

1. INTRODUCCIÓN.....	2
2. INCLUSIÓN SOCIAL, ANTROPOLOGÍA Y ARTE TERAPIA: LA CUESTIÓN DE LOS LÍMITES Y LOS ESPACIOS FRONTERIZOS.....	4
2.1. LA DEFINICIÓN DE LA OTREDAD Y EL DISCURSO CIENTÍFICO DE LA NORMALIDAD: LOS LÍMITES DESDE UNA MIRADA ANTROPOLÓGICA.	4
2.2.MARGINACIÓN Y EXCLUSIÓN: UNA MIRADA CRÍTICA.	8
2.3. ENTRE EL CONSCIENTE Y EL INCONSCIENTE: UNA MIRADA DESDE EL ARTE TERAPIA COMO LUGAR DE ENCUENTRO.	13
3. ARTE TERAPIA CON MUJERES VÍCTIMAS DE VIOLENCIA	22
3.1. LAS MUJERES Y LA OTREDAD: FORMAS DE PENSAR A LAS MUJERES.....	22
3.2. LA VIOLENCIA DE GÉNERO: ASPECTOS SOCIALES Y PSICOLÓGICOS.	30
4. CONTEXTO Y ANÁLISIS DE LAS PRÁCTICAS	42
4.1. RECURSO Y POBLACIÓN.....	42
4.2. POSICIONAMIENTO TERAPÉUTICO.....	43
4.2.1. Posición epistemológica.....	43
4.2.2. Abordaje o enfoque terapéutico.	46
5. DISEÑO DE LA PRÁCTICA	48
5.1. INTERROGANTES PREVIOS	49
5.2. OBJETIVOS	50
5.3. ESPACIO Y SECUENCIACIÓN DE LAS ACTIVIDADES.....	52
5.4. INSTRUMENTOS DE RECOGIDA DE DATOS.....	53
5.5. ANÁLISIS DE LA PRÁCTICA.....	54
6. DERIVACIONES DESDE LA EXPERIENCIA	77
7. EL ARTE TERAPIA COMO LUGAR DE INTERSECCIÓN, INTERCAMBIO Y TRANSFORMACIÓN.....	81
8. LÍNEAS FUTURAS DE INVESTIGACIÓN.....	92
9. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	93
10. ANEXOS	98

1. INTRODUCCIÓN

“...He aquí mi secreto. Es muy simple: no se ve bien sino con el corazón. Lo esencial es invisible a los ojos.”

(El principito, Antoine Saint – Exupéry)

El tema que trato de abordar en este trabajo son los espacios intermedios. La reflexión sobre cómo llegué a este tema tiene que ver con mi trayectoria personal y profesional.

Mi historia vital me ha colocado en espacios de marginación en algunos momentos, y mi forma de vivir esas situaciones ha incluido, creo que para siempre, una capacidad especial para conectar con las personas y grupos sociales que viven en los márgenes por diversas circunstancias relacionadas con la enfermedad – entendida esta en un sentido amplio-, la pobreza y/o la violencia. En algunas ocasiones he estado dentro de esos márgenes y en otras me he asomado a mirarlos desde una situación más privilegiada a nivel social y personal.

El recorrido que toma el trabajo que parte de un análisis más teórico a un análisis más vivencial, también es fruto del cambio y las dos perspectivas diferentes con las que he tratado de comprender los temas que se presentan. Siempre comencé tratando de entender desde lo intelectual pero mi paso por la terapia de tipo gestáltico durante varios años me hizo comprender muy bien, la cita de la novela de El Principito que aparece al comienzo de este epígrafe. Es necesario integrar lo intelectual y lo emocional, para llegar a una mejor comprensión no solo de uno mismo sino de los fenómenos en los que tratamos de estudiar a las personas y sus vivencias.

Muchas han sido las preguntas que me han surgido en la tarea de intentar comprender este tipo de realidades que tienen lugar en los márgenes y que no entran a formar parte de la historia oficial o de la vida normalizada de la sociedad.

Ya que entiendo el Arte Terapia como un lugar de encuentro, como un posible puente de unión, he tratado de hacer un recorrido teórico de cómo o por qué caminos llegué a situar mi mirada en este puente, o de cómo todos los caminos anteriores han venido a confluir a este lugar cargado de posibilidades transformadoras.

Así pues, en el primer apartado, trato de hacer un recorrido sobre la formación de los discursos de la otredad. Aquel grupo social que elabora un discurso sobre la otredad posee el paradigma con poder para definir y catalogar a los otros como

representantes de lo diferente. En estos primeros epígrafes abordo esto desde diferentes perspectivas, partiendo de una mirada antropológica y proponiendo también una reflexión sobre la inclusión/exclusión desde cualquier tipo de intervención social, en especial la educación no formal. Finalmente apunto algunas ideas acerca de por qué y cómo la disciplina y la práctica del Arte Terapia puede ser una muy buena herramienta para hacer converger lo conocido y lo desconocido, el mundo del consciente y el inconsciente, la inclusión y la exclusión.

En el siguiente epígrafe, relaciono este aspecto con la teoría de género, tratando de reflexionar acerca de cómo las mujeres y el mundo de lo femenino, han constituido a lo largo de la historia el referente de la otredad por excelencia, y qué significa esto en relación al orden patriarcal y las propias vivencias y situaciones de las mujeres, en especial, a las situaciones de violencia de género.

Todo esto constituye el cuerpo teórico del trabajo. En adelante, el cuerpo práctico trata de describir el contexto y análisis de las prácticas llevadas a cabo con mujeres víctimas de violencia.

El cuerpo reflexivo y conclusivo, que comprende los tres últimos epígrafes parte de las derivaciones de la experiencia práctica en relación al cuerpo teórico o los interrogantes previos. Continúa con una reflexión sobre lo apropiado del arte, la creación y el Arte Terapia para generar posiciones de acercamiento hacia lo diferente y lo desconocido, y finaliza con un pequeño apartado correspondiente a algunas líneas futuras de investigación que pueden derivar de este trabajo.

CUERPO TEÓRICO

2. INCLUSIÓN SOCIAL, ANTROPOLOGÍA Y ARTE TERAPIA: LA CUESTIÓN DE LOS LÍMITES Y LOS ESPACIOS FRONTERIZOS.

Vamos a explorar los espacios intermedios entre la otredad y aquella parte de la sociedad normalizada que la define, entre lo inconsciente y lo consciente, así como el espacio de la marginación social, desde tres miradas diferentes, que todas ellas, buscan un punto de encuentro o un acercamiento entre ambas, o una visión más ecuánime de los mecanismos, los fenómenos y las consecuencias a los que hacen referencia.

2.1. LA DEFINICIÓN DE LA OTREDAD Y EL DISCURSO CIENTÍFICO DE LA NORMALIDAD: LOS LÍMITES DESDE UNA MIRADA ANTROPOLÓGICA.

Es una cuestión bien conocida que todas las sociedades y culturas necesitan establecer unos límites para definir a los distintos grupos sociales, para definir la normalidad en oposición a aquello que no lo es, para legislar, para organizar y regular el funcionamiento social.

Han sido muchos los y las autoras¹ que desde el inicio de las disciplinas dedicadas al estudio de la sociedad, y también desde la psicología social se han esforzado por examinar esta necesidad, así como los diferentes aspectos que ella encubre y las consecuencias a nivel social e individual. También, una amplia energía, dedicación y bibliografía destinadas a deconstruir todas estas categorías que nos han sido dadas y transmitidas de generación en generación. Como ejemplos podemos nombrar el movimiento antiesclavista, movimiento feminista y estudios de género.

Con el advenimiento de la modernidad, la creación de los estados nación, etcétera, surgió la necesidad de clarificar fronteras, crear pertenencias y sentimientos identitarios que antes no existían, de definir categorías sociales. Comienza la carrera por la homogeneización, cultural, ideológica y de todo tipo.

¹ En este escrito utilizo en la mayoría de las ocasiones el masculino genérico. Sin embargo en algunas ocasiones, utilizo artículo diferenciado masculino/femenino. Por dos razones, primero porque una de las cuestiones a las que se hace referencia en el trabajo es a que existe una falta de reconocimiento de la genealogía de lo femenino, y me parece importante resaltar el trabajo de las mujeres, sino, la mayoría de las veces pensamos automáticamente que son hombres quienes escriben. En segundo lugar, el hecho de combinar ambas formas, responde o intenta estar en concordancia con el posicionamiento ideológico sobre género que impregna todo el trabajo, esto es, el intento de una visión moderada, que busca o se preocupa sobre todo de buscar vías de encuentro de lo masculino y lo femenino, resaltar las similitudes por encima de las diferencias, que busca encontrar un punto intermedio entre “todo y nada”, entre “mucho y poco”, en definitiva, que busca unir polaridades.

Cuando aparece en Europa el concepto de estado nación, muchos autores, sobre todo alemanes, trataron de crear todo un cuerpo teórico de lo que era una nación, de lo que significaba la patria. Para ello se necesitaba no solo de un nuevo concepto de masculinidad (Gilmore, 1994: 40) sino también de unas fronteras claras y definidas. Estas fronteras o límites no solo se necesitaban a nivel territorial, donde también el concepto de territorio había cambiado, sino que se necesitaba además que todas las personas habitantes de un determinado estado o nación, compartieran a través de su imaginario colectivo, una idea clara y precisa de lo que era ser alemán, por ejemplo, de lo que no lo era.

Y para esta empresa se necesitaban muchos colaboradores. Esto significaba que desde muchas instancias de poder (la política, la medicina, y las ciencias en general) se necesitaba de la elaboración de un discurso basado y legitimado en la lógica del racionalismo y el modelo hegemónico occidental.

“La representación del “hombre blanco occidental” como norma y sujeto universal del pensamiento político y social, se convirtió en gran medida, en el referente definitorio de “los otros”

(Nash, 2001: 42)

Desde el discurso médico, uno de los más poderosos por excelencia en el trazado de la línea divisoria entre la normalidad y la desviación, se empezaron a elaborar en términos conceptuales e indiscutibles unos modelos o cánones, de cuerpo, mente, enfermedad, comportamiento, etcétera, que los individuos tenían que cumplir para adaptarse a lo que se empezaba a considerar como la norma.

En el contexto del siglo XIX, el siglo de la aplicación por excelencia del darwinismo social y la elaboración de los discursos de la diferencia, se dan los mayores logros sociales en cuanto a la definición de unos límites claros entre lo legítimo y normalizado, y aquello que socialmente se considera fuera de estos límites. El colonialismo y el imperialismo eran las prácticas sociales que fundamentaban, siendo a la vez causa y consecuencia, los discursos de “otredad”, tan tratados desde la antropología.

Desde este prisma heterodesignador se empezaron a catalogar y diagnosticar como mentes enfermas a todas aquellas personas que no cumplían con este nuevo modelo ideal de individuo que se iba instalando e imponiendo.

“No cabe duda de que antes de esta época, los individuos se entregaban a las conductas masturbatorias, histéricas, homosexuales, pero la creación de tipos humanos a partir de un subconjunto de conductas, fue una hazaña teórica y política de la conjunción entre ciencia y política, un intento con resultado satisfactorio de elevar la

categoría de la ciencia y, a la vez, desarrollar formas amenazadoras de control social de quienes no estuviesen dispuestos a aceptar las modalidades de conducta y las formas de expresión personal, deseadas por el incipiente capitalismo industrial”

(Harding, 1996: 113)

Desde este prisma se empezaron a catalogar como mentes y cuerpos enfermos a todas aquellas personas que no cumplían con esta nueva idea del individuo que se iba instalando en la sociedad. Empezaron a aparecer nuevas enfermedades como el onanismo, ligado no solo a la masturbación sino a todo comportamiento sexual que fuera considerado como fuera de la norma de la heterosexualidad. Pocos años más tarde artistas como Toulouse Lautrec, reflejarían en su obra todo este mundo paralelo de personajes marginales o descritos como desviados de la normalidad, son las mujeres de aspecto *dudosamente femenino* y las prostitutas que pintaba, en definitiva el reflejo de esos ambientes de marginalidad de la noche y los personajes que lo pueblan.



Imagen 1: “Alone”, Henri Toulouse Lautrec, 1896

El descubrimiento de los llamados pueblos primitivos, por parte de exploradores y antropólogos en la segunda mitad del siglo XIX no vino sino a corroborar esta idea de progreso, ciencia y civilización como algo lineal que representaba su modelo único de sociedad, frente a los otros, los diferentes, los *salvajes*, los primitivos y privados de los progresos y avances sociales que la razón traía consigo.

“¡El horror metafísico del otro!
¡Ese pavor de una consciencia ajena
Como un dios espiándome!
¡Ojalá yo pudiera
Ser la única cosa, o animal
Para no ver que nadie me mira!

(Pessoa, 2011: 157)

Respecto a esto también hubo voces críticas que idealizaban a estas sociedades primitivas, ejemplificándose en lo que se conoce como las teorías del buen

salvaje. Desde Rousseau en el mundo de la filosofía y la educación hasta Gauguin en su exploración de lo *primitivo* en sus pinturas realizadas sobre paisajes, habitantes y mujeres de islas del pacífico sur, hubo todo tipo de posturas con respecto a los conceptos e ideas establecidas sobre *los otros* como diferentes, pero lo que sí quedó zanjado fue el discurso de la otredad.



Imagen 2. "Arearea, Alegría", Gauguin, 1892.

Es cierto que la marginación y la definición de un grupo social o persona como alguien que no está integrado en la sociedad, o que posee ciertos atributos sobre los que se basa su exclusión de la misma ha existido en todas las épocas y sociedades, pero también es cierto, que es en la segunda mitad del siglo XIX, cuando estas definiciones adquieren definitivamente el carácter de ciencia y se manejan a gran escala para el control social.

No podemos obviar que la noción ser humano normal tiene su origen en el enfoque médico y científico de la humanidad o en la tendencia de las organizaciones burocráticas de gran escala, tales como el estado nacional. Y la noción de ser humano *normal* no puede desligarse de la aparición de la clínica.

"La clínica es a la vez un nuevo corte del significado y el principio de su articulación en un significante en el cual tenemos la costumbre de reconocer, en una conciencia adormecida, el lenguaje de una "ciencia positiva"

(Foucault, 1966: 13)

Todo este panorama, más la revolución industrial y la generalización de las formas de producción en masa, había traído consigo la necesidad de la búsqueda general de símbolos, con el propósito de hacer de lo abstracto algo concreto, dentro de los desconcertantes cambios de la modernidad. Necesidad de creación de imágenes mentales estandarizadas.

Los mecanismos de poder que subyacen aquí son también importantes, pues generalmente el grupo social mayoritario o con poder dentro de la sociedad es quién tiene mayor representación simbólica en la misma.

Si trasladamos esto a nuestro momento actual, podríamos hablar por ejemplo de los llamados rituales de exclusión (Juliano: 2004) en lugar de las marcas físicas en el cuerpo que hacían los griegos para catalogar a aquellas personas que portaban algún tipo de estigma.

Podríamos decir, siguiendo el término de Juliano, que una sentencia condenatoria, un diagnóstico psiquiátrico o la catalogación de una mujer como víctima de violencia, es un ritual de exclusión, que automáticamente coloca a la persona que lo recibe en situación de marginación social, y la priva de un poder de autodefinición, con la consecuente pérdida de libertad que eso implica.²

Así pues, desde esta época en especial, todo lo marginal tiene una razón de ser, los locos, prostitutas, enfermos, desviados sociales al fin y al cabo, cumplían y aún cumplen, una función importantísima y era sobre todo dar un significado de normalidad a todo lo que ocurría al otro lado, dentro de los límites de la normalidad. Es precisamente la sociedad moderna la que lleva más lejos y más afianza la construcción de las categorías sociales estigmatizadoras y excluyentes, y la que a la vez tiene más mecanismos para convencer a la opinión pública de lo adecuado de sus categorizaciones y de la necesidad de acciones sociales que materialicen o lleven a la práctica estos conceptos.

2.2. MARGINACIÓN Y EXCLUSIÓN: UNA MIRADA CRÍTICA.

“Lo que resulta más difícil de aceptar es desviar el foco de la atención, y tratar de averiguar cómo, porqué y para qué, ha construido la sociedad sus categorías estigmatizadoras. Esto molesta a las instituciones (oficiales, asistenciales, voluntarias o caritativas) que se encargan de estos sectores, y a cada una de las personas que, de buena fe, comparten sus prejuicios y no desean ver sacudidas sus certezas. Sobre todo cuando lo que se ofrece a cambio, no son verdades alternativas, sino solo un manojo de dudas y preguntas.”

(Juliano, D 2004: 11)

El título del Master que antecede a este trabajo es Arte Terapia y Educación Artística para la Inclusión Social. Si nos acercamos a esta disciplina se supone que

² En epígrafes posteriores hablaré no obstante de que en un primer momento, para las mujeres víctimas de violencia, es necesaria una intervención y protección directa e inmediata, y esto implica obviamente un “diagnóstico” o ponerle un nombre por toda el tema burocrático legal que esto implica.

tenemos un interés por la inclusión social. Si tratamos de la inclusión social, estamos tratando de entender y trabajar con personas y contextos que se entiende que están en exclusión. Por lo tanto, a mi modo de ver, una no se puede enfrentar a esta disciplina y a esta tarea, sin preguntarse qué significa la exclusión social, independientemente de que después, cada persona en concreto, viva y explique su vida y su situación de manera subjetiva. Pues sí algo es importante en Arte Terapia también, es cómo estas dos áreas, lo subjetivo y lo objetivo, entran en relación, tanto en el acto creador, como en otros aspectos de la teoría y de la práctica.

Tan solo estos dos conceptos, inclusión y exclusión, han ocupado sendos y variopintos trabajos, tanto teóricos como prácticos. Y el trabajo con personas pertenecientes a colectivos de exclusión, llevó a algunas personas a la creación de una diplomatura de tres años, la Educación Social, diplomatura que cursé hace ya unos años y que trataba de paliar las lagunas del sistema educativo formal. Se supone que estos estudios preparan a las personas para trabajar con esta realidad de la exclusión social y con aquellos colectivos y personas que en ella están inmersas.

Desde esta perspectiva se entiende la educación como un proceso integral, en el que se abordan todas las dimensiones de la persona. Un proceso que dura toda la vida, un proceso, el de hacerse personas cada vez más íntegras, en el sentido más literal del término, que se extiende a lo largo de toda la vida y que confía en sus potencialidades de cambio y transformación.

Esta disciplina bebía de varias disciplinas a su vez: la filosofía, que trata de dar respuesta al sentido del ser humano, y a cuestiones fundamentales acerca del vivir y del sentido del vivir de las personas – veremos más adelante cómo desde el Arte Terapia se trabaja sobre todo con el sentido, con la pérdida, la búsqueda y/o el restablecimiento del sentido de la persona- ; bebe también de la sociología, que trata de explicar el funcionamiento de las sociedades; de la antropología, que trata de estudiar de modo comparativo y poniendo el acento en el ser humano, su forma de funcionar en sociedades de diferentes características; la psicología, que trata de explicar que sucede en nuestra psique, qué procesos, mecanismos y formas de adaptación tienen lugar dentro de nuestra geografía corporal, cuales son las vivencias internas de la persona que trata de abrirse camino en su búsqueda de crecimiento y desarrollo humano.

No podía abordarse una educación de tipo social, de otra manera que reflexionando sobre todos estos aspectos que confluyen en las personas y en los grupos sociales en los que estas viven inmersas. La educación liberadora o la llamada concientización descrita por Paulo Freire en los años sesenta en el contexto del Brasil, fue una gran impulsora de esta nueva forma de entender la educación.

Se entiende al ser humano desde esta perspectiva, no tanto como recipientes dispuestos a llenarse con los saberes acumulados por las generaciones anteriores, sino como personas, que aprenden una serie de cuestiones, que traspasaban el ámbito de lo puramente cognoscitivo para *aprehender*, en el sentido literal del término, estrategias, no solo de supervivencia y adaptación, sino de superación, que les permitan adquirir mayor grado de libertad y desarrollo. La educación, entendida desde esta perspectiva, se entiende como una práctica liberadora.

Llegados a este punto, y partiendo de nuestro interés, no solo por entender al ser humano en su dimensión psicológica, sino que también en su dimensión social, debemos, en mi opinión preguntarnos, o al menos, para mí, es inevitable hacernos la pregunta de qué entendemos por exclusión social, poniendo la mirada en el ser humano y en su naturaleza y posibilidades.

“¿Qué es en realidad el hombre? Es el ser que siempre decide lo que es. Es el ser que ha inventado las cámaras de gas, pero asimismo es el ser que ha entrado en ellas con paso firme, musitando una oración”

(Frankl, 1946: 126)

Entender los mecanismos de la exclusión implica, a mi modo de ver entender y preguntarse por cuestiones relativas a la naturaleza humana. Mi recorrido previo a este trabajo arranca con la educación social, dedicada a trabajar con *los excluidos o marginados sociales*, y la antropología, que puede ser, simplificando mucho todo el significado y la magnitud que ha tenido esta disciplina, una forma de entender a esos otros, diferentes, representantes de la *otredad*, situando el punto de mira, no ya en aquellos, legitimados para crear categorías de exclusión y excluir a los que no se ajustan o adaptan al sistema establecido, sino tratando de entender cuál es su propio punto de vista, su forma de vivir y explicar su realidad.

Por eso, todo esto ha desembocado en mi acercamiento a la Arte Terapia como disciplina, entre otras muchas cosas, porque también en arte terapia se pone el foco en la persona, y porque como trato describir en este trabajo es un campo privilegiado para favorecer procesos de cambio, encuentro de polaridades y transformación personal y social.

Desde el trabajo con el Arte Terapia, no solo podemos ayudar a empoderar a las personas en situación de vulnerabilidad o marginación social, sino que también, podemos sensibilizar a la sociedad en general, acerca del enriquecimiento que supone, el acercamiento a los otros, a lo diferente y desconocido, y en definitiva, a aquello que muchas veces negamos de nosotros mismos.

Desde aquí, desde este lugar, se pueden abordar todos estos aspectos a la vez. Más adelante me extenderé sobre este particular modo de relacionar este recorrido, y desde el que me parece que se puede trabajar con las personas desde un modo lo más integral posible.

Tenemos por un lado estudiar el fenómeno de la exclusión social desde un punto de vista crítico. Es decir, me parece necesario preguntarnos, quienes son los excluidos y porqué. Cuáles son las raíces de esta exclusión.

“Los mecanismos que explican más profundamente porqué nuestra sociedad genera excluidos son de índole antropológico (...) Las propuestas que pretenden solucionar el problema de la exclusión, manteniéndose en el marco de la comprensión antropológica dominante sólo conseguirán correcciones puntuales y, si no son cuidadosas, pueden reforzar el mismo sistema que produce la exclusión social”

(Vidal Fernández, 2009: 95)

En relación al colectivo con el que he llevado a cabo las prácticas, es obvio que es un colectivo de exclusión social. Primero por pertenecer al género femenino, un género que sigue viviendo en condiciones de desigualdad de todo tipo con respecto al género masculino. Y segundo, por haber llegado a una situación de violencia extrema en la que su poder de autodefinición y autonomía ha sido tan mermado.

Quiero ser fiel a mi objetivo en este trabajo que es todo el tiempo intentar tomar el camino del medio. Así pues no quiero optar por quedarme solo en la crítica, crítica

que por otra parte argumentó durante toda su vida y sus escritos Foucault, cuando habló del panóptico, el nacimiento de la clínica y otros conceptos afines.

Con esto quiero decir, que tampoco se trata de volver a la noción del buen salvaje, y endiosar o idealizar a las personas y situaciones situadas en un contexto de desigualdad, marginalidad o exclusión, privándolas de toda responsabilidad de su situación. Pero tiene que haber una manera intermedia de comprender la realidad, y creo que el arte, la creación y la arte terapia pueden ser un vehículo muy adecuado para navegar por este terreno que camina en medio de las definiciones y concepciones binarias.

A nivel individual, también pienso, que igual que para muchas personas con enfermedad mental, a veces resulta de gran ayuda poner un nombre a su sufrimiento, la intervención no puede quedarse solo ahí. El diagnóstico no puede servir solamente para dejarnos tranquilos, al que lo sufre y al que lo asiste, sino que tiene que ser solamente un punto de partida, para la búsqueda de sentidos, y también en lo social para entender que, es más lo que nos une como seres humanos que aquello que nos separa a través de un diagnóstico concreto.

Así también, para muchas mujeres que llegan a sufrir una situación de violencia de género grave, es necesario en un momento dado recibir protección, ayuda, apoyo psicológico, asistencial y económico, y para ello es necesaria su categorización como mujeres víctimas de violencia. Esto es una realidad y de otro modo sería muy difícil de llevar a la práctica su protección. Sin embargo, si el trabajo con estas mujeres y la problemática que viven se queda ahí, y ellas se quedan ancladas, como sucede la mayoría de las veces, en su identidad de mujeres víctimas, hay una parte de su personalidad que no crece, que no se desarrolla, que no busca las raíces profundas que la llevaron a vivir esa situación.

En este sentido, se hace necesario, en mi opinión, tanto por parte de los y las profesionales que trabajan con ellas, como por parte de ellas mismas, la reconsideración y reflexión sobre esta categoría de víctima.

Desde el punto de vista de la psicoterapia gestalt, una de cuyas principales herramientas es el trabajo con las polaridades, sería necesario investigar qué parte de víctima y qué parte de verdugo esconde el sistema psíquico y de valores que nos incapacita para manejarnos en el difícil mundo de las relaciones amorosas, en el

complicado combinado de sumisión y dominio que siempre surge en algún momento en el mundo de los pactos amorosos. Pero esto lo abordaré más adelante.

Solo quiero poner esto en relación, porque mi objetivo a lo largo de este trabajo es precisamente señalar cómo la práctica y difusión del Arte Terapia, nos puede ayudar a explorar ese terreno que existe entre las polaridades. Ese terreno, a veces escondido en nuestro inconsciente, que a menudo hace que nos resulte más fácil, quedarnos anclados en las categorías excluyentes y estigmatizadoras, en lugar de explorar qué pasa en el encuentro de ambas realidades, la realidad de la víctima y la realidad del verdugo, la realidad del enfermo mental y la realidad de aquellas personas que se consideran normales en oposición a todas aquellas que por definición no lo son, porque son portadores/as de algún tipo de estigma.

Así pues, queda claro, que mi enfoque para entender al ser humano en situación de vulnerabilidad social, como es el caso de las mujeres víctimas de violencia con las que he llevado a cabo el taller de Arte Terapia, pasa por el hecho de reflexionar sobre algunas de las siguientes cuestiones.

¿Qué tipo de causas han generado o han colocado a estas mujeres en situación de víctimas de violencia? ¿Qué queremos decir cuando decimos violencia? ¿Qué tipo de sociedad genera personas capaces de agredir o ser agredidas? Algo falla en nuestro modelo social cuando hay personas que no son capaces de solucionar sus conflictos, carencias, miedos, de una manera no violenta.

¿En función de qué necesidades afectivas o de otra índole llega una persona a colocarse en semejantes situaciones de pérdida de dignidad y libertad? ¿Cuál es el enfoque sobre el ser humano con el que trabajan las personas que se forman para trabajar con este colectivo? ¿Son capaces de traspasar la mirada asistencial y neutra, y colocarse en un punto de vista más *etic*, es decir, en el punto de vista de las personas que viven esa realidad? ¿Cuáles son los criterios de normalidad e inclusión que se manejan?

2.3. ENTRE EL CONSCIENTE Y EL INCONSCIENTE: UNA MIRADA DESDE EL ARTE TERAPIA COMO LUGAR DE ENCUENTRO.

“El proceso de arte terapia, es como un viaje, en el que nos desplazamos sobre el vehículo de las emociones, con un equipaje ligero, lleno de pequeñas cosas que pertenecen a grandes recuerdos. Es un viaje que nos lleva a través de no siempre caminos fáciles de transitar, hacia la conquista de nuevos mundos, nuevos espacios de

vida: nuevos espacios, que aunque desconocidos a veces, no son sino una prolongación amable de nuestra historia, de nuestro modo de ser.”

(Coll Espinosa, Francisco J. 2006: 41)

La Arte Terapia es una disciplina muy reciente en España y menos reciente en otras partes del mundo, en especial en Europa. Si bien es sabido que los y las artistas en general, a menudo han utilizado la creación artística como una manera, a veces inevitable, de abordar sufrimientos, conflictos o enfermedades personales, no es hasta mediados de este siglo, cuando se empieza a configurar una intervención psicoterapéutica, en la que el arte y la creación misma, se utiliza como un vehículo a través del cual, trabajar diferentes aspectos que tienen que ver con el desarrollo de la persona.

Es además una disciplina, cuya principal característica, es que pone en juego procesos de integración. Esto se refleja también en la configuración de su marco teórico, que bebe de varias disciplinas, el arte, la psicología, la educación, la antropología, la filosofía. Por eso, también, las posibilidades de trabajo en esta área son inmensas, pues se puede trabajar desde muy diversos lugares.

Existen diferencias significativas entre los distintos modos en que se puede usar el arte en terapia, que dependen del tipo de paciente y de la situación en que se encuentra dentro del proceso terapéutico, así como del contexto y el enfoque personal del /la arte terapeuta. Estos, darán lugar a diferentes maneras de relacionarse los tres vértices del triángulo terapéutico: paciente, terapeuta y objeto artístico.

El trabajo a través de las herramientas artísticas, permite un lugar de expresión libre y a veces inconsciente de emociones, sentimientos, ideas, y lo importante en este tipo de trabajo, no es tanto interpretar. Aunque el arte terapeuta sabe muchas cosas de las que ocurren en el taller y la relación de estas con las carencias o potencialidades del grupo y de las personas, esta cuestión no tiene tanta relevancia, como la de todos aquellos aspectos que se ponen en marcha cuando se participa en un taller de este tipo. Impulsa la activación de la capacidad creadora.

El desarrollo de la capacidad creadora es importante en las personas y su bloqueo puede afectar a áreas muy importantes de la vida, que generalmente tienen que ver, aparte de con otras cosas, con el desarrollo y la expresión positiva e integradora de todo nuestro mundo emocional. Y sabemos, desde hace ya mucho tiempo, que en las personas, lo emocional y lo cognitivo conviven y se retroalimentan

mutuamente, y los avances y/o retrocesos en uno u otro aspecto se influyen mutuamente en la personalidad integral de las personas.

La pertenencia a un grupo, la responsabilidad individual y grupal, el trabajo con los límites, en las distintas relaciones que se dan, con los demás, con el material con el que se trabaja que impone sus propias normas y su tempo, y todo esto en el espacio de contención y seguridad que supone el espacio en el que tiene lugar el taller. En el trabajo arte terapéutico tiene lugar una revalorización de los espacios fronterizos y una nueva significación del límite.

“La creación se injerta entonces en el flujo vital aprehendiendo su tránsito, documentando su transitoriedad, su transcendencia; registrando el olvido, la desmemoria, los fragmentos, las huellas; representando la contracción, la devastación o la paradoja. Da cuenta de un tejido que progresa sutilmente desde el desplazamiento y la separación, para abrazarse a la realidad, a la subjetividad de un sujeto que se convierte así en sujeto generador de una nueva forma poética.”

(DEL RÍO, 2009: 23)

La expresión de emociones y vivencias a través de símbolos, de la plástica u otras técnicas, es una vía a través de la cual, hacer un proceso, con un inicio, un desarrollo y continuum, y un final o despedida. Supone dejar una huella propia y personal, a veces grupal, de cosas que uno muchas veces no podría expresar a través de las palabras. Una huella que queda ahí, como algo que de alguna forma ocurrió, tuvo su momento y su lugar.

“La terapia es el proceso de cambiar la toma de conciencia y la conducta. La condición sine qua non del proceso creativo es el cambio: la transmutación de una forma en otra, de un símbolo en un insight, de un gesto en un nuevo conjunto de comportamientos, de un sueño en una representación dramática. De este modo la creatividad y la psicoterapia se interconectan en un nivel fundamental: la transformación, la metamorfosis, el cambio”

(Zinker, 1977: 8)

Dos autores me parecen clave para entender porqué la creación artística con la finalidad de la mejora personal o el trabajo de alguna problemática o sufrimiento, o simplemente orientada al pleno desarrollo de la persona y sus potencialidades, es un campo de acción muy útil e interesante de combinar con otros tipos de intervención.

Los procesos terciarios constituyen el sustento de lo que psicoanalíticamente se entiende como creatividad o creación.

Los dos autores básicos, que han definido procesos que son clave en Arte Terapia, son D. Winnicott, con su descripción de los espacios y objetos transicionales y H. Fiorini en su elaboración de la teoría y la clínica de los procesos terciarios. ³

Si bien, la teoría del vínculo del Pichón Rivière, me parece fundamental para completar la visión de Winnicott sobre el vínculo, y para apreciar la importancia que el trabajo con el vínculo tiene en Arte Terapia.

La teoría de Winnicott (1971: 32) acerca del espacio potencial creador y los objetos transicionales, haría referencia más a la importancia simbólica y real del espacio o setting en Arte Terapia, funcionando el objeto artístico como un objeto transicional de los que describe. Al mismo tiempo el espacio del taller sería una nueva oportunidad de ensayar el espacio potencial y el vínculo que se va desarrollando con la arte terapeuta una oportunidad de poner en práctica procesos de vinculación.

Los procesos de creación, colocan al individuo en la tarea constante de contrastar y dar forma a aquello que surge del encuentro entre la realidad objetiva y la realidad subjetiva. La obra de arte en sí misma, o el objeto artístico, es la huella material que da fe de este proceso de integración de la persona.

En cuanto a H. Fiorini, encuentro fundamental su definición de los procesos terciarios, como ese lugar simbólico e intermedio en el que los procesos primarios y secundarios se mezclan inevitablemente. En el proceso de creación, se da también esta mezcla, pues el inconsciente de la persona fluye a través de su creación, mientras que en la dinámica de la acción creadora, al mismo tiempo, entran los procesos primarios de lógica, selección, criterio racional,...Así pues, ambos procesos, conscientes e inconscientes, entran en relación en la dinámica creadora.

El espacio del *entre* nos permite trabajar con lo que está más allá de lo inmediato, con el flujo de energía que atraviesa al ser en el límite: entre el hacer y el pensar, está la creación, el objeto, entre lo consciente y lo inconsciente, entre el afecto y la desafección, entre el contacto y la retirada. Este espacio intermedio de indefinición y vacío lo encontramos magistralmente expresado en este poema.

³ Con anterioridad, ya otros autores habían hablado de la existencia de los llamados procesos terciarios, sin embargo, la esquematización de Fiorini, y su dedicación en su libro Teoría y clínica de los procesos terciarios y varios artículos, hace que lo cite como principal referente.

“La soledad
El miedo
Hay un lugar
Vacío, hay una estancia
Que no tiene salida
Hay una espera ciega entre dos latidos
Entre dos oleadas
De vida hay una espera
En que todos los puentes
Pueden haber volado.
Entre el ojo y la forma
Hay un abismo
En el que puede hundirse la mirada.
Entre la voluntad y el acto caben océanos de sueño.
Entre mi ser y mi destino, un muro:
La imposibilidad feroz de lo posible.

(Entrada al sentido, José Ángel Valente, Obra poética 1)

De este encuentro y de la reflexión, guiada y acompañada por la arte terapeuta, surge, inevitablemente una transformación.

Los procesos primarios (Maslow: 1971: 116 – 117)) son independientes de todo control, tabúes, disciplina, inhibición, planes, cálculos de posibilidades o imposibilidades. No tienen nada que ver con el tiempo y el espacio en el que nos acostumbramos a vivir, con la secuencia, la causalidad, el orden.

Del encuentro de lo primario y lo secundario, surgen nuevas formas de comprensión y expresión, que no pertenecen a uno ni a otro, sino que se hallan en ese espacio intermedio entre ambos, y que genera, nuevas formas de comprensión de la realidad, y más tarde o más temprano, una ampliación de la conciencia.

“(…) La creatividad y la posibilidad de creación de lo nuevo son potenciales inconscientes universales que entendemos como expresión de procesos terciarios desarrollados en vínculos intersubjetivos. (...) Reconocer la existencia de los procesos primarios de la razón subjetiva sin negar todo derecho a los procesos secundarios de la razón objetiva. (...) De eso se trata la creatividad, es decir, el primer nivel de los procesos terciarios, condición de posibilidad de la creación que se construye con lo escindido que da lugar por ejemplo a fenómenos como la resiliencia en el campo de la salud y al desarrollo de prácticas sociales nuevas que ponen en evidencia que lo padecido, no es el destino”

(Zukerfeld y Zukerfeld R 2002: 23)

En el proceso de la creación encuadrado en el contexto de Arte Terapia mente, cuerpo y emoción, están en continua relación, y desde el acompañamiento, la

integración que tiene lugar en esta puesta en acción, es muy importante, y ha de ponerse de manifiesto y ser alentada por parte del arte terapeuta.

Esto es muy importante, porque el sufrimiento humano en general, o una parte muy importante de este sufrimiento, a menudo, tiene que ver con una falta de integración, una falta de dotación de significado o pérdida de sentido.

Desde la teoría de la visión tripartita de las visiones o ámbitos de la mente (Naranjo: 2009: 79) y en relación a este tipo de trabajo integrativo que se pone en juego en la terapia con herramientas artísticas, nos conviene destacar su importancia, a través de cuya lente, han examinado la vida psíquica la mayoría de los psicoterapeutas desde Freud.

Freud concebía la mente neurótica como aquella en la que impera un desacuerdo entre el ámbito instintivo o Id y el ámbito de las directivas y expectativas internalizadas de la sociedad (Super ego), en tanto que esa parte de nosotros que sentimos como Yo, o ego que controla la acción, intenta precariamente ejercer una función integradora en medio del conflicto crónico entre el placer y la realidad, el instinto y la civilización.

Por otra parte, la importancia del cuerpo, vehículo a través del cual, se pone de manifiesto todo esto en el mundo, materia donde lo subjetivo y lo objetivo adquieren una presencia física y una vivencia concreta, también es muy importante.

El cuerpo, nos vincula con la realidad a través de lo sensorial, y el trabajo en arte terapia, es un trabajo en el que fundamentalmente se trabaja con las emociones y lo sensorial.

La mirada y la actitud que la persona que lleva el taller, el/la arte terapeuta adopta en este espacio intermedio de creación de posibilidades es un tema también importante. Es necesaria una actitud de no juzgar, donde la persona puede ensayar, a través del juego de la creación, formas diferentes, construir, destruir y volver a construir. A través del juego y la creación podemos atrevernos a hacer cosas que en la realidad no alcanzamos muchas veces a realizar.

Cuando hablamos de la capacidad creadora, no importa tanto que los participantes lleguen a ser capaces de crear grandes obras, lo importante es todo lo

que se pone en juego en el proceso, de lo que sea, que para uno mismo y para el grupo, siempre es importante.

En este sentido, este trabajo a la larga debería provocar un desbloqueo de la capacidad creativa, no solo a la hora de hacer un dibujo, un collage, o un taller de títeres, sino además, por ejemplo, en la capacidad de las personas para buscar, proponer y aplicar formas alternativas y creativas de resolver sus conflictos, problemas personales o interpersonales y grupales. Una forma al fin y al cabo, de desbloquear actitudes, pensamientos recurrentes, formas de hacer, hábitos,...

Desde esta mirada permisiva, amorosa, cuidadosa, la persona puede permitirse confiar, fluir, mostrar sus sentimientos. Y en este dejarse fluir, la propia dinámica de la emoción, que es fluctuante, ligera, va y viene, le va a ir permitiendo transitar estados psicológicos en los que muchas veces la persona se queda anclada.

Este permitirse transitar, incide directamente en la dinámica de la neurosis, entendida esta como un estancamiento de la creatividad, un punto en el que por alguna razón el pensamiento y la dinámica libre de la persona, se ha quedado atrapada.

“Frente al sistema atrapante de las capturas y encierros, las defensas bloqueantes de la neurosis, un sistema atrapante y bloqueante del orden neurótico. La propuesta general es que la movilización de procesos creadores va a poder movilizar, abrir esas zonas laberínticas de captura, y darles algún movimiento que no tenían. (...) Es decir, la neurosis estanca allí donde el arte moviliza. El arte sería una herramienta que a través de lo simbólico incide en esas zonas que están petrificadas...”

(Fiorini, H. <http://youtu.be/qtn5N2OSh9Y>)

Tener presente la importancia del vínculo y la relación como dinámica transferencial triangular, entre obra, persona y arte terapeuta será tarea fundamental en el taller de arte terapia.

El trabajo a través del arte posibilita la aparición de un vínculo. Un vínculo que tiene lugar en varias direcciones y en varios niveles. Por un lado, la persona desarrolla un vínculo con el arte terapeuta, desarrolla un vínculo con su propia producción artística, y si es en grupo, desarrolla un vínculo con las demás personas integrantes del grupo.

Este vínculo, cuya naturaleza e importancia para el desarrollo humano y la curación, debe conocer la arte terapeuta en profundidad, es una de las principales áreas de observación y trabajo. No importa tanto el resultado como el modo de

relacionarse con el objeto creado que va teniendo lugar a través de la práctica de la arte terapia. Lo importante es siempre el proceso, y lo que va surgiendo en la persona a través de él.

El trabajo artístico genera la posibilidad de vincular, de caminar un poco a ciegas confiando en poder sostenerse en la ambigüedad del proceso creador y por ende, en las situaciones de crisis o inseguridad. Genera la posibilidad de dejar huella de momentos, miedos, sufrimientos, alegrías, es la huella del proceso lo que supone este viaje.

“Los objetos y fenómenos transicionales pertenecen al reino de la ilusión que constituye la base de iniciación de la experiencia”.

(Winnicott, W.D. 1971: 32)

Entiendo la obra de arte producida en un contexto terapéutico, como un objeto transicional. Un objeto transicional de lo que ocurre en esa sesión por un lado, y el desarrollo de todas las sesiones a lo largo del proceso, como un espacio simbólico transicional, que ha permitido al individuo transformar algo en otra cosa diferente, que además, le resulte más útil para su propia vida y bienestar. Además el sentido de las imágenes tiene que ver con la capacidad del individuo de insertar esas imágenes en una trama argumental, entrar en el terreno así de las historias. El tiempo es desde este punto de vista, el elemento en el que se va produciendo ese vínculo, ese orden que nos invita a provocar un nuevo sentido de las cosas.

En la elaboración de un objeto artístico, sea del tipo que sea, la persona se mueve todo el rato en el espacio del *entre*. Es un proceso de co - construcción de significados, en el lo que sucede entre el objeto y la persona que lo está creando, es realmente aquello sobre lo que el arte terapeuta trabaja y acompaña, y aquello que nos va a permitir situarnos en otra realidad diferente, en otro punto de vista.

Favorece un proceso en el que la persona va descubriéndose en medio de las cosas, de sus creaciones y de los otros, a veces identificándose con ellas, otras distanciándose. A veces tomando conciencia de aquello que su inconsciente expresa a través de la creación, otras asustándose de esto mismo.

La creación pone en juego procesos de integración. Aquello que muchas veces tenemos en la sombra, aparece sin más y nos habla o interroga desde nuestras propias creaciones. Otras muchas veces, estrategias, herramientas o potencialidades

que teníamos dormidas, aparecen también en la obra o en nuestra vivencia diaria con el paso del tiempo. Así lo expresa muy bien Marina Ojeda, que trabaja desde una mirada gestáltica, en la siguiente cita.

“En la experiencia arte terapéutica se pone de manifiesto esa lucha constante que todos tenemos entre cómo deben ser las cosas, cómo me gustaría que fueran y cómo son realmente; entre lo que creo que soy y lo que se manifiesta en mí; entre lo que acepto y lo que rechazo; entre lo que dejo ver y lo que escondo”

(Ojeda López, 2011: 174)

El sufrimiento de las personas suele estar relacionado con una fuerte negación de la parte descartada. Sin embargo, en un dilema, cada aspecto existe porque existe el contrario. La integración de los contrarios es uno de los mitos recurrentes de la psicología inconsciente.

“El conflicto de contrarios dentro de la conciencia humana, la lucha entre el sí y el no, genera una especie de fricción, y esta fricción proporciona la energía necesaria para trabajar con uno mismo”

(Gurdjieff, 1965)

Todas estas nuevas formas generan nuevos sentidos y a partir de ahí también la posibilidad de generar nuevos significados. La mayoría de los sufrimientos humanos tienen que ver con una pérdida del sentido. Y el sentido muchas veces tiene que ver con lo simbólico, y lo simbólico está íntimamente ligado al inconsciente y las imágenes, puesto que esta capacidad de simbolizar está en los albores de la humanidad y además su origen es pre verbal.

Ponerse en la creación supone ser capaz de colocarse nuevamente en una especie de inocencia en la percepción, ser capaz de poner mente, cuerpo y emoción, a funcionar libre de nuestro pensamiento robotizado y racional, prohibitivo, dominado tantas veces en el caso de las neurosis, por el super yo, punitivo, juzgador...Nos coloca en la posibilidad de librarnos de la idea de *“lo que debe ser”* y dejarnos embadurnar por lo que simplemente es, o está siendo. Nos permite ser libres, por unos momentos, de dogmas, imágenes y hábitos preconcebidos o previamente contruidos, que en la vida no creativa, se repiten constantemente.

Esta actitud que tiene lugar en el momento de la creación nos permite desarrollar la capacidad de extrañamiento, nos invita a colocar nuestra mirada en otro lugar, a mirar las cosas desde perspectivas diferentes, a cuestionar la realidad o nuestra forma de vivirla.

3. ARTE TERAPIA CON MUJERES VÍCTIMAS DE VIOLENCIA

¿De qué modo se relacionan los conceptos de género, alteridad y violencia?

3.1. LAS MUJERES Y LA OTREDAD: FORMAS DE PENSAR A LAS MUJERES

En este apartado quiero hablar de cómo se configura la identidad de género, en concreto la identidad femenina, desde las dos vertientes, lo social que interiorizamos y lo psicológico que constituye el cómo lo interiorizamos cada persona. Creo que esto es importante antes de hablar de violencia de género, por dos razones: primero porque la consideración de la palabra víctima de violencia fue uno de los primeros aspectos sobre los que reflexioné al hacer las prácticas y esta tiene un componente social y una vivencia personal, y tiene que ver con la mirada y el poder, desde dónde me miro, con qué ojos me miro, si el patrón o modelo de vida, de valores, proviene y se sostiene por un criterio interno o por el contrario parte de la mirada masculina y/o paternalista. En la configuración de la identidad femenina están muchas de las respuestas al mantenimiento de este tipo de mirada.

El género hace alusión al sistema de valores, creencias, costumbres y tradiciones que constituyen y de los que se derivan pautas y prácticas de conducta diferenciada para las personas en función de su sexo, masculino o femenino, que son compartidos por el imaginario colectivo de cada sociedad y/o grupo social, transmitidos de generación en generación a través de procesos de aprendizaje y socialización e internalizados por cada persona en la configuración de su propia identidad.

Sabemos que la configuración de la identidad, vivencia personal, compleja y siempre en constante cambio, se compone de muchos elementos. La identidad de género es una constante en nuestras vidas, y tiene que ver con los modelos femeninos en los que nos hemos mirado, con los modelos masculinos en oposición a los cuales nos hemos definido.

Esta definición tiene un componente social o socio cultural, que además puede variar de una cultura a otra, y además, esta interiorización del mandato social se configura de manera específica en cada una de las psiques individuales, ya que no hablamos de la mujer, a este respecto, sino de las mujeres. Entendiendo además que compartimos una identidad de género, que convive con otras muchas identidades diferentes que en cada persona se configuran y mezclan de una manera diferente, dependiendo de las vivencias personales.

El género como categoría o construcción universal, comparte una historia común de desigualdad, sumisión al género masculino, considerado como la norma, ausencia de acceso al poder social y al control y propiedad de los recursos y falta de representatividad social, entre otras muchas cosas, que confirman su universalidad.

Es evidente que habitamos en un mundo de creación patriarcal y esta universalidad hace que hablemos de lo que conocemos como patriarcado. Si echamos un vistazo a la historia, la historia de la ciencia, la antropología, y todas las ciencias en general, los sistemas legislativos y políticos, podemos constatar cómo desde el momento en que los seres humanos comenzaron a organizarse, a crear explicaciones mitológicas desde las diferentes religiones, y más tarde las explicaciones o definiciones precientíficas y científicas, todo este poder de definición y representación ha estado siempre mayoritariamente en manos de los varones.

Así que voy a partir en mi análisis de la identidad femenina, de una mirada más antropológica, la lógica en base a la cual se ha definido lo masculino y lo femenino en el mundo, a una mirada más psicológica o subjetiva que define la manera en que cada mujer, independientemente de la cultura en la que nacemos o nos vemos inmersas internaliza los mandatos y las normas de género propias de ésta.

Esta lógica tiene que ver con cómo el grupo social que detenta el poder y el control de los recursos, esto es, el género masculino, define al otro grupo social, el género femenino, como la otredad, lo otro, lo diferente.

El reflejo de esta lógica y sus consecuencias lo podemos observar en muchas representaciones sociales, y el arte, es un ámbito por excelencia en el que podemos verlo reflejado.



Imagen 3. "Retrato de Sonia de Klamery". Anglada Camarasa. 1913.

El colectivo femenino ha representado la otredad por excelencia, a lo largo de la historia. Hay algo de desconocido, salvaje y misterioso en la naturaleza de un ser al que hasta entonces los hombres solo se habían acercado desde sus propios prejuicios y posición de superioridad.

Sabemos ya por los innumerables y extensos estudios de género, desde muchas disciplinas diferentes, cuáles son los estereotipos básicos de género, y aunque hay muchos y varían de una cultura o incluso subcultura a otras, estos son algunos de los más universales.

- **La identificación con lo doméstico y la naturaleza**, frente a la cultura, que sería el ámbito asignado históricamente al género masculino.
- **La asignación al género femenino de las habilidades emocionales frente a las instrumentales.** Tema que tendrá una relación directa y clara con el poder en lo social, con la violencia simbólica de la que hablaré más adelante, y como consecuencia, con el uso del propio poder personal.
- **Toda la división binaria del sistema sexo-género** en general, que asocia a la mujer a lo pasivo frente a lo activo, lo inmanente frente a lo trascendente, la reproducción frente a la producción, lo doméstico frente a lo público, la sumisión frente al poder, lo privado frente a lo público, la dependencia frente a la independencia, lo inconsciente frente a lo consciente, ...
- **La definición identitaria en términos negativos como “las otras”** en función de un sujeto autónomo y universal que no necesita definirse con respecto a nada, puesto que él es la norma.
- **La reserva únicamente a las mujeres de la llamada “ética del cuidado”,** fruto histórico y social de la dedicación de las mujeres a lo doméstico y la crianza. Esto propiciará entre otras cosas, como veremos más adelante, el desarrollo de la autoestima en términos relacionales, donde ésta depende en gran medida de la opinión y las expectativas que los otros, tienen sobre ellas. Algo, íntimamente relacionado con lo que Amelia Valcárcel (Valcárcel, 2008: 247) ha llamado muy acertadamente la ley del agrado.

No cabía esperar menos de este nuevo orden social heredero de la modernidad y el racionalismo, que la categorización y definición de la mujer como *la otra*. Al ser identificada ésta con la naturaleza, lo irracional y lo salvaje, solo cabía dominarla, (y

para dominar, nada mejor que tener el poder de definición y representación), como había que hacer con la naturaleza y los pueblos primitivos, en pos de poder seguir caminando hacia esa idea de progreso y cultura que impregnaba todo lo social.

Desde el punto de vista de la filosofía (Puleo, 2012: 281 – 282) ya ha sido estudiada ampliamente cómo se ha venido configurando esta definición, a la par que se ha tratado por todos los medios no ya de dominar la naturaleza y todo aquello situado fuera de los límites de la cultura y la productividad, sino su total instrumentalización.

Desde el punto de vista de la historia de la historia del arte son amplios y numerosos los estudios que avalan cómo las mujeres y el mundo de lo femenino han sido siempre reflejadas, en casi todas las artes, desde el punto de vista y la mirada masculina (Alario, 2008: 11).

En los años 60 y 70 tiene lugar la llamada ola del feminismo radical, con todo lo que esto implica que es muy amplio, pero solo referirme a la mítica frase que fue el lema de este movimiento “lo personal es político” que aparece en una obra de Kate Millet. Me parece que este momento o esta perspectiva tiene mucho que ver con una mirada crítica feminista que reivindique el arte y la creación como otra cosa diferente a la que se venía considerando.

La crítica feminista y la preocupación por una mirada de género al mundo del arte, trajo a la luz, toda una serie de artistas y creaciones de mujeres que a lo largo de la historia, se habían mantenido silenciadas o no se les había otorgado un lugar y un reconocimiento en el mundo del arte. Desde esta crítica feminista, se reivindica no solamente un lugar y un reconocimiento para aquellas obras artísticas producidas por mujeres y silenciadas a lo largo de la historia, sino también la ampliación del concepto de creación.

“Pero hay otra creación, otro modo de intervenir nuestro mundo, que siempre ha sido creación y que debemos reivindicar como tal. Creación que ha pertenecido también y sobre todo a las mujeres y los grupos desfavorecidos y silenciados por la sociedad. La creación como capacidad de análisis, reflexión, restauración y reestructuración humana. La creación como actividad que habita el mundo, que pone en conexión al ser que crea con el otro y su entorno (...)”

(López Fernández Cao, 2010: 202)

De la mano del feminismo radical irrumpen en el mundo del arte, una serie de mujeres artistas, cuyo principal objetivo es a través de la creación, reivindicar un lugar y una mirada propios.

Los temas que abordan este grupo de mujeres tienen un fuerte componente reivindicativo y existe una amplia mayoría de ellas que tratan temas relativos a la intimidad: el cuerpo, la sexualidad, los juegos de poder y sumisión en las relaciones entre géneros, el maltrato, la imagen estereotipada de las mujeres, lo doméstico, lo emocional y el mundo de la intimidad.

Algunos de los resultados de este movimiento fueron la creación del WAR (Women Artist in Resistance) o la creación en 1970 de la mano de Judy Chicago de otro grupo de mujeres artistas que crearon obras artísticas de distinto carácter también desde esta perspectiva reivindicativa, creaciones sobre las cuales se reunían a reflexionar. Esta reflexión adoptó la forma de expresión artística y en 1972 se organizó una muestra colectiva del resultado de este trabajo, bajo el título Womanhouse.

Algunas de las artistas que participaron en esta muestra fueron: Judy Chicago, Miriam Shapiro, Faith Wiliding, Robin Mitchel, Karen Le Coq, Serry Brody, Susan Frazer, Vicki Hogetts,...

A este mismo nivel, y esto será de vital importancia al tratar el tema de la internalización de los mandatos de género, en la configuración de la identidad femenina, tanta importancia tiene cómo se consideran a sí mismas las mujeres como grupo, como la consideración de ellas por parte de los varones, como si fueran, por así decirlo, aludiendo a las teorías de complementariedad, las dos caras de la misma moneda, donde la una no puede existir sin la otra.

Sin embargo, las mujeres, unas mediante estrategias de resistencia, y otras mediante el activismo, intelectual o político, no se han conformado con el rol que la sociedad que las había asignado y muchas voces críticas han intentado deconstruir, tanto desde la teoría como desde la práctica, la conceptualización del género femenino que les había sido impuesta socialmente.

Sin embargo, la transformación de estas condiciones externas en las que se han centrado hasta ahora la mayoría de los movimientos feministas y de género, tiene que venir acompañada de una transformación de las condiciones internas sobre la formación y el mantenimiento de la identidad femenina, y este proceso de transformación, implica necesariamente, una reflexión personal acerca de por qué y cómo las mujeres seguimos respondiendo a esos mandatos de género, cómo los internalizamos a nivel intrapsíquico, qué ganamos con ello, qué perdemos, qué

queremos mantener, qué queremos y/o podemos cambiar o desechar, cuales son los riesgos que esto conlleva.

Se trata de un proceso de exploración tanto de los deseos de autodefinición, de cambio y de transformación, en el que será muy importante tener en cuenta los riesgos que esto implica para cada una en función de la consideración de sus propios límites y realidad personal.

Para abordar la construcción subjetiva de la identidad me he basado en estudios anteriores, y he tratado de recoger, ordenar y agrupar algunas ideas fundamentales sobre todo de Almudena Hernando, Nora Levinton y Emilce Dio Bleichmar.

De Nora Levinton recojo su enfoque psicoanalista, previa crítica al sesgo androcéntrico de la concepción freudiana del super yo. Nos quedamos con lo que significa el super yo en la estructura psicológica del ser humano, como aquella instancia de nosotras que alberga digamos a nuestro juez interno, el ideal del yo y que tiene funciones de auto observación y censura sobre nuestra persona que previamente hemos internalizado. En relación al género, esto implicaría que yo misma como mujer me juzgaría de forma negativa si en algún momento no cumplo con el mandato de género que he aprendido desde el momento de mi nacimiento y a lo largo de mi vida.

- **La primera identificación de género**

Recogemos pues de este enfoque psicoanalista la idea de que la primera imagen de mujer a la que tenemos acceso la recibimos de la madre, y es a través de esta relación, de su forma y desarrollo como vamos configurando nuestra identidad de género como mujeres.

“La madre se erige como primera figura de apego, fuente de identificación así como la gran proveedora. Y lo que ella transmite, tanto a través de conductas preverbales como de mensajes explícitos, es un modelo de feminidad, es decir, de lo que para ella es ser una mujer. Modelo prescriptivo por excelencia: sobre la niña, sobre sus hábitos y reacciones emocionales, sobre lo que está permitido o censurado hacer, pensar, decir, legislando no solo lo que es bueno o malo, sino lo que corresponde ser para ser mujer. Contenidos implantados desde los adultos a la niña y, también por oposición complementaria al género masculino, ya que en el discurso parental es donde se halla más constituido el género como creencia matriz, como idea latente con un fuerte contenido emocional”

(Nora Levinton, “ Normas e ideales del formato de género”. En Almudena Hernando, 2000)

- **Individuación / separación e identidad relacional versus identidad individualizada**

Cuando se trata de una niña, la madre es generalmente quién se ocupa de socializarla en las labores, ámbitos, normas morales,...que ella misma internalizó y actúa, y al ser la identificación de género tan fuerte, esto provoca que el proceso de individuación / separación, que sí se da en los varones más fácilmente, presente una mayor dificultad en el caso de las niñas/ mujeres. Esto tiene relación con el hecho de que a muchas mujeres en su vida adulta se perciban a sí mismas en gran medida, como una prolongación del otro, bien sea este la pareja, la madre ya mayor, el padre, un hijo/a. En este sentido es que hablamos de identidad relacional en la mujer frente a una identidad más individualizada, donde su propio yo, no está tan determinado y condicionado a los demás, como sucede en el caso de las mujeres. Ellos por así decirlo, se perciben importantes en sí mismos y no tanto en relación con lo que significan o representan para otras personas. Además, cabe añadir, que cuando la relación con el otro, es la principal fuente de autoestima y seguridad, la preocupación y la amenaza ante la pérdida del amor, la aprobación o la relación es constante y si se cumpliera, sus consecuencias van mucho más allá por todo lo que esta implica.

- **El yo ideal está definido desde fuera**

En relación al punto anterior, tendríamos que en la estructura psíquica del superyo femenino, ese yo ideal, no está definido conforme a parámetros o criterios propios, sino que viene dado desde fuera. Ese yo ideal, al que mi superyo va a tratar de empujarme constantemente, no tiene que ver sino con la idea que yo he ido internalizando de lo que significa ser una mujer y de cómo tengo que actuar y comportarme para adaptarme lo mejor posible a ese ideal.

- **La obediencia y la renuncia a la agresividad**

Cuando la niña obedece a los mandatos de género, al cumplimiento de unas normas morales implícitas en su comportamiento como mujer, recibe el refuerzo de que es querida, amada, aceptada, sin embargo, cuando se muestra desobediente, cuestiona o incumple esas normas, recibe el castigo emocional de no ser querida y ser reprimida o castigada. Con lo cual, la niña aprende que para ser querida, hay que ser buena y obediente. Por supuesto en este respeto a la obediencia, la posible agresividad femenina no solo está prohibida tácitamente sino que muy mal vista.

- **La cuestión de la norma**

Como explica Nora Levinton, la cuestión de la norma y su internalización, no tiene tanto que ver con lo social, sino que estas normas están más bien ligadas al ámbito privado y doméstico, al reino de las relaciones emocionales, y su trasgresión trae consigo una sensación de culpabilidad y de no valoración externa y como consecuencia interna.

- **La ética del cuidado**

La atención y dedicación al otro por encima de las propias necesidades, deseos, y proyectos personales es una de los mandatos de género por excelencia, y su incumplimiento hace que tachemos a las mujeres de malas mujeres, malas personas o malas madres. Por supuesto que para ser aceptadas las mujeres vamos a tratar de responder a este mandato. Y esto lleva consigo el sacrificio y la abnegación como valor.

- **Rol expresivo y rol instrumental**

Como es sabido, el mandato de género asigna a las mujeres una conciencia mucho más generalizada sobre la necesidad de afectividad y expresividad, tanto de sí mismas como de las personas con las que mantienen relaciones de apego o vinculares.

La asunción diferenciada de estos roles en hombres y mujeres conlleva una desigualdad en el ejercicio del poder, para el cual, muchas veces se hace necesario pasar por encima de la necesidad de aprobación y afecto de los demás, necesidad ésta que está muy presente en el rol expresivo y mucho menos en el rol instrumental.

- **Renuncia y entrega del propio placer y la sexualidad.**

El tema del placer implica la puesta en juego de muchos aspectos, el deseo, la motivación para el deseo, la seducción, la sexualidad y su vivencia.

Partiendo del análisis de Emilce Dio Bleichmar sobre la incidencia de la violencia sexual en la configuración de la subjetividad femenina intento solamente resumir algunos aspectos clave.

La cuestión de cómo están socialmente establecidas, y nosotras hemos internalizado, las reglas de la seducción, hace que el género femenino en esta, esté

colocado digamos en una inferioridad de condiciones de poder. La mirada (Sontag, S, 1973: 16) es una herramienta de poder, porque mirar es poseer, otorga un significado, vemos cómo en el tema de la seducción sexual, como norma general está en manos de los varones, son ellos, los que tienen por mandato social el derecho más a mirar, elegir, y tomar la iniciativa y les coloca en una situación de ventaja puesto que en el inicio del “juego de la seducción “ están implícitas las normas que regirán la relación afectivo sexual.

Por otra parte, el deseo sexual, casi siempre lo descubren las niñas o adolescentes a raíz de una determinada mirada y /o propuesta de deseo masculino, es decir, como si las mujeres primero viven su deseo sexual desde la posición de objeto sexual más que de sujeto propiamente dicho, o al menos, en los primeros aprendizajes. De esta manera, el desencadenamiento del propio deseo viene más de una motivación extrínseca, es decir más de considerar el deseo que yo provocho en el otro, que el deseo que yo siento hacia el otro.

3.2. LA VIOLENCIA DE GÉNERO: ASPECTOS SOCIALES Y PSICOLÓGICOS.

Este complejo entramado de conformación y sostenimiento de la identidad femenina, unido a la configuración de la identidad masculina, que se define históricamente por parámetros la mayoría de las veces opuestos, nos pone frente a una difícil tarea. Esto es, que sea posible el encuentro íntimo entre hombres y mujeres y que este, suponga una vivencia transformadora y enriquecedora para ambas partes.

Cuando esto no ocurre, porque a toda esta configuración de la identidad, la mayoría de las veces se suman carencias, temas no resueltos con la familia de origen, y las figuras materna o paterna, incapacidades y/o factores de otro tipo, pueden tener lugar situaciones graves de violencia grave.

Para la mayoría de las mujeres, y todas en algún momento de nuestras vidas, hemos sido objetos, incluso muchas veces sujetos partícipes, de algún tipo de violencia de género, siempre ha sido muy difícil, por ejemplo, estar con el otro – en pareja – sin dejar de estar con nosotras mismas. Esto es de suma importancia en el análisis de la violencia en el seno de la pareja. Y aquí entran en juego innumerables factores, desde la socialización diferenciada, hasta nuestro manejo del apego, el miedo, la inseguridad, los vínculos, la fusión y separación, y un largo etc. Pero vayamos por partes.

Porque si hablamos de violencia en profundidad cabría hacer una importante reflexión acerca de qué dirección realmente toma esta violencia, porque hay una diferencia entre violencia directa y violencia simbólica. La violencia directa es obviamente aquella en la que tiene lugar un daño o ataque físico o psicológico que podemos detectar fácilmente, es un gesto que sucede, o se expresa directamente.

La violencia simbólica es esa violencia amortiguada y silenciosa, insensible, e invisible para sus propias víctimas, que se ejerce a través de los caminos puramente simbólicos de la comunicación y del conocimiento, y en último término del sentimiento (Bourdieu, 2000: 12). Violencia que se ejerce a través de actitudes, miradas, gestos, motivadas por un estigma, que además se tiene y no se reconoce públicamente, con lo que es muy difícil de denunciar o evidenciar en la práctica.

Esta violencia simbólica o estructural se fundamenta en las normas y valores socioculturales que determinan el orden social establecido, a través de: desigualdades en las representaciones sociales y la atribución de valor, la división sexual del trabajo y la jerarquización de los valores que se otorga a cada uno de los resultados de esta división, diferencias en el uso del lenguaje, normalización de la violencia contra las mujeres (chistes, comentarios, ...) como algo que en cualquier caso “ no es para tanto”, desigualdad en el acceso a los recursos (feminización de la pobreza), desigualdad en el acceso a puestos de poder y responsabilidad, entre otros.

Desde la imagen del cazador en las cavernas, pasando por la del caudillo y el guerrero, hasta la actualidad donde la mayoría de los gobernantes y economistas, son hombres que siguen detentando los principales puestos de poder y por lo tanto, decidiendo la forma y el curso que toma la humanidad, la historia está conformada por el uso de la violencia, la conquista, la dominación y la guerra.

Tanto es así que la habilidad en el uso y gestión de la violencia es uno de los elementos de formación de la masculinidad – desde el parvulario hasta el desempeño de puestos importantes de poder y decisión -, que se ha venido desarrollando a través de múltiples ritos de iniciación, tales como la pertenencia a pandillas, la demostración de la virilidad, las peleas, el servicio militar,...Llegar el primero o ser el mejor, tener la razón, no dar el brazo a torcer, no reconocer la debilidad, no mostrar los afectos,...son algunos de los mandatos de género que reciben los varones desde que nacen, directa o indirectamente, y que los van preparando para, en el peor de los casos, llegar al ejercicio directo de la violencia.

A todo esto hay que añadir por supuesto el concepto del amor romántico, ya que nuestra vivencia del amor se configura también junto con la interiorización de la idea del amor romántico.

Es imposible hablar de violencia de género y no mencionar el tema del amor. Por supuesto la cuestión del amor es un tema amplísimo y abordado ya desde muchas perspectivas⁴. Desde análisis sobre cómo se construye en occidente la idea del amor romántico hasta trabajos desde una perspectiva más terapéutica sobre el análisis de este anhelo en la psique de las personas, y que todos y todas albergamos, independientemente de si hemos hecho o no un análisis previo de cómo es la construcción cultural que hemos heredado, aprendido e interiorizado.

La idea del amor romántico, presupone el gusto por las desgracias, por los amores difíciles e imposibles, la hiper idealización del amor y de la persona amada. Todo esto, está no solo en la literatura, el cine o la música, está también en los mitos. Un mito es una historia que traspasa incluso las culturas, es una historia que se comparte casi desde la eternidad en el inconsciente colectivo. Los mitos son fábulas simbólicas, simples y patentes que resumen un número infinito de situaciones, que nos han contado, o que a través del inconsciente colectivo, que viaja de generación en generación, siempre supimos.

El ideal romántico nos ofrece un modelo de conducta amorosa – uno a los hombres y otro a las mujeres – que suele estar organizado alrededor de factores sociales y psicológicos, y así, desde que comenzamos a interaccionar con el mundo, aprendemos también lo que significa enamorarse y qué sensaciones y sentimientos están asociados a este hecho.

“Para que sepan todos a quien tú perteneces
Con sangre de mis venas, te marcaré la frente
Para que te respeten aún con la mirada
Y sepan que tú eres mi propiedad privada
Que no se atreva nadie a mirarte con ansias
Y que conserven todos respetable distancia
Porque mi pobre alma se retuerce de celos
Y no quiero que nadie respire de tu aliento
Porque siendo tu dueño no me importa más nada
Que verte solo mía, mi propiedad privada”

⁴ Publicaciones como Cárcel de Amor: relatos culturales de la violencia de género; Estudios llevados a cabo por la antropóloga Mari Luz Esteban, Marcela Lagarde desde lo cultural; y abordajes más psicológicos o transpersonales como el de Fina Sanz con su Terapia del Reencuentro o Bert Hellinger con su estudio del alma. No me puedo extender en este punto, solo mencionar que es un tema abordado ya desde muchas perspectivas, entre las cuales cito solo estas.

Quizá así leído, la letra de esta canción simplemente nos cause rechazo, pero seguramente, en el contexto adecuado, supongamos necesidad de protección externa por sentirse indefensa, baja autoestima, y adornada por las siempre maravillosas notas de un bolero, puede llegar incluso a seducirnos. El tema principal aquí sería, no si nos gusta o no, sino, independientemente de esto, si hemos analizado o estamos en condiciones de analizar psíquicamente, hasta qué punto las mujeres estamos dispuestas a ser la propiedad privada de otra persona, porque detrás de todos estos versos tan hermosos cuando se escuchan en la melodía, duermen plácidamente todos los supuestos previos de la violencia de género y de la violencia en pareja. La pregunta entonces sería no si nos gusta o no la canción, sino si somos conscientes de aquellas partes con las que nos identificamos de manera consciente, y hasta dónde.

Cuestiones como cual es nuestro territorio y cuál es el de la otra persona, cual es aquello que nos gusta y lo que no, qué estamos dispuestas a sacrificar para defenderlo, que nos pasa con el abandono, que nos pasa con la fusión y la separación, el dominio y la sumisión. ¿Sabemos pactar y vivir todas estas cosas dentro de un margen lo suficientemente amplio que nos permita la salud psíquica y la integridad como personas?

Así pues, la tarea, no pasa únicamente por analizar desde la razón y la lógica, los mandatos culturales que hemos heredado, sino que además, el mito del amor romántico, se nos ha quedado grabado en el alma, y habrá que romper algunas murallas internas, a nivel psíquico, donde hemos colocado algunos de nuestros anhelos infantiles, o adolescentes sin resolver, y habrá que llorar, gritar o rabiar, cuando, a través de un proceso terapéutico, a través del arte terapia por ejemplo, se nos vayan rompiendo todos estos esquemas inservibles. Esto es ir mudando de piel, es asumir responsabilidad, es aprender la frustración, llorar el amor o el afecto que quizá nunca tuvimos, el dolor de darnos cuenta hasta donde fuimos capaces de traicionarnos a nosotras mismas para conseguirlo, es, en definitiva una importante transformación personal, un cambio de identidad.

Este proceso va a ir generando vacíos, o momentos de vacío y desesperanza. Lugares en los que sentimos que no sabemos más quiénes somos, ni tenemos dónde agarrarnos. En esos momentos, las metáforas, los símbolos, y todo aquello que está situado en el a veces incompresible mundo de la creación, puede sernos de gran ayuda, a la hora de redefinir significados, vivencias y sentidos.

Toda esta cuestión de nuestra vivencia del amor y las relaciones amorosas, tendrá que ver con la cuestión de nuestro manejo de los vínculos, con cómo es nuestra autoestima, con nuestra capacidad de asumir la responsabilidad de establecer pactos interdependientes, en lugar de anclarnos en ambas polaridades, la búsqueda de la independencia, o la mayoría de las veces, una dependencia patológica.

Cárcel sin carcelero y sin cadenas
Donde como mi pan y bebo mi agua
Día por día... ¡Mientras allá fuera
Se me abren en flor, trémulos, míos
Aún, todos los caminos de la tierra!

(Dulce María Loynaz, Cárcel de aire
Poemas escogidos)

La interiorización de esta idea del amor romántico, implica la vivencia en la mayoría de las personas, del amor, como un sentimiento a menudo exacerbado, asociado con fantasías y éxtasis. Incluso con la idea de que la pareja, es decir, la persona en quién colocamos todo ese ideal, es la persona encargada de que las mujeres seamos más o menos felices, o vivamos una vida, en el sentido amplio de la palabra, más o menos plena.

Este anhelo, de ser de alguna manera, llenada o colmada por el otro, está expresado magníficamente en este poema.

“Tu cuerpo puede
Llenar mi vida
Como puede tu risa
Volar el muro opaco de la tristeza.
Una sola palabra tuya
Quiebra la ciega soledad en mil pedazos.
Si tú, acercas tu boca inagotable
Hasta la mía
Bebo sin cesar
La raíz de mi propia existencia.
Pero tú, ignoras cuánto
La cercanía de tu cuerpo
Me hace vivir o cuánto
Su distancia me aleja de mí mismo,
Me reduce a la sombra.
Tú estás ligera y encendida,
Como una antorcha ardiente,
En mitad del mundo.
No te alejes jamás.
Los hondos movimientos de tu naturaleza
Son mi sola ley.
Reténme.

Sé tú mi límite.
Y yo,
La imagen feliz de mí
Que tú me has dado.
(Sé tú mi límite, José Ángel Valente, Obra poética 1)

La pareja es un espacio particular de poder. Es una relación en la que debemos saber cómo construir pactos, cómo forjar el espacio y el vínculo, intentar estar atentas a qué lugar estamos ocupando, si podemos o no manejarnos con este poder. En este lugar se desarrollan aspiraciones personales, sexuales, pasionales, reproductoras, de trabajo, y se hace necesario, bajo mi punto de vista, poder construir la relación teniendo bien claro el poder y el lugar de lo femenino. Para esto será necesario estar en sintonía con otras mujeres, sentirnos identificadas con otras mujeres, como género, y dar y recibir apoyo, reconocimiento y autoridad en lo femenino, porque si no, el otro polo es intentar mirarnos desde la mirada masculina solamente, que es por otra parte, lo que nos enseñaron – desde la relación con nuestros papás – a hacer desde que éramos niñas.

Porque a las situaciones de violencia grave y extrema no se llega de repente, sino que hay todo un terreno históricamente abonado desde lo social y sostenido por la configuración de la psique individual de las personas, en el que finalmente pueden surgir este tipo de situaciones.

Y quizá, en el intento, como viene siendo mi intención en todo este trabajo, de unir las polaridades, o buscar puntos de encuentro, intersección y equilibrio, habría que trabajar en ambos sentidos. El mundo de lo masculino debería preguntarse entre otras cosas, cómo y para qué ejerce su poder, mientras que el mundo de lo femenino, debería preguntarse – aunque es cierto que en materia de reflexión y autocrítica llevamos históricamente bastante ventaja el género femenino, y muchas de estas preguntas, están planteadas desde hace tiempo – porqué razón no ejercemos nuestro poder en todas sus dimensiones, refiriéndome claramente con esto al concepto de empoderamiento.

“El amor está en lo que tendemos
(puentes, palabras)
El amor está en todo lo que izamos
(risas, banderas)
Y en lo que combatimos
(noche, vacío)

Por verdadero amor.
El amor está en cuanto levantamos
(torres, promesas)
En cuanto recogemos y sembramos
(hijos, futuro)
Y en las ruinas de lo que abatimos
(desposesión, mentira)
Por verdadero amor.”

(José Ángel Valente, El amor está en lo que tendemos, Obra poética 1)

Ejercer violencia es imponer pensamientos o valores por la fuerza, es hacerse valer con el miedo, es no entrar a dialogar, es excluir e infravalorar todo lo que pone en cuestión el poder de quien la utiliza.

Un gesto, un golpe, un insulto, hacer oídos sordos, menospreciar, ridiculizar, marginar, excluir, incapacitar a otra persona, o a su forma de entender el mundo, a su visión, y su dignidad, sus derechos, sus necesidades o su propio cuerpo, son algunos de los múltiples aspectos que entran en juego en el ejercicio de la violencia.

Las consecuencias para las mujeres son graves, y en algunos casos, pueden llegar a ser irreversibles. El miedo puede ser a la vez causa y consecuencia. Este miedo y entrar en esta espiral de violencia, reduce su participación en la vida social, aumenta el miedo, inhibe sus capacidades. Paraliza.

La violencia trastorna la vida de las personas, socavando la confianza en sí mismas y en el ser humano en general. No solo es que las mujeres que han vivido este tipo de situaciones no confíen en los hombres, es que ni siquiera pueden muchas veces confiar en sí mismas o en otras mujeres. La decepción sobre el género humano y el temor acerca de lo que este puede llegar a ser capaz de hacer, será uno de los pilares principales a trabajar desde cualquier trabajo, educativo, psicológico o terapéutico.

El chantaje, el dominio, el control, las amenazas y los golpes, y muchas otras situaciones asociadas a este tipo de violencia traen casi siempre consigo un menoscabo del yo, una desestructuración de la identidad y de la personalidad, que en la mayoría de los casos, comienza a pensar y actuar, no desde sí misma o sus propios parámetros, sino desde los parámetros, opiniones, ideas y/o criterios del agresor.

Esto provoca una pérdida de sí mismas, la pérdida del sí mismo, y la vivencia de un falso self, en el sentido winnicottiano. La persona se aleja de su propia autenticidad, el sentido de su vida no es más manejado por ella misma. Si bien, visto en profundidad, este falso *self*, esta incapacidad para auto sostenerse, debía de estar previamente instalada en la psique de las personas, o al menos, la posibilidad de que se evidenciara o extremara.

En muchas ocasiones, la víctima integrará en su psique un superyo, más fuerte y castigador incluso, que la culpabiliza constantemente de todo lo que acontece. Como sabemos no existe oprimido sin opresor, y no existe víctima sin verdugo. Lo grave es que el verdugo no está solamente fuera, en la persona del agresor, sino que está también dentro, en el superyo de la víctima, que a fuerza de intentar evitar, predecir, o entender, algo que es totalmente impredecible o comprensible, a saber, el comportamiento del agresor, se ha enajenado de sí misma.

Lo paradójico, y por otra parte necesario entender en toda su magnitud para trabajar en este campo, es que el fin último de ambos, tanto de la víctima como del agresor, es la búsqueda de amor y afecto, solo que cada uno, lo intenta neuróticamente por caminos diferentes.

Que la vida no vaya más allá de tus brazos.
Que yo pueda caber con mi verso en tus brazos,
Que tus brazos me ciñan entera y temblorosa
Sin que afuera se queden ni mi sol ni mi luna...

Que me sean tus brazos horizonte y camino,
Camino breve y único horizonte de carne:
Que la vida no vaya más allá... ¡Que la muerte
Se parezca a esta muerte caliente de tus brazos!
(Dulce María Loynaz, Deseo
Poemas escogidos)

Nuestra vivencia del amor y cómo construimos nuestras relaciones amorosas, estará íntimamente relacionado con la relación con nuestra familia de origen, con el afecto, nuestros lugares y personas de referencia, y con el carácter y estilo de apego concreto que hayamos ido desarrollando a lo largo de nuestra vida.

Cuando las personas han vivido en contextos violentos, ya sea desde su infancia, como ocurría con una de las mujeres que asistían al taller, o ya sea en sus relaciones de pareja en la vida adulta, han estado expuestas a situaciones traumáticas, que normalmente vienen a agravar toda esta complejidad en la construcción de vínculos amorosos sanos.

La competencia relacional de la vida adulta surge a partir de los patrones de apego de la infancia. El sistema inmunológico del individuo está mediado a través del apego, y en el vínculo del apego (Holmes, 2009: 15), se encuentra la clave de la seguridad psicológica.

Las variantes patológicas de la conducta de base segura incluyen adicciones graves, atracones de comida, autolesiones o maltratos dirigidos a uno mismo o a los demás, en especial a aquellas personas con las que se pretende vincular, o que forman parte de la realidad vincular de la persona.

En relación a esto, ya Winnicott apuntaba en dirección a considerar que el arte puede suponer una muy buena alternativa a esta búsqueda de la seguridad, una vía más sana de adecuación para el individuo.

“En este punto mi tema (*de los objetos transicionales*) se amplía y abarca el del juego, y el de la creación y apreciación artísticas, y el de los sentimientos religiosos, y el de los sueños y también el del fetichismo, las mentiras y los hurtos, el origen y la pérdida de los sentimientos afectuosos, la adicción a las drogas, el talismán de los rituales obsesivos, etc.”

(Winnicott 1971: 22)

La vivencia de situaciones violentas y traumáticas destruye parte del sistema que regula la seguridad de las personas. Las personas ya no confían en que su base segura las proteja, ya no confían en el género humano y en las relaciones personales. Su capacidad para vincular de manera sana y satisfactoria se puede ver seriamente afectada, y esta afección, puede tomar múltiples y variadas formas, desde las conductas más evitativas, hasta las conductas más arriesgadas.

La palabra trauma proviene etimológicamente del griego, y significa literalmente “herida”. Los traumas vividos a lo largo de la vida, irán formando una especie de nudos en el alma o la psique de las personas, cuya disolución requerirá de mucha valentía y paciencia, tanto por parte de la persona afectada por ellos como por parte de aquellas que pretendan trabajar con estas.

“El trauma psicológico es la aflicción de los que no tienen poder. En el momento del trauma la víctima se encuentra indefensa ante una fuerza abrumadora. Cuando esa fuerza es la de la naturaleza hablamos de desastres. Cuando pertenece a otro ser humano hablamos de atrocidades. Los acontecimientos traumáticos destrazan los sistemas de protección normales que dan a las personas una sensación de control, de conexión y de significado”

(Herman, J. 1992: 63)

La vivencia traumática tiene lugar ante la vivencia del terror, pero un terror ante el que no se tiene libertad de acción, un terror, que siempre es impredecible, tanto en lo que se refiere al momento de aparición, como a la forma, como a su intensidad, y que por lo tanto, va provocando en las personas que lo sufren, una inadecuada respuesta para ellas. Cuestiona los esquemas del yo, y del yo frente al mundo.

Podemos definir el concepto de trauma (Pérez Sales, 2006: 50) como la vivencia de una experiencia que constituye una amenaza para la integridad física o psicológica de la persona, a la que se asocian entre otros aspectos, emociones extremas, vivencias de terror y caos, indefensión, fragmentación del recuerdo, desconcierto, desamparo, pérdida del control sobre la propia realidad o la propia vida.

En estos casos, la acción, la defensa por parte de la persona, no sirve de nada, y esto da lugar a cambios, profundos y duraderos, que desajustan las respuestas de tipo fisiológico, emocional y cognitivo, provocando un desajuste en toda la personalidad como ente integral, que de ahora en adelante, estará perfectamente preparada y adiestrada para la disociación. Estas funciones, emocionales, cognitivas y sensoriales, que en un sistema sano, tienden a funcionar en conexión, sufren una especie de extrañamiento, las unas de las otras. El sentir, está desconectado muchas veces de la experiencia real o del discurso verbal.

En la mayoría de los casos, esos síntomas, que tienen que ver con una alteración patológica de la percepción, afectan al juicio personal y a la capacidad de discriminar, y los impulsos aparecen a menudo desconectados de la causa que los puede llegar a haber originado, pues la persona, ha perdido la capacidad e integrar de manera satisfactoria los acontecimientos de su vida. Es muy importante para las personas que han estado expuestas a traumas graves y duraderos, poder construir una historia personal, que tenga un significado constructivo para ellas, aún a riesgo, de pasar por el dolor y la vergüenza de relatar situaciones muy duras y denigrantes.

“No le dolieron en la cara, sino al lado del alma, en ese rincón que no se le puede enseñar a nadie”

(La voz dormida, Dulce Chacón)

Al mismo tiempo, a la hora de hablar de recuperación, no solamente es necesaria la reconstrucción de un yo que ha quedado fragmentado, sino también la reelaboración del sentido de ese yo, en conexión con el mundo de relaciones en el que se constituyó, esto es, en la vida en comunidad.

Esto sucede muy a menudo con las mujeres víctimas de violencia de género, a las que me referiré especialmente por el contexto de las prácticas, si bien, queda claro que cualquier persona, niños, hombres, niñas, pueden sufrir traumas o experiencias traumáticas a lo largo de su vida.

La mayoría de las veces la humillación de reconocerse como víctima de abusos y/o violencia es enorme, y muy dolorosa de mostrar.

No solamente por el dolor que supone el recuerdo o la traída al presente de las situaciones vividas, sino que también, por todo lo que de tabú rodea a este tipo de situaciones. La persona, y sobre todo si la sexualidad era una de las formas o vías de agresión, se siente sucia, porque sigue habiendo una parte de ella que se considera culpable, que siente que provocó la situación. La respuesta social corresponde al ámbito del tabú, y en este se mezclan el morbo, la estigmatización y categorización de la persona, las ideas reaccionarias que aún hoy existen acerca de la violencia ocurrida en la intimidad de la pareja, influyen también en los sentimientos de vergüenza y culpa que rodean casi siempre al hecho traumático.

Quizá lo que más trabajo cueste, en una primera parte del proceso de recuperación, tenga que ver con ser capaz de recordar, reconstruir y rescatar del silencio la vivencia o hecho traumático, y esto es precisamente algo que comienza a resolver en la persona traumatizada, uno de los nudos en los que se enredó, esto es, la vivencia polarizada entre la necesidad de contar y la vergüenza que esto provoca. Ser capaz de contarlo, narrarlo o expresarlo, resulta uno de los primeros pasos en la recuperación de la propia dignidad.

“Pero el equilibrio es justamente lo que falta en la persona traumatizada. Se encuentra aprisionada entre los extremos de amnesia y de revivir el trauma”

(Herman, J 1992: 85)

Las experiencias traumáticas suelen tener un carácter inenarrable, incontable y/o incomprensible para los demás. Como no se trata de vivencias integradas en la narrativa vital de la persona, que muchas veces, como hemos dicho, conviven con una desconexión del pensamiento, la percepción y la emoción, ponerle palabras, o narrarlo como una historia que ha sucedido en un momento concreto de sus vidas, puede resultar difícil.

“El Arte Terapia ofrece una vía de expresión que sortea en gran medida la limitación del bloqueo verbal, ya sea patológico, farmacológico o autodefensivo; permite capturar a través de la imagen plástica las imágenes sensoriales reminiscentes, favoreciendo el

recuerdo y la construcción de un relato coherente que posibilite la comprensión de lo ocurrido. Comprensión que abre el camino a la integración de la experiencia como una historia personal que ha tenido un inicio, un desarrollo y un final y que rescata de la invisibilidad el hecho traumático, facilitando la reinserción de la víctima en sociedad y abre las puertas a la rehabilitación terapéutica”

(Cury Abril, Mónica 2007: 85)

CUERPO PRÁCTICO

4. CONTEXTO Y ANÁLISIS DE LAS PRÁCTICAS

A continuación me referiré al análisis del contexto de las prácticas del Master de Arte Terapia, describiendo el recurso y la población con la que he trabajado. Además hago referencia a mi posicionamiento epistemológico y la orientación terapéutica con la que he abordado la práctica.

4.1. RECURSO Y POBLACIÓN

El taller de prácticas de Arte Terapia se ha llevado a cabo en los Pisos Tutelados para mujeres víctimas de violencia del municipio de Alcalá de Henares. Estos pisos son un recurso puente, dentro de todas las acciones que contempla el Plan Integral de Erradicación de la Violencia de Género del Ayuntamiento de Alcalá de Henares, destinado a la atención y protección de las mujeres víctimas de violencia.

La coordinación de los pisos corresponde a la Concejalía de Igualdad del Ayuntamiento de Alcalá de Henares y la gestión es llevada a cabo por la Asociación Provivienda de Madrid. Ambos organismos trabajan en coordinación con la Dirección General de la Mujer de la Comunidad de Madrid.

Desde este proyecto, se pretende que los pisos sean una herramienta para el trabajo de habilidades sociales, el apoyo psicosocial y el desarrollo de un proceso educativo en el que las mujeres encuentren un espacio de confianza desde el que poder recuperar su autonomía en la mayor medida posible. Para esto se plantean una serie de objetivos como son:

- Ofrecer espacios seguros, sustitutivos temporales del hogar en los que se garantice la absoluta privacidad.
- Generar y favorecer relaciones en estos espacios que promuevan la convivencia enriquecedora y positiva entre las residentes.
- Fomentar la participación activa de las mujeres.
- Promover intervenciones orientadas a la integración social, familiar y laboral.
- Ofrecer un espacio de reflexión orientado al aprendizaje de nuevos modelos de relación.
- Favorecer la autoestima y el empoderamiento de las mujeres.

El equipo de trabajo del piso está compuesto por una psicóloga y tres educadoras sociales.

En el momento de comenzar las prácticas y hasta la finalización del taller, asisten dos mujeres al taller, que son las que en ese periodo de tiempo están habitando en los pisos.

Ambas tienen orden de protección, una de ellas está en el meridiano de su estancia y la otra prácticamente acaba de llegar. Una es de nacionalidad hondureña y vive aquí con sus tres hijos, y la otra es de nacionalidad rumana.

En el apartado del diseño de la práctica se describen pormenorizadamente ambos casos, así como la narración de lo que supuso el taller con cada una de ellas.

4.2. POSICIONAMIENTO TERAPÉUTICO.

4.2.1. Posición epistemológica.

Las personas somos el resultado de la combinación de una biología que se desarrolla en un contexto sociocultural determinado. En la persona se contemplan por tanto tres dimensiones, siendo un conglomerado bio – psico – social, que se desarrolla de manera conjunta. Pues es a través de nuestro cuerpo (biología) como vamos entrando en contacto con el mundo que nos rodea (social), siendo nuestra psique, bajo mi punto de vista, el lugar simbólico en el que tratamos de ir configurando y entendiendo esta relación que establecemos con el mundo.

Así pues, mi forma de entender al ser humano y de acercarme a su realidad ha sido siempre de tipo constructivista relacional. En este sentido, me he preocupado siempre de entender la importancia de la socialización, de cómo las personas asumen roles, deseos, expectativas, ideas, que heredan de generaciones anteriores.

Mi práctica de la terapia gestáltica en los últimos años, y el estudio de las ideas psicológicas o diferentes corrientes terapéuticas, me ha hecho acercarme a otra manera más fenomenológica de entender al ser humano y de vivir mi propio papel como arte terapeuta.

Así pues, entiendo, a la hora de acercarme desde este rol a una persona o un grupo, que, puedo tener en cuenta las causas sociales y estructurales que han provocado o han supuesto algún motivo para que la persona se encuentre en esa situación - enfermedad, soledad, sufrimiento, toxicomanía, víctima de violencia -, pero esta comprensión no supone para el individuo, en mi opinión más que un punto de partida para su propia curación, integración, mejora y/o desarrollo personal de sus potencialidades.

Entiendo pues, que en este proceso de cambio de mirada que ha tenido lugar en mí, mi atención se ha ido desplazando, a través de fijarla en lo que sucede en el acto creador, en eso tan difícil de describir a través del lenguaje, ya sea oral o escrito, que sucede entre el sujeto y el objeto creado.

Lo que quiero decir es que quizá en una primera fase del camino arte terapéutico, la persona puede darse cuenta de qué camino, qué estructuras mentales, qué fijaciones, necesidades, le llevaron a su situación actual.

Esto le puede otorgar un punto de partida para el trabajo terapéutico. Sin embargo, la práctica de la arte terapia, nos coloca inevitablemente, en la búsqueda de la esencia, nos lleva a colocarnos en ese punto cero de indiferencia creativa, ese punto de vacío, desde el cual, ir construyendo otra forma de vivir, más libre de las ataduras culturales y de las construcciones previas de la realidad que nos habíamos construido.

Así pues, mi planteamiento a la hora de actuar, es sobre todo un planteamiento fenomenológico. Este parte sobre todo de la filosofía existencialista, que concibe al ser humano como un *ser en proyecto*, como un ser que tiene que ir negociando en su contacto con el mundo y la realidad que le rodea, desarrollando así un proyecto de vida, en mayor o menor grado decidido, en la medida en que su propia psique, su contexto, sus capacidades, le vayan posibilitando permitirse mayores parcelas de libertad.

Este posicionamiento exige por parte del arte terapeuta un análisis de los propios prejuicios y/o ideas previas sobre la realidad o problemática de las personas con las que está trabajando. Este trabajo nos permitirá mirar a la persona desde sus potencialidades y no tanto desde los síntomas que presente.

“Las posibilidades de crecimiento psicológico de un individuo están en proporción (directa) a la medida en que las presuposiciones pueden ser puestas entre paréntesis (...) Como terapeutas, tenemos que examinar nuestro trabajo una y otra vez con el objeto de reconocer qué es lo que damos por supuesto, qué presuposiciones estamos haciendo. Esto no es fácil. Es la tentativa de ver lo que no estamos viendo”

(Brazier 1993: 2)

También el enfoque de la resiliencia nos ofrece una comprensión más actual y sistémica del ser humano, destacando la complejidad de la interacción humana y el papel activo de las personas en su propio desarrollo.

“La resiliencia es entendida como el proceso que permite a ciertos individuos desarrollarse con normalidad y en armonía con su medio a pesar de vivir en un contexto desfavorecido y/o deprivado socioculturalmente y a pesar de haber experimentado situaciones conflictivas desde su niñez.”

(Uriarte 2005: 61)

Victor Frankl (Frankl: 1946) sentó las bases para la aparición del concepto de resiliencia a raíz de sus reflexiones como ser humano que había sobrevivido al holocausto nazi. Más tarde, y después de una experiencia similar en los campos de concentración, habló ampliamente a través de numerosas publicaciones Boris Cyrulnik, superviviente también del genocidio nazi, y más actualmente otros autores, como Jorge Barudy, y este autor que cito anteriormente.

En el artículo del cual está extraída la anterior cita, el autor hace un recorrido en el que trata de categorizar distintos tipos de resiliencia, distintas capacidades observadas en el ser humano, que pueden explicar que una persona sea o no resiliente. Habla de la dureza, las competencias personales, la capacidad de ajuste personal, el temperamento, los conceptos de invulnerabilidad y protección, de cómo se construye la resiliencia....

Me parece muy interesante su artículo, pero en mi opinión este concepto es difícil de categorizar en el sentido de que no creo que haya una explicación concreta de porqué una persona es capaz de sobrevivir a una guerra, a un maltrato, a una situación traumática, y otra no. En algunas ocasiones, estas u otras características pueden o no estar, en función de la persona concreta. No creo que podamos decir que existiendo un número de características “x” en una persona, esto signifique automáticamente que será capaz de desarrollar una actitud resiliente.

“La adversidad es como el oro negro de la vida. A primera vista el petróleo que sale de la tierra, puede resultar desagradable, pero bien utilizado, proporciona energía y se convierte en riqueza para quienes lo explotan”.

(De la Torre, S [http://www.encuentros-multidisciplinares.org/Revistan%BA32/Saturnino de la Torre.pdf](http://www.encuentros-multidisciplinares.org/Revistan%BA32/Saturnino%20de%20la%20Torre.pdf): 3)

Creo sinceramente, que esta capacidad no atiende a causas explicativas, aunque sí pienso que desde la educación, la psicoterapia y el Arte Terapia, se puede impulsar su desarrollo.

4.2.2. Abordaje o enfoque terapéutico.

Lo que sí entiendo que es clave a la hora de hablar de resiliencia es su origen humanista, ya que la psicología humanista ha defendido en el ser humano desde hace mucho tiempo, la existencia de una fuerza que lleva a la autorrealización. Maslow (1971) lo llamó autorrealización, Jung lo llamó individuación y Perls (1975) lo llamó regulación organísmica.

“Todo lo que venimos diciendo puede resumirse en estos términos: la neurosis se considera en gestalt una fractura de la autorregulación organísmica, o dicho de otra forma, el entorpecimiento de la sabiduría natural del organismo.”

(Peñarrubia, F 1998: 118)

Entiendo esto de la regulación organísmica en relación a la teoría que Claudio Naranjo (2009) ha difundido ampliamente, en la que se considera la existencia en el individuo de tres centros de acción: cuerpo, razón y emoción.

Muchas de las personas hoy en día enferman, entre otras muchas causas y factores, por estar demasiado ancladas en la cabeza, en el pensar, y hemos perdido la capacidad de poner nuestras emociones en un lugar prioritario de nuestras vidas, y por supuesto, totalmente nuestra conexión con la naturaleza y lo instintivo. En la posibilidad de reequilibrar estos tres centros, dando atención a la sabiduría interna del organismo, podremos hallar el camino para la salud y la transformación personal.

Esta salud, entendida como ya dijo Maslow (1971), como la capacidad e la persona para el desarrollo de todas sus potencialidades.

“Tengo la impresión de que el concepto de creatividad y el de persona sana, auto realizadora y plenamente humana están cada vez más cerca el uno del otro y quizá resulten ser lo mismo.”

(Maslow 1971: 83)

Así pues, el Arte Terapia de orientación humanista o gestáltica, pondrá especial atención, en esta capacidad innata del individuo, confiando plenamente, y

transmitiendo esta confianza a las personas implicadas en estos procesos de transformación a través del arte, en las potencialidades de la persona.

No quiero extenderme demasiado al respecto, porque no se trata de hacer un recorrido por cómo es este tipo de psicoterapia, y el tema es amplísimo. Señalaré los principios básicos, y trataré de poner en relación sobre todo el enfoque de la llamada Indiferencia Creativa de Friedlander (Perls, 1975).

De este enfoque toma la Gestalt su trabajo con las polaridades. Y esto sí me parece importante porque es la herramienta principal con la que he trabajado en mis sesiones de Arte Terapia. Así pues, resumidamente, escribo a continuación las características fundamentales de este tipo de enfoque, con el que he tratado de trabajar a lo largo de mis prácticas.

- El principio del ahora.
- Yo – tú (comunicación directa).
- Lenguaje impersonal y personal.
- Empleo del continuo atencional.
- No murmurar:
- Convertir las preguntas en afirmaciones.

En general la gestalt se fía más del movimiento corporal, la emoción, y el impulso, desconfiando muchas veces de la palabra, que a veces oculta más que muestra, al estar en el ámbito de la racionalización

Por último, el aspecto clave de la psicoterapia gestalt que más me ha servido en la práctica de la Arte Terapia, es la Indiferencia Creativa de Friedlander, que más adelante, Perls (1975) puso en relación con las ideas taoístas y la autorregulación orgánica, y lo incluyó en lo que fue el pilar teórico del trabajo con las polaridades, tan común y presente en Gestalt.

“Todo evento se relaciona con un punto cero a partir del cual se realiza una diferenciación en opuestos. Estos opuestos manifiestan, en su concepto específico, una gran afinidad entre sí. Al permanecer atentos al centro, podemos adquirir una capacidad creativa para ver ambas partes de un suceso y complementar una mitad incompleta. Al evitar una visión unilateral logramos una comprensión mucho más profunda de la estructura y función del organismo.”

(Peñarrubia, F. 1998: 65)

Por último hablar de lo que para mí ha supuesto una práctica y un esfuerzo grande, y que consiste en desarrollar una escucha más limpia, más libre de las propias ideas previas o preconcebidas, que como seres humanos tenemos. Esto se logra con

mucha práctica, y se trata de poner atención a lo que está sucediendo en el presente, sin tener en ese momento en la cabeza las propias explicaciones causales, que nuestro estudio previo de los fenómenos, hace que tengamos de antemano.

El método fenomenológico se basa en la descripción de la experiencia inmediata tal como aparece en el presente. La descripción detallada y comprensiva de esta, puede ayudarnos a desarrollar este enfoque y a centrarnos más en el presente, tanto a la persona que como arte terapeuta está acompañando, como al paciente o participante en los grupos de arteterapia.

Desde una postura gestáltica la escucha es una actitud que tiene mucho que ver con escucha interna. Un terapeuta gestáltico ha de tener la capacidad de combinar a la vez la escucha interna con la escucha externa. Es decir, ha de ser capaz de tener en cuenta lo que ella está pensando cuando está a la vez escuchando al otro o la otra, de tomar conciencia de sí y de los procesos que en ella despierta esta escucha. Es decir, ha de estar totalmente disponible para el otro / otra, pero sin olvidarse de sí.

De alguna manera es como si la acompañante o terapeuta tratara de estar en una situación de vacío, de apertura, algo así como lo que se consigue en la actitud meditativa, para desde ahí poder hacer una devolución útil para el paciente, que nunca, ha de ser una interpretación propia. Por eso, se hace necesario poder estar libre, o al menos consciente, de qué ideas previas tenemos respecto a lo que se está tratando.

Por eso, el Arte Terapia, guarda relación con todo esto, porque sobre todo, se trata de mirar a la persona, fijándonos sobre todo en sus potencialidades como ser humano, y no tanto en sus debilidades o síntomas. Esto, que parece sencillo así escrito, es bajo mi punto de vista algo a revisar de forma continua en nuestra práctica profesional.

5. DISEÑO DE LA PRÁCTICA

En concordancia con lo expuesto en algunos de los epígrafes anteriores, el diseño de la práctica fue un plato *cocinado a fuego lento*. Recogí y replanteé una serie de cuestiones ya señaladas anteriormente que yo me preguntaba acerca de las

vivencias de estas mujeres insertas en este tipo de situación. Más adelante elaboré unas entrevistas, para poder recoger información en torno a conceptos clave que me parecía que podían estar relacionados con estos cuestionamientos y/o con sus vivencias. Realicé dos sesiones exploratorias y de toma de contacto. A partir de ahí, elaboré los objetivos individuales o específicos para cada una de ellas.

5.1. INTERROGANTES PREVIOS

De antemano me preguntaba de qué manera estas mujeres tenían interiorizados determinados mandatos de género que podían resultar nocivos para ellas a la hora de vivir sus relaciones, y sobre todo con qué grado de rigidez y/o consciencia. Me preguntaba si llegado el caso, a través de las reflexiones que pudieran surgir en el taller, su consciencia de género podría ampliarse para obtener unos parámetros objetivos, aparte de subjetivos a la hora de entender su situación. Cómo sería su relación con sus madres, con otras mujeres y con el mundo femenino en general.

Me interesaba cómo se presentaban a sí mismas, cómo hablaban de sí, ya que esto podía darme información acerca de su autoestima.

Cuál sería el modo, en todo, caso en el que ellas explicaban lo que las había llevado a vivir una situación así. Si tenían capacidad de reflexión o no ó qué consciencia tenían acerca de todo lo que rodeaba a los hechos que habían vivido. Esto me llevo a preguntarme sobre el significado de la palabra víctima. Me preguntaba si habrían asumido esta identidad con todo lo que ello implica - persona mirada desde el punto de vista del otro, o que solo es víctima y no partícipe de una situación, indefensa, carente de poder -, y cómo se habrían acomodado a esta identidad en caso de haberlo hecho. Y en cualquier caso, qué entendían ellas por esto de la violencia de género o violencia contra las mujeres.

En seguida me di cuenta de cómo el haber vivido situaciones de este tipo estaba de algún modo relacionado con un cierto secretismo o halo de misterio, tabú, silencio. No solo por el hecho de mantener todo el rato oculta su identidad, su domicilio..., en prevención de que su agresor pudiera volver a aparecer. Yo misma sentía que no debía mencionar directamente temas relativos a los hechos sucedidos, y elaboré una entrevista con preguntas abiertas para explorar otro tipo de vivencias o pensamientos más generales, haciéndoles hincapié en todo caso en que no era necesario que contaran nada que no quisieran contar.

De este modo, me daba cuenta de cómo cumplía esa especie de acuerdo tácito que dice que hay cosas innombrables. Al mismo tiempo me daba cuenta de lo paradójico de todo esto, al hilo de las teorizaciones sobre las vivencias de personas violentadas o traumatizadas que se suelen ver divididas entre el deseo y la vergüenza de contar.

Me preguntaba por supuesto si el taller les serviría para encontrar, a través de ese espacio, una mirada más propia y personal desde la que sostenerse. Me preguntaba si presentarles a otras mujeres que a través de la creación habían resuelto angustias, miedos, necesidades, deseos, les motivaría a explorar una vía creativa a ellas también en su búsqueda del equilibrio. Es más, volviendo al inicio, ¿serían conscientes de la necesidad de ese equilibrio?

Me preguntaba, cuál sería su vivencia y su narrativa sobre el amor y las relaciones amorosas, así como cuál sería su relación anterior con la música, el baile, la pintura o cualquier tipo de expresión artística.

Mientras me hacía todas estas preguntas pensaba además y sobre todo en la manera en que su relación con la arte terapia y el vínculo que pudieran generar conmigo y con ellas mismas a través de sus obras, podría ayudarlas a mejorar su grado de bienestar emocional.

Para obtener un acercamiento a todo este tipo de cuestiones elaboré una entrevista semi estructurada con preguntas abiertas y que fue el primer contacto que tuve con ellas. Para ver el guión de la entrevista ver ANEXO 1.

5.2. OBJETIVOS

Objetivo principal

- ✓ Ofrecer un espacio terapéutico, desde la importancia del vínculo, el respeto y la seguridad, en el que acompañar, y ayudar a canalizar y contener también, la expresión de las emociones y conflictos que puedan ir emergiendo a lo largo del proceso.

Objetivos específicos

1. Trabajar la identidad de género, aportando las visiones y experiencias de otras mujeres desde el punto de vista artístico y terapéutico y motivando la reflexión individual y grupal de aspectos relacionados con su propia identidad.

2. Servir de vehículo y sostén de un “espacio” que les permita construir y apreciar, a lo largo del proceso del taller, recorridos simbólicos subjetivos sobre su propia narrativa vital.
3. Potenciar su autoestima e invitarlas a valorar y poner en práctica su poder, trabajando de forma transversal a lo largo de todo el proceso, con el empoderamiento y la confianza.
4. Impulsar, a partir de las obras artísticas, la capacidad de mirar la realidad desde distintos puntos de vista.
5. Evidenciar los conflictos, individuales y grupales que puedan ir surgiendo a lo largo del proceso creativo, trabajando con ellos desde la invitación a su abordaje y reflexión, siempre en la medida en que ellas lo vayan “pidiendo” o vayan estando en el momento propicio para ello.
6. Motivar el interés por el arte, la creación, y la expresión simbólica, promoviendo el diálogo, principalmente con su propia obra, y secundariamente con la de sus compañeras u otras artistas que puedan resultar interesantes o sugerentes en relación a los temas que vayan surgiendo.
7. Evidenciar la relación con su cuerpo, reflexionar y trabajar especialmente lo corporal, motivando mayor flexibilidad, en la medida de lo posible, sobre los límites, el contacto, las percepciones y las vivencias internas.

Objetivos que sería pertinente lograr para cada una de ellas

A.

1. Desarrollar la capacidad de conectar, cuerpo, palabra y emoción, o al menos la conciencia de la desconexión que muestra o vive entre estas tres cosas.
2. Intentar que su narración subjetiva adquiriera un sentido de continuidad para ella.
3. Disminuir su sensación de culpa con respecto a su papel de madre.
4. Disfrutar, compartir y valorar su capacidad para el juego, el disfrute y el placer.
5. Mejorar su autoestima y valorar su individualidad y especificidad, sus propias decisiones.
6. Practicar la asertividad.

C.

1. Concienciarse de su poder, y otorgarle oportunidades para reflexionar sobre él y apropiarse de la forma en que lo usa.
2. Poder expresar sus emociones y pensamientos, sin sentirse culpable.
3. Apreciar la importancia del aspecto lúdico y placentero de la vida.
4. Reflexionar sobre su relación con el deseo.
5. Mejorar su autoestima.

5.3. ESPACIO Y SECUENCIACIÓN DE LAS ACTIVIDADES

El espacio en el que se llevó a cabo el taller era el salón de uno de los dos pisos en los que se encontraban alojadas las mujeres. Esto impidió definitivamente que el espacio fuera previamente neutro para ellas, ya que durante otros momentos del día lo habitaban de otra manera y con otra actitud. Por mi parte, siempre intenté crear la atmósfera adecuada, a través de diferentes acciones, para que lo identificaran al menos en el momento del taller como un espacio para ellas, para dejarse ir, para poder fluir y entrar en comodidad y confianza.

Como contrapartida, las condiciones espaciales eran especialmente cómodas. La temperatura y la luz eran ideales, además de disponer de una gran mesa junto a la ventana donde se podía trabajar y dibujar con luz directa.

El taller tuvo comienzo el 16 de Febrero de 2012 y finalizó el 24 de Mayo de este mismo año, teniendo una duración por lo tanto de casi 4 meses. Las sesiones tenían lugar una vez por semana, los miércoles por la tarde (si bien después se cambió al lunes por temas organizativos y funcionales), y fueron un total de 14 sesiones. Para cada sesión elaboraba una ficha detallada donde se recogían diversos aspectos. VER ANEXO 2. Por problemas de espacio en este trabajo no puedo incluir todas y se incluye la primera a modo de ejemplo. No obstante para ver un listado de las sesiones realizadas en el taller, cada una de las cuales dispone de una ficha similar VER ANEXO 3.

En principio estaba previsto que el taller durara 1 hora y media, comenzando a las 17.30, si bien es cierto que a medida que avanzaban las sesiones las mujeres se

iban sintiendo más cómodas y más a gusto con el espacio y con la creación y solía alargarse más allá de este tiempo. La dinámica del taller estuvo dividida en tres fases:

- Una primera fase de conocimiento, exploración y acogida, destinada a la toma de contacto, conformación del grupo. Como en este caso eran dos mujeres que no convivían juntas pero convivían de alguna manera en el mismo recurso (cada una estaba en un piso diferente hasta las dos últimas sesiones en que empezaron a vivir en la misma casa), la intención por mi parte era crear un espacio de encuentro diferente entre ellas, desde otra actitud y otros parámetros. Esta primera fase también estaba destinada a la exploración de las técnicas artísticas y la apertura de la expresión en general.
- Una segunda fase de mantenimiento, desarrollo y profundización. Al conocer más a las participantes, y ellas entre sí, la confianza ya había aumentado y se pudieron ir tocando temas más profundos. Esto también permitió que surgieran los conflictos más graves tanto entre ellas, como conmigo en alguna ocasión.
- Y una tercera fase de integración, cierre y despedida. En este caso coincidió con una postura por mi parte de menos intervención, pues dejé las últimas sesiones de llevar propuestas cerradas, lo que permitió que surgieran con más nitidez incluso los temas que para ellas eran recurrentes.

5.4. INSTRUMENTOS DE RECOGIDA DE DATOS

Los instrumentos de recogida de datos fueron los siguientes:

- Una **entrevista semi estructurada** inicial, con la que perseguía una toma de contacto, establecer un clima de confianza y explorar el nivel de conciencia de las mujeres sobre su situación, así como la mayor o menor presencia de estereotipos de género. En la entrevista se ponían en juego cuestiones relativas a su autoestima, las ideas existentes acerca del amor, los valores, el poder, las relaciones amorosas, el deseo, y su relación con la expresión artística musical y plástica. Ver ANEXO 1.
- **Diario de campo.** Después de cada sesión volcaba en un diario el acontecer de cada sesión así como los aspectos significativos, unido a la fotografía de la obra que habían realizado ese día. Para ver un ejemplo de cómo reflejaba eso cada día, ver ANEXO 4.

- **Registro gráfico.** Las obras y dibujos realizados por cada una de ellas cada día, eran fotografiadas y recogidas en mi ordenador.

5.5. ANÁLISIS DE LA PRÁCTICA.

A lo largo de todo el taller trataba de poner en práctica la observación participante en aquellos momentos en los que me resultaba posible. A este respecto tengo que decir, que la actitud de las mujeres durante el taller me permitió una buena calidad de esta observación, ya que trabajaban de manera muy autónoma y en silencio, muy concentradas.

El análisis de la práctica parte por lo tanto de la triangulación reflexiva sobre aspectos observados - tanto corporal como verbalmente -. Apoyado esto porque a veces era posible recoger algunas palabras textuales sobre la forma en que narraban ciertas cosas, ya fuera de su cotidianidad o de sus trabajos creativos. Y por último, el soporte gráfico de fotografía de sus creaciones semanales. Intentar que hubiera concordancia entre estos tres aspectos.

Al comenzar a escribir este epígrafe mi primera idea era ir recogiendo sesión por sesión. Sin embargo cuando iba por la tercera, intuitivamente – no solo por la obvia falta de espacio – me di cuenta que me interesaba más tomar un hilo e ir narrando una reflexión de lo que había supuesto el taller en la que las imágenes y diferentes momentos y trabajos de las mujeres fueran introduciéndose en el lugar y el momento adecuado de ese hilo que iba avanzando. Me parece que esta forma de narrar tiene mucho que ver con algo que es muy propio del Arte Terapia que es que los caminos para llegar a las cosas nunca son rectos y nunca son directos, sino que van serpenteando sobre lo que va surgiendo en el camino.

Los principales aspectos que trato de analizar tienen que ver con momentos en los que se evidencia alguna polaridad, que hemos ido tratando de limar a lo largo del taller, momentos en los que existe algún fogonazo de conciencia por su parte, momentos importantes de conflicto, momentos que evidencian cómo la creación con las imágenes nos puede llevar a verbalizar situaciones traumáticas,...En definitiva voy resaltando aspectos, alineados con los correspondientes ejemplos, que de alguna manera han sido bastante nombrados a lo largo del trabajo, sobre todo en la parte de género y violencia de género.

Antes de pasar a hacer el recorrido por las sesiones, paso a describir la historia de cada caso.

A: Es una mujer de 36 años, de origen hondureño. Llegó a España hace 5 años, buscando mejores oportunidades de vida y también huyendo un poco de su ex marido. Se casó siendo muy jovencita, con un hombre que le llevaba más de 30 años. Respondiendo casi con seguridad a pautas culturales locales de encontrar un hombre que se haga cargo de ella como mujer, con la familia de origen implicada en esa decisión. Tiene una historia de maltrato y abusos desde la infancia, primero intrafamiliar y también después por parte de su marido, que por lo que parece cumplía bien con las funciones de padre. Tuvo dos hijas con este hombre, que dejó al cuidado de los padres de ella cuando se vino a España. El marido se había ido previamente en búsqueda de trabajo a los Estados Unidos, y se quedó allí.

Pocos meses antes de llegar al piso supervisado viajó a Honduras a visitar a sus hijas, de 8 y 13 años, encontrándoselas prácticamente en situación de abandono. Vivían prácticamente solas y la mayor se encargaba del cuidado de las dos. Y decidió traérselas con ella a España. En España tuvo una relación con un hombre con el que tuvo un hijo que ahora tiene 4 años. Hace aproximadamente un año denunció por abuso y malos tratos a este hombre, con el que tiene una orden de alejamiento por esta causa y se inició su proceso de acogida en este recurso de pisos supervisados. En el momento de iniciar el taller lleva cerca de un año en el piso.

Al inicio del taller, aparte de toda esta información que recibo por parte del equipo, acerca del trabajo con ella me dicen que es muy difícil cualquier trabajo de organización y autonomía con ella. La desorganización del pensamiento y la acción, los olvidos graves y continuos, de cosas cotidianas, conversaciones, (olvidarse de ir a recoger a los niños al colegio, perder continuamente facturas o papeles importantes, ir a citas y no recordar a qué o a dónde iba, etcétera) son casi continuos. Además en muchas ocasiones, los avances en este sentido conseguidos una semana, desaparecen o se esfuman a la siguiente semana. Un carácter muy culposos, tanto hacia dentro, sintiéndose culpable todo el rato por todo, y hacia afuera, responsabilizando a los demás de las “cosas malas” que le pasan, o las consecuencias de sus actos. Están valorando incluso que se le derive a psiquiatría y se le haga un estudio más en profundidad, ya que observan la presencia de cierto “pensamiento mágico” (darle una pastilla cualquier a su hijo por ejemplo si está enfermo porque un día esa pastilla a ella le vino muy bien), y cierta obsesión por rituales exagerados de higiene, tanto con ella como con los hijos. Una relación bastante patológica con los hijos, donde la hija mayor pasa a hacer las veces de madre sustitutoria o amiga a la que le traslada gran parte de sus responsabilidades.

En la primera entrevista observo que se define todo el rato en relación a sus hijos, se compara como madre con otras madres. Observo desesperación en este tema y a la vez una exigencia interna y una crítica muy grandes. La idea recurrente es que una tiene que ser fuerte y aguantar, y las mujeres son fuertes porque sobreviven a muchas cosas duras. Habla también de su miedo al amor. Habla del maltrato recibido en la infancia, culpando más a su madre, de la que habla menos y de forma más confusa a la vez, y sin embargo como justificando al padre. En un momento dado denuncia esos malos tratos recibidos por parte de ambos y al rato los normaliza. Se define a sí misma como no inteligente y sin embargo, eso es lo que más admira de una persona. Reconoce su falta de poder en las relaciones, en especial con su ex, pero no observo un análisis o una conciencia muy profunda sobre el análisis de su situación como víctima de violencia.

C. Es una mujer de 48 años, de origen rumano. Llegó a España hace dos años con la intención de buscar mejores oportunidades de trabajo. En Rumanía tiene un marido, con el que aún sigue casada, no se ha separado legalmente. Este está enfermo y no tiene medios de subsistencia por enfermedad y problemas de alcohol. Tiene también una hija de 28 años y una nieta, que siguen viviendo en Rumanía. En el presente todos dependen económicamente de ella, que envía dinero mensualmente para pagar la casa en la que viven. Vino a España porque una hermana suya estaba viviendo aquí y le recomendó venir a buscar trabajo. Una vez en España inició una relación con un hombre, al que acabó denunciando por malos tratos en Octubre de 2011. Aún estaba pendiente de que se celebrara el juicio cuando comenzamos el taller, pues solo llevaba en el piso 4 meses. Como tiene orden de alejamiento con este hombre, esto le impide visitar a su hermana, que vive cerca de donde se produjeron los hechos, y que el

momento de iniciar el taller está muy enferma. También su padre, que aún vive en Rumanía está muy enfermo y a ninguno de los dos puede ver.

La información adicional de C. que me da el equipo en un principio es menor puesto que lleva menos tiempo. Aparentemente parece una mujer muy colaboradora y muy preocupada por su autonomía, por conseguir trabajo, hacer cursos de formación, un afán grande de superación. Resaltan su impaciencia y su dificultad para la comunicación. Le cuesta a veces, a causa del idioma entender bien o hacerse entender bien, y esto, la enfada muchísimo y se cabrea tanto que a veces no quiere seguir hablando y se retira enfadada.

En la entrevista observo una dificultad para expresarse, en parte por el lenguaje, en parte por una especie de timidez, habla muy bajo, y hay que prestar mucha atención para escucharla. Le cuesta mucho hablar de sí misma, definirse a sí misma, presentarse. Comparte la idea con su compañera de que una mujer es fuerte porque lo aguanta todo, también las cosas más duras. Muestra ya mucho enfado al hablar de los hombres. Observo conciencia crítica de las relaciones entre hombres y mujeres, mediatizada por su experiencia y vivencia personal.

Observo una actitud no confrontativa, que todo el rato hace alusión a que no quiere problemas, quiere estar tranquila, una imagen de sí misma como alguien bueno, muy buena persona, como que no hace daño, que no quiere problemas. Lo que más llama la atención es una gran incapacidad para conectar con su deseo, en un momento dado dice muy seria que para qué tiene una que desear si no se pueden cumplir nunca los deseos.

DESARROLLO DEL TALLER

En la primera sesión dedicamos un poco al ejercicio corporal, dejarse llevar por las sensaciones, soltar el cuerpo, con los ojos cerrados y música, primero estar sola, después encontrarse con otra y tocarse, estar pendiente y atenta de las sensaciones corporales. Observo mucha rigidez en ambas y muy poca conciencia corporal. C. lo comenta en la recogida.

Todas las sesiones comienzan con algo de ejercicio corporal, de toma de conciencia, meditación y/ o movimiento, para centrar la atención en el presente, el cuerpo, las sensaciones.

Este momento es importante, porque realmente funciona de paréntesis entre su cotidianidad y una actitud más receptiva hacia sí mismas y el entorno de ese momento. Desde el primer día y hasta el final, esto les cuesta mucho, aunque constato que van mejorando con el tiempo, siendo cada vez más capaces, de llegar a relajarse.

Después de esta toma de contacto con la meditación y el cuerpo, muy breve, abordamos el trabajo creativo, generalmente pintura, aunque también han trabajado con barro en las últimas sesiones. Finalmente hay un tiempo como de 20 minutos para la recogida o integración, donde cada una presenta su obra o habla de lo que ha supuesto para ella o de lo que significa.

Simplemente el hecho de cerrar los ojos, es difícil para ellas, así como relajarse. En una de las sesiones C. comenta que relaciona esto con que ella siempre está pendiente en la calle de que su agresor puede aparecer en cualquier momento, que siente miedo y que por eso piensa que le cuesta tanto tener los ojos cerrados.

La rigidez corporal es algo muy común en las personas que viven desconectadas de su cuerpo, no se han apropiado de él, no lo encarnan o no se relacionan con el placer de manera usual y/o autónoma.

En las agresiones sexuales, las mujeres ven ultrajado el control mismo de su cuerpo. El cuerpo, vehículo propio y personal para ir al mundo y moverse por el mundo, ha sido violado, ultrajado, apropiado por otra persona en contra de su voluntad, o en el menor de los casos, mientras la conciencia trataba de huir de ese momento o explicarlo de una manera racional. Nada más lejos de la intención de plenitud del encuentro sexual.

En la primera sesión hacemos un ejercicio que consiste en mirarse en un espejo mientras, sin mirar el papel, dibujamos lo que vemos, es una especie de auto retrato a ciegas.

Soltarse creativamente les cuesta mucho y observo bloqueo inicial y mucha autocritica, “yo no sé dibujar”, “yo no soy artista”. Este es uno de los objetivos de la primera sesión y con esa idea está propuesto este ejercicio, soltarse sin miedo al folio en blanco, porque lo que sale realmente es auténtico, solo hay que hacer la prueba y no hace falta saber dibujar.



Imagen 4. Primer dibujo realizado por A.



Imagen 5. Primer dibujo realizado por C.

Una vez que han realizado el dibujo, les pido que le pongan un nombre, y se describan a sí mismas como si fueran ese personaje. Que le pongan un nombre a la que han dibujado y se inventen una identidad. Es un buen ejercicio para trabajar la

identidad, y entrar en el mundo del juego, puesto que inevitablemente acaban hablando de sí mismas, pero desde una óptica divertida y ausente de críticas.

En este sentido en el taller de arte terapia, se trata de que las personas, puedan encontrar metáforas y símbolos sobre los que poder actuar y realizar cambios, sin el peligro de exponerse directamente a sus propias historias, a sus propios miedos, afrontándolos con la seguridad que otorga el poder de crear y destruir, de sacar fuera algo de sí mismas que, contado en primera persona, podría resultar muy doloroso, y en muchos casos, prácticamente imposible, a veces, por la inexistencia de una conciencia al respecto.

A. enseguida habla de sí misma, haciendo alusión a una cualidad que suele rodear el tema del abuso sexual. Se describe como una mesonera, pero esta mesonera dice “es una mesonera que le gusta mucho la fiesta y bailar”. Animo a las demás a que le hagan preguntas a este personaje, le preguntamos si le gustan los helados dice “le gusta más la cerveza”.

Porque el trabajo en arte terapia consiste en abrir, a partir de la creación, un campo de posibilidades, y ahí, ensayar una serie de respuestas, que vayan abriendo el psiquismo y ayudándole a salir de sus mil veces ensayadas formas de pensar o a enfocar un problema, abriéndole al juego y la creación, invitando a las mujeres a adoptar otros puntos de vista.

Le pregunta C si sabe cocinar y dice que no que “solo sabe mover las caderas”. Luego le pregunta si le gusta así como es, dice que no que los demás piensan que sí porque está siempre moviendo las nalgas, bailando y bebiendo cerveza y que “por fuera está alegre pero por dentro no está tan bien, o no está todo tan bien.”

Observo cuanta relación hay de este personaje con el que se identifica y su historia aprendida e interiorizada de “mujer abusada”. No creo que sea el momento para entrar muy directamente sobre este tema, sin embargo sí le señalo en forma de pregunta que “entonces muestra una cara pero por dentro tiene otras cosas que no enseña”, y dice que sí.

Parte del trabajo de toda terapia consiste en acompañar y sostener a las personas en la posibilidad de atravesar sus propios fantasmas, en poder dar lugar a que se puedan quebrar si es necesario, algunas certidumbres imaginarias dolorosas, que muchas veces no se pueden nombrar más que a través del juego y la creación, donde nada es pero todo puede ser, que la persona pueda desidentificarse de

aquellas partes de su identidad vergonzosas o dolorosas para ella, poniéndolas por ejemplo fuera a través de un dibujo de un personaje.

Han sido capaces de reírse de sí mismas, de ponerse en la creación, el juego, de darse cuenta de que sus cuerpos están rígidos, de mirarse unas a otras desde otra perspectiva, la del juego y la imaginación.

En las siguientes sesiones no tardan en reflejarse de manera muy representativa las formas neuróticas explicativas a las que cada una de ellas vive enganchada.

Unido a una observación muy clara en la práctica, como es la forma de relacionarse corporalmente con el material y con la obra que están creando.

Como ya he hablado extensamente en el apartado teórico de género, pareja y relaciones amorosas, una de las cuestiones que no están bien manejadas cuando esto aparece, es el tema de los límites. Esto y los problemas sufridos por cada una de ellas, no tardan en reflejarse en su forma de trabajar.

C. trabaja totalmente fusionada con lo que está haciendo, tanto que incluso físicamente se acerca tanto que parece que no pudiera correr siquiera el aire entre ella y lo que está haciendo. Esta tendencia se mantiene a lo largo de todo el taller, aunque se va suavizando. Evidentemente son pocas las sesiones como para observar cambios profundos, pero de las primeras sesiones a las últimas se hace un poco más grande la distancia entre ella y sus creaciones, parece que puede llegar a existir un espacio intermedio que le permita tanto a ella como al otro existir con entidad propia.

La forma en que creamos y nos relacionamos con los objetos en el acto creador, está muy relacionada con la forma en que nos relacionamos con el objeto amado, porque en ambas cosas, estamos viviendo y colocando nuestro anhelo y nuestro deseo de trascendencia.

Y al mismo tiempo, la explicación primigenia de esta fusión, nos lleva inevitablemente al momento en el que más fusión como seres humanos experimentamos, más allá del acto sexual, el momento en el que estamos aún inmersos en el vientre materno. Y a este respecto, vale la pena observar el dibujo de C. y su explicación. La propuesta era hacer un garabato sin pensar, dar la vuelta al papel, observarlo, ver qué nos sugiere y pintar algo a partir de ahí.



Imagen 6. Dibujo realizado por C en el taller.

Esto es lo que dice sobre su dibujo:

“esto amarillo es cuando estaba en la barriga de mi madre. Y luego esto por alrededor de muchos colores son las cosas de la vida, todas las cosas que hay que hacer en la vida. Y no sé a mí no me gusta, porque son muchos colores y están todos mezclados”.

En cada sesión intento rescatar las polaridades de lo que exponen, proponiendo, nunca imponiendo, una lectura diferente. En este caso, este tema de la dificultad de separar las cosas y los temas en su vida y abordarlos por separado, es una dificultad muy propia de ella, constatada también por el equipo. Ella *traga y traga* hasta que ya no puede más, y entonces todas las cosas (su situación de víctima, los problemas económicos, el no encontrar trabajo, la indiferencia de sus seres queridos...) están tan mezcladas y constituyen una “bola” tan grande, que no hay por dónde abordarla, metiéndose ella sola en una especie de callejón sin salida.

Por eso, aparte de escucharla, realizo con ella el ejercicio de ir describiendo por partes los diferentes colores, los diferentes trazos que aparecen en el dibujo, donde sí podemos ir identificando distintas partes que forman un todo, porque la creación con la base de una búsqueda de conciencia tiene que ayudarnos a integrar y organizar aspectos que antes estaban separados.

La forma de trabajar de la otra mujer tiene una relación más con su pensamiento, quiero decir que es cómo si todo lo que aconteciera durante el acto de creación, aconteciera en su cabeza, y diera vueltas y vueltas. Esto es lo que se puede observar corporalmente, mientras mueve los labios como hablando consigo misma.

También se aísla en el proceso creador, pero en pocos momentos abandona su pensamiento constante entre lo que decide y lo que hace, su pensamiento se retroalimenta constantemente con ideas a veces contradictorias y esto se refleja tanto en sus obras como en las explicaciones que les da.

La propuesta de la arte terapia, es tener la posibilidad de, a través de metáforas y símbolos, poder ir construyendo un mapa significativo para una. Un mapa de sentido, que nos lleve a alguna parte, o que nos explique de alguna manera donde estamos. En todo sufrimiento humano hay escondido un sentido, y al mismo tiempo, la enfermedad es una especie de rotura del sentido para la persona. Cuando la pérdida de sentido y/o significado es muy grave y continuada, hablamos por ejemplo de esquizofrenia, pero en toda enfermedad, hay algún tipo de rotura del sentido.

No tardo en observar todo lo relatado por el equipo en el caso de A. y detectar un pensamiento de tipo esquizoide, donde el contacto con la realidad, la cuerda imaginaria que la une con la realidad es muy frágil. La disociación, la desconexión entre lo que piensa, lo que actúa y lo que expresa es clarísima desde el primer momento. Observemos el siguiente dibujo de la misma sesión:



Imagen 7. Obra realizada por A. en el taller.

Al hablar de su dibujo dice, entre otras muchas cosas, y siempre de una forma que para el que escucha al menos, resulta caótica y desordenada:

“no sé”, es que “al principio quería hacer un mapa pero no sé qué ha salido al final” “parecía un mapa de Honduras”. Después vi que me había pasado de islas y no sé me dejé llevar y esto y aquello por aquí por allá, “sí es un poco como Honduras”. “Luego eché rosa pero salió morado con la mezcla.” Y dice que “hay algo en el dibujo que parece un corazón, será el corazón de Honduras.”

“Pero claro en Honduras también ha habido mucha muerte, destrucción, enfermedades, aquí esto amarillo son las enfermedades y estos círculos pequeños son algunas personas buenas. Que las hay, pocas personas buenas pero las hay.”

“también ha habido mucha sangre, mira todo esto rojo es la sangre, porque había veces que yo veía asesinatos, una vez iba por la calle y vi como unos hombres mataban a otros, llevaban su cabeza así ensangrentada”

Los recuerdos traumáticos se asemejan a los sueños. Si tratamos de recordar un sueño, encontraremos que es difícil conectar unas escenas con otras, darle un sentido, o una continuidad, a pesar de que quizá, hayamos quedado impactados por alguna escena en concreto. Con las vivencias traumáticas, cuando no están

totalmente reprimidas, ocurre algo similar, predominan las imágenes y las sensaciones físicas, del tipo que sean, sin embargo, no hay una narrativa verbal que explique lo ocurrido significativamente para la persona.

Cualquier terapia, sea del tipo que sea, ha de ofrecer a las personas un lugar simbólico y una oportunidad de ensayar nuevas formas de apego y de vinculación. Esto es especialmente relevante cuando por ejemplo, la arte terapeuta, adopta la posición de la base segura, que al individuo aún le falla en algunos momentos o áreas de su personalidad, con el fin de ayudarlo a afrontar sus miedos.

Así pues, en el caso de la recogida de esta sesión, me parecía importante, escuchar y señalar de manera simbólica, cómo había algo en el dibujo que era el color azul uniforme, que sostenía todo ese caos que ella estaba describiendo, todas esas situaciones tan duras.

Esto es otra cosa que ocurrió mucho a lo largo de todo el taller con esta mujer. Su disociación le llevaba en muchas ocasiones, a hablar y narrar situaciones durísimas y las describía totalmente desconectada de emoción alguna, como si estuviera narrando algo que nunca le hubiera sucedido a ella misma.

Solamente una vez, hacia el final del taller, fue capaz de llorar y emocionarse, y fue a raíz de un conflicto muy grande que tuvo con ella misma y terminó escenificando conmigo. Vivió el miedo, la defensa, se defendió a ultranza de un ataque que nunca se produjo pero que ella vivió como tal, y después la culpa, y tras ser capaz de dibujar lo que había sucedido y hacer algo de autocrítica, fue capaz de pedir disculpas y “perdonarme”. En ese perdonarme, hubo una parte de sí que se perdonaba a sí misma, que se compadecía de sí misma y se reconciliaba con alguno de sus miedos. Solo en aquella ocasión, y a través de la transferencia, fue capaz de entrar en contacto con la emoción y soltarse.

Dice Fiorini (2008: 188) comentando un trabajo de Winnicott que lo interesante del analista es que sea capaz de estar atento en la misma sesión al momento de la incapacidad y al momento en que surge la capacidad. Esto sería como tener abiertos dos canales, un canal que escucha el mundo psicopatológico, ese mundo que siempre arma el mundo esquizoide o el mundo neurótico, y otro canal que detecta pequeños puntos de escape, pequeños guiños o nuevos atisbos o nuevos intentos de mirar la realidad, y dice, y señala, pero esto también está aquí, acaba de venir un mensaje de una estructura que hasta ahora estaba inmovilizada.

Esto puede tener que ver con aventurarse a un nuevo trazo, a un nuevo color, a una nueva mezcla. Y el arte terapeuta lo señala y se lo resalta al paciente, o más bien se lo recuerda. Porque como también dice Winnicott (2008) el impulso creador estaba en los orígenes y la neurosis lo detuvo, pero si la neurosis lo detuvo, el despertar ese mismo impulso creador puede acabar movilizándolo poco a poco la estructura de esa neurosis.

En otra de las primeras sesiones, consciente de la necesidad de ir tocando indirectamente a través de la creación, zonas de la infancia, les pedí que dibujaran su infancia como ellas quisieran. Este dibujo de A y el trabajo realizado con él expresa muy bien lo que dicen los anteriores párrafos.

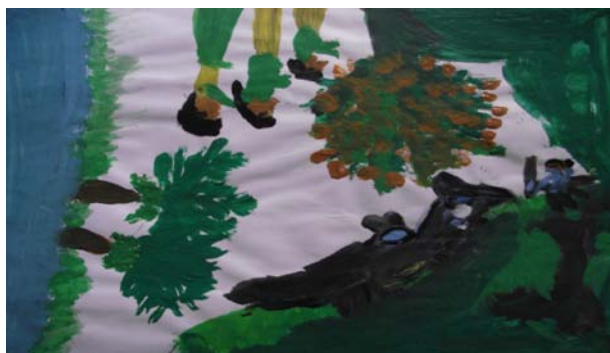


Imagen 8. Obra realizada por A. en el taller.

Esta es un poco la descripción que ella hacía de él, mientras yo, a cada cosa que contaba, que sucedía por supuesto en un plano y en una dirección diferente del dibujo y que escuché con atención, iba girando el dibujo en las direcciones que correspondían a lo que ella iba describiendo.

Al terminar y poner en común el dibujo comienza a contar sin señalar quién es ella en el dibujo, narra todas las cosas, tareas, labores, que hacía de pequeña:

“subir al prado a sacar a los animales a pastar, luego si mi padre me decía vete a llevar estos aguacates a no sé quién, pues iba, y a ordeñar las vacas, y luego otra vez a ver el ganado o siempre haciendo las tareas que había que hacer (...)”

Le pregunto que dónde está ella. Obviamente su yo no está, quiero que juntas podamos buscarlo, su yo está perdido entre todas esas tareas y esos mandatos de alrededor que le dicen todo el rato lo que tiene que hacer.

Una de las finalidades de gran parte de la psicoterapia consiste en fortalecer la conciencia de nuestra propia vida mental mediante la competencia narrativa. En Arte Terapia, podemos profundizar un poco más en este aspecto, puesto que trabajar con

imágenes, nos permite acceder a aspectos pre verbales de la experiencia, muchos de los cuales, y en muchas ocasiones, solo podemos expresar a través de imágenes o metáforas.

Finalmente me describe dónde está ella y lo conecta con un momento en el que ella se sentía libre, porque podía mirar estando ella sola, el horizonte del mar y su hermosura. Así que para terminar la sesión le propongo que elija una perspectiva para su dibujo, y elije aquella perspectiva en la que ella está colocada en primer plano.

A lo largo de todo el proceso de las prácticas he podido contar con la posibilidad de compartir con el equipo, las cosas que iban aconteciendo en el quehacer y la vida semanal de las mujeres, a través de la comunicación en las reuniones de equipo. De esta forma el trabajo que realizaban las mujeres en el taller iba dando claridad u otra forma de expresión a cuestiones que las mujeres iban experimentando y a mí también me daban más pistas y claridad a la hora de acompañar sus procesos.

Hacia la mitad del taller, la psicóloga me comentó que, tras haber revisado en semanas anteriores los objetivos propuestos para cada una de las mujeres, estaba muy bien que con C se trabajara sobre todo el duelo y su expresión. C había perdido a su madre y a su padre recientemente. Su padre había muerto hacía tan solo un mes y medio, justo cuando comenzó el taller, ella no solo no había podido ir al entierro sino que la familia de origen le culpaba, tanto de esto, como de no hacerse cargo de determinados gastos económicos y gestiones que este hecho había originado. C. sin embargo, en su obsesión y pensamiento fijo de sobrevivir, adaptarse, conseguir trabajo, etcétera, era incapaz de mostrarse vulnerable, dolorida ante todo esto, o simplemente derrumbarse en algún momento. Su capacidad e blindarse a la emoción y la debilidad es muy fuerte, su resistencia a reconocer su aspecto más débil o sus necesidades afectivas es más que evidente. Ella es fuerte, lo lleva diciendo desde la primera entrevista.

Pero el hecho de pintar está relacionado inevitablemente con dejarse ser. En esta dinámica las fronteras del inconsciente son traspasadas, en un intento experiencial de integrar la capacidad del yo. En el acto de la creación el inconsciente es traído a la realidad en forma de imagen a través de un yo que se manifiesta a través de la pintura, el papel, el movimiento.

Esa semana decidí introducir la poesía en el taller.

“El arte parece ser el empeño por descifrar o perseguir la huella dejada por una forma perdida de existencia. (...). La poesía primera que nos es dado conocer es el lenguaje sagrado (...) el lenguaje sagrado propio de un periodo anterior a la historia, la verdadera prehistoria. (...). Toda poesía tendrá siempre mucho de ese primer lenguaje sagrado; realizará algo anterior al pensamiento y que el pensamiento no podrá suplir (...). En este lenguaje sagrado, la palabra es acción. Son fórmulas que hacen abrirse un espacio antes inaccesible. La acción de lo sagrado es lo que parece proporcionarnos este espacio verdadero, este espacio vital, pues es la posesión de nuestro tiempo (...). La poesía pretende ser un conjuro para descubrir esa realidad, cuya huella enmarañada encuentra en la angustia que precede a la creación”

(Zambrano, M 1993: 40 – 41)

Llevé una serie de poemas y elegí para C el siguiente poema. Pensé en ella por su rigidez, de la que había vuelto a hablar en la sesión anterior tras un ejercicio corporal. Además recogía una y otra vez, como un eco, eso que repetía en la primera entrevista que hicimos justo antes de comenzar el taller “que me dejen sola”, “yo quiero estar tranquila, yo sola”, así que les llevé unos cuantos poemas. Después de leerlos todos, cortamos todos los versos, que estaban fotocopiados a tamaño grande, y les pedí que con todos los versos de todos los poemas mezclados, construyeran, mediante la técnica del collage, su propio poema. De cualquier forma este es el poema que elegí para C.

Debo abrir mis compuertas
Aligerar el peso
Del amor
Que escapen mis recuerdos
Mis lágrimas
Mis sueños
Mis paisajes
Mis muertos
Que se los lleve el mar
Más allá de mi barca
Que floten ellos solos
Y que me dejen sola.

Soltando Amarras, Claribel García

Y este es el poema que después de mezclar los versos de este poema y de muchos otros ella construyó:

Nacemos para vivir
Del amor
Debo abrir mis compuertas
Para que irrigara todo mi cuerpo
Que se los lleve el mar
Que escapen mis recuerdos
Mis sueños
Mis lágrimas
Mis paisajes
Mis muertos

Todos los días
 Eres, no puedes evitarlo
 Todo dura un instante
 El ser es tu noción, tu fé, tu sueño
 Tu terca sensación, tu sola herida
 Eres,
 El río en transición en esa espera
 Con toda su dureza
 Con su estría
 Y un corazón que puede amar
 Una luz en la sombra
 Suaves y hondonadas
 Pretendo
 Más allá de mi barca
Este naufragio
 Que floten ellos solos
 Y que me dejen sola
 Redondas, pobres, tristes y morenas
 Descubro caminos que ya anduve
 Aún desconocidos
 Porque ahora
 Y taladrazos de amor
 Y lo voy gobernando lentamente
 Por eso, el capital más importante
 Tengo esos huesos hechos a las
 Todos estos retazos incongruentes
 Me lo recorro con risa y con dolor.

En la siguiente sesión, le pido que escoja tres versos del poema que había escrito y que a partir de ellos dibuje lo que le sugieran esos versos.⁵

Este es el dibujo que realizó justo en la sesión siguiente.



Imagen 9. Obra realizada por C. en el taller.

“Sobre su dibujo dice que son personas que están muriendo en un naufragio. Le pregunto si ella es alguna de estas personas. Dice que ella es la del medio y está salvando a un hombre, que no es ningún hombre concreto, sino que simboliza el hecho de que ella no pierde la esperanza y todavía puede encontrar el amor con un hombre. Le pregunto ¿y tú le estás salvando? Dice que sí. Y le pregunto y a ti quién te ha salvado o es que tú no estás en peligro? Dice que no, que ella se salva de ese naufragio porque

⁵ Los versos que eligió son los que están escritos en color rojo en su poema.

está subida en el barco y que ella es la que salva a ese hombre. Le pregunto si eso tiene algo que ver con su vida.

No sé si ha entendido bien la pregunta pero comienza a contar que no se puede estar con alguien que es violento, que ella cuando tenía a esta pareja de aquí de España creía que este podía cambiar, no ser violento, ser un buen hombre, y que al principio ella le intentaba ayudar pero que se daba cuenta que no podía, comenta algunos detalles más de la relación y hace mucho hincapié en que así no se puede, algo así como que no se puede permitir que el hombre pegue a la mujer.”

Sobre la creación plástica, una va pudiendo contemplar zonas de sí misma a las que teme enfrentarse. Y desde esta objetividad, que otorga el poder convertir esas vivencias en un objeto sobre el que poder hablar e incluso modificar, puede empezar a verlas desde otro lugar.

Con este dibujo C nos está hablando de su dolor, de su duelo, de su rabia, como vemos, y hasta el último dibujo no aparece ninguna persona de su familia retratada, con una personalidad reconocible, no es capaz siquiera de dibujarlos, hasta el final del taller donde será capaz, primero de dibujarse con su hija y su nieta, y después más tarde, de realizar una escultura en barro, en la que aparece su ideal de familia, su familia tal como era antes de que se desestructurara de la forma en que ahora lo está.

Con este dibujo nos habla también de su prepotencia, donde ella está la única superviviente de un naufragio en el que todos han muerto. Nos está hablando de su ideal del amor romántico, donde ella está salvando a un hombre que según sus palabras representa “ese amor posible con un hombre en el que todavía tiene esperanzas”. Aquí es mi labor y así lo intenté enfrentarla con estas polaridades, y preguntarla por ejemplo, y a ti quién te salva? Como si de alguna manera la estoy poniendo delante la otra polaridad de esa prepotencia que en el fondo no deja de ser indefensión y vulnerabilidad.

La capacidad de la persona (Holmes, 2009: 37) para reflexionar sobre sí misma y para narrar sus propias experiencias y su historia es un rasgo de apego seguro en el que las personas descubren o tienen acceso a una vía intermedia entre, sentirse sobrecargados por la emoción en el apego ambivalente y la tendencia al descuelgue en la posición del apego más de tipo evitativo.

El/la arte terapeuta debe tener una cualidad muy importante, y es la de encarnar una cualidad básica de los procesos de creación, de integrar y vincular. Deberá estar atenta a la tarea de vincular unas cosas con otras, las imágenes con las

palabras, unas polaridades con otras,... y en esto ha consistido mi mayor aprendizaje, a la tarea de abrir y cerrar puertas en el momento preciso, de servir de puente y unión entre cosas, procesos, sensaciones, partes del ser que se encuentran desconectadas y para eso, debe ser una persona creativa.

Pues la creación implica esto también, implica nuevas formas de vincular la realidad y los fenómenos que en ella tiene lugar, o los fenómenos de la realidad con los individuos que la viven y con quienes trabaja. Ha de tener la cualidad de hacer de “bisagra”, y para eso, tendrá que estar bien impregnada en aceite, una sustancia que vincula pero a la vez, sabe no mezclarse con él, a veces, maremágnum de la emoción, que siempre está en el terreno de lo acuoso.

Tampoco para A el trabajo con la poesía fue algo que la dejara indiferente. Para ella, elegí este poema de la misma autora.

He tejido con mi vida un laberinto
Soy la araña en el centro
Y es mi realidad la que me hechiza.
Descubro caminos que ya anduve
Y otros que están a medio andar
O se quedaron truncados.
Se me juntan todos por la noche
En mis sueños, se juntan
y una lenta polvareda los enturbia.
Soy la araña en el centro
Se me secó la baba
Y me quedé sin hilo
Una araña sin hilo
Extraviada en su laberinto.

Soltando amarras, Claribel Alegría

Respecto al poema, una vez terminado, me pide que lo repita otra vez y ella sola comienza a comentar como cayendo en algo importante, en esta actitud:

“claro yo soy esa araña, y claro que estoy en el laberinto, el laberinto son mis hijos, y yo claro no quiero quedarme sin el hilo que lo echa de la baba como dice el poema, no quiero quedarme sin el hilo porque es todo lo que tengo que hacer y construir, y todavía me quedan ocho meses y yo espero que poder mantener la tela de araña y a mis hijos...”

Le pregunto que cuál sería entonces su laberinto.

“mis hijos, mis hijos y todo lo que tengo que hacer”

Y este es el poema, que junto con los otros versos de los demás poemas, y también mediante la técnica del collage, ella construyó.

Como quién viaja en mapas y es aún desconocidos
Me lo recorro con risa y con dolor, y mis lloros

Y también mis fracasos y avanzar hacia mi instinto
Y mis antepasados silenciosos que me opacan las horas
Y me impide soltarme y mis ángeles y nacieron así las ideas
Soy la araña en el centro
Y una lenta polvareda los enturbia. El número de mis horas
Mujer madura. Aligerar el peso. Por las que me levanto orgullosa
Se me arrebola el rostro, tu pálido rumor, tu peso inerte
Futuro hacia un pasado eres. Nadie me salvará de
Lo que pude haber sido, ojos; nariz y boca de mujer
Si no es tu voz, el norte
Me hizo un taller de seres humanos Y me cavó por dentro. Ya.
Soltando amarras. De muerte eres. Porque
Como el mar de la playa a las arenas, voy en este naufragio
Con el favor de una mente. Me lo recorro con gusto y con placer.

Cuando comienza la propuesta de trabajo de escoger versos, palabras, e ir escribiendo su propio poema se muestra enseguida totalmente absorbida por el trabajo.

Va cogiendo los trozos de versos y los pone. Pone uno, lee en bajo todo el rato, como si estuviera tratando de resolver un jeroglífico, vuelve a mirarlo, mira el que va a colocar después, también lo lee en voz baja, así pone uno, pone el otro al lado, después de un buen rato y cuando va a poner el siguiente, parece como si se la “hubiera perdido el hilo” y entonces vuelve a agarrar el anterior, lo vuelve a leer en voz baja, y de nuevo el anterior a este....

Sobre su trabajo comenta:

“sí porque cuando yo empecé el taller me acuerdo que empecé dibujando un mapa, que era el mapa de mi país, y entonces el poema me ha hecho recordar el tema del mapa, y que por eso lo he dibujado así, porque ese es el mapa de donde yo vengo”.

“Y mientras la razón se dirigirá ante todo al porvenir, de esencia previsor, la poesía será ya para siempre memoria; memoria aunque invente. Y esta memoria dignificará la historia real y será una forma de piedad que compense la crueldad (...).

(Zambrano, M 1993: 41)

La siguiente semana, en la reunión de equipo, me comentan un poco de A. esta semana que se ha sentido bastante desbordada, con algunos despistes importantes. Ella misma ha manifestado que no puede con todo esto y por eso ha pensado y han estado hablando de la posibilidad de que sus hijos puedan estar en un internado de lunes a viernes, aunque esto está aún por ver, porque habría que mover muchos papeles.

En la siguiente sesión, tras el trabajo corporal, en el que C. envuelve como si fuera a un juego a A. tras la meditación en una especie de tela de araña, con una lana. Les pido que estén en silencio, conectadas con lo que están sintiendo cada

una, y atentas a los mensajes del cuerpo y las sensaciones. A continuación, les invito a que pongan en papel, mediante el dibujo cómo se han sentido. Y esto es lo que han dibujado:



Imagen 10. Obra realizada por A. en el taller.

A. ha vuelto a dibujar una especie de laberinto. Sobre su dibujo dice que los tres círculos del centro son como los tres núcleos del laberinto. Uno es el padre de Pedro, su hijo pequeño, el que es español y con el que tiene la separación por causa de denuncia última, otro es su familia de origen, y otro es ella con sus tres hijos. Que es el de abajo. Comenta además que ella tiene que recorrer todos esos caminos, que son duros y difíciles, hasta llegar a la puerta de salida, (la puerta de salida dice que es el camino blanco que está situado en la parte de abajo del lateral izquierdo).

Entonces le pregunto, ah, y para llegar a esa puerta, tú que estás aquí, ¿por dónde irías? Y comienza a señalar casi todos los caminos del laberinto, en casi todas las direcciones existentes, “pues tendría que ir por aquí arriba, y luego volver, y continuar por aquí, y volver a dar la vuelta, y luego bajar y ya, entonces vuelvo al centro y tomo el camino por donde se puede salir”.

Después de escucharla le pregunto a C. y tú, si tuvieras que ir desde aquí hasta aquí, por donde irías. C. señala entonces el camino más fácil y más rápido. A lo que A. responde que no que por ahí no se puede ir, y mientras lo dice parece que pone cara como de resolver un problema grande, en el que hay que tomar en cuenta muchas perspectivas.

Organizar tantísimos años de caos y desconexión requiere de mucho tiempo y mucha paciencia. Y saber apreciar, que solamente el hecho de ser capaz de entregarse al impulso de la creación ya requiere una gran dosis de autonomía e intentos explicativos por parte de la persona. Se requiere que una parte del yo al menos, sea lo suficientemente autónomo para dejarse ir.

Y en esta búsqueda del orden a partir del caos interviene el sí mismo o el auténtico self, como diría Winnicott, un sí mismo que ya no actúa para otros sino que actúa para sí, en libertad creadora, al ser dejado libre para que se exprese, y va encontrando un lugar, no solo dentro del papel que antes era simplemente blanco, sino también y además, dentro de sí misma.

A veces el taller de arte terapia, simplemente sirve para que una pueda narrar episodios dolorosos, en un espacio de confianza, escucha y respeto, donde sabe que nadie va a juzgarla. A veces estas situaciones son tan dolorosas o humillantes que cuesta nombrarlas, ponerles palabras, y sin embargo, cuando nos entregamos al ejercicio libre de la creación, donde nuestro censor interno se calma, pues en el acto de creación, esto tiene lugar, y si no, es imposible que acontezca el acto creador, fluyen en forma de imágenes aquellas cosas que la persona no se atrevía o no podía nombrar.

C ha realizado este dibujo después de realizar la escena de envolver a A, tras la meditación, con la lana en una especie de tela de araña. Lo que comenzó siendo un “juego teatral”, terminó siendo el vehículo de expresión de su vivencia más grave de agresión.



Imagen 11. Obra realizada por C. en el taller.

Cuando comienza a hablar sobre su dibujo dice que ella se ha sentido como si ella fuera un agresor y A. fuera la víctima. Y que por eso ha dibujado esto que es un ejemplo de las agresiones que ella ha sufrido por parte de su ex pareja. Ha comenzado a relatar episodios de agresión, seguidos de la expresión de la rabia y la impotencia que esto le generaba, e intercalaba todo el rato su discurso con palabras como “así no se puede” o “esto no debería ser así, o no podría permitirse”.

Ha habido un momento muy íntimo, de respeto y escucha tanto por mi parte como por parte de su compañera, en el que ella necesitaba soltar, tanto las cosas que relataba como esta rabia y esta impotencia. Después de escucharla, le he comentado

que a veces cuando una “se pierde” o llega a una situación a la que en el fondo no deseaba llegar, es bueno poder pararse a pensar o intentarlo como llegar al lugar en el que una comenzó a perderse. Así pues le digo, esto que tú has dibujado y lo que cuentas es un poco el final de una historia, y le pregunto, si nos puede contar cómo comenzó esa historia, cómo le conoció, en qué momento se enamoró de él si así fue, en qué momento ella empezó a ver que estaba adentrándose en algo que veía que no iba bien, para ver un poco también cuáles son nuestros patrones de relaciones, cómo se despierta nuestra atracción o nuestro deseo, ...para así, cuando en la vida se nos presente otra oportunidad poder estar más atentas sobre todos estos cimientos en los que empieza o se apoya una relación, cómo se va construyendo.

Los procesos creadores transcurren entre polos o polaridades. Lo que hay que crear anda entre lo presente y lo ausente, entre lo vivo y lo muerto, entre lo pasado y el porvenir, entre lo posible y lo imposible, entre el deseo y la represión...porque los procesos creadores surgen del choque de contrarios, del enfrentamiento de significados, de la vivencia de emociones opuestas.

Una de las tareas del arte terapeuta es ir generando un vínculo que pueda mantenerse en ese ir y venir de una polaridad a otra, para que el proceso se vaya equilibrando, ya que en la expresión de una polaridad se encuentra casi siempre oculta y la mayoría de las veces inconsciente, la otra polaridad. Lo ideal es que el vínculo sano se pueda ir generando en toda esa zona intermedia de la que el paciente va siendo poco a poco más consciente, o va pudiendo colocarse ahí de otra manera, no tan polarizado, o de una forma menos extremista en la visión de sus problemas, afecciones o sufrimientos.

Todo esto tiene inevitablemente que ver con el conflicto. Este es inherente a la naturaleza humana, y por ejemplo es uno de los aspectos en los que desde el principio C muestra mayor polarización. Por una parte verbaliza que no quiere conflictos, quiere estar tranquila, no quiere problemas, y sin embargo, esto es lo que dibuja el día que en el taller surge un conflicto importante con su compañera. Un conflicto que es expresión de un conflicto que ellas tienen en su convivencia y que se acaba trasladando a la dinámica del taller. Su actitud es por un lado de frialdad y no implicación, manifestando en su abordaje que “no pasa nada” “yo no tengo ningún problema”, y sin embargo esto es lo que dibuja y la explicación de su dibujo. Observo como para ella es muy difícil un posicionamiento moderado, una búsqueda de soluciones intermedias. Esto se manifiesta también en sus cambios de ánimo, casi siempre, drásticos e impredecibles.



Imagen 12. Obra realizada por C. en el taller.

“Cuando dos personas están peleando y gritando, y no se escuchan el uno al otro, se puede producir un error fatal. Se necesita entre dos personas confianza en el amor, cariño y perdón, si no existe amor, no existe nada”(quiere decir, no se puede hacer nada).

Le pregunto si su dibujo guarda relación con el de la sesión anterior, mostrándoselo y poniéndoselo junto a este. Dice que no, que no ha querido expresar lo mismo, porque en este dibujo ninguna persona es ella, son personas que discuten. Lo ha titulado El crimen invisible.

En esta sesión que hace la número 9, por fin han surgido los conflictos. La vivencia del conflicto y su análisis y el poder ir atravesándolos, sosteniéndolos o resolviéndolos lo más satisfactoriamente posible, está la semilla del cambio y la transformación.

Sin embargo para llegar a este punto es necesario que exista mucha confianza. La confianza es una capacidad muy relacionada con la capacidad de amar al mismo tiempo. Cuando establecemos relaciones amorosas asumimos riesgos, y para ello, es necesario sentirse en confianza.

No es casual que en esta sesión hayamos tocado estas dos polaridades, la del miedo, la defensa, el ataque ante la presencia de un conflicto, y que finalmente hayan terminado en una actitud amorosa, de escucha, comprensión, y emocionándose, ante el reconocimiento de lo que cuesta volver a confiar después de haber pasado por experiencias tan dolorosas.

“EL trauma empuja a las personas a rehuir las relaciones de intimidad y, al mismo tiempo, a buscarlas desesperadamente. La profunda ruptura de la confianza básica, los sentimientos de culpa, vergüenza e inferioridad, y la necesidad de evitar los recordatorios del trauma que podría encontrar en la vida social, todos estos elementos favorecen que rehúyan las relaciones cercanas. Sin embargo, el miedo al acontecimiento traumático intensifica la necesidad de relaciones de protección. Por ello la persona traumatizada con frecuencia fluctúa entre aislarse y aferrarse ansiosamente a los demás”

(Herman, J 1992: 99)

A partir de este momento del taller – la sesión número 11 del taller -, comencé a dejar de hacer propuestas, que no eran nunca del todo cerradas, pero sí implicaban una dirección. En un momento dado me planteé que quizá esto, estaba calmando mi inseguridad interna pero también podía estar impidiendo que las mujeres expresaran lo que les venía en ese momento, impidiendo esa libertad creadora que a veces surge de la nada y que necesita para tener lugar de la inexistencia de una petición concreta por parte del exterior. Una de las características, como hemos visto a lo largo de todo este trabajo de las mujeres envueltas en situación de violencia suelen vivir, es esa vivencia normalizada de un falso *self* que trata, consciente o inconscientemente de agradar o satisfacer los deseos de otro y no los suyos propios. Así pues, decidí entregarles el material y no hacer ninguna propuesta concreta.

“Cuando el acto espontáneo no es recogido por el otro, el niño comienza a crearse un falso *self*, en el que el yo reacciona a la petición a la expectativa del otro”

(Winnicott, W.D. 1965: 67)

Supongo que esto influyó, y también el haber atravesado un proceso a lo largo del desarrollo del taller para que surgiera de manera más clara la personalización de los afectos y los vínculos, el anhelo de amor y reconocimiento, que al fin y al cabo, por mucho dolor, desconfianza, rabia y miedo que una sienta, sigue estando ahí, deseoso y palpitante, en lo más auténtico de nuestro ser.

No es casual que hasta el final del taller, después de haber puesto todos “sus muertos” imaginarios y/o reales, a naufragar, haberse desnudado, contado su experiencia dolorosa de violencia, haber reconocido su prepotencia y a la vez su vulnerabilidad, su rabia y su enfado, ante todo esto, C haya sido capaz finalmente de mostrarnos las personas importantes para ella a nivel afectivo. En una de las últimas sesiones se dibujó por primera vez a sí misma, primero acompañada de su hija y de su nieta, y después en forma de cisne, reconociendo y expresando su anhelo de ser diferente, de tener derecho a una existencia bella y digna.



Imágenes 13 y 14. Obras realizadas por C. en el taller.

Por su parte A, cuando comenzó con el tema del laberinto fue capaz de nombrar su vivencia de la disociación, cuando siendo muy joven, rehuía las relaciones sexuales con el que era su marido.

Más tarde comenzó a incorporar a sus hijos en los dibujos, fue capaz de hablar, o al menos intentar describir, su incapacidad momentánea para hacerse cargo de los tres en su situación, de expresar cómo vivía a veces ese vínculo.



Imagen 15. Obra realizada por A. en el taller.

“(...) estoy unida a mis hijos por una cadena, una cadena de ellos hacia mí y de yo hacia ellos, y yo sé que esa cadena tiene que estar ahí pero a veces no puede ser (...)”

Y finalmente, introducir en las últimas sesiones el trabajo con el barro, ha movilizado también temas muy primigenios, relacionados con la familia de origen, y con la madre.

Sabemos que el barro es un material que potencia la percepción sensorial a través del tacto, y que por su textura, humedad y características de trabajo, hace que las personas se conecten con zonas y sentimientos muy arcaicos. A veces, pueden surgir vivencias o recuerdos que estaban guardados en la memoria corporal desde hacía mucho tiempo. La actividad corporal que despierta el acto de amasar y moldear el barro, desencadena una respuesta emotiva, una resonancia afectiva ligada más al trabajo que al resultado.

C. modeló esta figura que vemos, y sobre ella dijo que era su familia de origen, con el padre, la madre, la hermana. Se emocionó y fue capaz de conectar con el dolor de la pérdida, de hacer un poco de duelo, que fue acompañado y normalizado por mi parte. Reconoció y contactó con su dolor y su vulnerabilidad.



Imagen 16. Obra realizada por C. en el taller.

Por su parte A, en el trabajo con el barro, en el primero que realizó, que fue esta especie de vasija, al hablar de él, fue la primera vez en todo el taller que nombró a su madre, habló de ella, de su relación con ella, de su miedo y de la falta de afecto y reconocimiento que siempre sintió. Proyectó así hacia afuera su desconfianza, pues en algunos momentos de su discurso, que seguía siendo caótico y confuso, dudaba incluso de que fuera su verdadera madre, sacando a relucir, una serie de relaciones siempre enfrentadas entre mujeres, en su contexto cultural y familia de origen.



Imagen 17. Obra realizada por A. en el taller.

CUERPO REFLEXIVO Y CONCLUSIVO

6. DERIVACIONES DESDE LA EXPERIENCIA

“Pues este recinto cerrado que parece constituir la persona lo podemos pensar como lo más viviente; allá en el fondo último de nuestra soledad reside como un punto, algo simple, pero solidario de todo el resto, y desde ese mismo lugar nunca nos sentimos enteramente solas. Sabemos que existen otras “alguien” como nosotras, otra “una” como nosotras”

(María Zambrano)⁶

La violencia de género y la violencia perpetrada contra las mujeres en el seno de la pareja, no puede seguir siendo más un problema de las mujeres solamente, y tenemos que seguir ampliando el horizonte en nuestra mirada, y en nuestras intervenciones.

Debemos tratar de conjugar, la crítica al orden patriarcal, con el reconocimiento de unos deseos internos, fraguados al amparo de todo este orden simbólico que “hemos mamado” y hemos interiorizado y que al fin y al cabo, vive aún inmerso en este orden.

Es decir, es necesaria toda una labor de protección, alejamiento, expresión del rencor, el odio y rabia hacia los hombre que las han agredido, pero, en mi opinión, debe haber también un proceso de toma de conciencia personal y un reconocimiento de la identidad femenina y de las figuras femeninas precedentes, como vía de recuperación de la autoridad femenina.

“Unirse a la naturaleza instintiva...significa establecer un territorio, encontrar la propia manada, estar en el propio cuerpo con certeza y orgullo, cualesquiera que sean los dones y las limitaciones físicas, hablar y actuar en nombre propio, ser consciente, y estar en guardia, echar mano de las innatas facultades femeninas de la intuición y la percepción, recuperar los propios ciclos, descubrir qué lugar le corresponde a una, levantarse con dignidad y conservar la mayor consciencia posible”.

(Pinkola Estés, Clarissa 2009: 26)

Sin este sostén, cualquier nuevo intento de estar en relación con lo masculino, de establecer relaciones amorosas o de pareja, está abocado al riesgo de la violencia o la insatisfacción.

Porque el amor y el afecto, siguen siendo un anhelo, tanto de lo femenino como de lo masculino, porque ambos polos, tienden siempre a buscarse y encontrarse.

⁶ Cita de María Zambrano extraída de Marcela Largarde y de los Ríos, Claves feministas para la autoestima de las mujeres. Editorial Horas y Horas, Madrid, 2000.

Habrá que tratar de que este encuentro sea lo más pleno y satisfactorio posible, y para eso, es necesario un proceso, no solo de crítica social, sino un proceso terapéutico o de crecimiento y análisis personal, que pueda dar lugar a una transformación de nuestros patrones de relación.

Reconozco enseguida su búsqueda activa del empoderamiento, que sería bueno ampliar o añadir algo más de conciencia. Pero ellas s  quieren contar, quieren ser escuchadas y que se tengan en cuenta sus puntos de vista.

Una de las cosas que he constatado, es el peligro de anclarse en la identidad de víctima. Es cierto que sufrir algo así es injusto, pero habrá que analizar, cuando le exijo al mundo que "me lo debe todo" por eso que he sufrido, qué estoy exigiendo, y desde dónde viene mi exigencia, porque muchas veces, podremos encontrar, que llevamos viviendo desde la infancia con esa sensación de que el mundo no me da lo que yo merezco. Pero y ellas mismas,  Son capaces de reconocerse ellas mismas que son merecedoras de lo mejor como personas y como mujeres?  Son capaces de tratarse bien ellas y entre ellas?

Como en cualquier proceso de duelo, de rupturas, de separaciones, será necesario un momento de reconocimiento de la indefensión y la invulnerabilidad, un tiempo para "lamerse las heridas", porque est n ahí, y muchas veces, son profundas. Algunas siempre seguirán estando ahí, y siempre podrán reabrirse.

Pero quedarse anclada en este momento, es peligroso, o en el mejor de los casos, inmovilizante, porque desde ahí, no es posible el empoderamiento, la interdependencia, la recuperación de la autoestima, para desde ese otro lugar, poder iniciar en un futuro, relaciones personales, afectivas, amorosas, más sanas y satisfactorias.

Y para que esto pueda tener lugar, una tiene que reconocerse su poder como mujer. Y en la recuperación de su poder personal, las mujeres deben sentir que pertenecen a un género que las apoya, las respalda, las sostiene y ocupa un lugar importante en la sociedad, aún si nunca saben explicar con palabras, qué es la identidad femenina, pues hay cosas, que pueden llegar a sentirse y a vivirse, pero no a explicarse con palabras.

Sin este sostén, que la mayoría de las veces en las mujeres víctimas de violencia, est  roto. Las relaciones con la madre, las hermanas, las comp  eras, las otras iguales, son de desconfianza muchas veces, cuando no de enfrentamiento. Y sin

ese sostén, muchas veces, lo único que esperan, de manera más o menos consciente, es encontrar un hombre al que otorgar de nuevo la capacidad o el mandato de sostenerlas también a ellas.

A este respecto me gustaría hablar de un cuento que aparece en el libro de Mujeres que corren con los lobos, de Clarissa Pinkola, que desde el mundo del cuento y los mitos, representa muy bien esto que intento decir del sostén.

Una vez soñé que estaba narrando cuentos y sentí que alguien me palmeaba el pie para darme ánimos. Bajé los ojos y vi que estaba de pie sobre los hombros de una anciana que me sujetaba por los tobillos y, con la cabeza levantada hacia mí, me miraba sonriendo.

- No, no – le dije – súbete tú a mis hombros, pues eres vieja y yo soy joven.
- No, no – contestó ella – así tiene que ser.

Entonces vi que la anciana se encontraba de pie sobre los hombros de otra mujer mucho más vieja que ella, quien estaba encaramada a los hombros de otra mujer mucho más vieja que ella, quien estaba encaramada a los hombros de una mujer vestida con una túnica, subida a su vez sobre los hombros de otra persona, la cual permanecía de pie sobre los hombros de otra mujer, la cual a su vez....

(Clarisa Pinkola, 2009: 38)

Creo que el trabajo con mujeres víctimas de violencia, pasa por analizar qué pasa con la relación con la madre y las otras iguales, en el proceso de un fortalecimiento de la autoridad femenina.

Otra observación sería la reiteración de la vivencia de las polaridades, porque estas mujeres son víctimas, y al mismo tiempo, han sobrevivido a situaciones tan duras en la vida, que no sé si muchos de los que se atreven a catalogarlas o estigmatizarlas serían capaces de superar sin poner en juego su salud o equilibrio psíquico.

También, creo necesario señalar, que las mujeres con las que he trabajado, no tienen únicamente el problema de la violencia de género, sino que, como ya analicé en toda la parte teórica anterior, las condiciones de desigualdad estructural (pobreza, falta de recursos y formación, familias desestructuradas de origen, incluso abusos en la infancia), hacen que su problemática sea mucho más amplia, y que sus prioridades muchas veces, sean otras diferentes al trabajo de sus relaciones amorosas.

Mi opinión es que el taller ha servido a cada una un poco. Es cierto, que justo cuando empezaban a nombrar y abordar cuestiones clave, fue cuando las prácticas llegaron a su fin, y como ya decía anteriormente, organizar o resignificar una experiencia anterior de 40 o 50 años, es un proceso largo y complejo.

Hemos dicho palabras,
Palabras para despertar a los muertos,
Palabras para hacer un fuego,

Palabras donde poder sentarnos y sonreír.

(Alejandra Pizarnik, Cenizas)
(La extracción de la piedra de la locura y otros poemas)

Por mi parte me ha servido para constatar la utilidad del arte terapia, sobre todo en combinación con otro tipo de intervenciones, esto es, dentro de un trabajo interdisciplinar. Pero sé, que el taller solamente ha sido una pequeña introducción, y que para ellas, ha supuesto, algún momento, algún darse cuenta, algún ver una luz o un color diferente de vez en cuando, un como ver muy a lo lejos, que podrían quizá existir otras posibilidades, pero no creo, que el tiempo haya sido suficiente como para afianzar ningún cambio importante. Ha servido para poner fuera y expresar, pero quedaría por delante un trabajo mucho más largo y en coordinación con el resto de las personas que trabajan con ellas en este proceso.

“Mi criterio es que el enfoque de la terapia, en este punto concreto, tiene que ir despacio, no intentando saltarse o no respetar las defensas corporales, porque si no se está en su momento real se puede desatar una crisis de angustia”

(Bazán, H. R. 2009: 195)

Paciencia y lentitud, no para percibir, sino para invitar a transitar y comprender cuál es la necesidad y los tiempos del otro/a.

Lo que sí puedo constatar a partir de la práctica, es que para cada una, que ha ido acercándose en algún momento al menos a alguno de los objetivos propuestos, el momento y el espacio del taller, ha supuesto una oportunidad de conectarse con ellas mismas, de ponerse en el centro, ese centro propio desde el que mirarse a sí mismas desde sí, y un gran intento en cada sesión de relacionarse con su propio cuerpo desde este lugar.

“Estoy en el filo de la construcción de mí misma,
Ansiosa de cimientos, estructura, sólidas paredes
Para proteger el bagaje de sueños que ando a cuestas,
Requiero de certezas y verdades tranquilas.
Pasos firmes hacia mi propia patria conocida.
Este barro necesita darse forma, ser ladrillo,
Construir un centro desde donde fluir hermoso y sombrío.
He acumulado tiempos como infantiles cubos de colores
Y ya los días piden estructurar el ritmo,
La cadencia de mis audaces despertares,
El sonido, la huella de mis pasos (...)”

(Gioconda Belli, Nueva construcción del presente)

7. EL ARTE TERAPIA COMO LUGAR DE INTERSECCIÓN, INTERCAMBIO Y TRANSFORMACIÓN

“La creatividad es la ruptura de límites, la afirmación de la vida más allá de la vida, la vida moviéndose más allá de sí misma. Debido a su propio sentido de integridad, la vida nos pide que afirmemos nuestra naturaleza intrínseca, nuestra esencia como seres humanos”

(Zinker, 1977: 4)

El arte constituye una poderosa imagen, herramienta, manera, en que los seres humanos podemos compartir esa zona de experiencia intermedia, esa tensión inherente que llevamos dentro. Ya sea a través de la creación o de la apreciación artística.

De cada una de las definiciones que encontramos del arte, si algo queda bastante claro es que el arte es, de cualquier manera en que lo miremos, una forma de ir más allá, una forma de traspasar los límites, una forma de expresar el paso de lo imposible a lo posible, una forma de atisbar nuevos caminos, nuevas perspectivas.

Podríamos decir que el arte se mueve mayormente en el terreno de la libertad, o que el individuo cuando crea, pone en el mundo una forma libre de expresarse.

En relación con la obra de Winnicott y su teoría del espacio potencial y la capacidad creadora, podemos afirmar entonces que el arte, es una forma de resolver esa tensión que tiene lugar entre la realidad externa y la realidad interna del individuo.

Desde el punto de vista social podemos decir que el arte tiene también una función. Esta función ha ido variando a lo largo del tiempo. Sabemos, que probablemente la función de los dibujos que los habitantes de las sociedades prehistóricas pintaban en las paredes de sus casas, era invocar a algo que estaba más allá de ellos, (la divinidad, la naturaleza,...), para conseguir aquello que necesitaban.

Desde ese momento se nos aparece el deseo y la necesidad como motor de la capacidad artística y expresiva del ser humano. En definitiva podemos decir, que la función del arte va variando en función de las características del contexto de la época histórica y social en que tiene lugar.

Ya Kandinsky (Kandinsky, 1979: 6) nos hablaba de la presencia de lo espiritual en el arte. Y Herbert Read afirmaba (1955) que el arte es una de las formas de acceso a nuevos niveles de conciencia.

Podemos afirmar que desde la modernidad hasta nuestros días, y más concretamente durante las vanguardias artísticas, la función transformadora y de crítica social está presente en la inmensa mayoría de las creaciones artísticas.

Es en las vanguardias artísticas precisamente donde el arte ha tratado de ir más allá de sus propios límites, y ha buscado a la vez, cuestionar límites de todo tipo establecidos y compartidos socialmente.

Esta función de transformación social del arte, de ruptura de los límites establecidos, es apoyada de alguna manera, en mi opinión, precisamente por el ejercicio de esa libertad creadora, pues en ese espacio creativo, en la expresión de la obra en concreto, existe un orden distinto al habitual, el artista, o la contemplación de una obra de arte, nos enseña a ver cosas, fragmentos de la realidad, o situaciones, que aisladas de su contexto normalizado, nos animan a cambiar la mirada o enfocar nuestra atención de forma diferente ante las cosas.

En la época de las vanguardias artísticas el arte discute ya no solamente cuestiones específicas, sino que se enlaza con todo lo que socialmente se está viviendo; las clases sociales en lucha, la necesidad de la transformación de una sociedad injusta,...Lo irracional de un sistema capaz de una guerra devastadora, la primera guerra mundial, se expresará en las vanguardias artísticas, que conllevan, no solo un rechazo a la tradición estética sino a la tradición como mundo de valores, de conductas, de costumbres, de metas, que el artista se propone eliminar para crear algo nuevo.

El surgimiento de las vanguardias lleva implícita la idea de que más allá de la realidad legal, supuestamente unitaria y legitimada que las personas viven, existen otras realidades, propias, subjetivas, paralelas, críticas, que el artista se siente llamado a expresar. Fugacidad, fragmentación, precariedad, cuestionamiento de la realidad, ensalzamiento de la sensibilidad, opacidad de lo evidente.

Con movimientos como el dadaísmo, los artistas comenzaron a independizarse y a romper ese grillete que trataba el arte como una mercancía, que debía cuadrar en unos límites preestablecidos, estéticos y de todo tipo, que el mercado le tenía reservado.

El expresionismo fue otro movimiento surgido de la mano de las vanguardias, que además ilustra y otorga importancia principal y de ahí viene el nombre de todo el movimiento, a la subjetividad, en oposición al anterior impresionismo. La expresión

individual y singular se torna en el principal motor y forma de creación. El expresionismo será fundamentalmente un arte de oposición, resaltando la expresión subjetiva de las emociones, ideas, sentimientos. Conmueve al espectador a través del mundo de los matices y las contradicciones. Denota un apasionamiento especial en el tratamiento de las obras, así como en el uso de los materiales, abordando temáticas que tienen que ver con lo prohibido, lo mal visto, lo demoníaco, lo sexual, lo exótico, lo marginal o lo fantástico.

En 1945 Jean Dubuffet, se empieza a interesar por las producciones artísticas de los enfermos mentales, y crea el concepto de arte bruto en francés, que en inglés es muy bien traducido como arte outsider, o arte fuera de lugar. Actualmente también el arte marginal cuenta con un circuito propio de obras artísticas y es una vía de investigación y una disciplina dentro de la Arte terapia, contando con múltiples y variadas experiencias, sobre todo fuera de España, pero también dentro y con varias publicaciones.

Siempre en el mundo del arte, han existido muchas críticas a todos los artistas, que se aventuraban a ir un poco más allá en la ruptura de los límites establecidos. No solo la conocida historia de Van Gogh, sino muchas otras, de artistas que vivieron marginados por una sociedad estrecha de miras, que se moría de miedo y se defendía ante lo nuevo y lo desconocido, con una crítica feroz. Con el tiempo, estos “locos” que se aventuraron a retar los límites de tales maneras, acabaron siendo muchos de ellos reconocidos como importantes y talentosos artistas.

Por una parte, la sociedad normativa establece unas dinámicas de exclusión y marginación. Estas dinámicas suponen que muchos individuos viven situaciones que suceden en el ámbito de lo privado, y que tienen que ver con vivencias extra ordinarias, de violencia, locura, entre otras, de las que no solo ellos y ellas se avergüenzan, sino que nos avergüenzan a los demás como espectadores, nos incomodan, porque son cosas, actitudes, aspectos, que también forman parte de alguna manera de nuestra naturaleza humana, pero que *está feo mostrar*.

Pero qué nos da tanto miedo que estigmatizamos al otro diferente que para mantenernos a salvo detrás de una barrera que categoriza lo correcto y sano por un lado y lo incorrecto e insano por otro.

Muchos equipos de salud se sienten impotentes frente al sufrimiento de las personas con las que trabajan y puede suceder que en la tentativa de defenderse de

ese espejo desagradable, el equipo se cierre como una tentativa de hacer una discriminación mayor entre “nosotros” y los “otros”. De esta manera el equipo monta fuertes barreras que evitan colocarse en contacto con aquello que tanto duele.

Sin embargo, al mismo tiempo, el mundo del arte se nos presenta como un lugar privilegiado para mostrar todas estas cosas. Además, desde un punto de vista ético, la lucha contra el estigma que supone la marginación, pasa por sacar a la luz muchas situaciones, historias, sucesos, que muchas veces son legitimados por el silenciamiento, porque además en la necesidad de trabajar socialmente una sensibilización respecto a la marginación, nada mejor, que el arte, para lograr que las personas puedan empatizar con las vivencias dolorosas que muchas veces se muestran en estas obras.

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

Dolores Guerrero⁷

Si por una parte las personas que viven en una situación de marginación acceden en igualdad de condiciones a expresarse mediante diferentes manifestaciones artísticas en el espacio comunitario - ellas, portadoras de la otredad, del estigma, de la marca de lo diferente que hay que mantener al margen, - y por otro lado asumimos, que el acercamiento al arte, la creación y la expresión artística promueve en las personas el desarrollo de la sensibilidad y la ampliación de la conciencia, tendríamos como resultado que en el encuentro de estas dos cosas, se estaría dando un encuentro entre lo marginal y lo “normalizado”.

La palabra estética, proviene del griego y significa sensibilidad, percepción y apreciación de la belleza. La sensibilidad es la capacidad de dejarse llevar por los afectos de la compasión, la humanidad y la ternura, la capacidad de respuesta a excitaciones, estímulos y o causas, la capacidad de sentir, al fin y al cabo.

Suely Rolnik (2001) plantea la posibilidad en su artículo, ¿el arte cura?, de que el arte en lo social, o una sociedad que vuelve a tener la capacidad de apropiarse de la

⁷ Cita extraída de, Martínez Díaz, Noemí, Reflexiones sobre arte terapia, arte y educación, en López Fdz. Cao, Creación y posibilidad. Aplicaciones del arte en la integración social. Fundamentos, Madrid, 2006.

práctica y el significado trascendente y *divino*⁸ de la creación pueda ser una vía de entrada al mundo de la empatía.

“Si la poesía despierta en nosotros tal grado de abandono, tal éxtasis, es porque celebra un sentimiento que se ha experimentado alguna vez (...) y nos permite responder a ese sentimiento fácilmente, con familiaridad, sin molestarnos en analizarlo o en compararlo con ningún otro sentimiento actual”

(Woof, 1929: 23)

Si la creación es algo universal, que expresa aspectos inmortales del alma humana, y somos capaces de leer las manifestaciones artísticas de otras personas que viven una realidad muy diferente a la nuestra, quizá, esta práctica, nos pueda capacitar para entender y comprender mejor a aquellos y aquellas que la expresan.

En este sentido el arte y la creación podría transformarse así en un terreno intermedio privilegiado para trabajar el estigma social en ambas direcciones, pues tanto aquellos que sufren estigma por estar incluidos en algún grupo marginal como aquellos que se acomodan en la normalidad y estigmatizan al resto, compartirían a través del arte, esa zona intermedia de la experiencia de la que habla Winnicott.

“Si un adulto nos exige nuestra aceptación de la objetividad de sus fenómenos subjetivos, discernimos o diagnosticamos locura. Pero si se las arregla para disfrutar de su zona intermedia sin presentar exigencias, podemos reconocer nuestras correspondientes zonas intermedias y nos complacemos en encontrar cierta medida de superposición, es decir, de experiencia en común entre los miembros de un grupo de arte, religión, filosofía”

(Winnicott, 1977: 31)

El arte es considerado desde el punto de vista de este trabajo como un instrumento de comunicación universal, de carácter estético, imbuido de una gran carga simbólica, que nos permite expresar y compartir emociones, sensaciones, ideas, sentimientos. No todas las creaciones tienen porqué conmovernos, pero una de las cualidades del arte es que nos conmueve. Conmover es una derivación de la palabra emoción, que viene del griego, *emovere*, trasladar, mover, impresionar, que causa una huella o impresión.

“...yo creo en la presencia social del arte, como algo que rompe el silencio oficial, como voz para aquellos y aquellas cuyas voces son ignoradas, como un derecho humano innato. A lo largo de mi vida, he visto movimientos por la justicia social ampliar el espacio del arte, el poder del arte para romper la desesperanza. (...) No hay una simple fórmula que relacione el arte con la justicia. Pero sé que el arte – en mi caso el arte de la poesía – no significa nada si simplemente decora la mesa para la cena del poder que lo mantiene rehén.”

(Sánchez Gómez, 2009: 357)

⁸ La cursiva es añadido mío, ya que pienso que en toda creación hay un deseo intrínseco de trascendencia de lo humano o reconexión con lo divino en su significado más simbólico.

Y la empatía, ¿en qué consiste la empatía? La empatía consiste en aprender a recibir la realidad del otro. Es la recepción del otro con el otro, la capacidad de percibir la realidad ajena como si pudiera ser la nuestra, sin dejar que nos invada, sin dejar de ser nosotras para transformarnos en el otro o fundirnos con él y sus emociones. Poner en juego la empatía significa comprender y captar al otro a través de lo que muestra, de lo que dice, de lo que calla, de cómo describe su obra u objeto creado, de cómo se coloca frente a él o se relaciona con él.

Esto no tiene mucho que ver con el conocimiento de tipo científico o racional, ya sabemos que conocer lo que significa tener esquizofrenia, por ejemplo, no implica que comprendamos o podamos ser empáticos con las personas que sufren esta enfermedad.

Tanto para adoptar una posición de empatía como para emocionarse o conmoverse con una creación artística, es necesario que las personas estén en una situación de apertura, receptiva y en condiciones de conectarse con su parte emocional.

En una cultura como la que vivimos, de tipo androcéntrico, donde sigue predominando el ámbito de lo racional sobre lo emocional, esto no es tarea fácil. He aquí el punto en el que se unen, este tema de la empatía, con la crítica de género y todo el tema de la configuración de la identidad femenina y la revalorización de las cualidades consideradas típicamente femeninas, relacionadas con la ética del cuidado y los afectos. Al mismo tiempo con esto se conecta el acto mismo de la creación y todo lo que esto pone en juego en el individuo, que en el mismo acto creador, no está identificado con la cabeza, el pensamiento, sino que actúa desde una versión totalmente integrada de sí mismo, en el momento de la creación se produce un equilibrio entre todas las dimensiones del ser humano, está presente la persona como totalidad.

Todos y cada uno de estos aspectos que nombro, hablan en el fondo de una de las cualidades de la creatividad, aprender a mirar con ojos nuevos, no de que el paisaje que contemplamos tenga que cambiar de repente, sino que algo, dentro de nosotros, cambie nuestra forma de mirar, los cristales sobre los que inevitablemente nos asomamos al mundo.

Y para ello tendremos que dejar que la realidad del otro nos toque, no solo que nos roce, tendremos que aprender a saber y conocer qué es lo que moviliza en mí esa

realidad que tanto me cuesta mirar y aceptar sin salvaguardarme detrás de una etiqueta con su correspondiente juicio de valor.

Ahora bien, ya sabemos lo que es la empatía, cómo se pone en juego y la importancia en el conocimiento y manejo de las emociones propias y ajenas para que esta pueda tener lugar.

Cual puede ser la causa o el mecanismo que opera en unas personas para que se conmuevan con la expresión estética de los otros, que muestran partes de sí mismos angustiantes, dolorosas, felices,...y otras sean incapaces de conectar con esto. Porque hay personas que van a ver una exposición de pintura, fotografía, escultura, una pieza de baile o una pieza dramática y se emocionan, se sienten tocados en una parte de su ser, y otras, sin embargo pasan por allí sin conectar o establecer un vínculo de comprensión con la realidad que se les muestra.

Una explicación puede ser el concepto psicoanalítico de defensa, quizá, esta apertura de nuestra sensibilidad a otras realidades, pondría en tela de juicio muchos de nuestros valores, muchas de nuestras convenciones, algunas partes del esquema mental que nos construimos para que nos de seguridad.

Si por otra parte como dice Winnicott el arte y la creación suponen un objeto transicional dentro del sistema psíquico en el que poder reconocer esta zona intermedia de la realidad entre lo objetivo y lo subjetivo, tenemos que en la apreciación de esta zona intermedia, incluso en la posibilidad de aventurarnos a procesos de creación estaría la clave, o sería digamos el terreno abonado en el que plantar la semilla de la empatía. Una semilla que no puede germinar ni florecer sino a base de ser alimentada y nutrida con el mundo de las emociones siempre tan difícil de abordar, manejar, etc.

“Aquí se da por supuesto que la tarea de aceptación de la realidad nunca queda terminada, que ser humano alguno se encuentra libre de la tensión de vincular la realidad interna con la exterior, y que el alivio de esta tensión lo proporciona una zona intermedia de experiencia (cf. Rivière, 1936) que no es objeto de ataques (la religión, las artes,...). Dicha zona, es una continuación directa de la zona de juego del niño pequeño que *“se pierde”* en sus juegos.”

(Winnicott, 1971: 31)

Para poder ver los fantasmas que al otro le aterrorizan, para poder mirar y comprender su dolor, su miedo, su desamparo, su desconcierto, hay que poder ser capaz de mirar los propios, los fantasmas que inevitablemente se asoman de vez en cuando a nuestro consciente. Y ante el miedo que esto nos provoca, los humanos nos rodeamos de defensas.

Tenemos entonces que para ser personas empáticas el primer requisito sería la capacidad para identificar esos mecanismos de defensa y aprender a mirar qué hay detrás. Atreverse a mirar a la cara a esa angustia que me provoca la diferencia del otro, una diferencia que es simbólica, que siempre tendrá que ver conmigo, con desde dónde y cómo la estoy mirando, y poder ser capaces de reconocer y aprender a manejar esta angustia que el miedo, emoción básica por excelencia, me provoca lo que estoy viendo, ¿De qué tengo miedo? ¿Para qué activo este tipo de defensas? ¿Qué función están cumpliendo? Porque los sistemas de defensa, están siempre al servicio de alguna parte del yo y son muy potentes, y pueden impedir perfectamente que perciba la realidad del otro.

Al hilo de esta argumentación. Uno puede tener conciencia estética, una puede ser experta en obras de arte, crítico de arte, y describir a la perfección el arte, sus obras, sus procesos, desde posiciones puramente intelectuales, donde la parte personal de emociones no se ve comprometida. Donde uno no se moja, no pierde el control que ejerce el super yo, y por lo tanto, es difícil que las defensas se quiebren y tenga lugar un espacio a través del cual, consciente e inconsciente se comuniquen, se encuentren, donde los fantasmas de los que hablamos aparezcan y no nos quede otro remedio que mirarlos y atravesar por el miedo que nos producen.

Por ello pienso, que no solamente, para el desarrollo de la empatía es necesario que la persona pueda apreciar una obra, una producción artística desde una conciencia estética, sino que es necesario que la persona esté involucrada en procesos de creación. Obviamente hay personas que tienen capacidad de empatía y no se dedican a pintar, o a escribir, o son actores y actrices, pero de alguna manera deben estar involucrados en procesos de creación de algún otro tipo. O dicho de otra manera, y apoyándonos en la obra de Fiorini sobre los procesos terciarios y el espacio potencial, (Fiorini, H: 2006), deben saber navegar por ese terreno de la incertidumbre que tiene lugar o habita entre lo posible y lo imposible, deben ser capaces de encontrar formas creativas, generadoras de nuevos sentidos y constructivas, de abordar esa tensión vincular entre la realidad interior y la exterior inherente a la naturaleza humana.

El hecho de permitírnos navegar por esa zona intermedia del psiquismo que nos ofrece la creación artística, va a implicar poder ir de un lado para otro de nuestras propias defensas, mirar y reconocer aspectos negados que a veces nos dan miedo y hemos tenido protegidos bajo estas defensas durante mucho tiempo, establecer una

mayor vinculación entre consciente e inconsciente, y por lo tanto, a la larga nos permitirá poder mirar y reconocer a esos otros estigmatizados, con los fantasmas que los pueblan que no son, al fin y al cabo, muy diferentes a los nuestros.

En este sentido el arte terapia, la conciencia estética y el desarrollo de la capacidad creadora son un instrumento a través del cual ensayar la empatía, en la medida en que ofrecen un espacio puente a través del recorrer esos espacios del psiquismo del mundo consciente e inconsciente, entre yo y el otro.

Hasta aquí he reflexionado sobre cómo las personas que estigmatizan pueden a través del arte y la creación artística desarrollar la empatía. Pero igual de importante resulta el hecho de la práctica artística por parte de las personas que pertenecen a colectivos marginales o en situación momentánea de marginación.

Sabemos que cuando alguien crea algo, ese algo, y con él, una parte o aspecto de su persona, es mostrado, visibilizado, reconocido. El yo, o al menos una parte del individuo ocupa un lugar en el mundo, obtiene una mirada, obtiene en definitiva un poder de nombrar, de nombrarse, de definir y autodefinirse. Y mostrarse a través de un lenguaje artístico resulta un modo privilegiado cuando de lo que se trata sobre todo es de mostrar emociones y puntos de vista extra ordinarios. De tender un camino sobre el que ese otro diferente a nosotros pueda sentirse reconocido también en su vulnerabilidad, en su propia necesidad. Este es uno de los aspectos en los que se pone en juego el empoderamiento de los grupos sociales.

La filosofía del empoderamiento tiene su origen en el enfoque de la educación popular desarrollada a partir del trabajo en los años 60 de Paulo Freire, estando ambas muy ligadas a los denominados enfoques participativos, presentes en el campo del desarrollo desde los años 70. El empoderamiento es el proceso por el cual las personas fortalecen sus capacidades, confianza, visión y protagonismo como grupo social para impulsar cambios positivos en las situaciones que viven.

En la visión de los grupos marginados, el empoderamiento sería una estrategia que propicia que esos grupos, incrementen su poder, esto es, que accedan al uso y control de los recursos materiales y simbólicos, ganen influencia y participen en el cambio social.

El empoderamiento tiene fundamentalmente una dimensión individual y otra colectiva. La individual implica un proceso por el que los excluidos eleven sus niveles de confianza, autoestima y capacidad para responder a sus propias necesidades.

Trabajar por su empoderamiento implica en primer lugar ayudarles a recuperar su autoestima y la creencia de que están legitimados a actuar en las decisiones que les conciernen. Otorgar valor y resonancia social a sus creaciones y expresiones artísticas será una puerta abierta por parte de toda la sociedad a su práctica de empoderamiento y visibilidad.

Desde esta perspectiva podemos decir que de cara a la sociedad, el/la arte terapeuta, podrá servir de canal para dar una resonancia social a la práctica del arte terapia, y de esta manera, poder incidir en un aumento de la sensibilidad entre las personas de la comunidad que se relacionan a través de las obras de arte producidas, que a su vez, ponen en relación a creadoras/es y espectadores/as.

Esta labor, estaría conectada con la existencia, la cual iría retroalimentando, de redes públicas que envuelvan la dimensión colectiva de la existencia y que estén comprometidas a su vez con los procesos de producción de subjetividades.

La existencia de la marginación y el estigma, igual que el acontecer de la enfermedad en las personas, es un síntoma, un síntoma que nos habla de por dónde nuestra sociedad está enferma, mantiene fisuras y distancias, y que generan infelicidad en muchas de las personas que viven en ella.

Quiero terminar este penúltimo epígrafe estableciendo una metáfora con una de las definiciones que encontramos en el diccionario de la Real Academia de la Lengua de la palabra estigma. La palabra estigma se utiliza también para designar el cuerpo glanduloso colocado en la parte superior del pistilo de las flores y que recibe el polen en el acto de la fecundación de las plantas.

En este caso decimos en sentido metafórico que el estigma es el lugar de la fecundación. Y así podemos observar que el estigma que pesa sobre cualquier persona o colectivo, puede ser también y o debería poder ser un lugar de fecundación, un lugar de intercambio de visiones y subjetividades, un lugar desde el que pueda nacer algo nuevo. Como si de alguna manera el estigma existiera precisamente porque hay un desencuentro y existe la necesidad de un encuentro. De un lado la sociedad normalizada, normativa y con poder de definición sobre los otros, de otro lado los otros, la otredad, el mundo de lo marginal y sus habitantes (mujeres víctimas de violencia, enfermos mentales, personas en riesgo de exclusión social,...)

Este lugar de fecundación tomaría la forma de creación artística dando lugar a nuevos caminos, nuevas formas de mirar, nombrar y decir. Un lugar de fecundación en

el que experimentar el abrazo de ese otro diferente, con sus miserias y sus grandezas, un abrazo al fin y al cabo en el que poder reconocernos mutuamente como seres humanos de paso y en búsqueda constante.

Este lugar fecundo tiene a nuestro parecer además una entidad propia, en el sentido de que el poder transformador del arte por sí solo puede darse, la materia como mediadora entre nuestra intención y el resultado en la realidad. Un poder de transformación implícito a los procesos creativos, que impulsan y traen el cambio a pesar de nosotros mismos, porque es mucho más grande que nuestros pequeños egos.

Ideas clave conclusivas

Después del acercamiento a los espacios intermedios desde diferentes miradas y disciplinas, a través de la reflexión teórica y de la práctica, entiendo que sí podemos considerar el arte como una vía de acceso idónea a los espacios intermedios. Tanto desde el punto de vista individual, donde uno va enfrentándose a lo largo del proceso a partes de sí mismas antes desconocidas o inconscientes, como desde el punto de vista social, compartiendo en el espacio comunitario distintas creaciones artísticas de colectivos marginales. La mejor idea sería que se mezclaran - el arte oficial y el arte marginal – en igualdad de condiciones y compartieran escenarios de acción y reflexión.

Para que este encuentro sea posible en lo social, es necesario, como se apunta en el último punto, desarrollar la capacidad de empatía. Capacidad que por el recorrido y los referentes teóricos que utilizo a lo largo del trabajo también se pone en la dinámica inherente a los procesos de creación.

La práctica del taller me ha permitido observar no solo la posibilidad de acceso al espacio entre lo consciente y lo inconsciente, sino también respecto al espacio propio en el seno de la pareja, es decir, cómo se maneja el complicado mundo del contacto y la retirada en la relación. Al fin y al cabo ese es el espacio intermedio en el que se va definiendo, con mayor o menor rapidez según los casos, las personas y sus vivencias, la dinámica que regirá la relación entre el tú y el yo.

Puedo concluir después de estas prácticas y este trabajo que para que este espacio intermedio se vaya fraguando dando lugar una dinámica en la que los extremismos, las polaridades, los excesos, el todo o nada, tengan el menor

protagonismo posible, es necesaria para las mujeres la existencia de un espacio propio.

Cómo se puede ir fraguando ese espacio propio a través del Arte Terapia será una de las posibles vías de investigación futura.

8. LÍNEAS FUTURAS DE INVESTIGACIÓN

Después de elaborar este trabajo y revisar las conclusiones se me ocurre proponer dos vías diferentes de actuación en el futuro. Una basada en la continuación de la práctica de la arte terapia con este colectivo, con esta perspectiva y mediante una metodología de investigación acción y otra destinada a estudiar el modo en que sus obras y creaciones tienen resonancia social en la comunidad en la que viven y si esta resonancia sirve para que desde esta también se entienda mejor cual es su realidad.

La pregunta de investigación sería si la práctica del Arte Terapia sirve a las mujeres para encontrar, definir y preservar esa mirada y ese espacio propio desde el que mirarse y sostenerse que les permita una mejora de sus relaciones personales y en concreto de sus relaciones amorosas.

Para ello la primera propuesta consistiría en seguir llevando a cabo talleres de Arte Terapia con mujeres en situación de violencia o con una necesidad de revisar sus relaciones amorosas. Quiero decir que me planteo la propuesta no solo para mujeres que están ya gravemente afectadas o inmersas en una situación de violencia directa, sino para todas aquellas que sientan que quieren revisar, investigar o buscar nuevas vías más positivas para ellas de encuentro con el otro.

La dinámica de los talleres se irá configurando con una metodología similar a la expuesta en la parte práctica de este trabajo.

Al mismo tiempo, y en relación al último epígrafe que plantea la utilización del arte en la comunidad como herramienta para desarrollar la empatía, se trataría de insertar los trabajos artísticos y creativos de estos grupos de mujeres en su comunidad, generando puentes de diálogo con el resto de las personas que forman parte de la sociedad en la que viven.

De esta forma, a la larga, se podría investigar si este tipo de intercambio, proporciona a la comunidad la oportunidad de situarse frente a esta problemática de una manera más empática.

La metodología de investigación de tipo cualitativo será la investigación – acción, de forma que el trabajo que se vaya generando en el taller, me vaya sirviendo al mismo tiempo para la reflexión y la elaboración de teoría. Todo ello, sólo será posible una vez transcurrido el tiempo suficiente de experimentación, investigación y búsqueda, en el que teorizar sobre los resultados de la misma y en concreto sobre este espacio propio.

9. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ACOSTA LLORENTE, Miguel (2009). *Mi marido me pega lo normal*. Ciudad: Editorial Editorial Planeta. Barcelona.
- ALARIO TRIGUEROS, M^a Teresa (2008): *Arte y Feminismo*. Editorial Nerea. Donostia – San Sebastián.
- ALLEN, Pat B. (2010): *Arte terapia: Guía de autodescubrimiento a través del arte*. Ediciones Gaia. Madrid.
- ALTABLE VICARIO, Charo (2005): *Penélope o las trampas del amor* Nau Llibres Edicions Culturals Valencianes. Valencia.
- BAZÁN HUERTA, R. (2009): *La gestalt, una terapia de completitud. Unificando cuerpo, mente y espíritu. Revista de la Asociación Española de Terapia Gestáltica*, nº 29, (194 – 200).
- BARUDY, Jorge y DANTAGNAN, Maryorie (2005): *Los buenos tratos a la infancia. Parentalidad, apego y resiliencia*. Editorial Gedisa. Barcelona.
- BELLI, Gioconda (2009): *El ojo de la mujer*. Visor Libros. Madrid.
- BOURDIEU, Pierre. (2000): *La dominación masculina*. Editorial Anagrama. Barcelona.
- BOWLY, John (1998): *El apego. El apego y la pérdida.1*. Editorial Paidós. Psicología Profunda. Madrid.
- CASTILLO, J. (2007): *El valor del sufrimiento: apuntes sobre el padecer y sus sentidos. la creatividad y la psicoterapia*. Bilbao: Editorial Desclée de Brouwer.
- COLL ESPINOSA, Francisco J. (2006): *Un viaje por la arte terapia. Arteterapia. Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social*, 1, (41 – 44).
- CURY ABRIL, Mónica. (2007): *Tras el silencio. Papeles de Arteterapia y educación artística para la inclusión social*, 2. (71 – 86).
- CYRULNIK, Boris (2002): *Los patitos feos. La resiliencia: una infancia infeliz no determina la vida*. Editorial Gedisa. Barcelona.

- DEL RÍO, María (2009): *Reflexiones sobre la praxis en arteterapia. Arteterapia. Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social*. 4, (17 – 26).
- ESPINOSA, C. (2006) *Arteterapia. Dinámicas de creación y procesos terapéuticos*. Universidad de Murcia. .
- FEIXAS, Guillén y MIRÓ, Teresa (1993): *Aproximaciones a la psicoterapia. Una introducción a los tratamientos psicológicos*. Editorial Paidós. Barcelona.
- FIORINI, Héctor Juan (2006): *El psiquismo creador. Teoría y clínica de procesos terciarios*. Ediciones Nueva Visión. Buenos Aires.
- FIORINI, Héctor Juan: *Los procesos psicoanalíticos. Desarrollos en un campo creador*. En LIBERMAN, Ariel y ABELLO BLANCO, Augusto (2008): *Winnicott hoy: Su presencia en la clínica actual*. Editorial Psimática. Madrid.
- FIORINI, Héctor Juan, *Formaciones de procesos terciarios*. Editorial Paidós. Psicología Profunda. www.hectorfiorini.com.ar
- FIORINI, Héctor Juan: *Qué hace una buena terapia psicoanalítica*. Varios Autores. Editorial Agora. Psicoanálisis Focos y Aperturas. www.hectorfiorini.com.ar
- FOUCAULT, Michel (1963): *El nacimiento de la clínica. Una arqueología de la mirada médica*. Editorial Siglo XXI. Madrid.
- FRANKL, Viktor (1946): *El hombre en busca de sentido*. Editorial Herder. Barcelona.
- FROMM, Eric (1978): *¿Ser o tener?* Editorial Fondo de Cultura Económica. México.
- GADAMER, Hans – Georg (1977): *La actualidad de lo bello*. Ediciones Paidós. Barcelona.
- GALLEGOS, Miguel: *La epistemología de la complejidad como recurso para la educación*. Facultad de Psicología de la Universidad Nacional de Rosario. <http://www.ambiente.gov.ar/infoteca/descargas/gallegos01.pdf>
- GILMORE, David (1994): *Hacerse hombre: concepciones culturales de la masculinidad*. Editorial Paidós. Madrid.
- GOFFMAN, E. (2001) *Estigma. La identidad deteriorada*. Buenos Aires: Editores Amorrortu.
- GYSIN CAPDEVILA, Mercedes y SORÍN ZCOLSKY, Mónica, comp. (2011): *El arte y la persona: Arte Terapia: esa hierbita verde*. Editorial ISPA. Barcelona.

- HARDING, Sandra (1996): *Ciencia y feminismo*. Ediciones Morata. Madrid.
- HERMAN, Judith (1992): *Trauma y recuperación. Cómo superar las consecuencias de la violencia*. Editorial Espasa Calpe. Madrid.
- HIRIGOYEN, Marie-France (2006): *Mujeres maltratadas: los mecanismos de la violencia en pareja*. Editorial Paidós. Barcelona.
- HOLMES, Jeremy (2009): *Teoría del apego y Psicoterapia. En busca de la base segura*. Editorial Desclee de Brouwer. Bilbao.
- JULIANO, Dolores (2004): *Excluidas y marginales*. Ediciones Cátedra. Madrid.
- KANDINSKY, Wassily (1979): *De lo espiritual en el arte*. Ediciones Premio. México.
- LAGARDE Y DE LOS RÍOS, Marcela (2000): *Claves feministas para la autoestima de las mujeres*. Editorial Horas y Horas. Madrid.
- LÓPEZ, Fernández Cao, M^a Ángeles (2001): *Geografías de la mirada: género, creación artística y representación*. Instituto de Investigaciones Feministas. Madrid.
- LÓPEZ FERNÁNDEZ CAO, M^a Ángeles: *Algunas consideraciones sobre la capacidad de vivir en equidad: propuestas desde la creación*. En BARRIOS, Olga (2010): *La mujer en las artes visuales y escénicas. Trasgresión, pluralidad y compromiso social*. Editorial Fundamentos. Madrid.
- LÓPEZ, Fernández Cao, M^a Ángeles y MARTÍNEZ Díez, Noemí (2006): *Arteterapia: conocimiento interior a través de la pintura artística*. Ediciones Tutor. Madrid.
- LÓPEZ Fernández Cao, M^a Ángeles (2006): *Cognición y emoción: el derecho a la experiencia a través del arte*. UCM. Texto de la conferencia de la Escuela de Verano en Ávila, 2006.
- LOWENFELD, Viktor y LAMBERT BRITTAIN, W. (1947): *Desarrollo de la capacidad creadora*. Editorial Kapelusz. Buenos Aires.
- MASLOW H., Abraham (1971): *La personalidad creadora*. Editorial Kairós. Barcelona.
- MOORE, Henrietta L. (1999): *Antropología y feminismo*. Ediciones Cátedra. Madrid.
- NARANJO, Claudio (2009): *Sanar la civilización*. Ediciones La Llave. Victoria – Gasteiz. España.
- NASH, Mary (2004): *Mujeres en el mundo*. Historia, retos y movimientos. Madrid. Alianza.

- OJEDA LÓPEZ, Marina (2011): *Arteterapia Gestalt: La búsqueda de lo que somos. Arteterapia. Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social*, 6 (169 – 181).
- PARDO, José Luis (1991) *Sobre los espacios, Pintar, escribir, pensar*. Ediciones del Serbal. Barcelona.
- PELEGRINA CETRAN, Héctor (2006): *Fundamentos antropológicos de la psicopatología*. Ediciones Polifemo. Madrid.
- PEÑARRUBIA, Francisco (1998): *Terapia Gestalt. La vía del vacío fértil*. Editorial Alianza. Madrid.
- PÉREZ SALES, Pau (2006): *Trauma, culpa y duelo. Hacia una psicoterapia integradora*. Bilbao.
- PERLS, F.S. (1975): *Yo, hambre y agresión*. Editorial Fondo de Cultura Económica. México.
- PESSOA, Fernando (2012): *Antología Poética. El poeta es un fingidor*. Ediciones Espasa. Madrid.
- PICHÓN – RIVIÈRE, Enrique (1971) *El proceso creador. Del psicoanálisis a la psicología social. III*. Editorial Nueva Visión. Buenos Aires.
- PICHÓN –RIVIÈRE, Enrique (21ª Edición. 2000): *Teoría del vínculo*. Editorial Nueva Visión. Buenos Aires.
- PINKOLA ESTÉS, Clarissa. (2004): *Mujeres que corren con los lobos*. Edicionesb.es. Barcelona.
- PULEO, Alicia H. (2012): *Ecofeminismo para otro mundo posible*. Ediciones Cátedra. Madrid.
- SÁNCHEZ GÓMEZ, Soledad. *Adrienne Rich: Poesía y compromiso*. En PIÑEIRO GIL, Carmen C. y Eulalia (2009): *Arte y Mujer. Visiones de cambio y desarrollo social*. Editorial Horas y Horas. Madrid.
- POZO, Juan Ignacio (2008): *Aprendices y maestros. La psicología cognitiva del aprendizaje*. Madrid. Alianza.
- READ, Herbert (1957): *Imagen e idea*. Editado por el Fondo de Cultura Económico de México.
- SANZ, Fina (1995): *Los vínculos amorosos. Amar desde la Identidad en la Terapia del Reencuentro*. Editorial Kairós. Barcelona.

- SASSENFELD JONQUERA, André y MONCADA ARROYO, Laura (2006): *Fenomenología y Psicoterapia Humanista Existencial*. Revista de Psicología. Universidad de Chile, Vol.001, (91 – 106)
- SONTAG, Susan (1973): *Sobre la fotografía*. Ediciones Santillana. México.
- VALCARCEL, Amelia (2008): *Feminismo en el mundo global*. Ediciones Cátedra. Madrid.
- VALENTE, José Ángel (1980): *Obra poética 1. Punto Cero*. Editorial Alianza. Madrid.
- VELAZQUEZ, Susana (2003): *Violencias cotidianas, violencia de género*. Editorial Paidós. Buenos Aires.
- VIDAL FERNÁNDEZ, Fernando (2009): *Pan y rosas. Fundamentos de exclusión social y empoderamiento*. Editado por Fundación Foessa (Fomento de Estudios Sociales y Sociología Aplicada) Cáritas. Madrid.
- URIARTE ARCINIEGA, Juan de D. (2005). *La resiliencia. Una nueva perspectiva en psicopatología del desarrollo*. Revista de Psicodidáctica. 10, (61 – 79).
- WINNICOTT, W. Donald (1971): *Realidad y juego*. Editorial Gedisa. Barcelona.
- WOOLF, Virginia (1929): *Una habitación propia*. Editorial Alianza. Madrid.
- ZAMBRANO, María (1993): *Hacia un saber sobre el alma*. Alianza Editorial. Madrid.
- ZINKER, Joseph (1977): *El proceso creativo en la terapia gestáltica*. Editorial Paidós. Buenos Aires. Argentina.
- ZUKERFELD, R y ZONIS ZUKERFELD, Raquel (2002): *Procesos terciarios*. Moldes 981 1º 1426. Buenos Aires. Argentina.

10. ANEXOS

ANEXO 1

GUIÓN DE LA ENTREVISTA PRIMERA

1. PRESENTACIÓN, QUIÉN SOY YO Y EN QUÉ CONSISTE EL TALLER DE ARTETERAPIA.

Me presentaré y sobre todo me gustaría hacer hincapié en que en el taller de arte terapia vamos a intentar descubrir juntas nuestras posibilidades creativas ante nuestros problemas, necesidades o conflictos. Que no importa cuán bien o mal sabe una dibujar, moldear, etc, sino que lo importante es que aprovechemos la capacidad para expresar ciertas cosas que a veces no sabemos expresar de otra manera, a través de la libertad del juego y la creación y de diversas técnicas. Por mi parte tomaré sus creaciones como el elemento para dialogar sobre lo que ellas quieran dialogar a través de lo que van creando.

2. EL PORQUÉ DE LA ENTREVISTA.

Aquí les comentaré que me interesa sobre todo conocer su opinión con respecto a algunos temas que me gustaría que pudiéramos trabajar a lo largo de las sesiones. Y que me gustaría sobre todo saber su opinión para saber de qué punto partimos y que cosas, propuestas, materiales, etc... nos vendría mejor trabajar.

3. PRESENTACIÓN

Les pediré que se presenten, que hagan una presentación de sí mismas. No me interesa que me cuenten su historia personal de violencia tanto como que hablen de sí mismas poniendo los adjetivos que ellas consideren, por ejemplo soy tímida, soy amable,...

4. TEMAS DE INTERÉS

- ¿Qué es para ti una mujer, o ser mujer? Qué cualidades tiene para ti una mujer?
- ¿Y qué es para ti un hombre?
- ¿Cuál sería para ti la diferencia fundamental entre un hombre y una mujer(más allá de la biología se entiende)?
- ¿Cómo sería para ti una historia de amor? ¿Qué te sugieren las palabras "historia de amor"? o ¿cómo sería para ti el amor ideal?
- ¿Tienes alguna idea que algún problema u obstáculo en tu relación con los demás? Compañeras, compañeros, hijos, hijas. ¿Hay algo que tú hayas observado que te dificulta la relación con los demás?
- ¿Qué significa para ti "ser consciente", cuando decimos soy consciente de algo o me doy cuenta de algo, que queremos decir, según tú? ¿Podrías ponerme algún ejemplo?
- Qué te sugieren las siguientes frases, qué te dicen de ti como persona.
Tú eres tú y yo soy yo
Yo no estoy en este mundo para cumplir tus expectativas
Tú no estás en este mundo para cumplir mis expectativas
Si nos encontramos será maravilloso
Si no, será que no pudo ser.

- ¿Qué cosa no le perdonarías nunca a una persona con la que tienes un vínculo de confianza, afecto, amor?
- ¿Cuál o cuáles son las cualidades que más valoras en una persona?
- ¿Qué es para ti el poder? ¿qué te sugiere una persona que tiene poder? ¿Consideras que tú tienes poder? ¿Qué tipo de poder tienes?
- Dime algún sueño que tuvieras al que crees que has renunciado o te has visto obligada a renunciar.
- ¿Cuál es tu canción favorita?
- ¿Qué te sugieren las siguientes imágenes?:





Frida Kahlo - "Roots" 1943 - 12" x 19 1/2" - Sold at Sotheby's for \$5.6 Million



ANEXO 2

Número de sesión: 1ª Sesión: 7 de Marzo de 2012	
Asistentes	Profesionales: Sofía (Arte Terapeuta en prácticas) y Laura (Psicóloga del Centro) Participantes: C, H y A.
Propuesta de taller	Expresionismo: mirada, percepción y expresión.
Materiales	<ol style="list-style-type: none"> 1. Algún soporte gráfico con obras representativas del movimiento expresionista. 2. Papel o cartulina blanca, varias para cada una. 3. Lapiceros. 4. Un espejo pequeño de mano por persona. 5. Pañuelos para taparse los ojos. 6. Música adecuada para la propuesta de trabajo corporal.
Desarrollo de la actividad	<ol style="list-style-type: none"> 1. Explicar la función y el nacimiento del arte y la expresión artística como necesidad humana desde la prehistoria. Solo señalarlo. Hablar después en modo general del giro que significó el expresionismo en pintura, relacionándolo con el tema de la normalización y la expresión de emociones y de la subjetividad. Mostar algunas pinturas representativas de esta corriente pictórica. Relacionarlo con sus respuestas en la entrevista que realizamos con anterioridad. 2. Primera propuesta: Ejercicio para trabajar la conciencia corporal. Se les pide que se tapen los ojos, descalzas también. Al ritmo de una música elegida previamente para tal fin, las pautas son estar pendientes de la respiración, soltar el cuerpo, estirarlo, estar pendiente de cualquier bloqueo que sientan en cualquier parte del cuerpo y soltar, moverse en función de lo que les pida el cuerpo, explorar el espacio. Explorar las sensaciones y la percepción a través del resto de los sentidos, el tacto, el oído y el olfato principalmente. En un momento dado se les pide que poco a poco busquen el contacto con alguien, contacten, se den el tiempo que necesiten en ese contacto, después se retiren. Importante transmitirles la idea que que el otro llega, contactamos y se va, o nos vamos, lo importante ahora es estar en nosotras, seguimos por tanto moviéndonos en el no contacto. Observar el tiempo que necesitan y lo que “da de sí el ejercicio” y parar en el momento apropiado. Una pauta para abrir los ojos es tratar de mirar el mundo como si fuera la primera vez que lo ven, como si fueran recién nacidas descubriendo el espacio, la luz, ... Reflexionar sobre la experiencia, sobre cómo se ha sentido cada una. 3. Segunda propuesta: Dibujar a partir de nuestra imagen en el espejo. Cada mujer tiene un espejo pequeño que coloca frente a su rostro de manera que pueda verlo. Con la otra mano, sobre un folio o soporte de papel en blanco, con un lápiz de carboncillo, trata de dibujar lo que el espejo le devuelve, con una sola pauta: no se puede mirar el papel, el dibujo que se está haciendo en ningún momento. 4. Visionado de dos vídeos: <ul style="list-style-type: none"> - Mujer en el arte: visionamos este vídeo pequeño de 2 min de

	<p>duración para reflexionar en la medida de lo posible sobre la identidad de género.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aelita André: visionamos este vídeo de unos 12 minutos de duración. El vídeo muestra a una niña de cinco años pintando cuadros abstractos, en total placer y libertad de creación. Las imágenes y la música son muy oníricas y el objetivo de este visionado es principalmente mostrar cómo cualquiera puede ponerse a crear si se permite disfrutar con ello y dejarse fluir con lo que le salga sin practicar ningún tipo de censura. 	
Objetivos	<ol style="list-style-type: none"> 1. Facilitar una primera toma de contacto con la pintura y el dibujo. 2. Desbloquear miedos y bloqueos con respecto a su capacidad para dibujar. 3. Favorecer la expresión individual y la valoración de sus dibujos y por extensión, su autoestima. 4. Impulsar la capacidad estética y empática con la obra. 5. Favorecer la experimentación y expresión de las sensaciones a través de la percepción. 6. Trabajar sobre la toma de conciencia corporal y de las emociones a través del cuerpo. 	
Evaluación	¿Que salió mal?	<ol style="list-style-type: none"> 1. El ejercicio del dibujo a través de la mirada en el espejo resultó demasiado rápido y desigual. Unas terminaron muy rápido el dibujo y alguna como C, se bloqueó al principio y le costó más. Como consecuencia, las demás se han puesto espontáneamente a hacer más veces el dibujo. 2. El tiempo no fue lo suficiente bien medido por mi parte y después del último vídeo no hubo tiempo de recoger y trabajar algunos temas importantes que salieron, como por ejemplo, lo que comentaban algunas acerca de cómo reaccionan ante la creatividad de sus hijos e hijas cuando pintan. 3. Se me olvidó llevar las cartulinas y hubo que improvisar con folios. 4. Con respecto a la participación de Laura, estaba algo insegura sobre si incluirla a la hora de recoger impresiones o no.
	Dificultades observadas.	Yo no había medido bien los tiempos. Excepcionalmente algún bloqueo a la hora de dibujar con libertad, solo en una de las mujeres.
	¿Cómo se solventó?	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mientras las demás animadamente se han puesto a hacer más veces el ejercicio. 2. No hubo tiempo de trabajar ese tema más a fondo aunque sí que comentaron algo y respondimos algo las demás. 3. Dibujamos sobre unos folios que nos dio Laura de allí. 4. Tanteando por mi parte ofreciéndole la posibilidad de expresarse y participar y como ella tenía claro que no quería hacer el mismo papel que tiene allí con ellas, aunque a ella también se le han planteado cosas al respecto, no ha ido mal y después lo hemos hablado al terminar la sesión.
	¿Ha surgido alguna potencialidad a raíz de las	<p>Sí.</p> <p>El hecho de que les sobrara tiempo a algunas para hacer más veces el ejercicio de dibujar sobre nuestra mirada en el espejo, da como consecuencia que todas tienen varios</p>

	dificultades observadas?	dibujos. Sobre esto he improvisado que eligieran uno de ellos, le pusieran un nombre imaginario y nos lo presentaran a las demás como un personaje inventado, pudiendo trabajar un poquito sobre esto con cada uno de los personajes.
	¿Cómo se puede mejorar?	En la primera parte en la que hablamos del expresionismo, en vez de mostrarles directamente varios ejemplos de pinturas expresionistas, hubiera estado bien hacerlo hablando a partir de alguna obra en concreto, como observar desde lo particular ellas primero para llegar a las conclusiones generales del movimiento desde la deducción, facilitando así un aprendizaje más por descubrimiento que por modelado por mi parte.
Valoración de los participantes	Se la pediré al inicio de la próxima sesión. Así mismo pasaré una hoja de evaluación al terminar cada una de las sesiones.	
Valoración del observador	Me pareció muy acertado el que empezaras con el trabajo de conexión con el estado emocional de cada una de las asistentes, al pedirles que definieran cómo se encontraban (no aceptando tan sólo las respuestas bien o mal), y que explicaras que tu estabas un poco nerviosa, ayuda a cómo perciben ellas tu posición respecto al grupo, colocándote de una forma cercana, disponible, muy "humana" en todo su sentido. En cuanto al desarrollo de la sesión respecto de las actividades realizadas, el primer ejercicio ayudó por un lado a incrementar el estado de "mirar para dentro" de cada una, y especialmente entrar en contacto con el cuerpo, y con las otras integrantes del grupo. Este ejercicio permitió analizar posturas corporales (rigidez, inseguridad....) que son en realidad "posturas vitales"...que tu pusiste en evidencia en tu devolución al grupo (especialmente a la mujer 16) una vez había finalizado la actividad, así como nuestra forma de acercarnos y despedirnos de los demás. En la práctica del dibujo de la cara mientras se mira a un espejo, desde mi punto de vista ayudó a que se creara un ambiente de "juego" entre las participantes, fomentando la espontaneidad, la risa...Tus intervenciones me parecieron ajustadas a lo que ocurría en el momento de la sesión (el aquí y ahora), se percibía una gran capacidad de cuidado de las integrantes del grupo, así como fue importante la capacidad de mantener su atención durante toda la sesión, incluida en la parte más teórica. En mi opinión, tus peticiones de concreción en cuanto a sus respuestas, las ayuda a conocer y encuadrar su situación en el momento actual, y esto lo hiciste durante toda la sesión. Creo que las mujeres participaron de forma muy activa y que a medida que se desarrollaba la sesión, se producía una mayor "sintonía grupal" tanto a nivel de tarea como a nivel emocional.	
Valoración personal	Mi valoración de esta primera sesión es muy positiva. Creo que las actividades propuestas han sido adecuadas. Si bien la primera era algo arriesgada ya que empezar tapándose los ojos es como confiar mucho a la primera de cambio sin que hubiera habido más tiempo de conocernos, entre ellas y yo sobre todo. Aún así ha merecido la pena arriesgarse. Además me he dado cuenta cómo este ejercicio permite a la arte terapeuta una gran posibilidad de observar muchas cosas, sobre la postura y la actitud corporal, el autocontrol, la forma de contactar, la conciencia y contacto corporal de cada una, la disposición y capacidad para leer o interpretar ellas mismas los mensajes de su cuerpo, ... Creo además que para una primera sesión de toma de contacto tanto el ejercicio de pintar sobre la mirada del espejo sin mirar el papel, como el vídeo de Aelita André, son especialmente adecuados para incidir de forma indirecta sobre el desbloqueo de miedos y censuras con respecto a la propia capacidad creadora.	
Reflexión personal	Me doy cuenta como en la práctica " menos es más ". Una reflexión que llevo tiempo haciéndome, como que en la teoría me pierdo preparando	

	<p>mucho las cosas de antemano, o más que preparando mucho cada cosa, como teniendo previstas muchas cosas, y después, cuando las personas están implicadas y tienen interés, cualquier cosita, da para trabajar muchas cosas. A veces cuando una ha trabajado muchas cosas y lleva mucho trabajo personal encima, no se da cuenta de que algunas personas parten de una base totalmente diferentes, y se pueden trabajar muchas cosas, a partir de propuestas pequeñas y sencillas. Me doy cuenta de que esto me sigue aún costando trabajo.</p> <p>Me doy cuenta de que en común las tres, no han tenido la oportunidad de apreciar el mundo del arte, la creación, las imágenes, lo simbólico, y además existe un interés por su parte, como si fuera una ventana que se les está empezando a abrir y a través de la cual les gusta mirar, les produce admiración y respeto, a pesar de no haber tenido contacto antes con esto. Aunque en el caso de C, sobre todo, consideran que es algo “que hacen los artistas, la gente que tiene talento”...Por eso pienso que en las primeras sesiones, independientemente de la propuesta central a trabajar, que tendrá que ver con el hilo conductor que me he propuesto de “Momentos de vida, niñez, adolescencia y etapa adulta: patrones de relación”, como hilo cronológico para ir enmarcando las sesiones, intentaré meter otras propuestas adecuadas para trabajar el “miedo a dibujar”.</p> <p>Muchas de estas propuestas tienen más que ver con el desarrollo de la capacidad creativa, aunque después todo lo que salga en ellas también se puede trabajar.</p> <p>Me doy cuenta de la apertura que tienen las tres a la hora de abrirse y animarse a hablar de ellas mismas, además de una gran capacidad de reflexión. Si bien en el caso de A, esta está bastante desdibujada, como perdida o escondida, pues es la que más dispersa noto y aparentemente con menor capacidad para el darse cuenta. Esto me hace reafirmarme en que con cada una de ellos habrá que ir trabajando o incidiendo en aspectos diferentes a parte de los objetivos generales.</p> <p>Algo importante, es darme cuenta de que precisamente con la mujer que me habían dicho que igual iba a tener más dificultades, es la más acertada en sus devoluciones, la que más entra en el lenguaje simbólico de la creación, es como una esponja en la que cada propuesta es aprovechada al máximo. Esto me hace darme cuenta de que el arte posee algún tipo de lenguaje universal, y aunque seamos personas de diferentes culturas, y nuestra forma de expresarnos en las diferentes culturas, sea diferente, los imaginarios y las formas de reflejar sean diferentes, hay una sensibilidad común a todos los artistas, que todos llevamos dentro, como una capacidad no solo de admirar sino también de expresar, esté o no desarrollada, con la que podemos conectar a través del arte y la creación. Y esto independientemente de si conocemos el lenguaje escrito y oral de la cultura a la que pertenece la creación que estamos observando. Hay algo universal, que es la sensibilidad.</p> <p>Este puente, nos puede permitir vías de acercamiento y de encuentro, que quizá a través de otras vías, como el lenguaje escrito, se hacen más complicadas.</p> <p>Con respecto a mi postura como Arte Terapeuta, recojo de la sesión algo positivo sobre mi forma de trabajar. Cuando Laura me ha dicho que había sido bueno que yo dijera también que estaba nerviosa, que bueno, no las conocía y también para mí era la primera sesión y todo esto. Lo he dicho sin pensarlo, pero cuando ella me ha devuelto que eso podía ser bueno para ellas, me doy cuenta de una buena actitud mía para este trabajo.</p> <p>No creo que tenga que ver tanto con algo que se aprende, como con una actitud interna o una cuestión “de pasta” y bueno, como muchas veces me cuesta reconocer cuando soy buena en algo, creo que poder reconocerlo, tenerlo presente y confiar en esa cualidad puede ser muy bueno para mí de cara a este trabajo y como consecuencia para aquellas personas con las que trabajo. Creo que es algo que paradójicamente tiene que ver con la</p>
--	---

	humildad.
Propuestas de trabajo individual de cara a la próxima sesión	<ul style="list-style-type: none"> - Les he propuesto que para celebrar mañana el día de la Mujer, como este espacio es muy importante para ellas y lo que vayan descubriendo de ellas mismas, vayan a comprarse una libreta, un cuaderno, que será su cuaderno de artista o su cuaderno de bitácora. Este cuaderno es solo para ellas, en él pueden reflejar cuanto crean oportuno con relación al taller o a lo que acontezca en sus vidas que les apetezca reflejar, palabras, dibujos; a la creatividad en general, y a las cosas que vayan descubriendo, algún sueño que tengan y quieran recordar... - Les he pedido que hagan un escrito en el que se describan ellas cuando eran niñas, cómo eran cuando eran niñas, para trabajarlo en la sesión del próximo día.

ANEXO 3

LISTADO DE SESIONES

1ª Sesión

Expresionismo: mirada, percepción y expresión.

2ª Sesión

El mapa de los deseos (pintar sobre un borratajo)

3ª Sesión

La niñez: rescatando recuerdos. (no hay fotos porque no lo han terminado)

4ª Sesión

Dibujando la niñez. Relato de la niñez y acabado de su dibujo.

Visita a la exposición “El eterno femenino” de Picasso. 3 de Abril. Puente Semana Santa.

5ª Sesión

Las dos muñecas: obediencia y libertad. Trabajando la polaridad, la niña buena y la niña mala.

6ª Sesión

Escribe tu propio poema. Trabajamos con algunos poemas que yo he seleccionado y finalmente ellas construyen, mediante collage, su propio poema.

7ª Sesión

Dibujar a partir del poema creado en la sesión anterior.

8ª Sesión

Hacemos el trabajo corporal en el que C. envuelve a A. en una especie de “tela de araña” con una madeja de lana que va liando alrededor de su cuerpo. Después les pido que dibujen sobre lo que han sentido durante la escenificación.

9ª Sesión

En el ejercicio de escucha activa para resolver su conflicto, estalla la defensa y con ella la agresión. Paramos en un momento dado y les pido que dibujen sobre cómo se están sintiendo.

10ª Sesión

Dibujar de espaldas, sobre el dibujo de la otra, con papel cebolla.

11ª Sesión

A partir de esta sesión decidí cambiar el encuadre y dejar de hacer propuestas, así que llevaba los materiales, y tras seguir la dinámica habitual del taller de meditación, conexión y verbalización de cómo se sienten, les entrego los materiales (distintos tipos de materiales plásticos) y les animo a que hagan lo que les apetezca.

12ª Sesión

Sesión libre.

13ª Sesión

La propuesta es también libre pero introducimos un nuevo material, el barro. Les invito a que exploren las sensaciones corporales, su relación con la textura, que disfruten del amasado y traten de estar conectadas con las sensaciones que les produce. Finalmente les animo a que elaboren lo que les apetezca.

14ª Sesión

Seguimos trabajando con el barro, esta vez las invito a que, con los ojos cerrados, elaboren una misma figura o una misma obra. La única pauta es que no pueden abrir los ojos y tiene que resultar una sola pieza, intentando negociar a través del tacto, sin hablar y sin mirar.

ANEXO 4

8ª Sesión: Lunes 30 de Abril de 2012

Reunión de equipo:

Sobre A. me han comentado que esta semana ella ha estado planteando la posibilidad de que los niños puedan quedarse a comer en un colegio, esto no es posible por razones económicas, así que se le plantea un internado público. Ella misma ha manifestado no poder con todo, con sus papeleos varios, su búsqueda de empleo y cumplir con los horarios de los niños. Me comentan que por ejemplo muchas veces acaba acostando al pequeño muy tarde, se duerme para llevarlo al colegio, se le siguen olvidando sus citas, por ejemplo con la oficina de extranjería o la psicóloga con la que está en terapia la niña mayor, a veces no llega a tiempo a buscarlos al colegio, etc...

Ella misma ha manifestado que no puede con todo esto y por eso han estado hablando esta semana de mirar esa posibilidad de que sus hijos puedan estar en un internado de lunes a viernes, aunque esto está aún por ver, porque habría que mover muchos papeles.

También me han comentado que ellas siguen notando este conflicto entre C. y A. por el tema del cuidado de los niños de A. por parte de C. sobre todo. A veces C. le cuida los niños un rato, o se los recoge del colegio y a cambio A. le da una pequeña cantidad de dinero. Comentan que C. le dice siempre que sí a ella, pero después se queja indirectamente a las educadoras, de la excesiva demanda y dependencia de A. Ellas han tratado de devolverle a C. el tema de que ella misma pueda llegar a ser más asertiva y decirle las cosas con tacto si le tiene que decir que no o no le apetece ayudarla en algo, pero claro, C. es una mujer muy religiosa y sus ideas, ella siempre dice además que hay que ayudar a los demás, y ser buenas personas con los demás, y parece que de momento no ha sido clara con A.

Yo les comento que esto también lo noto entre ellas en el taller. Al final del taller, A. siempre le dice algo a C. sobre los niños, el otro día que me los cuidaste, o tú no te quedes sola en casa, vienes conmigo y con los niños a comer o a lo que quieras, aunque claro nosotros somos muchos y (mirándome a mí por lo general), a C. le incordian tantos niños, pero qué le vamos a hacer si somos una familia grande.... Este tipo de comentarios en el que además a veces en vez de decirse las cosas ellas, me utilizan a mí, mirándome, como de pantalla en vez de terminar por ser sinceras entre ellas, se repite desde hace varias sesiones.

Por su parte, A. les ha dicho a las educadoras que le preocupa cómo puede recompensar a C. por las veces que le ayuda, ya que económicamente la cantidad que le da es casi simbólica, a lo que estas han sugerido que piense por ejemplo en que ella está "aquí" sola y no tiene a sus hijos como ella, y que puede invitarla algún día a comer con ellos. A. se ha sentido con esto conmovida y parece que ha optado por esta opción.

Por mi parte en reunión de equipo les he mostrado el avance de las sesiones y los temas que han ido saliendo. La psicóloga me ha comentado que el tema del laberinto, ellas lo llevan viendo mucho tiempo con A. y que está bien seguir trabajando en esa línea, de ir esclareciendo, ordenando, o dando sentido a su discurso. En cuanto a C. me ha comentado que sigamos trabajando la expresión de emociones y el duelo, sobre todo el duelo.

Sesión:

Hacemos la meditación antes de empezar como en cada sesión. Observo que es más capaz de mirar a los ojos, de sostener la mirada de su compañera, se la ve más relajada que otras veces.

Al terminar, les digo que se me ha ocurrido un ejercicio corporal para trabajar el tema del laberinto, y le digo si le apetece trabajarlo. Dice que sí, que le gustaría.

Así que A. en la misma postura sentada en el suelo de meditación, que es la que ella decide, cierra los ojos, y mientras C. con un ovillo de lana, va dando vueltas alrededor de su cuerpo, haciendo una especie de lío con la lana.

La propuesta es simplemente que durante este performance, ellas intenten estar conectadas con las sensaciones, pensamientos, sentimientos que les produzca.

Se desarrolla en silencio.

Al terminar, le digo a A. que abra los ojos, y le señalo que su cuerpo está totalmente enmarañado en la lana, en ese hilo que se ha ido tejiendo alrededor.

Entonces ella dice preguntándome “¿y qué hago?”

Le digo: ¿qué quieres hacer tú? Puedes hacer lo que quieras. Puedes quedarte ahí, puedes quitártelo, lo que quieras.

Me lo quito dice. Y comienza a quitárselo con sensación no angustiosa ni mucho menos, más bien divertida. Me dice, con todo el hilo en la mano que qué hace con ello. Le señalo que ahora, sin desconectarse con lo que han sentido, vamos a dibujar, y que si quiere lo puede integrar en su obra, o no, lo que ella quiera hacer.

Su forma de trabajar hoy ha sido algo diferente a la del día anterior, y a la de la mayoría de las sesiones en general. Recordaba más a la primera, pero derrochando pintura por doquier. Ha comenzado a echar colores y colores, hasta que quedaba una especie de pasta, se quedaba un segundo intranquila mirándolo y volvía a poner encima otro color, y luego a mezclarlos, de vez en cuando la miraba y era puro caos, pura intensidad,...desde el principio el papel estaba totalmente lleno y a rebosar de pintura.

Finalmente ha ido avanzando en su dibujo y esto es lo que ha dibujado.



Sobre su dibujo dice que los tres círculos del centro son como los tres núcleos del laberinto. Uno es el padre de su hijo pequeño, el que es español y con el que tiene la separación por causa de denuncia última, otro es su familia de origen, y otro es ella con sus tres hijos. Que es el de abajo. Comenta además que ella tiene que recorrer todos esos caminos, que son duros y difíciles, hasta llegar a la puerta de salida, (la puerta de salida dice que es el camino blanco que está situado en la parte de abajo del lateral izquierdo).

Entonces le pregunto, ah, y *para llegar a esa puerta, tú que estás aquí, por donde irías?* Y comienza a señalar casi todos los caminos del laberinto, en casi todas las direcciones existentes, *“pues tendría que ir por aquí arriba, y luego volver, y continuar por aquí, y volver a dar la vuelta, y luego bajar y ya, entonces vuelvo al centro y tomo el camino por donde se puede salir”*.

Después de escucharla le pregunto a C. y tú, si tuvieras que ir de aquí aquí, por donde irías. C. señala entonces el camino más fácil y más rápido. A lo que A. responde que no que por ahí no se puede ir, y mientras lo dice parece que pone cara como de resolver un problema grande, en el que hay que tomar en cuenta muchas perspectivas.

Algo muy positivo de la sesión de hoy, es que cuando C. ha trabajado su dibujo y ha estado relatando experiencias muy duras y dolorosas, de violencia y agresión, A. ha estado en una actitud totalmente respetuosa, contenedora, sin entrar tampoco en contar ella pero diciendo de vez en cuando que la entendía perfectamente, en fin, estaba muy conectada y en sintonía con el momento de C.