mayoría de las veces, tomadas de otros. A veces es producto de situaciones dolorosas que no fueron resueltas en su momento. Aquí entraría el concepto de *introyecto*; como la interiorización, asimilación sin elección, sin filtro, de aspectos vitales, creencias, hábitos, necesidades, que se asumen sin ser procesados, lo que a su vez nos impide la libertad de elegir. En este caso, la arteterapia iría en la línea de revisar todos esos constructos que inciden en la identidad actual de la persona, para afianzar los necesarios, revisar los que no generan bienestar a la persona, y ajustar otros que también suponen limitación.

Esta visión del autoconcepto radica en que la percepción de nosotros mismos está limitada por parámetros impuestos desde fuera y sobre los cuales no tenemos

conciencia. La terapia irá en la línea de detectar los mismos, haciendo posible que la persona elija por sí misma qué es lo que es determinante en su propia vida.

En este punto, existe un paralelismo con la teoría winnicottiana del falso self, como se ha mencionado anteriormente, en el aspecto de la sobreadaptación del bebé al entorno a cambio de una identidad falsa, complaciente y no auténtica en cuanto a sus necesidades reales.

Ante ello, Ojeda (2012), lanza una interesante afirmación que invita a preguntarse qué parte de uno mismo persiste en la sombra y no está saliendo a la luz. Las partes que no emergen a la luz se traducen en zonas no conscientes, o mecanismos de defensa.

La Gestalt, como propia del humanismo, parte del ámbito de la salud y no desde una dimensión patológica. Por tanto, no se habla en términos clínicos, sino en términos de mayor a menor conciencia, al estilo de la psicología transpersonal, dónde se concibe una polaridad desde lo más oscuro (psicosis) hasta lo más luminoso (salud), polaridad en la que pueden darse grados intermedios.

En el anterior intervalo hablaríamos de la neurosis, que significa la perturbación de la conciencia, o deterioro de la capacidad de “darse cuenta”. Ese darse cuenta, existe en distintos grados, de menor o mayor salud, mayor o menor identidad real, mayor o menor presencia del self verdadero. Mayor neurosis: mayor presencia del falso self.

Perls, como principal fundador de esta corriente, introduce dos conceptos nuevos que tienen que ver con la satisfacción de las necesidades reales, o encuentro con el verdadero ser. Habla de: *perturbación del ritmo entre contacto–retirada y Gestalt inconclusa*.

Esta teoría nos habla de la relación entre individuo y entorno. A partir de ahí, crea un concepto denominado autorregulación orgánica, que consiste en la forma en que una persona detecta sus necesidades en un ambiente y es capaz de atender y satisfacer las mismas, de manera autónoma. Hablamos, por tanto, de la sabiduría natural del organismo (Peñarrubia, 2012).

Esta corriente terapéutica se basa en el no equilibrio del contacto y la retirada con el entorno por parte del individuo. Cuando la persona no decide por sí misma cuándo participar y cuándo retirarse de ese entorno, su vida se caracteriza por situaciones inconclusas, estando perturbado su sentido de la orientación; a eso se le denomina *neurosis*. Lo no neurótico o sano consiste en un equilibrio entre tener un contacto significativo con la sociedad sin ser absorbido completamente por ella, o lo que es lo

mismo, teniendo un sentido de la orientación vital desarrollado, lo que se relaciona estrechamente con la proyección de las necesidades reales de la persona y la satisfacción de las mismas en el entorno. Es el proceso de ajuste creativo entre el organismo y el medio, lo que la Gestalt llama proceso de *autorregulación orgánica*.

La Gestalt analiza las funciones del self desde el psicoanálisis:

- *La función del Ello*: el mundo de los instintos; también el automatismo de los actos del organismo (respirar), o de la conducta (hacer algo sin prestarle atención). La perturbación de esta función implicaría la psicosis: distorsión de la sensibilidad y la disponibilidad a los estímulos internos externos.

- *La función del Yo*: funcionamiento activo y selectivo. Responsabilidad de las propias necesidades y deseos.

- *La función de la personalidad*: Representación que nos hacemos de nosotros mismos, la imagen de nosotros que nos permite reconocernos. Identidad o autoconcepto. La neurosis sería una pérdida del yo o de la *personalidad*.

Retomando el concepto de la autorregulación, la Gestalt llama a la neurosis una *ruptura de la autorregulación orgánica, o ruptura en la sabiduría natural del organismo*, sinónimo a su vez de estado de no conciencia.

La neurosis por tanto es la sustitución del autoapoyo por apoyo ambiental.

Según Peñarrubia, el fundador Perls, no enfatiza la causa de la neurosis en perturbaciones de la infancia, sino en las interrupciones del momento presente, aunque acepta que también comienzan en la infancia, ya que el organismo actualiza constantemente lo inconcluso. Es decir, neurosis, que correspondería con el falso self winnicottiano, es el proceso que surge cuando el individuo interrumpe los procesos naturales que tienen que ver con el contacto entre sí mismo y el entorno, en cuanto a la satisfacción de necesidades. Sería una concepción no intrapsíquica sino inter-relacional entre el hombre y el medio (Peñarrubia, 2012).

Así, por tanto, esta es la base de la que partimos para referirnos al autoconcepto. Éste sería:

Una imagen no real sobre nosotros mismos, en una dinámica de no satisfacción de necesidades reales, desde la teoría gestáltica, o bien la dicotomía o comunión del self verdadero y el falso self, en términos psicoanalíticos.

En este caso, el objetivo principal de la intervención con mujeres maltratadas consiste en trabajar su identidad, ser genuino o self, a través de un dispositivo que permita la detección, afloramiento y reconocimiento de sus propias necesidades, así como el manejo de sus emociones y su autorregulación:

Paralelamente, se abordará la detección y disminución de su alto grado de dependencia, característica principal en sus relaciones socio-afectivas.

Si bien el autoconcepto se construye a partir de lo que vivimos para con el entorno, ello incluye los vínculos afectivos que experimentamos. El modelo de vinculación interiorizada está estrechamente relacionada con la construcción de nuestra propia identidad. Por ello, en Arteterapia, algo fundamental para el trabajo con la persona es *la vinculación*.

4.4. EL VÍNCULO EN ARTETERAPIA

En las corrientes anteriores del campo de la psicología, concretamente, de la terapia, detectamos dos aspectos fundamentales coincidentes: verdadero y falso self o ser genuino, y vinculación con uno mismo-a y el entorno.

La construcción de lo que somos, es algo paralelo a la vinculación con el entorno. En este apartado, se pone de manifiesto cómo la vinculación en el contexto arteterapéutico, hace posible el cambio y/o la reconversión en el modelo relacional interiorizado por la persona, no saludable, y a su vez, el cambio en su propia estructura interna.

Si partimos de la afirmación de que toda terapia se dirige a producir una mejora psicosocial en el individuo, incidiendo en su conciencia para transformar su funcionamiento, es el arte un espacio que nos permite resignificar nuestra estructura interna, así como dotar de sentido el mundo externo (Arias y Vargas, 2003).

Pintar, crear, contactar con los materiales artísticos a través de la creación, supone un encuentro con la realidad de la persona, en búsqueda de respuestas y caminos, que es posible dotar de sentido a través del acompañamiento procesual por parte del terapeuta.

La arteterapia enfatiza el proceso creativo, en el que la persona se encontrará con sus propios límites, capacidades, zonas de bloqueo relacionadas con etapas vitales anteriores, sus miedos, resistencias, vulnerabilidad, así como su potencial y recursos

de empoderamiento que pueden empezar a ponerse en marcha (López-Fernández y Martínez, 2006).

A diferencia de otras terapias verbales, la arteterapia contiene el fenómeno de la triangulación. Desde la triangulación, *obra, sujeto y arteterapeuta*, es posible una comunicación entre las tres partes, aumentando las posibilidades de imaginación, juego y vinculación.

El vínculo sería la unión o atadura de una persona o cosa con otra cosa. En este caso, una ligadura emocional que establece características del mundo mental.

En nuestra estructura psíquica existen tres tipos de vinculación:

A) *Intrasubjetiva o intrapsíquica* (Con uno mismo, ligaduras estables, dispuestas a perpetuarse o a modificarse).

B) *Intersubjetiva, interpersonal* (Presencia de ligaduras estables entre dos objetos). Vínculos familiares, de pareja, de hermanos. Vínculo terapéutico.

El vínculo terapéutico, por tanto, corresponde a la ligadura afectivo-emocional producida entre sujeto y terapeuta.

C) *Transubjetiva (Ligados a la ideología, política, religión y ética)*.

Como seres humanos, somos la especie que cuenta con mayor falta de evolución al nacer. Somos la que más tarda en generar independencia en términos evolutivos. La propia estructura de nuestra especie nos sitúa en que otro nos acogerá. Esto, podemos decir que deriva en:

a) *Grado de vulnerabilidad*. Depende de quién nos acoge en nuestra primera etapa del desarrollo tendremos una estructura más o menos sólida.

B) *Capacidad, potencialidad*. Si somos acogidos, confiamos en el otro, en el mundo.

En el ámbito terapéutico, antes de ningún objetivo a desarrollar, es esencial capacitar para vincular. En el caso de estas mujeres, las mismas cuentan con historias previas que les han impedido la vinculación, o si ésta ha existido, han desarrollado vínculos no sanos, por lo que previsiblemente tendrán más dificultades para establecer los vínculos necesarios para desarrollar el trabajo arteterapéutico. Si esto es así, el objetivo terapéutico irá hacia ese mismo fin de restablecimiento vincular.

A través de la vinculación terapéutica es posible el trabajo posterior de los distintos aspectos estructurales de la persona. Se trata de trabajar con la vinculación de la mujer, reposicionando a la misma, de forma que ésta recupere y active su potencialidad y capacidad de adaptación a la sociedad, trabajando desde el lado positivo. Dependiendo de cómo se hayan establecido los vínculos a lo largo de la vida, el autoconcepto se conformará de una manera más o menos dependiente, más o menos sana, o más o menos sólida.

También Winnicott nos habla de la vinculación terapéutica, como “segunda oportunidad”, como posibilidad de que la persona aprenda a intercambiar afectivamente en una posición sana, diferente, que le permita reconstruir así su construcción afectiva del sujeto.

La vinculación, en Arteterapia, es esencial para el trabajo de la identidad y reconstrucción de zonas quebradas. Además, sin vinculación no hay posibilidad de que pueda existir la confianza y la seguridad, aspectos necesarios para el trabajo terapéutico.

La conformación del vínculo es posible a través de dos formas: la vinculación con la figura de arteterapeuta y la vinculación con la obra. La vinculación con la obra es una posibilidad que la terapia del arte nos permite, por lo que es un recurso adicional con el que contamos, a diferencia de lo que sucede en otras terapias. En algunos casos, el sujeto no vincula con el terapeuta, pero sí lo hace con la obra. A partir de ahí, las posibilidades de trabajo son infinitas.

El acontecer en esa creación del vínculo puede tener muchas vertientes. Lo que permitirá el desarrollo real de dicho vínculo será la confianza. Desde el comienzo de las sesiones con estas mujeres, la creación de la confianza será sido el objetivo primordial, para trabajar todo lo demás.

La persona, a nivel consciente o inconsciente, tratará de ver si el adulto es confiable o no; si es o no contenedor. Entonces, se producirá un juego transferencial, en el que el sujeto depositará en el paciente aspectos que tienen que ver con otro vínculo, que ya está interiorizado; es decir, se produce el desplazamiento de viejos sentimientos, quedando actualizados con el terapeuta. Esos sentimientos dirigidos hacia la figura del terapeuta son transferidos de relaciones anteriores. Los mismos serán reveladores en cuanto a cómo se colocan ellas, cuál es su posición. Ahí es dónde está el trabajo terapéutico.

El vínculo es sinónimo de afecto. Pensamos siempre que el vínculo tiene que ser positivo. Sin embargo, el afecto contempla dos posibilidades: amor y odio. El odio también es vincular. Por lo tanto, en el contexto terapéutico, la expresión del odio por parte del paciente o sujeto, será objeto también de trabajo, y será una demostración de que el vínculo sí existe, existe a través del sentimiento del odio. La persona busca atención, sea positiva o negativa esa atención. La atención y el afecto del otro son básicos para nuestra supervivencia como seres humanos.

El trabajo aquí será reconducir eso hacia una vinculación positiva, algo que, seguramente, estas personas no experimentaron en las relaciones cruciales para su desarrollo. El arteterapeuta tratará de abrir la puerta hacia otro modelo referente-relacional, en este caso, un modelo donde ellas no se sitúen en una posición dependiente.

El vínculo es algo vivo, algo orgánico. Entra en responsabilidad del terapeuta la construcción del vínculo terapéutico, vínculo que permitirá a la mujer una posición diferente a la desarrollada en los vínculos primarios que tuvo, de manera que el terapeuta hará de espejo continuamente, detectando las zonas internas de bloqueo y malestar, abriendo puertas a otro modelo relacional sano y potente. Se trataría de mejorar la nueva la capacidad relacional de la persona a través de una nueva oportunidad, emergente en el taller de arteterapia.

Capacitar a la persona para vincular es resignificar, reelaborar y reconducir su capacidad de vinculación, que de alguna manera se ha dañado, atrofiado o impedido, por sus historias previas vitales, tomando determinada posición, y consolidándose de determinada manera su autoconcepto, o lo que en términos psicoanalíticos llamaríamos self verdadero.

En el trabajo terapéutico, por tanto, se concede un valor y un espacio fundamental a ese vínculo, que se transformará a lo largo del proceso. Se trata por tanto de:

- Resignificar
- Reelaborar
- Reconstruir
- Reconducir

Esa vinculación, con, inter, entre, tomando como objetivo final conseguir la autonomía, independiencia y autoresponsabilidad de la persona, es otro de los objetivos fundamentales del trabajo arteterapéutico. Según Cury, lo deseable es ir de forma

progresiva, de mayor a menor dependencia de la figura terapéutica, de menor a mayor apertura (2013).

Será en el marco terapéutico donde pueda surgir una “nueva oportunidad” de reparación de carencias, un cambio en el modelo de relación anterior, un reposicionamiento en el intercambio afectivo, una reestructuración del autoconcepto, la exploración y atención a las necesidades propias, y la detección de zonas bloqueantes, para dar paso a la potenciación de la persona, en un encuentro consigo misma, poniendo en marcha sus recursos.

Esto está en relación estrecha con la psicología positiva, de Martin Seligman ,que como rama actual de la psicología, parte desde un prisma salutogénico, pone el énfasis en el potencial humano, cualidades y emociones positivas de la persona, en términos de creatividad, inteligencia emocional, autoapoyo, autoconocimiento, sabiduría y resiliencia (capacidad para sobreponerse al dolor emocional y situaciones traumáticas), entre otros aspectos positivos. Por tanto, dicha corriente, paralela a la Gestáltica a nivel terapéutico, refuerza la potencialidad humana como punto de partida, para el posterior trabajo del cambio en el camino del bienestar y la autorrealización.

5. METODOLOGÍA

Este estudio tiene como objetivo acercarnos a una determinada realidad, profundizar en ella y analizar qué se produce en la misma, de manera exhaustiva. En este caso, la realidad estudiada corresponde a mujeres en situación de maltrato que experimentan talleres de arteterapia. El objetivo de la investigación, consiste en, ver cómo en ellas se producen una serie de cambios observables, relativos a su autoconcepto y /o identidad, a través de la recogida de información, durante el proceso, por parte del investigador terapeuta.

El enfoque del que se parte en dicho estudio, corresponde al paradigma *fenomenológico-hermenéutico*. Este paradigma destaca como una metodología de corte cualitativo, comprendiendo de manera profunda los fenómenos sociales a través de los correspondientes métodos cualitativos. En esta investigación en concreto, el método corresponde a un estudio de casos o multicaseos, que más adelante analizaremos.

En las investigaciones cualitativas, a diferencia de la búsqueda de datos objetivos y generalizables, propios del paradigma de investigación positivista, existe un especial interés por las creencias, intenciones, motivaciones y otras características de los usuarios de la experiencia a investigar, tomados también como únicos, con sus respectivas cualidades. Ese por tanto, es el núcleo sobre el que se desarrolla este estudio; conocer las subjetividades y el proceso de las participantes, en este caso, tres mujeres en situación de maltrato.

El método cualitativo se orienta a comprender en profundidad los fenómenos educativos y sociales, para poder transformar así la realidad que se estudia, descubriendo después la estructura de conocimientos de forma organizada y formando así una teoría.

Precisamente en esta investigación, se crea una estructura de conocimientos que surge a partir de la observación de aspectos emergentes del autoconcepto, como estructura que contiene otros distintos aspectos que también se exploran.

Más que hablar de la utilización de un método concreto (existiendo diversos, o fórmulas), hablamos de un camino común de ideas, conocimientos y percepciones de pensadores sobre cómo acercarnos a una realidad y entenderla, además de modificar aquello que se ha comprendido. Primero se comprende y se profundiza sobre una realidad, después se transforma la misma. Se construye así la teoría a través de la experiencia, y no al contrario. Este proceso corresponde a la Teoría Emergente de los Datos, que como la misma indica en su nombre, se fundamenta la propia práctica con una teoría a partir de la misma.

En concreto, este trabajo de investigación, consiste en describir, cómo es el autoconcepto en las mujeres en situación de maltrato, cómo se ha reflejado en los procesos artísticos y de qué manera ha sido trabajado y reforzado el mismo a través de la arteterapia, observando en cada caso las particularidades emergentes, relacionadas con el reconocimiento y manejo de emociones, la capacidad de autoexpresión y comunicación, y el aumento de su seguridad en el proceso creador de la obra. El estudio será realizado por la figura del investigador-arteterapeuta, a través de la observación, intervención y acompañamiento del proceso.

5.1 EL ESTUDIO DE CASOS

El estudio de casos es un método pertinente al enfoque cualitativo, como hemos dicho anteriormente. Es propio de las ciencias sociales, cuyos métodos de investigación se basan en la subjetividad y particularidad de fenómenos humanos y sociales, valga la redundancia.

Esta técnica de investigación tiene, por así decirlo, su origen, en la universidad de Harvard como técnica de aprendizaje en los estudiantes de derecho, en 1904. Los mismos, a partir del estudio de una serie de casos reales y concretos de personas, estudiando de cerca la subjetividad de cada caso podían emitir juicios y valores ya fundamentados sobre las leyes, o teorías previas orientativas (Servicio de Innovación Educativa *UPM*, 2008).

Autores como Herbert, Max, Spencer, entre otros, han utilizado el mismo método en la historia de la investigación científica, dentro del campo de la sociología, estudiando así las particularidades de distintos fenómenos sociológicos. Su uso destaca sobre todo en la investigación educativa, cuyo pionero es Robert Stake, y donde actualmente se realizan continuas investigaciones para reestablecer y ampliar las teorías de la educación.

El estudio de uno o varios casos en investigación consiste en un proceso de indagación y profundización, caracterizado por el examen sistemático y en profundidad de casos o unidades concretas de una realidad. La unidad puede corresponderse con un sujeto o con un grupo de sujetos, pero al fin y al cabo, resulta ser una unidad la del proceso de estudio.

El cómo y el por qué son las preguntas de base del estudio de casos, cuando el investigador tiene poco control sobre lo que acontece, siendo su principal objetivo la comprensión, profundización y conocimiento de una realidad concreta.

Podemos hablar de distintos tipos o categorías, según el objetivo de la investigación. Son los siguientes:

- Crónico: consiste en desarrollar un registro de los hechos relacionados con el fenómeno estudiado en el mismo orden que se han producido.
- Descriptivo: la investigación detalla el fenómeno del estudio.
- Pedagógico: se centra en el ámbito educativo. Su principal representante Stake.

- Para contrastar una teoría: se contrasta las proposiciones de una teoría con los datos que emergen del estudio de caso.

En el caso de esta investigación, hablaríamos de un estudio de casos de tipo descriptivo, ya que el investigado-a detalla lo ocurrido de forma detallada durante un proceso.

El estudio de uno o varios casos, requiere prestar especial atención a la unidad específica de análisis, acontecimiento o micro realidad. Una realidad más amplia sería menos factible, ya que contaríamos con datos menos rigurosos o detallados. Implica un análisis y observación completa de una faceta, una cuestión o un acontecimiento. Nos basamos por tanto en el proceso, de manera sistemática y profunda. Los investigadores y los investigados participan de forma activa y conjunta, captando y reflejando los elementos que dan significado a una situación.

Como se ha dicho anteriormente, esta investigación es un estudio de tres casos. Se llamaría también multicaseos. El hecho de trabajar con casos múltiples refuerza la posibilidad de contraste entre la distinta información rescatada (comparación por semejanzas y/ o por diferencias).

El estudio de casos desarrollado en esta investigación corresponde a tres mujeres, concretamente, que se encuentran en situación de maltrato y experimentan talleres de arteterapia. En cada una de ellas, será un caso a estudiar, del que surgirá determinada información durante el proceso de investigación. Cada caso será analizado y estudiado en profundidad. Será expuesta la información emergente, con matices diferentes cada caso, y será también evidenciado todo aquello que persiste en común en las tres participantes, a modo de conclusión.

A través de este método, se produce un encuentro entre el marco teórico del que el investigador- arteterapeuta parte y la propia práctica. Admite un análisis exhaustivo y cercano del proceso de intervención, por lo que el papel del investigador-arteterapeuta es realmente activo, siendo también participante. Fomenta también el desarrollo del juicio crítico, a través de las reflexiones continuas por parte del investigador durante el proceso de recogida de información.

5.1.1 Instrumentos para la recogida de datos

Para analizar y comprender en profundidad esos fenómenos, utilizaremos una serie de instrumentos, propios de la metodología cualitativa: diario de campo y entrevistas a las usuarias y al equipo de trabajo del piso tutelado.

-DIARIO DE CAMPO

En el diario de campo se muestra de forma concreta y detallada por el investigador-arteterapeuta lo ocurrido en cada sesión de arteterapia. Dicho diario, contiene la descripción detallada de lo acontecido, con las reflexiones pertinentes sobre los acontecimientos que observa de manera directa. A través de este instrumento, se registrarán una serie de hechos, ocurridos en el taller de arteterapia, que serán interpretados más adelante, permitiéndonos un análisis detallado (ver anexo 1, p.57).

-DOCUMENTACIÓN FOTOGRÁFICA

Las obras resultantes de cada sesión, se han registrado con un soporte audiovisual para almacenar el archivo plástico, el cual se complementa con el diario de campo (consultar anexo 2, p. 92).

-ENTREVISTA

Las entrevistas, de tipo semi-estructurado, han sido realizadas de forma individual a dos de las mujeres partícipes en la investigación (debido a la salida anticipada de una de ellas), y de forma colectiva, al equipo que conforma el piso tutelado, compuesto por tres educadoras sociales y una psicóloga.

En las mismas, se realizarán una serie de preguntas pertinentes a la aplicación de la arteterapia y a los posibles cambios apreciables en las mujeres a lo largo de este proceso.

Dichas entrevistas poseerán un carácter semi-estructurado, ya que existirá un guión como base, pero también la opción de que los entrevistados expresen su opinión personal, fruto de su reflexión (ver anexo 3, p.98).

5.2. ÁMBITO DE ESTUDIO

La realidad que investigamos, corresponde a tres mujeres que se encuentran en situación de maltrato, dos de ellas, de origen marroquí, cuya estancia en España supera los cinco años, y la tercera, de nacionalidad española.

Las tres son residentes en un piso tutelado de la localidad de Madrid: Alcalá de Henares. El piso tutelado pertinente a la Concejalía de la Mujer. Su estancia, que supone el último paso, en términos acogida institucional, por la Comunidad De Madrid,

en este caso. Ello supone la fase final para su autonomía e independencia en la vida social, económica y emocional.

La línea de trabajo seguida por el equipo del piso tutelado es multidisciplinar, y contiene el desarrollo de la subjetividad, el desarrollo del potencial, de la responsabilidad de la persona en su proceso, la puesta en marcha de sus recursos, el trabajo de su autonomía, la consolidación de su autoestima y la reparación de sus daños estructurales. En la misma línea de actuación, se sitúa el trabajo arteterapéutico desarrollado, actuando como motor de recomposición, reestructuración y reconstrucción de la identidad de las mujeres.

En el caso de mi experiencia en prácticas, durante todo el proceso terapéutico, ha sido trabajado su autoconcepto y los diferentes aspectos de éste de forma transversal en cada una de las distintas sesiones.

El dispositivo de arteterapia, que se ha puesto en marcha, consiste en un espacio de escucha activa, expresión, creación, diálogo, intercambio, guía, comprensión, búsqueda de nuevos puntos de mira y ofrecimiento de un nuevo modelo referente vincular, en lo que se refiere a sí mismas, al entorno y al ámbito interpersonal. Siguiendo la línea de López-Fernández y Martínez, el objetivo es que, por sí mismas, comiencen a detectar una nueva relación consigo mismas y con la vida (2006).

La descripción del proceso de los distintos casos, tres concretamente, es una muestra del trabajo realizado y todo lo que el mismo ha supuesto en cada una de ellas.

Teniendo en cuenta el factor temporal, tiempo de cinco meses el dispositivo arteterapéutico resulta limitado a la hora de producir cambios realmente sustanciosos y extrapolables a su vida cotidiana. No obstante, un análisis de las sesiones, podrá acercarnos a ver cómo efectivamente ocurre la posibilidad del cambio, rescatándose aspectos significativos, que emergen en cada una de ellas, a través de un proceso de escucha, exploración emocional, creación, verbalización y movilización mental.

Cabe mencionar que en el piso tutelado, no existe ningún proyecto de arteterapia desarrollado hasta el momento, aunque es el segundo año que reciben una alumna en prácticas de arteterapia, a través de un acuerdo del Ayuntamiento de la localidad. Sin embargo, no todavía no poseen una programación permanente (el taller finaliza con la finalización de las prácticas, por lo que yo he sido la única persona implicada en la investigación, de manera directa, junto con las mujeres).

Sí existe un equipo multidisciplinar, formado por una psicóloga y tres educadoras sociales, con las que ha habido una comunicación semanal, continua y exhaustiva durante los cinco meses de intervención, sobre los aspectos más importantes y emergentes de cada una de ellas, respecto a sus circunstancias, su estado, situación y actitud, lo que ha permitido la utilización de información adicional, que se traducía después en las sesiones realizadas.

Durante el proceso de intervención, ha existido flexibilidad de horario, habiendo modificaciones continuas en cuanto al día y el horario, debido a cambios semanales en sus horarios y a sus posibilidades de asistencia, por lo que cada lunes se confirmaba el día concreto. No obstante, no por ello se alteró la estabilidad o el compromiso por parte de las participantes.

6. DESARROLLO DEL ESTUDIO

Para realizar un análisis adecuado, realizamos una pequeña exposición sobre el contexto, y posteriormente, dividimos el taller de arteterapia en una serie de fases, consecutivas en la actuación:

6.1 SETTING, MARCO O ENCUADRE DE ARTETERAPIA

El encuadre se refiere a una serie de condiciones prácticas que deben cumplirse para garantizar un ambiente de seguridad, confianza y concentración en las sesiones, lo que a su vez permitirá el proceso terapéutico. Existen dos tipos de encuadre: interno y externo.

En primer lugar, es importante el compromiso de asistencia por parte de los usuarios, en este caso, las mujeres. El dispositivo que se pondrá en marcha será grupal (descrito a continuación), con las tres mujeres componentes. Esto correspondería al *encuadre externo*. Por otro lado, es pertinente fijar el día y duración de las sesiones, a nivel temporal, así como el espacio regular de permanencia.

En este caso, el espacio será uno de los dos pisos tutelados, en el que vive E, en la zona del salón, ya que es un piso que cuenta con mayor tranquilidad por no haber hijos pequeños en el lugar.

Las sesiones, en acuerdo con ellas, quedarán más o menos establecidas el día de los miércoles, de 18:00h a 20:00-h, siendo modificables al día del jueves y a otra hora posible, si surge alguna circunstancia de incompatibilidad en alguna de ellas. Es un marco de base, pero flexible.

El *encuadre o marco interno*, tiene que ver con las condiciones internas pactadas, a decidir entre el terapeuta y los sujetos, como indispensables para que el proceso terapéutico sea posible. Entran en juego la confidencialidad por parte del terapeuta hacia el paciente, y por parte de las personas también implicadas en el proceso, asegurando y realizando un pacto de que lo que allí suceda no será transferido fuera.

6.1.1 Características del trabajo grupal

El trabajo grupal, es una de las características esenciales de este proceso terapéutico en concreto. Forma parte del encuadre, en este caso, externo. Que el dispositivo sea grupal o individual en arteterapia, va a permitir un tipo u otro de trabajo y proceso. Así, se hace pertinente hacer explícitas las ventajas que el marco grupal permite en estas mujeres.

En estos talleres, el dispositivo grupal ofrece un contexto idóneo para poner en marcha determinados roles y posiciones compartidas, así como la identificación personal con las demás componentes del grupo en procesos emocionales y vivenciales. En el caso de estas mujeres, el hecho de sentir un espacio de seguridad donde *se proyectan con libertad* se produce también por el fenómeno de ser compartido entre ellas. Las mismas, presentan dificultad a la hora del trabajo emocional e interno, por ello, el formar parte de un todo, que también tiene su propio latido, les hace sentir más seguras y con cierta predisposición.

Todo lo que se hace por uno mismo-a, puede adquirir un significado diferente al hacerse ante los demás. La proyección de uno mismo se hace visible y explícita. En este caso, tres mujeres en situación de maltrato de género, comparten un espacio donde pueden ser escuchadas, desarrollando también su capacidad de escucha, mostrándose y dándose a conocer, a la vez que amplían lo que saben de la otra. Se sienten acompañadas en las emociones más difíciles, para poder acercarse a sus propias dificultades y a las de los demás, desarrollando también su capacidad de empatía.

Es también una gran oportunidad para que cada una de ellas, *in situ*, ponga en marcha mecanismos y habilidades de comunicación y relación nuevas, evolucionando así sus capacidades de relación grupal. Además, se produce el fenómeno de espejo, cuando

en una de ellas emergen aspectos identificables con la otra, convirtiéndose los mismos en elementos terapéuticos para el resto.

Así, el trabajo emocional se hace realmente significativo, en cuanto a que continuamente se produce una identificación con la otra, que también experimenta una situación paralela, vital y circunstancialmente hablando, incidiendo en el proceso nuclear de la autorregulación.

Por último, el material plástico y las obras producidas, se convierten en un lenguaje compartido que vuelve a dar sentido a dicho espacio. Dicho lenguaje simbólico, a su vez, también supone un acercamiento a las emociones a través de la metáfora, además de una variedad de pensamientos compartidos emergentes de las mismas, conductas, propuestas, reacciones que se cuestionan y analizan, haciendo resonancia continua con la conducta propia.

6. 2. FASES DE ACTUACIÓN

En este epígrafe, aparecen dos períodos de trabajo que corresponden de forma progresiva al trabajo emocional, mental y artístico, extraídos del diario de campo, utilizado por el investigador-terapeuta, con argumentos teóricos pertinentes al marco de referencia del estudio.

Lo que en un primer momento ha sido un trabajo exploratorio, de acercamiento y de creación vincular, ha ido evolucionando en aspectos claves, que se suponían centrales en cada una de ellas, haciéndose cada vez más conscientes de ellos y siendo emergentes durante todo el proceso como elementos estructurales.

6.2.1 Fase de exploración y de creación del vínculo terapéutico (enero-febrero)

Período comprendido entre el mes de enero y finales de febrero. En este tiempo, existe una intervención fundamentalmente dirigida a la creación del vínculo terapéutico y la exploración emocional. Se procede también a la observación y acompañamiento de las mismas en aspectos claves de su autoconcepto, autoexpresión, reconocimiento y manejo de sus emociones.

La apertura del proceso se crea a partir del primer taller, el que se desarrolla en totalidad para percibir los aspectos emergentes más relevantes.

Según las autoras, López-Fernández y Martínez (2006), las creaciones visuales y sus expresiones verbales corresponden a fragmentos de su vida. Escuchar lo que surge y

se enuncia a través de un acompañamiento emocional es función terapéutica, tomando las obras como grandes elementos de información, realizando una intervención de devolución, en búsqueda de la auto-observación, desde un nivel progresivo de más a menos consciente de su estructura psíquica. A partir de ello, comienza, por tanto, su historia, que tendrá un lugar en este espacio.

El primer día de taller es fundamental como apertura, encuentro, diálogo, ubicación y exploración del proceso. Este, además de ser exploratorio, es un encuentro esencial, en el que se crea un pacto con las condiciones necesarias para que la intervención comience. Se abre paso a una comunicación primera, en la que se esclarecen qué expectativas tiene cada una, qué esperan de mí, de sí mismas, cómo se relacionan hasta ahora con el arte y cómo se sienten, siendo sus respuestas información relevante para el comienzo. Por todo ello, la descripción de este primer encuentro será descrita detalladamente.

El comienzo se realiza en el suelo. La energía del espacio que creamos es fundamental para sentir un espacio acogedor y en el que ocurren nuestras emociones. El suelo de del piso es un suelo de madera, cómodo, que invita a tomar contacto con él. Es un lugar adecuado para convertirse en un espacio con grandes oportunidades de creación. Permite mayor expansión y expresión corporal, así como un contacto directo con la superficie que pisamos; amplia e infinita. Una primera reflexión sobre dicho espacio es importante y contenido del proceso. En este caso, su percepción y comunicación con la comodidad, el confort, se ponen de manifiesto. Aunque reconocen que sí son importantes esas características, se muestran un tanto tímidas y prudentes a la hora de expresarlo.

La idea de crear un círculo también forma parte de ese acondicionamiento espacial, eliminando cualquier aspecto que suponga una barrera entre las usuarias y la terapeuta, para que sea un espacio acogedor e íntimo. El dispositivo circular es el comienzo de la comunicación que, circularmente, valga la redundancia, ocurrirá a partir de ahora.

Es sumamente importante una primera comunicación en la que se plantee de forma dialógica el objetivo de la intervención. En este primer encuentro, se pone de manifiesto la importancia de pactar el espacio físico como habitual, la forma de trabajo de las sesiones, la importancia de su compromiso, las expectativas que puedan tener de dicho taller, así como la importancia de la confidencialidad, seguridad del espacio, valor del lenguaje artístico, y valor de su confianza. A partir de este comienzo, las expectativas de las mujeres son las siguientes:

En primer lugar, afirman que *nunca antes se han comunicado a través del lenguaje plástico*. Para ellas, la arteterapia es algo completamente desconocido.

Se muestran sorprendidas, prudentes, a la espera, y depositan en mí la confianza en cuanto a que les serviré de ayuda durante su estancia en el piso. La idea de que esto “les vendrá bien” es la idea general de la que parten. Es un punto de partida positivo, ya que si perciben que el taller puede ser beneficioso, esto supone ya una cierta predisposición positiva ante el proceso terapéutico y/o de exploración.

Hablamos de la comunicación a través de la palabra. La palabra es la herramienta con la que nos comunicamos interiormente, y con otros⁴. En ocasiones, la palabra no sirve.

En segundo lugar, hablamos del lenguaje plástico. Qué es para ellas el lenguaje artístico y si lo utilizan o no.

Las respuestas son:

-“Cuando era pequeña pintaba, y me gustaba pero no volví a hacerlo”

-“Me gustaría, pero no sé”

-“No tengo mucha habilidad para pintar o hacer algo manual, aunque me gusta bastante, pero creo que me sentiría ridícula”.

En este momento, es pertinente recoger su percepción en relación con el arte.

A partir de ahí se produce una devolución de preguntas, que tienen que ver con qué expectativas tienen del entorno y qué podría significar no saber pintar, dibujar, o hacer algo técnicamente.

Explico la importancia de que el arte sirva como medio de expresión y no como resultado, pero a su vez, es muy sugerente trabajar con los mensajes negativos interiorizados que tienen del arte, como algo de pauta cerrada, lo que lo convierte en anticreativo, todo lo contrario al objetivo de la arteterapia.

La propuesta consiste en comenzar el primer día hablando sobre una *cualidad*. Es importante saber su consciencia en cuanto a alguna cualidad de sí mismas. Qué identifican *a priori* de sí mismas. Es un primer paso para la exploración de su

⁴ En este caso, es importante saber que N y F, ambas de origen marroquí, a pesar de haber estudiado español, y de llevar años en España, tienen algunas dificultades a la hora de utilizar dicha lengua, sobre todo, a nivel expresivo. Algo importante a tener en cuenta en cuanto a las posibilidades que el lenguaje plástico universal permite, a diferencia del verbal.

autopercepción y autoconocimiento, y a partir de ahí, también será significativo ver cómo trasladan eso a una creación artística.

Tras depositar los materiales en el centro del círculo, se ha creado un espacio de silencio. El sostén de lo desconocido, la incertidumbre, la duda, la inseguridad y el desconcierto, aparecen en primer plano.

La relación con el espacio y tiempo de creación será de carácter progresivo. En las primeras sesiones habrá un mayor grado de directividad, en lo que a la posición terapéutica se refiere, en cuanto a que se intervenga y se den consignas de mayor a menor medida, algo que irá disminuyendo progresivamente. El hecho de que el espacio fuera de libre creación, sin ningún tipo de pautas ni tiempos, podría convertir el mismo en algo agresivo, y no confortable, ya que la comunicación directa con el vacío del silencio puede resultar violenta para ellas, con posibles consecuencias de que el mismo sea rechazado y no sirva para bajar, sino para aumentar sus zonas de defensa.

Se abre un canal para el silencio externo y el diálogo interno, en el que estarán a solas consigo mismas, algo que no sé si hasta ahora han podido experimentar o se han permitido.

El tiempo de identificar la cualidad fue extenso en las tres. En especial, F, tuvo dificultades para detectar dicha cualidad, alguna característica identificada por ella misma.

En la detección de un momento de dificultad, el hecho de realizar una intervención puntual puede ayudar a reconducir a la persona en la acción de un determinado objetivo. A partir de la proposición de alguna cualidad a modo de ejemplo, y enfatizando la importancia de la escucha de su propio interior, sin ningún objetivo externo, e invitándola a imaginar distintos momentos de sí misma, se produjo una movilización por su parte.

Se puso de relieve el sentido de la creación desde una emoción, el uso de los materiales como una forma de expresión y comunicación diferente, pero también necesaria e importante.

Las cualidades elegidas fueron: *Activa, Abierta y Alegre.*

Tras la creación de sus obras, y un diálogo verbal entre ellas, las palabras pronunciadas coincidentes en las tres mujeres, fueron las siguientes:

- *Alegría, tristeza, libertad, cadenas, “la vida es dura”.*

De alguna manera, existe ya una información muy significativa de qué percepción primera tienen sobre sí mismas y cuáles son algunas de sus creencias sobre la vida. Entramos en una primera apreciación en cuanto a la relación *transubjetiva* vincular en cada una de ellas, relacionada con las ligaduras estables en cuanto a creencias, ideologías, religión y ética (algo referente al plano cognitivo y no emocional).

En esta sesión han emergido componentes sobre su visión y modelo de vida, que corresponde a la doble vinculación anteriormente mencionada.

La vinculación intersubjetiva también se pone en marcha. La misma tiene que ver con la ligadura establecida con otra persona. Ahí es dónde entraría la vinculación terapéutica, que será la que abra el intersticio necesario para la exploración y revisión de las otras dos, que tanto están delimitando su campo vital, revisando si realmente les están sirviendo o anclando.

Las sesiones posteriores seguirían la línea de la exploración, detección de puntos claves y formación del vínculo terapéutico.

Concretamente, en las tres sesiones posteriores, se explora lo siguiente: el cuidado hacia una misma, la proyección de nuestro lugar ideal, a modo artístico de “El jardín de los sueños”, y el recuerdo, como actualización de una historia, explorando la posición de cada una de ellas, el posible anhelo y lo que surge en forma plástica, como necesidad emergente.

El trabajo con el nombre, como elemento esencial de nuestra identidad, genera un campo sugerente. A partir de ahí, se da paso a la posibilidad de realizar nuevas asociaciones, con lo que ello tiene que ver con nosotros mismos. *La caligrafía japonesa* y la plasmación del nombre a través del dibujo, la proyección de la libertad y el cuidado hacia una misma, a través de elegir, conscientemente cómo nos gustaría ser llamadas, qué cualidades visuales tiene ese “me gustaría”, y cómo experimentamos distintas emociones que tienen que ver con nosotros a través del trazo de algo que, hasta ahora, había sido automático. Desde la *creación caligráfica* se propone que identifiquen cómo y cuándo se sienten cuidadas.

La relación con el cuerpo también determina el autocuidado. Posteriormente, a través del contacto emocional, existe un espacio en el que expresan cómo se relacionan con su cuerpo en los distintos estados emocionales.

En lo relacionado con lo verbal, se expresan abiertamente sobre el cuidado hacia sí mismas. Lo relacionan con el amor de un hombre. La identificación con el cuidado la expresan a través de sentirse cuidadas y protegidas. Estas emociones son proporcionadas por alguien externo, en este caso la figura masculina. En ningún momento, identifican dichas virtudes como algo interno, o con capacidades que se encuentran en ellas mismas y pueden auto-proporcionarse.

Significativamente, en las tres, existe una relación para con otra persona en lo que tiene que ver con el cuidado de sí mismas. Por tanto, identifican que el cuidado con uno mismo es dependiente de un vínculo afectivo, es decir, ese cuidado proviene de alguien hacia ellas, en este caso, de la figura de un hombre.

En la proyección de un espacio seguro, en la propuesta simbólica de “El jardín de los sueños”, existe también una identificación de los elementos o bases que necesitan para sentirse bien. Mientras realizan la elaboración plástica, les invito a que incluyan, por sí mismas, a través de los materiales proporcionados, lo necesario para que su obra esté completa y les haga sentir bien, como espacio de confort, cuidado y proyección. De esta manera, se hace posible la asociación de crear o resolver plásticamente, con la de crear y resolver vitalmente, cada una en su vida.

Emergen progresivamente una serie de necesidades en cada una de ellas, que son reconocidas por sí mismas. Ello les permite experimentar una emoción de bienestar y seguridad, a la vez que supone la aparición de un escenario que puede ser trasladado a su vida real, poniendo a su disposición la posibilidad de que eso exista en sus vidas, si ponen en marcha determinados recursos, detectados como necesarios.

El recuerdo de ciertas escenas o situaciones relacionadas con alguna etapa anterior de su vida, especialmente la infancia, supone un análisis de momentos claves en la conformación de su identidad, en los que se conocerán elementos que se sitúan nucleares y periféricos, y emociones que oscilan entre la satisfacción y el malestar.

El recuerdo, utilizado en las primeras sesiones, supone, por tanto, un viaje a la infancia. Les permite la posibilidad de relación con su niña interior y el rescate y actualización de los grandes aspectos inherentes a ella, como la espontaneidad, la fluidez, la sinceridad, las emociones primarias y lo referente a sus necesidades profundas, siendo un paso para la actualización de las mismas.

El fenómeno de evitación y atasco en estas primeras tres sesiones, se produce cuando detectan una serie de emociones que tiene que ver con la infancia. El hecho de conectar con algo perdido, de alguna forma, significa comunicarse directamente

con la pérdida, con la parte de ellas que se encuentra desatendida y con lo que significaría recuperarla o volver a acceder a ella. La creación artística, en este caso, permite canalizar y dar lugar a la emoción emergente de ese atasco en el momento de la regresión. En ese momento, el espacio terapéutico actúa como sostén de ese viaje interior importante, con el riesgo propio de la movilización emocional intensa.

En las cuatro sesiones de exploración, además de lo analizado, se detectan los siguientes aspectos:

- Necesidad de aprobación en la figura del arteterapeuta
- Discurso verbal divagador, desordenado.
- Apoyo en la búsqueda racional de las experiencias y narración, evitando las emociones directas de éstas.
- Detección de diferencias individuales en la vinculación con el proceso creador, la figura arteterapeuta y con sus emociones.
- Expresión corporal limitada.
- Dificultad en la expresión del enfado y la disconformidad con algún aspecto.
- Vinculación transubjetiva, caracterizada por nociones de dificultad, peligro, lucha y supervivencia, en cuanto a la vida.
- Gran apego a creencias antiguas, aprehendidas a lo largo de su vida, en especial, de la familia origen.

6.2.2 Proceso creador y triangulación: obra, sujeto y terapeuta. Fase de profundización (febrero–mayo).

En esta fase, se trabaja sobre aspectos fundamentales y más nucleares del autoconcepto, se aumenta el tiempo de libre creación y proceso creador, *disminuyendo la directividad* o guía explícita del terapeuta de la consigna.

Se realiza un diálogo más extenso y una devolución, tanto verbal como artística, sobre la obra en sí misma, explorando y transformando la misma. El trabajo desde lo simbólico y lo artístico se hace más potente, algo que se manifiesta en las sesiones avanzadas a través de las verbalizaciones con la terapeuta, a través del aumento de formas y materiales abstractos en sus obras y a través de la relación directa con el espacio terapéutico y creador, lo que puede comprobarse a través de la lectura detallada del diario de campo de esta investigación descriptiva.

A su vez, a partir de estas sesiones, se introduce el lenguaje corporal, tomando contacto a través de él con el momento presente, e identificando en qué partes del mismo se sitúan determinadas emociones que también emergen.

A partir de ahora, se hace intensivo el proceso creador y lo que ello implica en cuanto a la comunicación con su mundo interno.

Comienzan a trabajarse aspectos que tienen que ver con su *capacidad de resolver*, bien situaciones, bien estados emocionales no agradables, que suponen un atasco o evitación en su conducta. Por ello, se hace más intenso el trabajo con la obra, en cuanto a que en la misma se plantea una escena simbólica que puede ser transformada.

La creación plástica nos permite la puesta en marcha de recursos de resolución que son trasladables a la vida cotidiana. De hecho, el trabajo del conflicto interno es el objetivo nuclear de la arteterapia, en un proceso de desnudez, entendida ésta como el proceso de quitar viejos nudos y liberar las emociones silenciadas y reprimidas, dando paso a una nueva reconstrucción, liberación y subsanación emocional.

En estas sesiones, primero se parte de la identificación de una emoción concreta, con el rescate de los detalles circunstanciales que ocurren en ella, para poder analizar la posición de cada una de ellas ante la escena. A continuación, se procede al espacio de la creación artística. En el momento de creación, se abre un espacio de significar, analizar y dar sentido y forma a las emociones internas que suponen conflicto. El mismo, plasmado en una imagen, permite el afloramiento de aspectos y elementos que representan algo que hasta ese momento no ha sido detectado desde la conciencia o identificación mental, y en la movilización artística se crea un nuevo espacio de detección y exploración.

A través de un diálogo triangular entre la obra, ellas y la terapeuta, se permiten distintas posiciones espaciales, se plantean posibilidades de cambio plástico en los elementos figurativos, además de un intercambio verbal-afectivo de detección y análisis de cuestiones que se movilizan en cada una de ellas.

Así, definimos este período como el período de “la creación sobre la creación”, como oportunidad de posibilitar que algo, que aparentemente es un producto acabado, sea susceptible de experimentar cualquier modificación. Se trata de motivar sobre esa posibilidad de creación propia y de personalización de la obra, obteniendo un resultado único que sólo ellas pueden crear. Ese material emergente se convierte, a su vez, en el centro del análisis y autoevaluación, empezando ya a asociar unas experiencias a otras y expresando un discurso sobre dichas emociones, ya identificadas.

Este fenómeno de transformación plástica ha caracterizado la segunda fase de la intervención, donde además de vincular más profundamente con la obra, también ha

aumentado la profundidad de vinculación con la terapeuta, dándose el fenómeno de la triangulación; obra, sujeto y terapeuta.

El conflicto, como aspecto esencial emergente, a nivel interno, y externo, se trata de forma directa. Es un elemento continuo en esta segunda fase. La aparición del conflicto aumenta, a medida que van sintiendo mayor confianza en las sesiones. El fenómeno del conflicto es confirmado por el equipo multidisciplinar en la relación de convivencia entre dos de ellas. Además, entre N y F existen diferencias importantes de interiorización, asimilación, aceptación y posicionamiento de la religión musulmana.

A lo largo del proceso, se ha visto cómo existen semejanzas en los tres casos, rasgos que presentan en común, como elementos a analizar en el estudio. Dichos elementos son: la fragmentación y deterioro de la autoestima, la vinculación afectiva desde la dependencia, la ausencia de autodeterminación, la necesidad complaciente y búsqueda de aprobación, la disociación emocional, el sentimiento de culpabilidad, la falta de claridad en sus objetivos vitales, cierta incoherencia en pensamiento y acción, y la concepción pesimista de la vida.

En la misma línea, se ha dado paso a la identificación de emociones en escenas concretas de su vida. La conciencia y el darse cuenta de su capacidad de relación con las emociones aumenta, tras experimentar en los talleres que toda creación tiene posibilidad de cambio, al igual que toda percepción concreta.

Es tiempo de hacer partícipe al cuerpo, y sentirlo, contextualizando lo que acontece en el momento presente. En las últimas sesiones, se ha aumentado la posibilidad de trabajo con el cuerpo, como resultado de la seguridad, confianza y libertad que han sentido en este proceso, y de alguna manera, ya han interiorizado.

En las últimas sesiones, su postura corporal ha cambiado de forma significativa. Aspectos como el estar descalzas, tumbarse, elegir el rincón de la sala que les inspiraba, así como el tarareo musical espontáneo, son elementos emergentes muy significativos sobre cómo este proceso les ha dotado de un lugar de autoexpresión, algo que posiblemente no han experimentado con anterioridad y es esencial para el comienzo de su autoafirmación. Así, cuerpo, creación plástica y análisis y autorregulación emocional, han caracterizado las últimas sesiones, donde, en un espacio seguro y confortable, se daba la posibilidad de que proyectaran sus emociones más profundas, relacionadas con su autoimagen, necesidades, inquietudes, emociones dolorosas, valoración subjetiva de su persona, y situaciones de resolución y resignificación de esas emociones paralizadoras, a su vez

relacionadas con creencias rígidas sobre aspectos de la vida, aprehendidas en una edad muy temprana.

A continuación se describe una sesión de esta segunda fase, a modo de ejemplo.

En una de las sesiones de esta fase, se plantea la visualización de un conflicto como elemento cotidiano, natural en la vida. Su sentido está relacionado con el manejo del mismo. El conflicto, por tanto, es la temática de trabajo.

Tras la toma de contacto corporal y con el momento presente, se les invita a conectar con una imagen de cualquier día de su vida cotidiana en la que haya algún tipo de conflicto con otra persona. A partir de ahí, identifican emociones, posición que toman, y qué recursos emplean a la hora abarcar la situación. Se les pide que identifiquen dicho conflicto en un lugar del cuerpo, cómo es su postura corporal y qué forma toma ese conflicto en el cuerpo.

Identifican el conflicto en el cuerpo y a partir de ahí comienzan su proceso creador. El mismo es de un tiempo mayor de silencio, casi absoluto, muy diferente a las primeras sesiones y, desde ese momento, entran en un profundo proceso de comunicación consigo mismas. Después de realizar la obra, se abre un espacio de compartir dicha creación, de forma voluntaria, como hasta ahora.

N expresa cómo su cansancio va desapareciendo a medida que va creando. La escena que propone tiene que ver con la situación de enfado. Realiza una obra y habla de algo que no es justo y que no puede demostrar porque alguien no se lo permite.

F expresa que para ella el conflicto está relacionado con algún daño que alguien puede hacerle. En esa situación se siente impotente, llena de rabia y con tristeza.

E toma la lana y comienza a hacer un nudo. Expresa que gran parte de su vida se caracteriza por la existencia de un nudo. Hablamos del nudo...

Después de realizar un intercambio verbal sobre la obra, sobre la emoción que expresa, las tres coinciden en el sentimiento de tristeza.

A partir de ahí se procede a la creación de la segunda obra. Desde el sentido simbólico-figurativo de la obra, vamos a realizar algún cambio en la imagen. Al principio sienten cierta desorientación sobre de qué manera puede realizarse la nueva consigna. Posteriormente comienzan a trazar otros elementos, puntos e intersticios en la obra que dan lugar al cambio.

Al final esta segunda fase de creación, propongo que titulen su obra. El resultado es el siguiente:

E: La luz, F: El jardín de la esperanza y N: La alegría

A continuación les pido si quieren compartir de alguna manera el proceso seguido en la segunda creación.

Comienzan a relacionar el mundo de posibilidades artísticas con el mundo de posibilidades reales, de su propia vida. En una verbalización compartida expresan sus dificultades, logros, y también atascos. Se escuchan con gran atención y se identifican con las emociones de la otra, aportando información muy lícita y consciente en ese momento.

Se procede a un diálogo intenso con la obra, y las emociones emergentes. Se pasa a concretar la diferencia entre la emoción anterior y la actual. Finalmente, aludiendo a la obra, identifican dónde han sentido mayor facilidad. En ese momento, las dos creaciones se sitúan a diferentes distancias, de forma que cada una de ellas pueda identificar las dos como propias, en distintos momentos emocionales. Se abre paso a un cierre lleno de expresión clara, directa y pausada sobre su proceso.

La lectura compartida de su obra y de su proceso creador y su disposición a la hora de hacerlo, muestran cómo ya, de alguna manera, se encuentran en un espacio de seguridad y confianza, donde son cómplices. A continuación, se detectan las emociones emergentes como dolorosas y comienza a actuarse sobre la obra.

Se realiza una devolución, insistiendo en los elementos significativos figurativos o abstractos que aparecen en cada una de las obras. En ese momento, dichos elementos entran en juego, por lo que se abre paso a la posibilidad de introducir o modificar aspectos que pueden formar parte de la obra a partir de ahora, de manera que su creación les produzca una sensación de bienestar.

6.3. Puntos claves de cada uno de los casos, explorados y trabajados durante las sesiones

6.3.1 Caso 1: N

N, de origen marroquí, tiene una edad de 25 años. Su momento vital corresponde con ser madre de dos hijos, de dos y cinco años de edad, que viven con ella.

Ha aprendido bastante bien el lenguaje español, debido a los cursos que realizó aquí desde su llegada y la vivencia en el nuevo país, aunque tiene algunas limitaciones, sobre todo en el ámbito de la expresión.

Asistió voluntariamente al taller de Arteterapia desde el principio, con una disposición clara y positiva.

N es una chica con cierta timidez, con gran amabilidad, y carácter pausado, complaciente y observadora.

Ha tenido dificultad en todo momento en el reconocimiento y contacto con su capacidad creativa, en la identificación y simbolización de emociones a través de lo plástico, así como en la detección de determinados hábitos, patrones, creencias y tendencias que se encuentran detrás de muchas zonas de malestar (esta también manifestada en el intercambio verbal).

Su papel en la familia de origen, se corresponde con la actitud servicial, obediente y de apoyo hacia las figuras paternas y los distintos hermanos-as. Ello no es verbalizado por ella, pero sí deducido por la terapeuta, tras los distintos diálogos desarrollados sobre sus recuerdos familiares en distintas escenas y la descripción actual que hace de ello. N se caracteriza por ser servicial, disciplinada, ordenada, fiel a todo tipo de normas externas, ya sean familiares, sociales o culturales. Mantiene con su familia un vínculo afectivo fuerte y de cierta dependencia.

Esa fidelidad a ese marco normativo-familiar y de origen, además de contribuir a su posición actual en la vinculación afectiva y en la interacción social, también se traduce en su rol de mujer, siendo el mismo ligado a la concepción de la mujer marroquí, (uso de Yihab, rituales y costumbres, otorgación de poder al hombre, y gran apego a la religión musulmana y a los usos tradicionales). Por cuestiones económicas y temporales, no puede ver a su familia con regularidad, algo que para ella es de vital importancia, sintiendo a menudo la sensación de soledad, culpabilidad y desprotección.

Se ha observado, durante las sesiones, un autoconcepto deteriorado, caracterizado por un sentimiento constante de inseguridad, falta de auto-apoyo y autovaloración, ausencia de detección y atención de sus propias necesidades, así como ausencia de

tiempo dedicado a las mismas (verbalizado por ella en las últimas sesiones), dedicando todo su tiempo y energía a sus hijos, como realidad vital de este momento.

Durante los meses de intervención, su expresión verbal ha sido muy explícita, en cuanto a que, a través de la palabra, ha comunicado continuamente su emoción presente, sus percepciones, y lo correspondiente a su mundo interno. Durante el proceso, ha depositado en el terapeuta, la terapeuta en este caso, un papel de escucha, atención, ayuda, protección y apoyo, algo estrechamente relacionado con lo que el vínculo afectivo y de confianza ha podido poner en marcha.

La proyección de sí misma ha sido posible en todo momento, a través de las devoluciones continuas que la terapeuta ha proporcionado, a través de la técnica de parafrasear, que realiza la función de espejo en el sujeto. Podemos, ver en las sesiones pertinentes del diario de campo, como N podía verbalizar, progresivamente todas y cada una de sus emociones, empezando a conectar con aspectos inconclusos en su vida, detectando que afectaban a su salud emocional actual, algo que también anuncia que el dispositivo de arteterapia corresponde a un lugar de seguridad, confianza y apoyo, donde N ha expresado su mundo emocional en todo momento.

En el lenguaje artístico-simbólico, N ha tenido una evolución distinta a la verbal. Su relación con materiales artísticos se produce por primera vez, desde su niñez, al comienzo de las sesiones de arteterapia. La mayoría de sus obras corresponden a creaciones figurativas concretas, paisajes naturales y a una búsqueda continua de la paz y la tranquilidad, algo que sólo consigue cuando se encuentra aislada del ritmo y las condiciones socio-vitales. Según avanzaba su proceso creador, N ha dado paso a una relación más estrecha con la obra, dando lugar, en las últimas sesiones, a creaciones de volumen plástico, con connotación abstracta y con una elaboración más potente. De alguna forma, el enriquecimiento de recursos plásticos ha puesto de manifiesto la movilización de sus propios recursos internos, originando un cambio sustancioso de su autoexpresión en los talleres.

Recurrir a la palabra, como zona de mayor seguridad, y a la explicación lógica, ha estado presente en todo el proceso terapéutico. A pesar de ello, ha habido en ella un cambio en la utilización de elementos abstractos, identificación de hábitos, identificación y regulación de sus emociones y aumento de su seguridad y confianza. Ello se ha materializado en un menor número de bloqueos o paralizaciones a la hora

de crear, recurriendo cada vez menos a la figura del terapeuta para obtener la aprobación de lo que crea por sí misma.

N, en todo momento, presenta dificultad a la hora de identificar cuáles de sus creencias sobre sí misma y sobre la vida pueden ser revisadas, al producir en ella un estancamiento en cuanto a hábitos, elecciones, decisiones y metas. Sus expectativas sobre la vida, corresponden a una estrategia de defensa y supervivencia permanentes, a través de las cuáles, se sitúa en una posición de vencer esos obstáculos, que siempre estarán presentes. Mantiene una fuerte credibilidad en “la bondad humana”, delegando su responsabilidad de vivir en lo que fuera acontezca, en lo que la vida puede ofrecerle y en lo que puede recibir como amor después del dolor. Ante ello, su postura se corresponde totalmente con la aceptación total y absoluta de todo lo que ocurre, siendo víctima de ello, quedando en una posición de resignación.

Por otro lado, decir que, en el avance de las sesiones, ha puesto de manifiesto su fuerza, capacidad de lucha, superación y poder, como medio de alcanzar cualquier meta que se proponga, a lo que el hecho de ser madre le acompaña profundamente.

En ocasiones tiene poca claridad en cuanto a sus metas a medio y largo plazo. Su discurso a veces también es desorganizado, y tiene una tendencia repetida a evadir sus emociones a través de una teorización sobre los valores que ella defiende.

Podemos decir que existe un apego y una identificación enorme con el marco de creencias vitales (vínculo intrasubjetivo), quedando sus emociones desatendidas y no identificadas por ella misma. En ello se ha incidido durante el proceso terapéutico, dando lugar a una confrontación consigo misma de los momentos evitativos de sus estados emocionales y necesidades.

Algunas de sus obras son las siguientes:



(Imágenes de la fase de exploración)



(Imágenes de la fase de creación y/ o profundización)

6.4.2 Caso 2: F

F también de origen marroquí, de 26 años de edad, presenta características personales muy diferentes a las de N, a pesar de compartir con ella las mismas raíces socio-familiares y culturales.

El lenguaje español es su herramienta principal de comunicación. Aunque también presenta limitaciones al respecto, ello no es una dificultad a la hora de experimentar los talleres.

A lo largo de las sesiones, ha habido aspectos emergentes en su funcionamiento. Es la participante que mayor dificultad presenta a la hora de relacionarse con sus propias emociones, reconocer las mismas y elaborar a partir de ellas.

A diferencia de N, F no sigue muchos de los hábitos tradicionales de su país de origen, como el uso del Yihab. En distintos temas, tienen una unión diferente con su país

origen. Su forma de vestir está totalmente occidentalizada, haciendo uso de prendas típicas de aquí.

La expresión de sus emociones a través del lenguaje artístico ha sido para ella un elemento clave. Durante los talleres, he observado cómo era la que con mayor facilidad seguía los impulsos propios y espontáneos de la creación, a través de creaciones abstractas y elaboradas. Si primeramente expresaba una actitud de cierta apatía, conforme avanzaba la sesión, tomaba el poder de su propia creación. A partir de entonces, su ánimo cambiaba notablemente, expresando tarareos musicales, ritmo corporal, relajación y serenidad (uno de sus hábitos principales ha sido el hecho de descalzarse una vez avanzada cada sesión). El arte se muestra aquí como canalizador de las emociones más viscerales. Para F, los materiales eran una oportunidad importante y real a la hora de dar rienda suelta a su expresión y emociones.

A la hora del intercambio verbal, o explicación verbal de la obra, F presentaba mayor dificultad. No obstante, la movilización y reconocimiento de emociones se ha producido en el transcurso del proceso terapéutico.

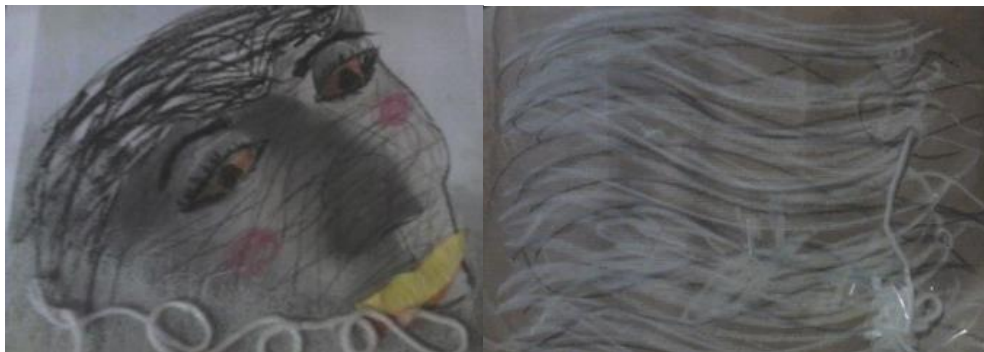
Los aspectos trabajados principalmente con F han sido: la autocontención, identificación y trabajo de emociones, la autoobservación, la autoexploración y la búsqueda de salidas creativas en emociones –agresivas-, destructivas y autodestructivas. Sobre estas últimas, existe información, por parte del equipo, que apunta a que estaban presentes en ella, de manera cotidiana.

Su posición en el vínculo terapéutico ha sido de apertura, autoexploración y disposición a la hora de la elaboración artística. También cercana, con expresión de gratitud.

Algunas de sus obras son las siguientes:



(Imágenes de la fase de exploración).



(Imágenes de la fase de creación y/o fase de profundización).

6.4.3 Caso 3: E

E es la tercera mujer usuaria de los talleres. Tiene una edad de 58 años.

E ha sido durante muchos años una mujer maltratada. El agresor principal es el padre de dos hijos mayores de edad. Después de él ha tenido más relaciones de maltrato, concretamente dos más, hasta que, tras una denuncia, fue destinada a un centro de emergencia.

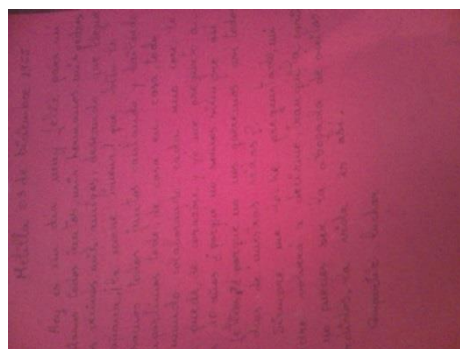
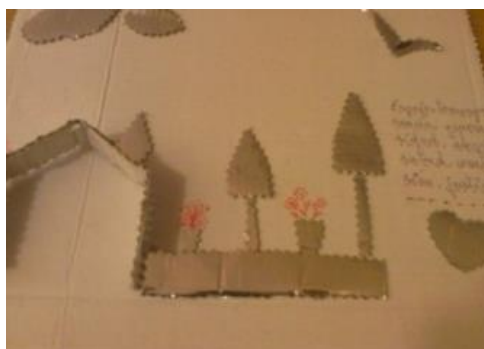
Su apertura, desde el principio, ha sido muy significativa. Sus emociones han sido verbalizadas desde el inicio de las sesiones, expresando, de manera manifiesta, una necesidad de vinculación afectiva y un deseo de ser escuchada. Así, E ha expresado en todo momento, y de manera pausada y reflexiva, sus emociones, así como muchas de sus dificultades y conflictos. Siempre ha tenido facilidad para expresarse desde el plano racional. En relación con el proceso artístico creativo, ha ido profundizando en él de manera progresiva.

Algunas de las características principales en ella son la complacencia, el hábito servicial y el rol de ayudar al otro. Las mismas que, tras las reuniones con el equipo del piso tutelado, se determina que forman parte de sus facetas diarias.

La relación con el lenguaje artístico ha ido en aumento, a lo largo del proceso, con una necesidad continua de sentirse apoyada y aprobada en lo que está realizando, partiendo de su falta de habilidad a la hora de elaborar. A pesar de ello, E ha ido aumentando su capacidad de decisión y seguridad, adquiriendo posibilidades artísticas realmente enriquecidas y añadiendo cada vez un mayor número de elementos, progresivamente más potentes, realizando una asociación significativa de las propias emociones, con reflexiones continuas y elaboraciones pertinentes.

E ha presentado gran claridad a la hora de analizar la situación actual en la que se encuentra, verbalizando la diferencia en cuanto a su posición en el pasado y reafirmando la importancia de su propio poder y autodeterminación, como esenciales para retomar su vida. Ha buscado en todo momento la necesidad de aprobación y la complacencia por parte de la arteterapeuta, por lo que se han trabajado aspectos como la independencia emocional, la expresión de su ira y enfado (algo no permitido por ella), el reconocimiento de su valía y la liberación de recuerdos dolorosos, relacionados con sus experiencias pasadas.

En las últimas sesiones, ha habido una focalización más profunda por parte de la terapeuta en lo relacionado con su necesidad de sentir apoyo explícito por parte de la otra persona. Sus reacciones se caracterizaban por la dificultad en el reconocimiento del hecho y por una nueva búsqueda de apoyo con dicho contenido. La confrontación ha sido la mayor herramienta utilizada para la detección de este importante punto estructural en ella. Algunas obras de E son las siguientes:



(Imágenes de la fase de exploración).



(Imágenes de la fase de creación y/o profundización).

7. CONCLUSIONES

En esta investigación, de estudio de tres casos concretos, de tipo descriptivo, se ha puesto de manifiesto qué ocurre, ante la aplicación de un dispositivo arteterapéutico (metodología), en tres mujeres que se encuentran en situación de maltrato, en términos de su autoconcepto, posibilitando a su vez una fundamentación teórica a través del arteterapia, que puede ser un camino muy enriquecedor en la intervención de este colectivo.

El estudio ha sido posible a través de la intervención de la arteterapeuta, quien ha analizado minuciosamente lo ocurrido en cada una de las sesiones a través de la anotación de un diario de campo. Resulta oportuno decir que el término autoconcepto, como núcleo de exploración en este estudio, no fue premeditado en el inicio de la investigación, sino que surgió a raíz de un análisis posterior sobre los elementos de distintas sesiones, así como de la evolución del proceso. El autoconcepto resultó la estructura o tronco a través del cual se unían los tejidos periféricos de trabajo, y, al final, se ha situado como el eje de mayor importancia y repercusión en la intervención.

Analizar cómo se comporta la arteterapia en estas mujeres, permite un descubrimiento y exploración de sus emociones, la identificación de zonas de malestar y recuerdos dolorosos, posibilitando la liberación de los mismos, desarrollando la imaginación y la creatividad, y la puesta en marcha de sus propios recursos en la línea de su capacidad de autorregulación emocional y su autodeterminación en términos de identidad.

El hecho de que la terapeuta fuera la propia investigadora, ha permitido el papel activo de la misma desde el comienzo hasta el final de la intervención. No obstante, conviene señalar que, la ausencia de un reconocimiento oficial hacia la figura del arteterapeuta crea una serie de limitaciones, como la carencia de un espacio específico para arteterapia, unos recursos suficientes y variados y el apoyo profesional en cada ámbito conectado con esta actividad. En este sentido, cabe decir que la implicación y colaboración del centro de prácticas ha sido innegable, lo que ha permitido el trabajo en todo momento, desde el comienzo hasta su fin. En este sentido, cabe decir que la implicación y colaboración del centro de prácticas, u organismo que hace posible dicho convenio, ha sido innegable, lo que ha permitido el buen desarrollo del trabajo en todo momento. Así, esta experiencia ha sido posible por el apoyo y confianza recibida por parte de las educadoras, y en especial de la psicóloga, que conforman dicho equipo. Con ellas he mantenido comunicación en todo momento y siempre me han dado libertad de actuación, acogiendo mis propuestas, agradeciendo y colaborando con el trabajo realizado por mi parte, el cual seguía la línea del proyecto general de actuación en el piso tutelado, haciéndose patente su sensibilidad hacia la arteterapia.

Sería un elemento de mejora la colaboración más continua por parte del equipo de intervención psicosocial, en un marco en el que pudiera existir un análisis concreto de cada mujer, e intervenciones sobre las mismas de manera continua, en términos psicosociales.

Como cuestionamiento crítico a la atención institucional que reciben las mujeres, decir que, son ellas, las que después de ser maltratadas, son privadas de un hábitat (su hábitat) normalizado, íntimo y autónomo, a diferencia de los maltratadores, quienes permanecen libres hasta las que las medidas judiciales se hacen efectivas, con numerosas irregularidades también en el proceso.

Sería realmente sugerente la intervención psicosocial dirigida al agresor, en términos de una reconstrucción de la estructura del mismo, de manera que pudiese brindarse a la mujer, en un ambiente normalizado de su vida, la atención comunitaria, personal y psicosocial que precisa, en un contexto cotidiano, evitando el aislamiento que el ingreso en los centros de emergencia y pisos tutelados supone. Además, contribuyendo a construir una sociedad más igualitaria y equilibrada en lo que la estructura y funcionalidad que conciernen los distintos sexos.

El taller arteterapéutico llevado a cabo ha supuesto un instrumento significativo para mejorar el autoconcepto. Ha permitido la autoexpresión, el aumento de la confianza, la

significación y movilización mental, la expansión en la relación vincular, un mayor manejo de las emociones y una conexión con el proceso creador, lo que se relaciona estrechamente con la mejora y la consolidación de la identidad y de la percepción (como cambio positivo) de las mujeres.

La elección del estudio de casos, nos permite comprender y acercarnos a cómo, desde el arteterapia, es posible trabajar aspectos esenciales, diferenciadores y comunes, así como estructurales, en mujeres víctimas de violencia de género.

Por último, decir que, la supervisión continua al arteterapeuta desde una figura externa sería un elemento de mejora significativa, en cuanto al análisis, detección, reajuste y evitación de la contratransferencia que el investigador puede experimentar, si no se sitúa con la distancia necesaria respecto a los sujetos en su papel terapéutico.

El arteterapia no es una única herramienta que permite la sanación y cambio en este caso, de las mujeres en situación de maltrato, pero sí es una vía realmente importante y potente para ello, ya que supone el abordaje de la salud físico-mental e integral de las mismas, permitiendo atención, escucha y elaboración a su dolor presente, situación de malestar y miedo, potenciando sus zonas de fortaleza y dotando a estas personas de un significativo empoderamiento vital y humano.

8. DOCUMENTACIÓN BIBLIOGRÁFICA

Allen, P. B. (1995). *Arte Terapia. Guía de descubrimiento a través del arte y la creatividad*. Barcelona: Gaia.

Arias, D. y Vargas, C. (2003). *La creación artística como terapia*, Barcelona: Integral.

Ayala, R. (2008). La metodología fenomenológico-hermenéutica de M. Van Manen en el campo de la investigación educativa. Posibilidades y primeras experiencias. *Revista de investigación educativa*, Vol.26, Num.2, 409-430.

Amezcuca, M. y Gálvez, A. (2002). Los modos de análisis en investigación cualitativa en salud: perspectiva crítica y reflexiones en voz alta. *Revista Española de Salud Pública*. Vol.76, Núm. 5, Madrid. Recuperado el 17 de Junio del 2013 de: http://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=s113557272002000500005&script=sci_arttext

Barber, V. (2005). *Explórate a través del arte. Guía práctica de terapia artística para favorecer tu crecimiento personal*. Móstoles: Gaia Ediciones.

Burns, R. B. (1990). *El Autoconcepto*. Bilbao: Ega.

Cury, M. (2013, febrero). *El vínculo en Arteterapia*. Ponencia presentada en la asignatura de Arteterapia Aplicada, Universidad Autónoma de Madrid, Madrid.

Delclaux, F. (1987). *El silencio creador*. Madrid: RIALP.

Fiorini, H. J. (1995). *El psiquismo creador*. Buenos Aires: Paidós

Greene, M. (2005). *Liberar la imaginación: Ensayos sobre educación y cambio social*. Barcelona: Graó.

López-Fernández, M. y Martínez, N. (2006). *Arteterapia. Conocimiento interior a través de la expresión artística*. Madrid: Ediciones Tutor.

Méndez, G. (2009). La fenomenología hermenéutica, una metodología integrada para el aprendizaje de lo real. *Revista Electrónica Gerencia de la Investigación*. Vol. 1. , s.p. Recuperado el 20 de junio de 2013, de <http://gerenciadelainvestigacion.jimdo.com/la-fenomenologia-hermeneutica-metodologia-integrada-para-el-abordaje-de-lo-real/>.

Naranjo, C. (1999). *Los eneatis en la vida, la psicoterapia y la literatura. Autoconocimiento transformador*. Barcelona: La llave.

Ojeda, M. (2012, mayo). *La identidad del Arteterapeuta*. Ponencia presentada en la asignatura de Arteterapia Aplicada, Universidad Autónoma de Madrid, Madrid.

Ojeda, M. y Serrano, A. (2008). Mujer y Arteterapia: una visión sobre la Violencia de Género. *Arteterapia: Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social*. Vol.3, 157-164. Recuperado el 5 de junio del 2013 de <http://revistas.ucm.es/edu/18866190/articulos/ARTE0808110157A.PDF>

Peñarrubia, F. (2012). *Terapia Gestalt: La vía del vacío fértil*. Madrid: Alianza Editorial.

Ramírez, I. y Herrera, F. (2002). El autoconcepto. *Psicología*, Vol.5, 187-204.

Rojas, L. (2009). *La autoestima: nuestra fuerza secreta*. Barcelona: Espasa.

Stevens, J. O. (1996). El darse cuenta: *sentir, imaginar, vivenciar*. Santiago de Chile: Cuatro Vientos Editorial.

Winnicott, D. (1948). Pediatría y psiquiatría, en *Obras completas de Winnicott*. Psikolibro, 1326-1339. Recuperado el día 13 de mayo del 2013 de: <http://es.scribd.com/doc/7123738/Winnicott-Donald-Obras-Completas>.

Winnicot, D. (1960). Deformaciones del ego en términos de un ser verdadero y falso, en *Obras completas de Winnicott*. Psikolibro, 534-554. Recuperado el 11 de mayo del 2013 de <http://es.scribd.com/doc/7123738/Winnicott-Donald-Obras-Completas>.

WEBGRAFÍA:

Ágora Málaga. Federación Provincial de asociaciones de mujeres. Recuperado el 1 de mayo de <http://www.federacionagora.org.es/>

Autoconcepto. (s.f.). Recuperado el 02 de junio del 2013, de: <http://autoconcepto.wikispaces.com/Autoconcepto>

El Modelo Humanista – Existencial (2010). Recuperado el 14 de junio de 2013, de <http://www.buenastareas.com/ensayos/ModeloHumanista/538732.html>

Marco teórico sobre la violencia de género, Diputación de Cádiz, Igualdad. Recuperado el : 01 de junio del 2013, de http://www.dipucadiz.es/opencms/export/sites/default/dipucadiz/areas/igualdad/igual_muj/Violencia_G/documts_guiasyotros/INTRODUCCION_TEORICA_V.G...pdf

Mujeres Víctimas De Violencia De Género: *Vivencias Y Demandas*, Gobierno Vasco (2012). Recuperado el 09 de junio del 2013 de: http://www.interior.ejgv.euskadi.net/r42avvg001/es/contenidos/informacion/avvg_informes/es_informes/adjuntos/Mujeres_victimas_de_violencia_Cast.pdf

Muñiz, M. (1994). *Estudios de caso en la investigación cualitativa*. Recuperado el 12 de junio del 2013 de http://www.psico.edu.uy/sites/default/files/cursos/1_estudios-de-caso-en-la-investigacion-cualitativa.pdf

OMG. (2002): Informe Mundial sobre la violencia y la salud. Recuperado el día 17 de junio del 2013 de http://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/world_report/en/abstract_es.pdf

Organización Mundial de la Salud (2002). Informe mundial sobre la violencia y la salud, Ginebra: OMS. Recuperado el 06 de mayo del 2013 de http://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/world_report/en/abstract_es.pdf

Painceira, A. J. (2002). *Hacia una nueva teorización del psicoanálisis a partir de la "intuición fundamental"* de Winnicott. Recuperado el 20 de junio del 2013 de <http://www.apdeba.org/images/stories/Publicaciones/2002/0102/pdf/pdf/Painceira.pdf>

Peral, C. (2012). *Arteterapia en un instituto de educación secundaria, la atención al alumnado y al profesorado: Una investigación autoetnográfica*. (Trabajo Fin de

Máster). UCM. Madrid. Recuperado el 14 de Junio del 2013 de <http://eprints.ucm.es/17673/>

Pérez del Campo, A. M. (2012). *EL Sistema Patriarcal, Desencadenante de la Violencia de Género*. Recuperado el 09 de junio del 2013, de <http://www.projusticia.es/ley%20de%20igualdad/documentos/la%20ignorancia,%20esa%20atrevida%20perez%20del%20campo%20curso%20a%20jueces.pdf>

Protocolo de actuación para la atención de las mujeres víctimas de violencia de género, Concejalía del Bienestar Social, Comunidad Valenciana (s.f). Recuperado el 04 de junio del 2013 de: - <http://www.uv.es/ccoo/ensedona/downloads/protoactuacionviolgenerogv.pdf>

Vidal, A. *Arteterapia, una modalidad terapéutica para la expresión y resolución de conflictos psicológicos* (s.f). Recuperado el 05 de junio del 2013, de http://www.criafamilia.org/pdfs/7_cast.pdf

9. ANEXOS

ANEXO 1: DIARIO DE CAMPO

SESIÓN 1. (09 /01/2013). CUALIDADES.

Hoy ha sido el primer día de taller. Han estado tres de ella, ya que C, por cuestiones de trabajo, hoy no ha podido asistir.

En primer lugar, les pregunto qué sienten que van a hacer en el taller. Cada una expresa eso que prevé, y todo tiene que ver con que van a recibir ayuda por mi parte.

A continuación, les explico qué importancia tiene la comunicación artística, permitiendo cosas que no puede hacer la palabra, en muchas ocasiones. Les explico en qué consistirá el taller y planteo que el resultado plástico no es importante. Es importante que puedan sentirse cómodas.

Hoy he propuesto trabajar sobre una *cualidad* que esté presente en nuestra forma habitual de funcionar. Una cualidad con la que nos reconozcamos.

Nos hemos sentado en el suelo. He percibido la mesa que se encuentra en medio como una especie de obstáculo que de alguna manera podría impedir y cortar el espacio energético.

Hemos hecho un círculo, les he preguntado cómo están, y a partir de ahí, he propuesto la definición de una cualidad de cada una de ellas, algo con lo que se identifiquen. Como dos de ellas son de origen marroquí, tienen alguna que otra dificultad en el manejo y entendimiento del lenguaje castellano. Sin embargo, su nivel de comprensión es realmente elevado, no tanto el de expresión, pero el mismo también es muy bueno.

He depositado los materiales en el centro de nuestro círculo. Y después de dar la consigna, he dejado que comenzaran. A partir de ahí ha ocurrido lo siguiente:

Me miran, miran al centro, de forma paralizada, dudosa y un tanto desconcertada. No saben qué hacer exactamente. Percibo desconfianza, inseguridad y no sé si cierta apatía, por comenzar la creación plástica.

- E es la más decidida, y comienza a tantear con los materiales.
- N expresa que no tiene capacidad de hacer nada elaborado, plásticamente.
- F no expresa nada, se toma sus tiempos.
- Las cualidades que salieron fueron:

- A) Abierta
- b) Alegre
- c) Activa

La última, de F, tengo que decir que se produjo con bastante dificultad. Le costaba identificar un adjetivo, un aspecto que la definiera. Ahí tuvo un bloqueo importante. Su compañera intervino (no sé si debiera haber permitido esa aportación o no...). El caso es que a partir de ahí, F se sintió un poco más segura, y afirmó que efectivamente posee esa cualidad.

N y F comienzan a sumergirse en los materiales.

Yo no sé exactamente qué posición y qué ángulo es el más cómodo para que ellas se encuentren más relajadas y ello no sea algo parecido a que observo minuciosamente sus movimientos y de alguna forma las coarto.

Sin embargo, después de leer este párrafo, no sé si se trata del todo de coartar o no... Tengo que resolver esto en la supervisión. Hasta qué punto me planteo mi posición y espacio en el tiempo de creación.

Fue bastante interesante, todo lo que de alguna forma fue saliendo.

- F dibuja la silueta de una mujer, de pelo largo, corriendo. La recorta y la pega sobre un paisaje de naturaleza que dibujó con ceras.
- N dibuja un corazón, rodeado de personas (niños y adultos), junto a un sol.

- E tomó papel pinocho, de color verde, y empezó a crear un abanico, sobre un soporte enmarcado de color rosa, cuyo significado era una ventana.

Comenzaron a describir sus obras.

- E habló de que para ella el abanico significaba apertura, así como la ventana, cuyo marco de abajo era inexistente, precisamente para que estuviera abierta,...
- N relacionó la alegría con el amor. Para ella la alegría se encontraba en el intercambio de amor entre unos seres y otros. Su discurso comenzó a centrarse en lo importante que es el intercambio positivo, de amor entre todos. Lo conectó con que todos los seres humanos poseemos bondad y capacidad de amor.

A partir de ese momento, E sintió una identificación con esa creencia, y comenzó a desarrollarla. Hablaron las tres del amor, de que existe en todos... y de repente conectaban con que también, simultáneamente, existe la maldad y la intención de dañar por parte de algunos seres humanos.

Tuve que rescatar varias veces el núcleo de la creación de E, partir de cómo se siente, y de cómo le gustaría a ella que funcionara eso que describe, volviendo continuamente a ella.

F abrió bastante y comenzó a relacionar su creación con una mujer libre. Pregunté si podría ser ella esa mujer libre que corría... Dijo que no. Le volví a formular la pregunta, y afirmó que sí, que algún día. Y que algún día también lo fue. Pregunté si algún día podría recuperar eso. Ella habló de cadenas. Las otras dos mujeres hablaron de las cadenas.

SESIÓN 2 .(16/01/2013) El cuidado hacia una misma

Partimos de cómo eso se traslada a partir de la caligrafía de nuestro nombre. Nuestro nombre poderoso, con su característica frecuencia vibratoria....

Normalmente, cuando creamos, escribimos, representamos nuestro nombre, lo hacemos a través del alfabeto convencional, de forma automática. Bien, ¿qué pasaría si lo representamos desde las emociones, desde distintos lugares? ¿cómo se traduce ese nombre?

Propongo, sobre el soporte de una cartulina, la creación de sus nombres, partiendo de distintos estados emocionales. Se muestran bastante extrañadas y tengo que dar la consigna varias veces. Explorar así nuestro nombre es nuevo para ellas.

La sesión de hoy se dirige al dibujo de una misma, a partir de una imagen que rescatan en el tiempo de visualización de sí mismas.

Se propone una imagen de sí mismas realizando algún movimiento que es en ellas habitual. El movimiento es algo que las caracteriza.

Después de tres minutos iniciales de visualización, se propone que rescaten la escena. ¿Qué movimiento es habitual en ellas?

Después de ello, les propongo si pueden expresarlo con el cuerpo. En este momento, existe una dificultad por las tres. Al principio existe cierto desconcierto, inseguridad y desorientación. La risa es la protagonista. Tras dejar ese espacio de iniciar la conexión y el reconocimiento del propio cuerpo, proceden a los movimientos. Los mismos son de corta duración, y expresividad limitada. Son ondas corporales muy pequeñas con las que se expresan. Su expresión habitual es que “no saben hacerlo con el cuerpo”. A continuación, se procede a la creación artística. Cada una de ellas realiza un retrato, que puede ser concreto o abstracto según la consigna.

Aparecen elementos de la naturaleza en las tres creaciones.

N crea una mujer acompañada de sus dos hijos en un ambiente de mucha tranquilidad.

E crea una imagen de sí misma cosiendo, como actividad principal con la que se identifica.

F crea una imagen de sí misma riendo, en un paisaje de árboles y agua.

Parece que existe un acercamiento a proyectar aquello que les gustaría ser, más que el reconocimiento de lo que ahora son. Tras un diálogo abierto mediante el que se

expresan bastante, parece que expresan que les gustaría encontrarse más veces en esas escenas que han dibujado. Hago unas preguntas a nivel individual sobre qué necesitarían para sentir eso y verse así más a menudo.

Las respuestas son:

- Mayor tranquilidad
- Menos problemas
- Menos ataques de alguna gente
- Mayor confianza
- Fuerza
- Cariño

SESIÓN 3. (20/02/2013). CREACIÓN, NOMBRE E IDENTIDAD

La relación con nuestro nombre, es una relación también con nuestra identidad. En nuestra cultura, existe una forma automática de plasmar dicho nombre, que corresponde a la forma de alfabetización; directrices y marcos externos. Sin embargo, en la cultura oriental, existe una posibilidad de relacionarse con ese nombre desde parámetros de dibujo, artísticamente, y desde distintas emociones, disponiendo de una mayor conciencia, a nivel integral.

En la sesión de hoy proponemos la conexión del nombre con las emociones que suscita, la forma de los trazos, y las distintas posiciones que a partir de ello se adoptan.

Los objetivos principales son:

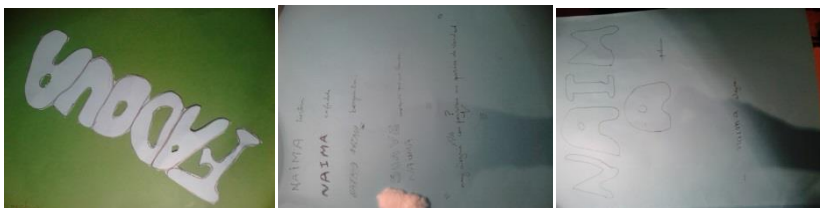
- Experimentar la relación con el nombre de cada una conectando con las emociones.
- Explorar la identidad a través del dibujo.
- Convertir el automatismo del nombre en algo lleno de sentido y creación personal.
- Detectar distintas posiciones a través de distintas posibilidades en la creación.
- Trabajar el autoconcepto.
- Experimentar la resignificación del nombre con posibilidades nuevas y creativas.
- Reforzar el tiempo de trabajo con uno mismo.

Se procede a la creación desde estas consignas, dejando un margen y tiempo de creación de cinco minutos en cada una de ellas.

- Vamos a escribir nombre sintiendo mucha alegría
- Sintiendo tristeza
- Sintiendo miedo
- Sintiendo sorpresa
- Sintiendo mucha calma
- Sintiendo enfado
- Escribimos nuestro nombre desde el “CÓMO NOS GUSTARIA QUE NOS LLAMARAN”

A través del soporte de la cartulina y distintas opciones de pintura, rotuladores, ceras lápices y acrílicos elaboran distintos dibujos y trazos sobre su nombre. Trazo instintivo, libre, y espontáneo.

Los resultados fueron los siguientes:



Dejarse llevar en un trazo espontáneo, y fuera de lo que convencionalmente sabemos, es algo arriesgado. EL riesgo es algo que de alguna forma les cuesta. Puede decirse que sí existen distintos trazos, más entre los distintos nombres, caligráficamente hablando. Sin embargo la hora de expresar a través del trazo las emociones de las propuestas de manera directa, no es algo que les resulte fácil. No identifican del todo el “cómo les gustaría ser llamadas” desde una oportunidad plástica para elegir una forma que suponga proyectar de manera deliberada lo que les gustaría recibir del exterior, o de los demás.

Les invito a que lo hagan desde varios estados:

- . Desde la impotencia (explico varias veces qué es la impotencia)
- . Desde la tristeza
- . Desde la alegría

- . Desde el enfado
- . Desde el cómo me gustaría que me llamaran los demás.

Es muy interesante ver cómo, poco a poco, van entrando en la creación, desde la absoluta relación.

Qué ocurre durante el proceso en cada una de ellas:

- F es la más impulsiva. Una vez más, necesita recortar, volver a pegar. Es un mecanismo al que siempre recurre, plásticamente hablando. Romper, cortar y volver a pegar. F necesita expresar, canalizar y verter mucha fuerza. Explota continuamente en las creaciones y lo traduce escogiendo trozos grandes de cartulina y creando en volumen bastante amplio. Cada gráfico ocupa una hoja de cartulina distinta.
- E muestra alguna dificultad al principio. Escribe en un margen pequeño. Todos sus gráficos se sitúan en la parte superior de la hoja.
- N crea con un volumen intermedio. Dos o tres gráficos por hoja. Un aspecto importante, es que toma el algodón como material, en el momento en el que pido la representación desde el cómo nos gustaría que nos llamaran.

Desde las creaciones caligráficas propongo que identifiquen CÓMO Y CUÁNDO se sienten cuidadas. Y partir de ahí, con diversos materiales propongo que hagan una creación. Los materiales propuestos son: algodón, flores secas, cartulina, lápices, ceras, paja y lana.

Seleccionan por primera vez la lana y el algodón, y crean desde ahí.

La creación final sobre el sentimiento de cuidado, podría hacerse continuando o no las caligrafías anteriores.

Propongo a continuación que expresen un movimiento con el cuerpo que pudiera representar ese sonido, esa vibración de cómo les gustaría que las llamaran.

- F expresa un balanceo, con la parte superior: hombros y cuello, realizando el sonido suavemente.

- E utiliza los brazos, y expresa una expansión, con una dulzura notable, a través de una sonrisa, dando voz a ese nombre.
- N muestra más dificultad a la hora de expresar con el cuerpo. Lo sustituye a través de la pronunciación, y yo insisto: ¿cómo lo harías con el cuerpo? También realiza un balanceo, aunque apoyada mayormente del sonido vocálico y mucho menos del movimiento corporal.

Realizamos el cierre compartiendo cómo se han sentido realizando la obra, y qué cambiarían de la misma en caso de querer hacerlo.

Hablan abiertamente sobre el cuidado hacia sí mismas. Lo relacionan con el amor de un hombre. Pregunto cómo tendría que ser ese amor para sentirse cuidadas. Salen estas palabras de forma conjunta: sinceridad, cariño, confianza, respeto y valor.

Se encuentran muy contentas cuando terminan. Más contenta y llena me encuentro yo.

SESIÓN4. (23/01/2013) EL JARDÍN DE MIS SUEÑOS

La propuesta de hoy es la visualización de un lugar acogedor y de bienestar.

Cerramos los ojos, e imaginamos un lugar en el que nos sentimos bien; nos sentimos realmente bien. Hay algo que nos produce una sensación de serenidad y tranquilidad importantes. Nos sentimos con fuerza, con alegría, calma y también excitación, porque estamos disfrutando y viviendo algo hermoso.

A continuación, con diversos materiales, realizamos una creación:

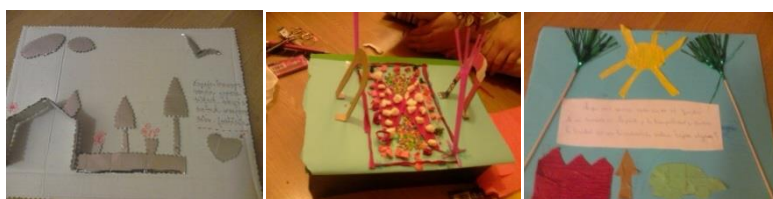
F se muestra con mayor confianza y ganas de realizar su obra. Comienza a tararear música árabe y se sumerge en la creación. Toma los materiales con gran impulso y seguridad, su pulsión habla por sí misma. Comienza realizando un arco en material de cartón sobre una superficie, y a partir de ahí se crea todo lo demás. (Veremos en la foto posterior).

N tiene dificultades a la hora de seleccionar los materiales, a la hora de comenzar su creación, y a la hora de identificar claramente esa imagen que quiere plasmar. Finalmente, comienza su proceso.

E recurre a la explicación lógica y racional. Devuelvo si para ella es importante hablar conmigo en primer lugar desde lo que necesita contarme más que estar en su momento creador. Algo en ella se produce en cuanto a darse cuenta de cuál es su demanda, y decide continuar la obra.

“Si yo soy capaz de soñar, vosotras también”. Es un mensaje que lanza a sus compañeras.

E se sumerge en su proceso creador. Toma una caja de zapato y comienza a crear un paisaje en modo de espejo. Está muy concentrada y se mantiene con energía.



Finalmente, cada una comparte eso que ha sentido durante el proceso. Sus emociones son de bienestar, alegría y satisfacción. Crear su jardín de sueños da sentido a sus posibilidades de ilusión, ligereza y proyección positiva.

SESIÓN 5.(30/01/2013) RECUERDO

La sesión de hoy tiene como objetivo principal rescatar y recuperar un recuerdo, que de alguna manera para cada una es clave. Se trata de escribir y plasmar a través de cualquier forma artística un recuerdo, algo que fue importante en la etapa de la *infancia*.

Se hará un recorrido de tres etapas: infancia, adolescencia y juventud.

Primeramente hacemos una visualización de la infancia. Qué recuerdo concreto podemos rescatar de la infancia. Por qué es importante por qué se caracteriza.

F ríe, de alguna manera esquivo centrarse en ese acontecimiento, en algo que tiene que ver con un análisis y conciencia de determinado momento. Aún no se siente cómoda y segura en cuanto al espacio expresivo, y la risa es su amigo presente más cómodo y resguardado.

E está concentrada, y además, pregunta continuamente sobre el curso de proceso. La búsqueda de aprobación es algo que comienzo a ver en ella como algo continuo. De

alguna manera, es algo que observo sobre todo en ella y N. EL hecho de “rendir cuentas “sobre aquello que hacen proo sí mismas y tiene que ver con un estar consigo.

N tiene dificultad para la identificación con algún momento de su infancia. El tiempo de quietud, en busca de algo suyo es evidente y amplio. En esa quietud expresa un no saber y un cierto rechazo a ese viaje necesario hacia la profundidad de sí misma a través de la memoria de un recuerdo.

A la hora de identificar un recuerdo se ponen en juego muchos componentes: qué persona o personas importantes me acompañan, cuál es el contenido del recuerdo, qué emoción suscita ese recuerdo, por qué para cada una eso es importante, cuál es su posición psíquico-afectiva en esa escena.

La consigna se repite para la adolescencia y para la juventud.

E y N realizan las tres creaciones en tres soportes y/o estructuras diferentes. Sin embargo, F las crea en la misma, habiendo una relación explícita entre ellas, e identificada por sí misma.

A continuación, les pido que señalen una similitud que puede haber en las tres creaciones realizadas. La pregunta de comienzo es: ¿Quién quiere compartir? ¿Alguna quiere compartir su pequeña historia de recuerdos?

F comienza a contar su relato. A pesar de que su lenguaje es limitado se comunica muy claramente, respecto a lo esencial. Es curioso que F no ha rescatado nada de la infancia hasta los doce años de edad. Aparece la figura de su padre, y de su mejor amiga. Cuenta la anécdota de unas sandalias, las que le robaron en el río, y sin las que regresó a casa. Su padre, menciona, tomó a modo de enfado aquel suceso, regañándola.

Su explicación es muy corta y concisa. Es curioso que el recuerdo posterior es de un año más tarde, y el siguiente, de dos años más tarde. Parece que efectivamente, la estructura plástica plasmada en el mismo soporte tiene que ver con que esa para ella es ahora la única etapa rescatable, en cuanto a apertura de sucesos claves en ella. Pregunto si recuerda algo en una edad menor de doce años, y su respuesta es que de esa edad casi no recuerda, o al menos algo para contar...

Sus dos posteriores recuerdos tienen que ver con un chico y de nuevo la aparición de su amiga, cómo se ilusiona a los 14 años de edad con un primer chico, y se pone guapa para ir a un paseo en el que lo verá.

El segundo se relaciona con una decepción sobre ese chico, en cuanto a que abandona su noviazgo con ella para ser novio de su amiga. Este recuerdo es para ella desagradable, aunque ríe de forma anecdótica haciendo referencia a ello. No es capaz de identificar qué puede haber presente en los tres recuerdos, es decir, qué puede haber en común en los tres.

E extrae el primer recuerdo, y el mismo está relacionado con la ayuda que proporciona a sus hermanos. El papel de cuidadora lo ejerce desde muy pequeña, debido según ella, a la familia numerosa de la que viene. El segundo lo relaciona con sentir que un hombre entra en su vida, diez años mayor que ella, se hacen novios, y entra en un período en el que siente control y no es ella misma.

El tercero se relaciona con el día en que fue madre de su hija Raquel (su juventud fue marcada por la maternidad).

N recuerda como algo esencial el cuidado que ejerce en su hermana menor. También procede de una familia numerosa, marroquí, y su papel contiene la función del cuidado.

Realiza la creación de un árbol. Explica que el árbol, crece hacia arriba, y ella se considera árbol. Se siente muy bien afirma en este momento, y le sirve identificar dichas experiencias, para unirlas a un sentido más profundo en su presente.

Su segundo recuerdo se relaciona con su grupo de amigas, y con la sensación de libertad a la hora de jugar.

El tercero pertenece al nacimiento de su hijo mayor.

Algo en común en las tres creaciones que N identifica, afirma, es “la lucha” y “seguir adelante”. Desde un sentimiento de cierta resignación, que refiere a la vida como algo costoso y pesado, ella cuenta con su seguir adelante.

SESIÓN 6. (08/02/2013) CREACIÓN A PARTIR DE SU HISTORIA

La propuesta de hoy es realizar una CREACIÓN A PARTIR DE SUS PROPIAS HISTORIAS.

Hoy traían sus propias historias. Esas historias, estaban relacionadas con algún relato, alguna emoción, algún deseo pendiente, convertido o no en emoción frustrada, bloqueada o no emergida, que provoca un malestar.

N siente un dolor, que emergió la pasada sesión. Es acerca de su padre. Su padre murió hace unos meses, concretamente en el mes de Diciembre. Debido a sus circunstancias en la unidad, en cuanto a la permanencia en la Unidad de mujeres maltratadas, no pudo asistir a verlo, ni a su entierro, el que fue en su país de procedencia, Marruecos.

-Pedí que escribiera una carta a su padre, sobre eso que le diría y entonces no pudo. Les hablo de la importancia de DAR LUGAR a eso que quedó pendiente... y no está cerrado, porque a nivel físico no fue posible en el momento ocurrido, en este caso.

F traía otra historia, relacionada con el taller de la anterior sesión. Su identificación con la máscara, hizo que su emoción fuera de malestar, y de impotencia con esa imagen. Afirmaba una y otra vez que no era posible transformar la expresión de la imagen, y una y otra vez mostraba desagrado y apatía.

Le propuse entonces crear una historia, que pudiera explicar la emoción de esa máscara, y hoy trabajamos la misma.

E no había hecho la historia que le propuse. Afirmando “te he fallado”, devolví la expresión, afirmando que en todo caso, se fallaba a sí misma.

No obstante, le propuse que lo hiciera en ese momento, sobre cualquier tema. Algo que quisiera expresar, porque de alguna forma estaba vivo en ella, pero hasta ahora no le había dado voz... o espacio.

En esta sesión trabajé individualmente con ellas, y después creamos un espacio compartido.

Invité a que a partir de su historia (insistí con esto), crearan una representación visual de la misma. “vamos a darle una imagen a tu historia”.

Con los materiales habituales propuse esa representación.

El tiempo que daba era de treinta minutos.

N, a pesar de que físicamente no se encontraba bien, se sumergió con bastante predisposición y relajación.

E se concentró de forma destacable, con respecto a otros talleres. Que aunque destaca por adentrarse en ese proceso creador, se distrae con facilidad en lo que tiene que ver con el cuidado y la atención del otro.

F tiene ciertas dificultades, sobre todo cuando le pido que haga otra imagen sobre la emoción contraria de la primera creación que tiene que ver con su historia. No le apetece, aunque no lo expresa con claridad.

Se mueve por impulsos, y en uno de ellos se levanta a cerrar rápidamente la persiana, la que aplasta las macetas de E, y a la que posteriormente pide perdón con insistencia.

Cuando termina la creación, pido a F que una con una tira de lana las dos obras, y le pregunto en qué punto se sitúa ella. Rié, protesta, tarda en detectarlo... un tiempo... y finalmente señala su punto de estar, más cercana a la emoción de la angustia y el encarcelamiento.

Tras las creaciones de cada historia, las invito a querer leerlas en alto. Se muestran interesadas en hacerlo, y procedemos a eso.

Cada una lee su historia y muestra su representación visual creada, y a partir de ahí vemos si querrían cambiar algo de la obra, cómo se han sentido realizando la misma.

N expresa gran alivio y bienestar después de la creación de la historia sobre su padre, y siente gran satisfacción y liberación con su creación. Es importante destacar, que por primera vez ha realizado la obra sin elementos figurativos humanos y de la naturaleza. Sólo ha utilizado el sol, con expresión de sonrisa. Pero en relación a otras veces, ha utilizado LA METÁFORA, relacionada con corazones en líneas ascendentes, expresando uno de ellos la caída de algo descendente... lanas, en forma de lazos, pegadas en el soporte de cartulina, relacionadas con el acto de ligar... unir... vincular.

De alguna manera estaba dando un lugar al gran vínculo que tiene con su padre, que cabe en el mismo lugar de la misma tristeza de no haberlo despedido. Ambas cosas, juntas en un mismo espacio, dándoles el LUGAR correspondiente a cada una. ... Una revelación visual, realmente potente.

E hizo un relato sobre sí misma. Y en su descripción, rápidamente salió la gratitud y el deseo de dar y ofrecer a los demás. En el relato afirmó por qué es dañada, y por qué su buena voluntad es utilizada en su contra por el otro...

Insiste en la gratitud, nombrando este espacio, en el que siente que puede expresar con libertad. Pregunto si fuera no puede hacerlo. Su respuesta es: "sí... pero ahora estoy aprendiendo a diferenciar dónde puedo y dónde no, para que no me sienta dañada cuando lo hago, si la persona lo utiliza en mi contra, y me hace daño porque yo me muestre tan vulnerable".

Diseña tres dibujos de sí misma:

- En uno observo cómo la mirada se dirige hacia el lado
- En otro llora, hay tristeza
- En otro sonrío, mira hacia delante
-

Le hablo de las posibles diferencias que hay en esos dibujos y ella se sorprende de las mismas.

Para finalizar el taller, pido que cada una devuelva con un gesto corporal o una palabra algo, que la historia de su compañera le ha suscitado. Cada una recoge la aportación y cerramos.

SESIÓN 7. (13/02/2013) creación a partir de una imagen.

A modo de introducción contamos con la siguiente información:

E se encuentra con bronquitis, y su estado de salud es delicado. He preguntado cómo se ha sentido durante estos días, y su respuesta ha sido, clara. Se ha sentido sola y reflexiva Pregunto si sus hijos, su único apoyo familiar y mayores de edad han sabido que estaba así, y no lo han hecho. Afirma que prefiere no preocuparlos, y no ha expresado nada de su salud.

Detecto de alguna manera, el hecho de trabajar con E la capacidad de pedir ayuda cuando lo necesita. Detectando sus necesidades y pedir ayuda.

En general, puedo decir que las tres tienen esta misma característica. Me parece importante el trabajar la detección de sus necesidades, el expresarlas y capacidad de pedir ayuda al otro.

La propuesta de hoy ha consistido realizar una creación a partir de una imagen; remodelar la misma.

Han elegido dos imágenes cada una de ellas, y a partir de ahí, he propuesto que identifiquen tres palabras que cada imagen les sugiere. Que a cada una de ellas asocien un color.

A continuación he ofrecido todos los materiales (cartón, cartulina, papel, ceras, palillos, banderas, rollos de papel, papel pinocho, algodón, flores secas y lanas). Y he propuesto que a partir de ahí, hagan una creación con los tres colores correspondientes a cada imagen, entre los distintos materiales propuestos. El tiempo en la primera creación ha sido bastante conciso.

N, una vez más tiende a tomar ceras, y dibujar algo que tiene que ver con elementos de la naturaleza. Esta vez, toma también algodón.

E se sumerge más, a pesar de su estado físico, sintiendo que el taller le ayuda a seguir, le permite conectar consigo misma, desde su poder. Esa es la clave... el poder a través de la creación... y el detenerse en uno mismo.

E tiene gran capacidad de estar, cuando el acto creativo comienza.

Se sumerge en el mundo de las posibilidades, y es capaz de permanecer en un estado de entrega y disfrute.

F muestra también bastante apertura en ello, desde un impulso. Aunque ese impulso hace que comience con mucha energía, pero se mantenga menos en ella, y culmina antes. Con ella sería interesante aumentar ese tiempo de permanecer ahí.

F eligió la máscara, el rostro que permanecía en la tristeza.

Se identificaba con esa imagen, sin embargo, en ella no encontró posibilidades de cambiarla. No encontraba cómo tapar ese rostro... ni siquiera se planteaba la posibilidad de poder hacerlo. Así que, en ese sentido, me pareció interesante la posibilidad de hacer el traslado hacia sus compañeras, de la obra.

N, muestra claridad en lo relativo a deseos, gratitud por la vida, visión del mundo, pero es quizás la que más en zona no permitida sitúa sus necesidades y deseos.

En el proceso creador, N, tiene más dificultad en tomarse su tiempo y conectar con la consigna. Recurre normalmente a las ceras y elementos de la naturaleza, y no parece abrir de momento mucho más.

El segundo paso es pasar la obra hacia la derecha, quedando cada una con la obra de la compañera. Aquí, es importante la creación sobre la creación, partiendo de las posibilidades que ya creó el otro, y ahora el mundo de posibilidades vuelve a abrirse para cada una de ellas.

Insisto, que es importante que cada una sienta que la intimidad de su obra permanece; y que ahora lo importante es que a partir de otra creación se conecte con nuevas posibilidades, venidas de las otras.

Es curioso cómo cada una va añadiendo algo nuevo, diferente, desde colores, materiales, y se va encontrando una nueva forma, nuevos elementos que por la otra no fueron descubiertos hasta el momento, y que son capaces de aportar algo que signifique elemento de giro.

Como tercer paso propongo volver a ceder la obra a la compañera y volver a dar creación a la obra recibida.

Ahora, tomamos la segunda imagen elegida. Pero ésta será sólo de cada una de ellas, será más íntima. Lo harán también desde dos palabras que les suscita la obra y los colores que también en ellas asocian.

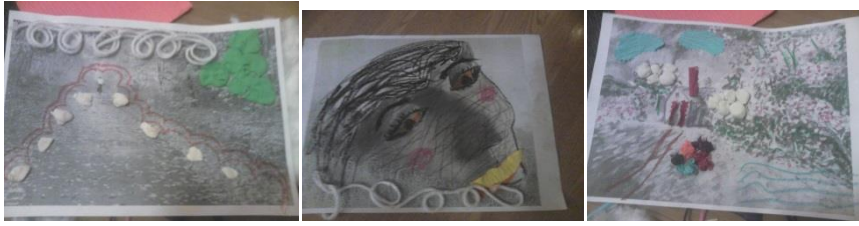
Cuando han terminado, unen las dos obras, y expresan dos palabras que las dos juntas les suscite.

A continuación propongo a F escribir sobre la expresión de esa máscara con la que tanto se identifica y con la que no puede sentir calma, ni poder de transformación. Será interesante que cree la historia, y a partir de ella yo pueda detenerme en lo rescatable de esa historia, y poder pedir a continuación una creación nueva.

El ejercicio para N es que a partir de la tristeza y angustia que le provoca haber estado lejos de su padre, cuando él muere, en el pasado de Octubre y no poder asistir a verle por última vez, tenga un lugar de representación. Por tanto, pido que escriba una carta dirigida a él, expresando en ella, qué le gustaría haber dicho, y qué le ofrece.

A E le propongo un escrito sobre algo que tenga pendiente, y que también lo elabore en forma de carta.

He pedido que se queden con las imágenes, para crear una historia a partir de ellas. Aparecen nuevas posibilidades en la obra. Cada una de ellas utiliza un material que la otra no hizo, y la obra se va transformando, visualmente hablando, de manera potente. Se trata de ver exactamente qué posibilidades existen en esa situación. Qué puede hacer esa persona ante una máscara que está triste, y con la que se identifica. Se trata de ayudar a resignificar, a reelaborar, y reeducar. No impregnando de mis conocimientos, sino que le objetivo final sea la autonomía, la independencia, aunque en la primera fase sea mayor ese nivel de dependencia.



SESIÓN 8. (06/03/2013) REPRESENTAR EL CONFLICTO

Antes del taller, he tenido un pequeño encuentro con las educadoras y la psicóloga, quiénes me han informado que había ciertos problemas de relación y encuentro entre N y F. Existe un conflicto entre ellas, ya que una tiene una necesidad más acentuada de necesidad de estar con la otra, y a la vez busca de alguna forma una respuesta, que cuando no llega, manifiesta en reproche, cierta tensión, y agresividad en forma de acusación, en temas de convivencia...

He tenido en cuenta como punto de información a acoger, aunque sin dejar que ello reoriente mi propuesta y posición en el taller.

La propuesta de hoy consiste en representar el conflicto. He considerado, que es un buen momento para ello, así como para cada trabajar algo tan presente en la vida. Es una observación interesante a la hora de detectar de qué recursos disponen para resolver algo que supone confrontación y malestar, como es el conflicto.

Resolver y la materia artística es una gran metáfora para la resolución en la vida. "Resolver, resolver, resolver" sobre la creación, ese será el objetivo del taller.

Realizamos un tiempo de recuerdo sobre algún momento en el que hemos sentido conflicto. Esa escena será representada. Cada una de ellas se sumerge en su proceso de creación.

N expresa cómo su cansancio va desapareciendo a medida que va creando. La escena que propone tiene que ver con la situación de enfado. Realiza una obra y habla de algo que no es justo y que no puede demostrar porque alguien no se lo permite.

F expresa que para ella el conflicto está relacionado con algún daño que alguien puede hacerle. En esa situación se siente impotente, llena de rabia y con tristeza.

E toma la lana y comienza a hacer un nudo. Expresa que gran parte de su vida se caracteriza por la existencia de un nudo. Hablamos del nudo...

Después de realizar un intercambio verbal sobre la obra, sobre la emoción que expresa, las tres coinciden en el sentimiento de tristeza.

A partir de ahí se procede a la creación de la obra segunda. Desde el sentido simbólico-figurativo de la obra, vamos a realizar algún cambio en la imagen.

Al principio sienten cierta desorientación sobre de qué manera puede realizarse la nueva consigna. Posteriormente comienzan a trazar otros elementos, puntos e intersticios en la obra que dan lugar al cambio.

Al final esta segunda fase de creación, propongo que titulen su obra. El resultado es el siguiente:

- E: la luz
- F: El jardín de la esperanza
- N: La alegría

A continuación les pido si quieren compartir de alguna manera el proceso seguido en la segunda creación.

Comienzan a relacionar el mundo de posibilidades artísticas con el mundo de posibilidades reales, de su propia vida. En una verbalización compartida sobre ello expresan sus dificultades, logros, y también atascos. Se escuchan con gran atención, y se identifican con las emociones de la otra, aportando información muy lícita y consciente en ese momento.

Realizo devoluciones continuas sobre cómo se han sentido durante la creación. Les invito a que concreten la diferencia que sienten en cuanto a la primera la segunda. Finalmente, aludiendo a la obra, les pregunto dónde han sentido mayor dificultad, dónde han sentido mayor facilidad. Sitúo la obra en diferentes distancias y planos respecto a ellas, y pregunto qué ven.

Se abre paso a un cierre lleno de expresión clara, directa y pausada sobre su proceso.

SESIÓN 9. (14/03/ 2013). CONVERSIÓN EN OBJETO DE LA INFANCIA.

Hoy, por diversos motivos, adelantamos la sesión a las 5 de la tarde. Será de 17:00 a 18:30 horas.

E y F afirman que se encuentran mejor a esta hora, porque hay sol. Les pregunto si el sol les hace sentir bien, y así lo expresan reiteradamente.

Planteo la posibilidad de cambiar el taller a las 5, con el sol, y les agrada la idea. Proponen incluso también que se haga al exterior, en la terraza...entre sol y aire... Hoy propongo el trabajo la regresión a la infancia, a través de un objeto.

“Cerramos los ojos, tomamos respiraciones profundas, una y otra vez... Vamos a visualizar nuestra casa, nuestra casa en una edad en la que somos pequeñas; menor de ocho años. Estamos en nuestra casa, en un día cualquiera. En ella, hay un objeto en especial que nos llama la atención. Ese objeto es especial por algo. Se encuentra en un lugar de la casa de paso. Nos detenemos en ese objeto. Y procedemos a escribir cómo es. Describimos su textura, su color, su forma, olor...

*¿Qué sensación nos produce ese objeto, qué sentimos? ¿Qué emoción es?
Ahora, vamos a ser ese objeto. Ahora nos convertimos en ese objeto. Y describimos todo lo que ocurre en 24 horas en nuestra casa, desde su posición. ¿Qué ve ese objeto en 24 horas en nuestra casa?*

N muestra bastante predisposición, se muestra motivada y procede a escribir. Su posición es cómoda, físicamente (mucho más relajada, conforme van avanzando las sesiones).

E se sumerge perfectamente en narrar. Narrar en algo que le motiva enormemente, se siente segura y poderosa, además, su forma de escribir es muy hermosa y melódica.

F se muestra más bloqueada, y se detiene al escribir un párrafo. Comienza a escuchar música con el teléfono móvil, y nace en mí una sensación de alarma. Noto una agresión al encuadre, en el hecho de utilizar la música en el taller. La miro, y pregunto si necesita escuchar la música árabe, y por qué. Su respuesta es que le sienta bien. Pregunto si ya ha terminado. Noto en ella bloqueo, resistencia, y cierta dificultad para

seguir con el relato, o la breve historia. Pido que deje la música e intente escribir algo más.

Después de la creación, propongo que lean su relato.

E se emociona, y conecta con todo lo que tiene que ver con su casa, sus hermanos y su madre. Son nueve hermanos. Aparece la figura de su madre como cuidadora, incondicional y fiel. No así la figura de su padre, quién parece que lleva una vida menos entregada al estar con los hijos.

Afirma que no ha tenido ninguna dificultad a la hora de continuar desde el objeto. Que rápidamente ha conectado con todo ello.

Siente una sensación de amor.

A lo hora de la creación plástica, realiza un corazón de plastilina, de color rojo, y lo plasma encima de su relato. Se siente llena y con emoción, por recordar aquellos tiempos. Siente protección y afecto.

F es rápida para la creación. Toma los materiales con impulso. Noto cómo este medio le es mucho más útil, en este momento. Crea a través de la lana, tres siluetas que representan figuras humanas juntas, compartiendo, y lo plasma en el soporte de cartulina.

N lee su relato con ganas. Habla de qué ocurre en su familia. Elige un jarrón, que se encuentra situado en el rincón de una casa. Habla del valor que eso tiene para ella porque es algo que permanece durante toda su infancia y adolescencia en la casa. Aparece también la figura de su madre como la de referencia, cuidado y sostén.

Expresa que la perspectiva del objeto le ha dado poder ver cosas que nunca antes había hecho, que es observar los movimientos de su familia, con ella incluida.

SESIÓN 10. (21/03/2013). CUATRO EMOCIONES BÁSICAS: alegría, tristeza, miedo y enfado.

Consigna de hoy: cuatro emociones básicas y los cuatro elementos.

Cerramos los ojos, y hacemos una visualización. Vamos a conectar con las cuatro emociones básicas: alegría, tristeza, ira y miedo.

- Sentimos en primer lugar la alegría. Pensamos una escena en la que sintamos alegría. Cómo estamos, qué sentimos.
- Visualizamos ahora una escena que hemos vivido, en la que sentimos miedo.
- Conectamos con una escena en la que sentimos enfado
- Conectamos con una escena en la que sentimos tristeza. Algo nos está produciendo tristeza. Cómo es esa escena, de qué se compone.

Hacemos una creación con cada emoción, y elegimos una para crear con carboncillo. El carboncillo es una herramienta que permite el deslice sobre el papel.

A su vez también es sucio, borroso y el color negro puede definir como algo más oscuro, más pesado emocionalmente hablando. Será interesante que elijan una de las emociones para crearla de manera especial.

La propuesta es que IDENTIFIQUEN Y ASOCIEN cada una de las emociones a uno de los elementos esenciales de la naturaleza, que también se relacionan con las cuatro emociones. Estos son: tierra, aire, fuego y agua.

Tierra: Elemento de fuerza, resistencia a los cambios, inflexible, echar raíces, fijar límites, mantenernos, calma, estabilidad.

Tendencias de los elementos:

Aire: Fluidez, desapego, cambiar de dirección, movimiento irregular

Fuego: Pasión, seducción, decisión, ímpetu, valentía

Agua: Ondulación, movimientos delicados, empatía, ceder, se adapta, acepta, escucha.

Tierra: sentido de pertenencia, raíces anclaje, pesadez en el cambio, fijación

Es interesante cómo posteriormente expresan por qué la identificación con determinado elemento. Una emoción quema, otra se mueve y se desliza, otra es más invasora, como el viento, otra es más estática.

Se expresan sobre la obra. Hacemos preguntas y juego sobre en qué lugar de la obra se sitúan, qué posibilidades hay de cambio de alguno de los elementos, y qué emoción eligen que destaca con el carboncillo.

Emilia elige el miedo, F y N eligen la tristeza, representada con el carboncillo. Narran sobre esa emoción.

Finalmente, expresan una o dos palabras para cada emoción, y expresan cómo se han sentido trabajando con el carboncillo en la emoción elegida.

- Expresan con precisión
- Identifican cada emoción, con cada elemento y material
- Cierta dificultad a identificar una escena concreta en la que hayan sentido miedo y verbalizarla.

SESIÓN 11. (28/03/2013) EMOCIÓN PRESENTE.

Entre N y F hay un conflicto importante. Una de ellas va a salir del centro antes de tiempo, por un delato de la otra, y la tensión y el malestar en la casa que comparten es evidente.

Antes de la sesión, tengo un pequeño encuentro con Naima, donde me expresa lo mal que se encuentra, y el retroceso que hace con respecto a su angustia, afirmando que se siente como hace un año.

- La idea inicial era trabajar sobre el miedo, pero detectando la necesidad emergente, hago un giro y la propuesta se dirige a sentir y trabajar con una *emoción presente*.

PRESENTE. Visualizamos cómo nos sentimos hoy. Cómo está nuestro cuerpo. Ese que quizás pocas veces preguntamos, y al que seguramente le ocurren cosas, y habla también.

Se muestran relajadas, cierran los ojos y conectan con eso que sienten.

- *Qué emoción sientes dentro de ti*
- *Cómo está tu cuerpo. Cómo están tus pies, tus piernas, tu vientre, tu parte inferior, tus brazos, tu cara, tu cabeza.*
- *Cómo se sitúa esa emoción de hoy en mí. Dónde la siento más.*

Es una forma de tomar conciencia del aquí y el ahora de nuestro cuerpo, de nuestro estado. Poniendo atención en lo que ocurre interiormente, y lo que ocurre exteriormente, como sonidos del espacio.

Realizan una creación sobre cómo se sienten con distintos materiales. Esta vez, también hay pinturas y pinceles.

- F se expresa con la pintura. Se plasma a sí misma con su hija, expresando que pasean con globos de colores.
- N vuelve a utilizar el soporte de la cartulina con lápices, realizando una obra sobre sí misma, cómo se encuentra, apareciendo elementos explícitos y claros, mucha mayor claridad que otras veces.
- E juega con algo de volumen, en el que se representa también a sí misma.

Hago una intervención con cada obra, ofreciendo en cada una nuevas posibilidades, nuevas posiciones en cada una. Confronto algunas de sus emociones, y van profundizando en cómo se sienten, cómo están según una situación determinada. Algo que no ocurría con anterioridad.

SESIÓN 12. (04/04/2013). EL MIEDO

La propuesta de hoy consiste en trabajar con la emoción del miedo. Es una emoción que está presente en nuestra vida, de forma muy habitual. El miedo impide, paraliza, oprime, dificulta y tensiona nuestra capacidad de acción, nuestra seguridad y nuestro ser.

Hoy exploramos las posibilidades que hay en la transformación del miedo.

El objetivo no es eliminar esa emoción, pues es algo completamente inevitable. Se trata de gestionarlo. Cómo nos relacionamos con el miedo, qué podemos hacer con él,

cómo podemos transformarlo en una emoción que active, a diferencia de la paralización.

A) La primera parte del taller se destina en sentir el cuerpo. Sentimos y conectamos cómo está nuestro cuerpo.

Está cansado, está activo, está ligero, pesado. Voy dando alguna pista para que les resulte más fácil identificar esa sensación presente de nuestro cuerpo, y hacerla presente.

Escuchamos los sonidos de nuestro cuerpo, qué ocurre dentro. Paralelamente, tomamos también conciencia de lo que ocurre fuera. Qué sonidos ocurren aquí y ahora.

Visualizamos ahora una escena en la que sentimos miedo. Puede ser cualquiera, hace tiempo, reciente...Se trata de identificar una escena en la que sentimos miedo, y quedamos paralizadas. Cómo está nuestro cuerpo ahí, qué sentimos, y qué ocurre en esa escena, que nos ocurre a nosotras.

A) Ahora vamos a trasladar el miedo a la posibilidad artística. Vamos a crear lo que sintamos, una vez que hemos conectado con dicha escena. Creamos plásticamente con esa emoción.

B) Durante la creación en la obra las observo. Es su tiempo de creación y dejo que lo hagan de forma ininterrumpida.

A partir de entonces les invito a que conecten con su obra. Qué ocurre en cada obra.

N por primera vez en su creación, prescinde de las ceras y el soporte de papel. Procede a crear algo con volumen, más simbólico y abstracto, lejano del paisaje literal al que recurre.

F se retira del espacio compartido, se descalza y comienza su creación con cierta lejanía del espacio compartido.

E también toma un espacio con mayor intimidad, y procede a la creación de su obra, utilizando el material de cartón. Conecta con una escena que está relacionada con su ex-marido.

Hay una evolución clara de cómo utilizan el lenguaje abstracto como expresión emocional, teniendo mucha mayor conexión con lo artístico, ampliando las posibilidades del mismo. Ampliar las posibilidades en el juego artístico es crear una movilización mental también en la persona.

C) La consigna última es pedirles que transformen en la obra algo que movilice. Comienzan a añadir elementos nuevos en las obras. Nuevos colores. A partir de la transformación les pregunto de nuevo qué sienten con respecto a la obra.

Cada una de ellas, añade a su obra elementos que se ubican en la zona de paralización. En esos momentos conectan con nuevas posibilidades, nuevos trazados sobre lo trazado, EXPERIMENTANDO la posibilidad de transformación en algo que tiene que ver con la angustia, la aversión, el miedo, la impotencia y la paralización.

D) En modo de cierre, propongo a cada una de ellas, que formule una palabra, una frase que siente actualmente.

N: "El miedo no me para"

E: "No quiero el miedo en mi vida"

F: "Puedo transformar el miedo"



(18/04/2013). MOMENTO IMPORTANTE DE TU VIDA

La sesión de hoy parte de la visualización de un recuerdo.

Emilia no está, debido al comienzo de un empleo. Se incorporó más tarde a la sesión.

- A) En primer lugar, sentimos y contactamos con nuestro cuerpo. Cómo está nuestro cuerpo, qué sentimos. Sonidos que ocurren dentro, sonidos que ocurren fuera.

Ahora vamos a conectar con un recuerdo. Vamos a conceder un espacio a un recuerdo que nos viene a la mente, y que es importante. ¿Qué ocurre en esa escena? ¿Cómo nos sentimos?

- B) A partir de ahora permitimos crear ese primer recuerdo, primero a través de un relato (sea el relato en castellano, o en árabe). Tomamos un tiempo para conectar con ese recuerdo, y lo describimos.

N y F se muestran concentradas con su relato. Es tiempo de silencio y estar consigo mismas.

- C) A continuación, se procede a la creación plástica dicho relato. Vamos a darle una forma simbólica al mismo, vamos a expresar con otro lenguaje.

Emilia se incorpora en este momento, y después de algunas preguntas, procede a la creación con gran disposición.

N conecta con la infancia. Recrea una escena de chicas, jugando, sintiendo “amor, libertad y mucha tranquilidad” (palabras de N).



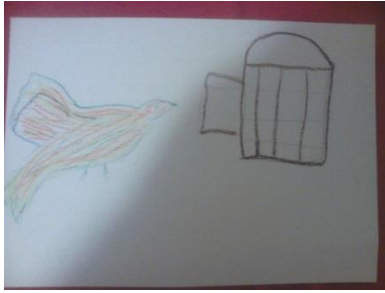
- Veo que aquí hay mucha alegría aquí.
- Sí, es mi infancia, cuando jugaba con mis amigas. Ahí todo era bello, lleno de paz y alegría
- ¿Qué podrías echar de menos ahora, que aquí si había?
- La paz, el juego
- ¿Podrías jugar ahora un poco, crees que puedes dedicar el tiempo a jugar, como a hacer cosas que te gusten?
- Sí, aunque es difícil
- Es difícil buscar ese espacio para jugar o relajarte
- Sí
- ¿podrías por ejemplo hacerlo una vez a la semana?



- Sí, después del nacimiento de mi hija mi corazón está bien protegido
- ¿ cómo está protegido?
- Con algodones, delicadeza y un círculo que cierra
- ¿qué puede cerrar ese círculo?
- El dolor, el miedo. El miedo a mi marido. Cuando mi niña nace, tengo menos miedo a que él haga lo que quiera, porque todo mi amor y mi atención van hacia ella y él ya no puede hacer nada.
- Tu hija te protege
- Sí
- ¿Sientes mayor poder contigo misma ahora que está tu hija?

E rescata el día en que nació su hija: Raquel. “mi hija fue mi muñeca viviente, porque yo también era aún una niña”.

F recuerda el día en el que descubrió que su mejor amiga estaba con su chico, después de conseguir la libertad de sus padres en cuanto a la relación.



COMENTARIOS:

“Un pájaro que va directo a la jaula, y se encierra”.

- El pájaro va directamente a la jaula para encerrarse.
- Sí
- Sin embargo, parece que no hay nada que lo empuje a hacerlo en el ambiente, ¿no es así?
- Sí, va sólo
- ¿puede ser que el pájaro también busque algún refugio y por eso va a la jaula?
- Sí, busca en realidad un refugio.
- Entonces puede ser que el pájaro se siente amenazado mientras vuela, tiene miedo, y por eso busca protegerse
- Sí, busca protegerse y lo hace ahí
- La jaula tiene la puerta abierta. Puede entonces volver a salir una vez que entra
- Sí, puede volver a salir...

Después de las posibilidades generadas a partir de la creación de la obra, se abre un mundo de posibilidades en cada una de ellas.

Es través del juego, dónde posibilitamos nuevos espacios de poder concedernos.

En esta sesión identificaron con rapidez los lugares en la obra en los que existía una paralización. Identificaron también los elementos de cambio en la misma obra.

SESIÓN 13. (25/04/2013). POLARIDAD.

“En la construcción de nuestra personalidad, hemos ido definiendo nuestro autoconcepto, dando forma a una imagen de nosotros que con el tiempo se hace estática y fija” (Marina Ojeda).

Uno de los elementos emergentes durante la realización de la obra o en cualquier situación terapéutica sería la aparición de la rigidez y / o resistencia con la identificación con aspectos de nosotros mismos que no hemos aceptado, negando lo que “no queremos ser”.

Todos tenemos dentro un sistema de opuestos, y eso significa que cada parte de nosotros tiene su correspondiente opuesto. Aparecen en distintos momentos pero todas forman parte de nosotros-as.

La terapia Gestalt en este aspecto, lanza una afirmación potente, y esta consiste en que no existe incompatibilidad entre los opuestos, sino que somos nosotros quiénes erróneamente le atribuimos esa incompatibilidad.

Les pido que piensen en algo que les caracteriza, en cuanto a su forma de ser, y actuar.

En primer lugar realizamos una visualización, un contacto con el cuerpo y varias respiraciones profundas. Desde ello, identificamos una cualidad que está presente habitualmente en nuestro carácter.

Las emociones elegidas son:

- Activa
- Alegre
- Generosa

Después de conectar con esa emoción, les pido que si pueden hacer algún movimiento con el cuerpo. Sus movimientos corporales son de alguna manera limitados. Muestran con su cuerpo dichas emociones. Esta vez, lo realizan de forma más expansiva y segura.

A continuación, se procede al trabajo artístico.

En el tiempo de creación, se mantienen concentradas, y crean su emoción a través de una imagen paisajística.

Después del tiempo de la creación, comienzan a compartir qué han sentido durante el proceso, dónde se sitúan ellas espacialmente en la obra, qué cambios harían en ella... Mantenemos un diálogo de expresión donde ellas son creadoras de sus propias historias. Observo cómo aumenta su capacidad de relación con los hechos de su vida, con hábitos y rituales con respecto a la imagen. Son capaces de detectar mecanismos que les permite esa emoción.

E habla con mucha claridad y explica su momento vital presente como algo fructífero, en el que se comunica mucho más consigo misma y atiende a sus necesidades más que nunca. Ello implica qué eliges en tu vida y qué no.

F quizás no muestra mucha claridad, pero sí es consciente de que esa cualidad de activa le hace estar mucho mejor.

Expresan cómo se sienten con esa cualidad. Las tres afirman que esa cualidad es algo bueno en ellas. Cuando se sitúan ahí, parecen relacionarse con el entorno de una manera positiva, segura y confiada.

A continuación trabajamos con la *emoción opuesta*.

“Vamos a representar la cualidad contraria. ¿Qué cualidad sería la contraria? La especificamos y a partir de ellos realizamos una obra.

La polaridad fue la siguiente:

Activa: apática

Alegre: triste

Generosa: egoísta

Es tiempo de realizar la segunda creación. Los primeros minutos, como habitualmente ocurre son de tiempo de reflexión. Aunque siguen su instinto de manera más rápida, les cuesta aún de alguna manera relacionarse con los materiales y crear de forma deliberada, aunque la evolución en cuanto a las primeras sesiones es notable.

Pregunto si reconocen en sí mismas esa cualidad. Su respuesta es que sí, y les cuesta bastante estar en ellas. Se sienten menos identificadas que con la anterior.

A continuación, una vez realizada la segunda obra, les pido que las sitúen en algún lugar del espacio físico de allí, estando dichas obras a cierta distancia o no. Las uniremos con un hilo.

N y F expresan que la apatía y la tristeza les surge al echar de menos a su familia de origen. Realizamos un intercambio verbal sobre lo que les gustaría y en cuánto tiempo puede ser logrado según que recursos desarrollan para acercarse a ello.

Las dos forman parte de la identidad. El hecho de unir las, simboliza de alguna forma cuán de necesaria es la polaridad a modo de integrar dos oscilaciones necesarias en uno mismo. El equilibrio es el lugar sano.

LES INVITO A QUE SEÑALEN EN QUÉ PUNTO DE ENTRE LAS DOS OBRAS SE ENCUENTRAN.

Ejemplo de una de las creaciones:



SESIÓN 14. (02/05/2013). EL DOLOR.

En la anterior sesión se detectó como emoción emergente, relacionada con la situación actual el dolor que les provoca estar alejada de su familia, en especial a N y F, las que se encuentran en distintas ciudades de Marruecos.

El dolor puede estar relacionado a una ausencia. La ausencia provocada por una pérdida, o por un recuerdo desagradable o por una situación difícil en el presente.

En la sesión de hoy, invité a que cada una de ellas conectara con algo que podrían no tener ahora y les provocara dolor. N y F expresaron que para ellas, el dolor fundamental de ahora era el encontrarse lejos de su familia. Emilia, expresó, que su dolor principal estaba relacionado con un malestar consigo misma, no por decisiones que tomó en el pasado.

Abrimos paso al tiempo de la creación.

A través de gran variedad de materiales y colores, crean distintas obras.

Una vez realizadas, pasamos a la intervención para con las mismas.

N y F coinciden en la creación de un paisaje que contiene dos espacios: uno relacionado con su escena presente, de ella y sus hijos, y otro en el que figura su familia de origen, en su ciudad de origen. Les invito a que introduzca algún elemento que permita comunicar ambos espacios. Y dibuja un avión. Ese avión le permite encontrarse con la esperanza, la seguridad de que existe una posibilidad real y tangible de realizarlo. A continuación, les pido que describa aspectos positivos ambas situaciones, como forma de esclarecer que toda ganancia conlleva una pérdida, y cuáles son esas ganancias que en esta cultura han encontrado.

E realiza un nudo de lana. Expresa que su vida ha sido tejida a través del dolor.

-¿Hacia dónde puede ir ese hilo?
-No sé, hacia la esperanza la fuerza y el cambio
-¿El dolor conduce el hilo? ¿Quién lo conduce?
-Yo misma... pero no lo hice bien
-Imagina que alguien quiere fabricar un paracaídas... y no tiene telas ni cuerdas.... No tiene herramientas. ¿Crees que a veces no tenemos derecho a no crear algo por falta de herramientas? ¿Contabas con las mismas herramientas que ahora cuando tomaste aquellas, otras decisiones?
-No... no contaba con las mismas herramientas, de hecho casi no tenía ninguna... ¿Puede ser que las tuvieras y no sabías que existían? ¿O cómo utilizarlas?
-sí eso es, no las tenía desarrolladas, pero ahora estoy en ello, y lo estoy haciendo ¿Cómo te sientes ahora?
-Bien, mejor, con mucha más claridad y fuerza, e siento capaz y que conmigo nadie puede
-¿te perdonarías a ti misma, por no tener en aquel tiempo esas herramientas?
-Sí...
-¿Podrías acompañar a ese hilo de algo?
-Podría acompañarse de amor y aprendizaje
¿Quién teje tu vida?
-Pues yo
-¿Tú puedes permitirte también el placer por ejemplo?
.-sí, yo puedo. Hasta ahora no lo he hecho, pero sí puedo, y lo voy a hacer
-¿Podemos hacer una figura con el hilo?
-Sí, no sé cual...
-¿Qué tal si te doy un tiempo para que crees una figura?
....

A los pocos minutos, E crea una mariposa. La mariposa tiene alas, y hablamos de cómo se sentiría volando..., qué se lo impide y qué le acerca.

SESIÓN 15. (09/05/2013) ME GUSTARÍA Y QUIERO

El objetivo principal de este taller es sentir la diferencia entre la proyección del me gustaría y del quiero.

La expresión del quiero, encierra un deseo, que de alguna manera, puede no conseguirse, y existe una carga de culpabilidad, malestar o insatisfacción cuando no se cumple. La meta a alcanzar puede no estar cercana o accesible. El quiero es algo que contiene exigencia. Por otro lado, el me gustaría, implica un deseo más deliberado, no conlleva ninguna carga o pesadez si no se consigue.

El taller de hoy trata de identificar y crear necesidades desde estas dos expresiones, eligiendo tres deseos desde cada una de ellas. Cada expresión conlleva un color, el que elijan, pero un color diferente al de la otra expresión.

Identifican con bastante rapidez sus deseos, aunque a la hora de clasificarlos entre el quiero y necesito no lo hacen de forma clara.

¿Notáis alguna diferencia entre decirlo de una manera u otra ese deseo?

¿Con cuál podéis sentir el cuerpo más expandido?

¿Podéis acompañar cada una de ellas con un movimiento corporal?

¿Qué sentís al formular cada una de ellas?

¿Cuál utilizáis más?

Le pido que formulen en alto las frases resultados de cada deseo con su expresión correspondiente. A partir de ahí, es tiempo de realizar una creación, una figura que cada color les haga sentir.

Las obras que realizan son las siguientes:



SESIÓN 16 (23/05/2013) EL CAMBIO

En la sesión de hoy trabajamos con distintas posibles emociones que el cambio puede suscitar en nosotros-a. En un círculo colocamos las mismas. Las vamos pasando por nuestras manos, hasta que con una sentimos una pulsión en el cuerpo especial.

Las palabras son las siguientes:

INTERTIDUMBRE, TEMOR, ANGUSTIA, PARALIZACIÓN, INFANTILISMO, BLOQUEO, INSEGURIDAD, RECHAZO, TRISTEZA.

Pasamos al tiempo de la creación.

Por primera vez, N no se apoya en un paisaje concreto. Esta vez representa en abstracto, a través de materiales y figura en volumen.

F se retira espacialmente, y elige un lugar más íntimo, sintiendo mayor concentración ahí.

Una vez que han realizado la creación, parto de las siguientes hipótesis en cuanto al análisis y relación con la obra:

-¿Qué has sentido realizando la obra?

¿Qué parte te gusta más? ¿Y menos?

¿Una emoción que la obra te suscita?

¿En qué punto de la obra t

e gustaría estar?

¿A dónde irías?...

JUEGO SIMBÓLICO. POSIBILIDADES EN LA OBRA; POSIBILIDADES EXISTENCIALES.

A continuación, se plantea que en la obra, hagan un cambio plástico, de manera que lo actual les haga sentir mejor que la obra primera. Comienzan a actuar en la obra.



Les pido que expresen en una palabra cómo se sienten ahora con respecto a la obra, tras haber realizado la transformación plásticamente.

Las emociones que emergen son:

SEGURIDAD

FUERZA

PODER

Para cerrar la sesión, realizamos un diálogo intercambiable de distintas emociones que han ido sintiendo a largo de la sesión, en cuanto al recorrido que plásticamente han hecho. Explican cómo sus emociones más pesadas se transforman en otras de mayor ligereza y su cuerpo se expande.

Se asocia explícitamente la capacidad de creación y resignificación plástica con la mental y emocional.

Anexo 2: DOCUMENTACIÓN FOTOGRÁFICA



Imagen 1



Imagen 2

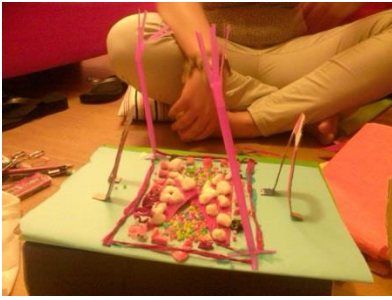


Imagen 3



Imagen 4

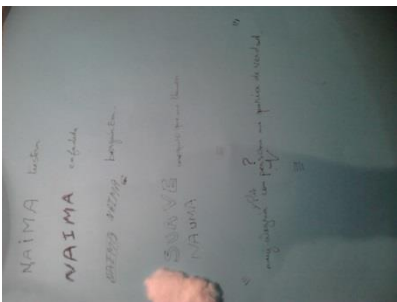


Imagen 5



Imagen 6



Imagen 7



Imagen 8

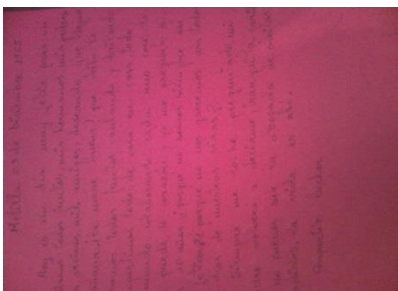


Imagen 9



Imagen 10

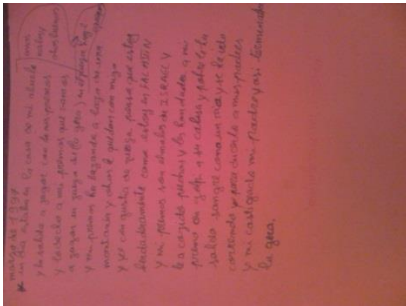


Imagen 11



Imagen 12



Imagen 13



Imagen 14

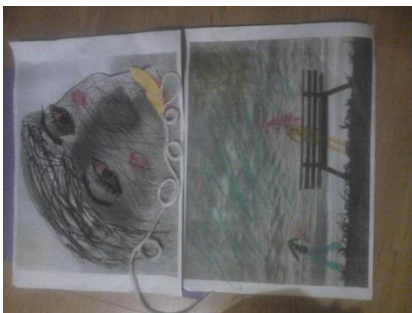


Imagen 15



Imagen 16



Imagen 17



Imagen 18



Imagen 19



Imagen 20

ANEXO 3: ENTREVISTA AL EQUIPO DE TRABAJO DEL PISO TUTELADO, SOBRE ASPECTOS PERTINENTES A LA ARTETERAPIA.

1 ¿Qué características principales presentan las mujeres en situación de maltrato?

Mujeres con una situación económica precaria, escasez de apoyos sociales y familiares reales, consecuencias psicológicas por la situación de violencia vivida (baja autoestima, desregulación emocional (trauma), miedos, dependencia, inseguridades, falta de autonomía, dificultades en la toma de decisiones relativas al diseño de su propia vida, en la relación con “los otros”, en las habilidades de comunicación, etc...).

2 ¿Había habido en el piso tutelado una experiencia anterior de arteterapia?

Sí, el año pasado con otra alumna en prácticas del mismo máster de la Universidad de Valladolid.

3 ¿Existe una disposición positiva por parte de las mujeres a la hora de asistir a los talleres artístico-terapéuticos? ¿Por qué?

Creemos que sí existe una disposición positiva, y esto por la propia concepción y marco en el que se desarrolla la arteterapia: se usan unas herramientas diferentes a las empleadas de forma habitual en el recurso, es un momento y espacio sólo para ellas (están sin sus hijos y se centran “en ellas”), con una persona que no está de forma continua en el recurso, es un momento de encuentro con las compañeras del recurso que les permite seguir revisando y abordando aspectos relacionados con el sí mismo, la relación de violencia sufrida...

4 ¿En qué medida crees que la arteterapia es adecuada para mujeres víctimas de violencia de género?

Creemos que ha sido una experiencia muy positiva porque permite trabajar el daño sufrido por la violencia, revisando su historia vital y permitiendo en último término la toma de conciencia de sus estados emocionales (desde el pasado hasta el aquí y ahora) que les abre nuevas vías de crecimiento en el futuro inmediato.

5 ¿Se encuentra la arteterapia en la misma línea de actuación de la intervención psicosocial de los pisos tutelados con estas mujeres?

Sí, porque al final se trabajan los mismo objetivos pero desde distintas ópticas, complementando, ampliando...

6 ¿Qué beneficios concretos puede aportar el trabajo de arteterapia para estas mujeres?

Toma de conciencia, mejora en la autoestima, capacidad de relajación (regulación emocional) y de autocuidado, fomento de las relaciones de grupo, tener en cuenta las emociones, potenciando la parte artística y creativa y todo ello desde un espacio menos rígido del habitual.

7 ¿Puede ser trabajado el autoconcepto de las mujeres desde la arteterapia? ¿Por qué?

Pensamos que si, través de la toma de conciencia de la percepción que tienen de ellas mismas desde el trabajo desde lo simbólico y el formato grupal les permite obtener además el reflejo de los demás sobre ellas mismas.

8 ¿Puedes, podéis apreciar algún cambio en algún, o algunos aspectos de las mujeres durante o al final del proceso terapéutico?

En las mujeres hemos apreciado una mayor autoconciencia de aspectos del sí mismo (recursos, fortalezas, dificultades, emociones, etc.), un avance en su proceso de recuperación, relatos personales más integrados, fortalecimiento de las áreas más carenciales, etc.

9 ¿Podría incluirse la arteterapia como herramienta de intervención en los pisos tutelados o centros de acogida?

Sí, porque la forma de trabajo desde otro marco y desde lo simbólico se complementa con el trabajo en el piso, aparte para muchas de ellas resulta una forma de trabajo novedosa y no se presentan en las sesiones con resistencias al trabajo personal.

10 ¿Crees que existen las condiciones materiales y espaciales aptas para facilitar el trabajo terapéutico? ¿Por qué? ¿Podría proponerse algo al respecto?

El espacio consideramos que ha sido el adecuado ya que se han estado desarrollando los talleres en el salón que tiene bastante luz, espacio y ventilación así como un mobiliario con posibilidades (mesas, sillas, radiocaset...). Respecto a materiales específicos para desarrollar el taller (pinturas, arcilla...), no disponemos en el recurso para poder facilitárselo a la alumna en prácticas.

ANEXO 4: ENTREVISTA INDIVIDUAL REALIZADA A LAS MUJERES

Nota: Las entrevistas sobre reflexiones del proceso terapéutico, han sido realizadas a dos de las participantes y no a las tres, por la salida de la tercera del piso tutelado, en un tiempo anterior a lo previsto.

ENTREVISTAS REALIZADAS A F Y E

Entrevista a F:

1 ¿QUÉ ES PARA TI LA ARTETERAPIA?

- Un espacio donde puedo conectar conmigo

2 ¿HABÍAS EXPERIMENTADO ALGUNA VEZ ALGO PARECIDO?

- Sí

3 ¿QUÉ EXPECTATIVAS TENÍAS AL COMIENZO DE LOS TALLERES?

- Sentir bien y relajada

4 ¿QUÉ SIENTES AHORA CON RESPECTO AL ARTE?

- Sienta bien

5 ¿CÓMO HAS VIVIDO EL PROCESO TERAPÉUTICO?

- Fenomenal

6 ¿QUÉ CAMBIOS HAS PODIDO NOTAR EN TI?

- Querermme y respetarme

7 ¿QUÉ ASPECTOS DE TI HAS TRABAJADO MÁS?

- Querermme misma y respetarme misma

8 ¿ES IMPORTANTE PARA TI TENER UN TIEMPO DE EXPLORAR Y ATENDER A LAS PROPIAS EMOCIONES? ¿POR QUÉ?

- Sí, muy importante, porque todas necesitamos tiempo para quedarte y pensar en ti misma

9 TRES EMOCIONES QUE SIENTAS CUANDO IMAGINAS ALGUNO DE LOS TALLERES

- Alegría, tristeza y amor

10 ¿TE GUSTARÍA CONTINUAR EN TU PROCESO PERSONAL DE TRABAJO? ¿POR QUÉ?

- Me gustaría porque me siento bien

Entrevista a E:

1 ¿QUÉ ES PARA TI LA ARTETERAPIA?

- Algo positivo que te hace conocerte mejor

2. ¿HABÍAS EXPERIMENTADO ALGUNA VEZ ALGO PARECIDO?

- Creo que en las terapias de grupo con la psicóloga

3 ¿QUÉ EXPECTATIVAS TENÍAS AL COMIENZO DE LOS TALLERES?

- No tenía ni idea

4 ¿QUÉ SIENTES AHORA CON RESPECTO AL ARTE?

- Que es una manera de expresar nuestras emociones

5 ¿CÓMO HAS VIVIDO EL PROCESO TERAPÉUTICO?

- Muy agradable y positivo

6 ¿QUÉ CAMBIOS HAS PODIDO NOTAR EN TI?

- Crecimiento personal

7 ¿QUÉ ASPECTOS DE TI HAS TRABAJADO MÁS?

- La autoestima

8 ¿ES IMPORTANTE PARA TI TENER UN TIEMPO DE EXPLORAR Y ATENDER A LAS PROPIAS EMOCIONES? ¿POR QUÉ?

- Sí, para conocerte mejor a ti misma

9 TRES EMOCIONES QUE SIENTAS CUANDO IMAGINAS ALGUNO DE LOS TALLERES

- Soledad, ternura y rabia

10 ¿TE GUSTARÍA CONTINUAR EN TU PROCESO PERSONAL DE TRABAJO? ¿POR QUÉ?

- Sí, porque quiero seguir creciendo y no mirar hacia atrás