



ISSN: 2007-3860
PP. 74-87

Unidad de vigilancia móvil ciclista (2013)
Foto de registro
Belice

ARTETERAPIA Y DISCAPACIDAD INTELECTUAL: INTEGRACIÓN, AUTODESCUBRIMIENTO Y AUTOESTIMA

//////////////////// *Art Therapy and intellectual disabilities: integration, self-discovery and self-esteem* //////////////////////

Tahnee Florencia Ruelas Holguín

RESUMEN: En esta investigación se puntualizan los antecedentes, definiciones, funciones, alcances y características generales que corresponden a la descripción del arteterapia, ampliando el marco referencial de este término. También se describirá el rol que debe asumir el arteterapeuta, las características, la importancia y los beneficios que otorga este método al aplicarse.

PALABRAS CLAVE: arteterapia, educación artística, creación, transformación, educación especial, libre expresión.

ABSTRACT: In this research the background, definitions, functions, scopes and general characteristics corresponding to the description of art therapy are spelled out, expanding the reference framework of this term it is mentioned throughout the text. The role to be assumed by the art therapist, characteristics, importance and the benefits provided by this method to be applied are also described. All this is justified by different theories and studies by specialized authors on the subject, with the intention to expand the concepts and comprehension.

KEYWORDS: art therapy, art education, creation, processing, special education, free expression.

Gracias a la expresividad y trascendencia del arte, se ha considerado a lo largo de los años que contemplar o realizar actividades artísticas proporciona bienestar, y que es un medio de expresión que ayuda a la autocomprensión; es por eso que su evolución ha ido de la mano del ser humano.

Sin embargo, fue hasta a partir de la década de los cuarenta —tras el inicio de la Segunda Guerra Mundial—, que se observaron cambios y circunstancias que provocaron padecimientos psicológicos y la necesidad de encontrar vías alternativas para su tratamiento. En la expresión artística se descubrió un medio efectivo de comunicación, que permite la expresión de pensamientos, emociones y sentimientos como medio de liberación y autodescubrimiento.

“Las artes, a través de la historia han ayudado al hombre a reconciliar el eterno conflicto entre las urgencias instintivas y las demandas de la sociedad” (Ulman, 2001, p. 2). La Arteterapia¹, como nue-

va disciplina, comenzó a desarrollarse en Estados Unidos y en el Reino Unido. Se utilizaba como una herramienta complementaria en el trabajo que realizaban profesionales con pacientes y alumnos en áreas de psicología, asistencia social y educación. Su establecimiento oficial como disciplina fue a partir de la creación de la Asociación Americana de Arteterapia² y la Asociación Británica de Arte Terapeutas³, donde se enseñan sus fundamentos y conceptos hasta la fecha.

Años antes de la fundación de estas asociaciones, surgieron publicaciones donde se relataban experiencias con las primeras definiciones de este nuevo concepto. Los profesionales plásticos que comenzaron a incursionar en este medio fueron Adrian Hill⁴ y Edith Kramer⁵, ambos artistas visuales, quienes utilizaron el arte como terapia. Su objetivo era mostrar que por medio del arte se podía vivir un proceso relajante y catalizador de emociones, sin hacer análisis de las imágenes.

En sus inicios, Hill, en 1942 en el Reino Unido, se encontraba internado en un

hospital recuperándose de tuberculosis durante la Segunda Guerra Mundial. Fue a consecuencia de esta situación, que Hill descubrió el valor terapéutico que se obtenía mediante la actividad artística; por lo tanto, animó a sus compañeros, también internados, a realizar pinturas y dibujos.

Muchos de estos pacientes, a medida que realizaban esta actividad, hablaron sobre las terribles escenas —vivididas en la guerra— que los traumatizaron, sobre sus intensos sentimientos, el miedo, la enfermedad y la muerte, incitando a que llamara la atención a médicos, quienes consideraron y rescataron el efecto terapéutico que otorgaba la expresión artística.

Margaret Naumburg⁶, desde su punto de vista de educadora y psicoanalista, implementó procesos artísticos en su trabajo, y se convirtió en una de las pioneras de esta nueva disciplina. Su intención fue encontrar un medio efectivo para reconocer los pensamientos de sus pacientes, así como un medio seguro para que estos manifestaran lo que se

1 Referida por autores como Arteterapia, Terapia de arte, AT, Arte Terapia, incluso Terapia Creativa o Terapia Expresiva (estas dos últimas hacen referencia a definiciones desde el punto de vista de psiquiatras).

2 AATA (American Art Therapy Association) se han encargado de promocionar y apoyar la práctica de la Arte Terapia desde 1969.

3 BAAT (British Association of Art Therapists) creada en 1964 por artistas plásticos que trabajaban en hospitales con la intención de fomentar el desarrollo profesional de la disciplina. Una década después se legalizó su especialización.

4 El artista plástico Adrian Hill fue el primer arte terapeuta que trabajó formalmente en un hospital.

5 Pionera del Arte Terapia en Estados Unidos, asegura que el arteterapeuta puede ser al mismo tiempo artista, maestro y terapeuta.

6 Psicóloga y educadora, conocida por sus estudios, aplicación y aportaciones a la Arte Terapia como nueva disciplina (Nueva York 1890 – Massachusetts 1983).

encontraba en su inconsciente. Los resultados fueron positivos y ayudaron a que se empezara a introducir esta disciplina en centros de salud mental y hospitales, por el interés de ver la espontaneidad y el medio de comunicación que otorgaba esta nueva herramienta a los pacientes.

Previo al trabajo de Hill y Naumburg, en el año 1929, durante la Gran Depresión, crisis económica mundial que se extendió hasta los años cuarenta, se solicitaron artistas para que participaran como docentes en hospitales. Estos centros se beneficiaron de los procesos artísticos, y se implementó esta nueva disciplina como un medio auxiliar y efectivo en el proceso terapéutico y de sanación de diversos pacientes. Este fue el antecedente que le dio apertura a nuevos trabajos.

La austriaca Edith Kramer, en Estados Unidos en 1951, analizó y vio resultados positivos en la aplicación de técnicas artísticas en su trabajo con niños problemáticos en un centro educativo en Nueva York. Obtuvo teorías y definiciones propias, que fueron novedosas y efectivas, para crecer en este nuevo medio de intervención terapéutica. Kramer argumentó que esta actividad aporta beneficios curativos, volviéndose un contenedor y refugio donde el proceso creativo es más esencial que la forma final alcanzada: “La experiencia cons-

tituye una poderosa ayuda en la clasificación de la experiencia y el dominio” (Kramer, 2000, p. 58).

Con su trabajo y exploración con medios artísticos y con la intención de fomentar un medio integral a sus alumnos, la austriaca descubrió que el arte es un medio efectivo para reafirmar el yo, es identificación de la personalidad y superación de problemas personales. A pesar de poseer un amplio conocimiento en el psicoanálisis, Kramer no actuó como psicoterapeuta y se apegó a sus bases de artista para cumplir su función de arteterapeuta. También complementó su labor con la de otros terapeutas, sin dejar a un lado la importancia que tenía para ella el proceso creativo.

Desde el punto de vista del arte y de la psicoterapia, Naumburg y Kramer basan sus teorías gracias a su experiencia personal en su especialidad. Según Ulman (2001), la primera autora que proviene desde la psicología, se basó en trabajar con grupos agudamente cerrados, con la intención de conocer los anhelos que encerraba su inconsciente para que el arteterapia funcionara como un método efectivo de comunicación. Se le considera una de las pioneras, Naumburg se esforzó para que esta nueva disciplina pudiera ser considerada y reconocida. Por su parte, Kramer incursionando como

artista, profesora y terapeuta, “[...] encontró formas para hacer del arte una experiencia viviente, una fuerza civilizante profunda” (Ulman, 2001, p. 5).

Con estas bases, surgieron distintas asociaciones que oficializaron los usos, beneficios y función del arteterapia, igual que su definición, a pesar de las variaciones de ésta. A mediados de los sesenta, surgió la Asociación Británica de Arte Terapeutas (BAAT), fundada por Adrian Hill en 1964. Años más tarde, en 1969, se fundó la Asociación Americana de Arte Terapia (AATA), de la que formó parte Margaret Naumburg y fue reconocida por su labor en la iniciación de programas especializados en la disciplina.

Como se observa, la terapia artística surgió gracias a la inquietud de encontrar respuestas con respecto a la salud mental, e incorporando en los hospitales una terapia donde el paciente encontrara una cura a través de sus procesos creativos.

Arteterapia es una disciplina totalmente nueva y sin una teoría establecida, pero que poco a poco se ha ganado el reconocimiento de ser efectiva y ha obtenido el respaldo dentro de la educación y la salud integral. Esa disciplina se ha esparcido por el mundo, creando más preguntas por resolver y con el paso del tiempo





se han unido más personas interesadas. En la actualidad, se han realizado más estudios e incrementado en universidades la oferta de especializarse en esta área.

Las oportunidades y espacios en los que se ha desarrollado el arteterapia han sido escasas; sin embargo, hay países donde ya se apuesta por crear la especialización y existe la oferta a nivel universitario, como es el caso de España, Argentina, Chile, Estados Unidos y Reino Unido. En México sólo existe la oferta de diplomados y cursos cortos, presenciales o en línea, como es el caso de el Centro Integral de Terapia de Arte (CITA) en la Ciudad de México.

El arte fortalece la significación de las experiencias personales y, por medio de la práctica artística, se extiende la percepción y la sensibilidad, beneficiando el fortalecimiento de las características personales. Gracias al arte a lo largo de los años, se han expresado —sin palabras— sentimientos, reclamos, miedos y deseos; e introducir a una persona al uso del lenguaje plástico, aumenta su

capacidad de expresión y confianza en sí mismo, y surge la idea de que realizar una práctica artística brinda cualidades terapéuticas.

Citando a la Asociación Americana de Arte Terapia:

La Arte Terapia consiste en el uso terapéutico de la creación artística, dentro de una relación profesional, por personas que sufren una enfermedad, trauma o problemas en la vida y por la gente que busca el desarrollo personal. A través de la creación artística y la reflexión sobre los procesos y productos del arte, la gente puede aumentar el conocimiento de uno mismo y los demás, frente a los síntomas, el estrés y experiencias traumáticas, mejorar las habilidades cognitivas y disfrutar de los placeres de hacer arte (Association, A.A., 2013, p. 58).

Existen dos aspectos fundamentales que se deben de tomar en cuenta con respecto a las sesiones de arteterapia: El primero es aclarar que no se trata de encontrar un significado o de establecer un diagnóstico a través de la producción artística de la persona con la que se esté trabajando. El segundo aspecto es que

es un acompañamiento a una persona o grupo que atraviesa alguna dificultad, ya sea física o psicológica. Mireia Basols expone que lo importante no es el análisis de las reacciones presentados durante las sesiones o de las piezas elaboradas por la persona en sesión, sino el de guiar y acompañar a la persona en este proceso de transformación y reconocimiento de sí misma.

Este método busca obtener cambios significativos en una persona y se caracteriza por brindar medios para que cada usuario logre un autodescubrimiento personal que le ayude a fortalecer su integración con quienes lo rodean. Se utiliza en distintos lugares como en centros médicos, de educación, psicoterapia o rehabilitación, empleándola desde distintos puntos de vista de psicólogos y artistas.

Elinor Ulman, quien es otra de las precursoras en el tema, habla de estos dos enfoques diferentes. Por un lado está Naumburg⁷, desde la perspectiva de la psicología, y considera que se pueden realizar interpretaciones desde el trabajo espontáneo del paciente o desde el punto de vista del arte. Kramer asegura que el proceso creativo artístico es más

7 Margaret Naumburg, psicoanalista que utiliza la actividad artística para liberar al inconsciente.

importante que el resultado, ya que los conflictos se reexperimentan y se resuelven. “[...] nuestro título de dos mundos al menos indica las dos tendencias principales en la práctica existente y la teoría: algunos terapeutas de arte ponen énfasis en el arte y otros en la terapia” (Ulman, 2001, p. 1).

Otro punto al que hace referencia en su texto *Terapia de arte: Problemas de definición*, es que lo que tienen en común estas dos alternativas: la utilización de materiales artísticos es con la intención de fomentar la integración de la personalidad.

Se puede hablar de liberar al inconsciente por medio de la creación artística y de obtener una interpretación de los simbolismos creados por la persona; sin embargo, la Dra. María del Río Diéguez, especializada en el área del arteterapia por la Universidad Complutense de Madrid, aconseja que se evite sacar este tipo de conclusiones exactas. De ser así, Del Río considera que se entraría en un terreno resbaladizo, donde no se asegura que lo plasmado por la persona durante la sesión otorgue un diagnóstico exacto. Es así como este método se convierte en una terapia personal, que cuando se protege el proceso creativo de cada persona, ésta es capaz de integrar sus ideas, funcionando como un auxiliar en sus conflictos personales.



El arte brinda beneficios y es un medio de expresión efectivo, y su aplicación no se ve afectada por el lugar o circunstancia del entorno en el que se aplique.

Para implementar un taller de arteterapia, los aspectos principales a considerar son el tiempo, el espacio y la composición del grupo. Según Pain y Jarreau (2004), el manejo correcto del tiempo es un factor importante en la organización para llegar a los objetivos establecidos. Se debe partir de dos enfoques, que son desde la psicoterapia, que considera la utilización de materiales artísticos como auxiliares en la búsqueda de una soltura verbal, producto de sus creaciones. Con este método se establecerá un puente entre el arteterapeuta y su paciente, para llegar así a un diagnóstico. Por otro lado, desde lo artístico, se busca que la persona reflexione durante su proceso creativo para llevarlo a reconocer sus pensamientos y sentimientos.

A pesar de que existen distintas definiciones que describen el significado y los procesos del arteterapia, todas coinciden en que el objetivo principal de su aplicación es hacer un bien a una persona o grupo, cualquiera que sea la situación en que se implemente. El arte brinda beneficios y es un medio de expresión efectivo, y su aplicación no se ve afectada por el lugar o circunstancia del entorno en el que se aplique, ya sea

de manera individual o en grupo en escuelas, hospitales, centros recreativos, entre otros.

FUNCIÓN

La función del arteterapia radica en su utilización como método auxiliar en el desarrollo personal. Por medio de la actividad artística, se llega a productos que son resultado de la libre expresión y que surge durante su elaboración, consecuencia de pensamientos, anhelos, incluso miedos o inquietudes del usuario. Durante el proceso, la ayuda y la compañía, fomentan una transformación de autoconocimiento e integración: “El Arteterapia se preocupa por la persona. No es un proyecto sobre ella, sino un proyecto con ella, a partir de su malestar y de su deseo de cambio” (Bassols, 2006, p. 20).

El arteterapia es un puente seguro para la externalización de sentimientos del usuario, donde por medio del uso de materiales de arte, acompañado de un proceso creativo, se experimenta satisfacción y placer personal. Mediante este proceso, se vive también una relación de acompañamiento con el terapeuta de arte, que

será un auxiliar y formará parte de un ambiente seguro, libre de prejuicios.

Al utilizar materiales artísticos, la concentración y coordinación se estimulan, ayudando a que se mejoren las habilidades de ejecución y retención de la memoria. Por consecuencia, los pensamientos y sentimientos se vuelven palpables, se les da color y se moldean. El producto se vuelve un lenguaje propio de todo aquello que no se había reconocido o que limitaba a la persona, ayudándole a que descubra sus cualidades o posibilidades que hasta el momento no conocían, impulsando en él una nueva motivación favorecedora.

ALCANCES

Mediante los ejercicios que se proporcionan y realizan durante las sesiones de arteterapia, se observa una parte de la realidad de la persona, donde la imagen aparece como resultado de un recuerdo o anhelo. Durante estas sesiones, se marcan momentos de reflexión en los que la persona muestra su personalidad, por estar y sentir una real pertenencia en este espacio donde puede ser él mismo, ya que no se mostrará prejuicio alguno ante sus resultados.

“Los procedimientos terapéuticos están diseñados para ayudar a que se produzcan cambios favorables en la personalidad o en la forma de vivir, que per-

manezcan después que hayan acabado la sesión misma” (Ulman, 1984, p.58). Durante la creación en la terapia artística, se reconocen emociones y pensamientos, provocando que el proceso sea un medio de comunicación.

“La creación artística nos permite llegar a los sentimientos más secretos e inenarrables; jugar con los límites, sobrepasarlos por medio de la fantasía creativa, dialogar con lo real y lo ficticio, hacer un viaje de retorno a los orígenes y volver para contarlo” (Dowmat, 2000, p. 312).

La trascendencia en el arteterapia, se encuentra en que se puede utilizar para mejorar distintos aspectos importantes en cada persona, que son desde fomentar una mejor relación personal, conociéndose más y así tener un aumento en su integración social, así como el aumento en la confianza en sí mismo y hasta llegar a beneficiar el desarrollo de la coordinación motriz. Falcón, en el apartado “Arteterapia y Salud Mental” del libro titulado *Arteterapia, Principios y ámbitos de aplicación* (Toscano, 2004), menciona cómo a pesar de los distintos casos que se presenten, habrá mejoras con respecto a la estética de la producción, en comunicación y un autodescubrimiento.

Dowmat (2000) en su texto *Tres aproximaciones al Arte Terapia. Arte, Individuo*

y *Sociedad* habla de cómo el medio que otorga la creación artística permite que se plasmen los sentimientos y ofrece un canal para que la persona conozca sus conflictos y realice un diálogo con ellos. Mediante este recorrido personal que se vive en cada sesión, se ofrece la posibilidad de que la persona conozca los orígenes de sus limitaciones, los transforme en el papel, y se convierta en un puente de comunicación efectiva, entre un posible agente de cambio y su desenvolvimiento personal. Esto producirá una profunda reflexión, siendo así como “el arte como terapia puede contribuir a la comprensión y, en forma modesta, hasta a la solución del problema” (Kramer, 1985, p. 25).

TIPOS

Para realizar esta práctica, puede hacerse de manera individual o grupal, ya que es un método que ofrece un gran abanico de posibilidades en lo que respecta a su aplicación y cada persona que asista contará con el nivel de apoyo que requiere. Al tratarse de sesiones individuales, el usuario tendrá el apoyo y acompañamiento del arteterapeuta que asistirá su experiencia y fomentará su proyección para llegar a una transformación.

Si se realiza una intervención grupal, se sumará a la experiencia del acompañamiento, pues se suscitarn episodios

de apoyo entre los compañeros, donde compartirá con ellos un espacio de libre expresión. Es posible aplicar este método en personas de diferentes edades, situaciones y características personales en un mismo grupo.

Las técnicas aplicadas en sesiones individuales o grupales se basan en métodos similares, incluso los mismos ejercicios, teniendo en cuenta que se encontrará una variación en las condiciones de la sesión. Margaret Hill (2006) plantea que la aplicación de la técnica del arteterapia requerirá saber en cuál contexto se implementará, partiendo del número de participantes y sus características y habilidades.

Un elemento necesario es la experiencia y la formación del acompañante, ya que es importante que éste se encuentre preparado para crear el ambiente y las secuencias del taller, logrando así un mayor beneficio de los usuarios.

Según los objetivos esperados, la estructura del taller se puede realizar de modo directivo. El arteterapeuta es quien guíe una serie de ejercicios y especifique los materiales que se deban usar en cada sesión; o bien, de modo no directivo, donde el usuario sea quien tome las decisiones sobre los materiales, técnicas y dinámicas que llevará a cabo durante cada sesión.

Dalley (1984) sugiere la alternativa de guiar las sesiones de forma semidirectiva, donde los roles entre paciente y arteterapeuta pueden variar; sin embargo, Kramer (1985, p. 66) plantea que al conducirse las sesiones de modo no directivo, se fomenta un significado personal más profundo.

La clasificación del arteterapia se estructura en tres niveles que se aplicarán según sea la intención y los resultados que se busquen mediante esta intervención. A continuación se describen según los argumentos presentados por la Dra. Hill:

1. Terapia de apoyo: también se le llama “terapia de sostén”, su finalidad es fomentar la autoestima, el autodescubrimiento y la integración. La tarea del arteterapeuta es de acompañar, guiar y el de ser un apoyo efectivo si surge algún tipo de frustración o dificultad durante el proceso de la persona. Este primer nivel se caracteriza por ser una intervención corta que dura de 15 a 20 sesiones en total. Se propone que si su duración es de más de veinte sesiones, ya no se considera de apoyo.

2. Terapia de intervención intermedia: Busca fortalecer la personalidad y examinar los niveles personales. En este nivel se requiere la concentración del acompañante hacia las reacciones y proyecciones inconscientes de la perso-

na para facilitar su proceso de transformación personal. El número de sesiones en este nivel suelen ser el doble que la terapia de apoyo.

3. Terapia exploratoria: Este nivel de intervención es la más profunda, su duración puede ser de años. Según el caso particular que se trate, el plazo de la terapia puede ser sugerido por el arteterapeuta o puede ser establecida por el mismo paciente. Mediante esta tercera etapa, se busca la resolución de problemas de tipo mental o psíquico⁸. Pain y Jarreau (1994) describen cómo en este nivel las diferentes técnicas artísticas se utilizan en repetidas ocasiones para favorecer la confianza en el usuario, ya que esto lo ayuda a comprender con mayor profundidad sus procesos personales.

ACOMPañAMIENTO DURANTE LA TERAPIA ARTÍSTICA.

La intervención que se lleva a cabo por medio del arteterapeuta durante las sesiones, se trata de un acompañamiento sutil y discreto; a pesar de que interviene y está al pendiente de la persona durante toda su producción, éste siempre respeta los momentos de reflexión personal que surgen al realizar los ejercicios asignados. Sin embargo, no se limita a sólo asignar y proporcionar los materia-

8 Haciendo referencia a funciones de carácter psicológico.

ser de forma individual o grupal, ya sea en instituciones, asociaciones de ayuda, hospitales, incluso libremente, durante periodos largos o cortos.

Sobre los requisitos indispensables que debe reunir un arteterapeuta, los dos autores coinciden en que, según la formación de la que éste provenga, evite juegos de psicólogos. Se recomienda que el arteterapeuta posea cierta sensibilidad artística y reciba formación específica en terapia artística. La intención es que el terapeuta entienda los procesos, tenga herramientas de ayuda y esté consciente de que el objetivo principal no es descifrar, interpretar o diagnosticar la producción o los pensamientos del usuario.

Klein (2006) propone puntos donde define la intervención por parte del arteterapeuta. A continuación se muestran los que se consideran más relevantes:

- Posibilitar, desde la metodología utilizada, la evolución y la transformación de la producción.
- La no interpretación de las producciones surgidas, así como el no juzgarlas.
- El proceso de acompañamiento a la persona y dirección que toma ese proceso.
- Estar al lado de la persona, desde el inicio y durante el proceso de la evolución de esas produc-

• • • • •
Aunque cada arteterapeuta tenga sus preferencias personales en cuanto a las técnicas plásticas, es necesario que le sea posible dirigir un taller pluridisciplinario. -Pain & Jarreau

ciones, con una actitud prudente, sutil, discreta y sobria.

- Respetar, sostener, mostrarse comprensivo, ofrecer posibilidades de evolución.
- Favorecer que pueda aparecer aquello que es diferente en cada uno/a, la diversidad de las respuestas, propiciando que surja la singularidad del sujeto y la diversidad en el grupo.
- La escucha de los intereses, demandas, necesidades de la persona, del grupo.
- Trabajar más sobre la forma que sobre el contenido.
- Ayudar a la persona a negociar con la materia.
- No confundir la producción con la persona, el arteterapia es un acompañamiento, un tratamiento, no es para realizar un diagnóstico.
- Propiciar un ambiente que permita a la persona que se tome su tiempo y no se precipite en la acción.
- Determinar y diferenciar los espacios de realidad y ficción.
- Desarrollar el ritmo del taller: la

organización, la estructuración del tiempo, un ritual de entrada, introducción, calentamiento, producción, significación, ritual de salida, recogida y cierre.

La persona organizadora de las sesiones de arteterapia deberá ser también quien guíe al sujeto o al grupo a lo largo de éstas, puesto que quien tome las decisiones sobre los ejercicios a realizar, las técnicas y materiales a utilizar, será quien asista y decida qué es lo más adecuado para el beneficio de los usuarios.

Lo más importante al final de las sesiones es el contenido de la producción, no la forma: "Aunque cada arteterapeuta tenga sus preferencias personales en cuanto a las técnicas plásticas, es necesario que le sea posible dirigir un taller pluridisciplinario, y motivar a los participantes para la utilización de todos los materiales" (Pain & Jarreau, 1994, p. 23).

Es importante que el arteterapeuta sea responsable y capaz de desempeñar funciones propias de un artista y educador, para: a) modificar los métodos de trabajo de acuerdo a las posibilidades

de cada alumno, b) asistir los procesos creativos para que se lleve a cabo una integración entre lo consciente e inconsciente, c) proteger en todo momento la intimidad y los sentimientos, para que se lleve a cabo un verdadero proceso simbólico interior.

ARTETERAPIA, CREACIÓN Y TRANSFORMACIÓN

Al realizar una actividad artística por decisión propia, se presenta de manera consciente la intención de mantener una estética, ya que luego puede exhibirse como una obra de arte, en la que el resultado importa más que el procedimiento propio.

El propósito del método de la arteterapia como un medio de expresión guiado busca vincular pensamientos con experiencias, sentimientos y percepciones, que den un efecto unificador de la personalidad. También ayuda a que se produzcan personalidades más sensibles y comprensivas frente a actividades que surjan en la vida diaria. Si se ejercita el pensamiento e inteligencia con el medio concreto que proporciona la actividad artística, el usuario identificará los diferentes caminos que puede realizar o cambiar con las circunstancias que se le presenten.

La actividad artística ofrece las posibilidades de que se realicen actividades

despreocupadas que provocan una estimulación en la creatividad humana y en el autodescubrimiento. El resultado es el fomento de la integración individual de las personas. Al realizar este proceso de creación espontánea con la herramienta que es el arteterapia, se construye un puente que lleva a la comprensión de dificultades personales, pues se estimula la creación de formas y se materializan sentimientos que se ignoraban.

Kramer (1985) y Klein (2006) aseguran que la terapia artística produce cambios en la personalidad; y que este proceso de añadir terapia al arte, estimula el proceso individual de autodescubrimiento, también trae consigo como resultado el que se adquiera confianza en sí mismo.

“El Arte Terapia tiende un puente hacia la comprensión y superación de los problemas valiéndose de la producción e interpretación de imágenes plásticas, a través de un proceso creativo de naturaleza no verbal” (Dowmat, 2000, p. 311).

IMPORTANCIA DE LA ACTIVIDAD CREADORA

El momento de creación y libre expresión que otorga el Taller de Arteterapia integra distintos procesos del pensamiento que forman en la persona una estabilidad emocional. Cada imagen plasmada contiene gran parte de las

fantasías, pensamientos, reflexiones y de la forma de relacionarse con el mundo de su creador.

La acción de estimular la actividad creadora fomenta que se superen dificultades personales. Lowenfeld (1958) sugiere que las actividades artísticas aplicadas sean para mejorar el análisis y concentración de la persona. De esta manera se creará un canal que conecte con lo que realmente inquieta, y a su vez ayuda a que se reconozcan los límites personales. Si se asignan y guían los ejercicios mediante las sesiones de un taller de arteterapia, la persona descubrirá su propio mundo y el que le rodea, para así lograr compartirlo y sobre todo comprenderlo.

Por medio del arte, se plasma sobre papel lo que disgusta. Se le sugiere a la persona que muestre y moldee sus miedos o problemas, con la única intención de que reconozca lo que le está afectando, ya sea de forma consciente o inconsciente. Al finalizar cada ejercicio, la persona tiene la libertad de deshacer y olvidar su producto realizado. Es decir, dejar de trabajar en ello, pues puede llegar a ser un obstáculo, ya sea de modo significativo; pero si se trabaja en esto de manera constante, puede llegar a ser removido o remitido. El arte promueve estabilidad emocional, disciplina y revela a cada individuo la esencia de su personalidad.

La trascendencia que brinda el arteterapia, es que al vivir un proceso creativo por medio de ejercicios que tienen como objetivo principal estimular los sentidos y los pensamientos, se estimula el autoconocimiento y la libre expresión. De esta manera se benefician las habilidades creativas y refuerzan el proceso cognitivo, por medio de la práctica y la concentración: “Es por ello que no debemos perder de vista que al crear o al dar forma a una imagen, cualquiera que sea, damos existencia a un sin fin de enunciados, a un espacio infinito de posibles usos e interpretaciones para descubrir y mirar el mundo” (Rius, 2006, p. 77).

La intervención aplicada en el Centro de Educación Especial EFFETA demostró un enfoque novedoso en la implementación de un método específico que sirvió como refuerzo en la formación educativa de alumnos con Discapacidad Intelectual. La finalidad es fortalecer de manera favorable aspectos referentes a su personalidad, como son el autoestima, sus medios de relación e integración social. Sobre todo, se ofreció un medio para plasmar o moldear sus pensamientos de manera individual y gradual, llevándolos a tener un autodescubrimiento personal significativo.

Los procesos que se experimentaron por medio del arteterapia, les permitió a los alumnos que reconocieran, exter-

nalizaran y analizaran sus problemas de una forma segura, mediante una nueva manera de enfrentamiento que les permitió buscar una solución significativa. Antes de comenzar la práctica, se pensó en la necesidad de asignar un espacio que fuera acogedor para los alumnos, con el objetivo de generar un vínculo de confianza y desenvolvimiento libre mediante los procesos creativos que estarían experimentando. Los resultados fueron positivos y motivaron a los alumnos, que fue uno de los aspectos más importantes de esta investigación.

Conforme se avanzó a lo largo de las sesiones, se exteriorizaron matices particulares en los alumnos, que eran relevantes para luego reforzar. Por ende, se dividió la práctica del proyecto en tres distintas fases, donde el reto principal fue el de trabajar de manera constante con los temas más relevantes y aplicar los materiales que ofrecieran más riqueza, variedad y posibilidades de expresión significativa a los alumnos. Durante las sesiones, se observó que la creatividad de los alumnos fluyó de forma natural; y cada uno trabajó según sus habilidades, siendo testigos de sus avances personales.

La primera fase se estableció con el objetivo de fomentar el autodescubrimiento. Gracias al arte, ellos descubrieron una nueva forma de canalizar emociones, estrés y ansiedad, principalmente, al comenzar a reconocer aspectos inconscientes negativos durante sus procesos creativos. A partir de la segunda fase, se integraron teóricas y técnicas específicas de arte, originando un aprendizaje significativo, que fortaleció su formación educativa y comprensión por medio de sus producciones creativas. Estas etapas fortalecieron aspectos notorios en sus habilidades, y provocaron una actitud positiva y orgullo sincero frente a sus resultados personales.

La tercera fase fue la más libre en cuestiones de temática y elección de materiales, ya que la única instrucción que se le dio a los alumnos fue la de realizar una pieza final como parte del cierre del taller. A lo largo de esta última etapa, los alumnos vivieron procesos íntimos de reflexión personal, pues terminaron esta fase de cuatro sesiones de manera favorable. Los alumnos se mostraron satisfechos y felices con sus resultados obtenidos. Al terminar las sesiones asignadas, se expusieron sus obras frente a

La finalidad es fortalecer de manera favorable aspectos referentes a su personalidad, como son el autoestima, sus medios de relación e integración social.



maestros, compañeros y seres queridos, ofreciendo una experiencia significativa como cierre de esta etapa.

El taller de arteterapia se concluyó después de un total de 19 sesiones, a los que los alumnos acudieron de manera continua y perseverante, permitiéndoles una continuidad en sus procesos creativos. Por medio de la práctica empleada, se comprobó la importancia que le dieron los alumnos al espacio asignado, donde tuvieron la posibilidad de expresarse libremente. Por lo tanto, se comprobó el objetivo relevante para la realización de esta investigación: demostrar que los materiales artísticos son una herramienta eficaz para fortalecer vínculos personales.

Durante este proceso de investigación, fui capaz de:

- Comprobar la importancia de integrar todos los conceptos aprendidos durante mi formación como artista visual.
- Comprobar las posibilidades que ofrecen los usos de materiales de arte como medio de experimentación para los alumnos con discapacidad intelectual.

- Integrar a este proceso los conceptos adquiridos al profundizar en el estudio del arteterapia.
- Fortalecer este transcurso por medio de acertadas teorías que ofrece la educación artística.

Este proceso me permitió ser testigo de cómo al unir estas tres ramas, se complementaron y se formó una línea de investigación congruente que arrojó resultados favorables.

Debido a la experiencia de vida descrita en los capítulos de esta investigación, aseguro que integrar un taller de arteterapia a un Centro de Educación Especial brinda grandes beneficios en el desarrollo educativo e integral. Con la apertura de este espacio, se les ofreció un medio de expresión donde se reconocieron a sí mismos y transformaron todos los miedos en fortalezas al lograr comprenderlos. Lo más relevante en los resultados de esta investigación fue el ver cómo los alumnos encontraron, por medio del arte, una manera de expresarse y de elegir sus procesos de forma segura y, sobre todo, libre.



REFERENCIAS

Bassols, M. (2008). *Arteterapia: La Creación como proceso de transformación*. Barcelona: Octaedro.

Dalley, T. (1984). *Art as Therapy: An introduction to the use of art as therapeutic Technique*. London: Routledge.

Diéguez, M. d. (2006). "Formas del silencio. Arteterapia - Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social", 1, 69 - 74.

Dowmat, L. P. (2000). "Tres aproximaciones al Arte Terapia. Arte, Individuo y Sociedad", 12 , 311-319.



Hills, M. (Julio de 2006). *Reflexión sobre terapia y niveles de intervención terapéutica. Seminario: Visiones y aplicaciones en el campo del Arte Terapia.* Santiago, Chile: Universidad de Chile, Facultad de Artes.

Klein, J.-P. (2006). *Arteterapia: Una introducción.* Barcelona: Octaedro.

Klein, J.-P. (2006). "El arteterapia, un acompañamiento en la creación y la transformación. Arteterapia - Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social". (M. Bassols, Ed.) *Revistas Científicas Complutenses*, 1, 19-25.

Klein, J. -P. (2006). La creación como proceso de transformación. 1, 11-18

Kramer, E. (2000). *Art as Therapy.* Jessica Kingsley Publishers.

Kramer, E. (1985). *El arte como terapia infantil.* Diana.

Lowenfeld, V. (1958). *El niño y su arte.* Argentina: Kapelusz.

Pain, S., y Jarreau, G. (1994). *Una psicoterapia por el arte: Teoría y Técnica.* Argentina: Nueva Visión.

Rius, A. B. (2006). *El acto de borrar. Arteterapia - Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social*, 1, 75 - 77.

Toscano, P. M. (2004). *Arteterapia. Principios y ámbitos de aplicación (Vol.Primer).* Andalucía, España: Fondo Social de la Unión Europea y la Junta de Andalucía (Consejería de Educación y Ciencia).

Ulman, E. (1984). *Art Therapy in Theory and Practice.* Michigan: Schocken Books.

Ulman, E. (2001). *Terapia de arte: Problemas de definición.* American Journal of Art Therapy, 40, 8.

Tahnee Florencia Ruelas Holguín

Es egresada de la Licenciatura en Artes de la Universidad de Monterrey. Ha desarrollado cursos en Italia, China, España y, en Arteterapia, en la Universidad Nacional Autónoma de México. Desarrolló su experiencia laboral al lado del escultor Jorge Elizondo y del Galerista Jesús Drexel; siendo, simultáneamente, maestra voluntaria en la casa hogar Refugio del Rosario. Realizó estudios de Posgrado en Artes Visuales de la Universidad Autónoma de Nuevo León, en la cual se enfocó en la educación artística como complemento en su formación. Ingresó al centro de educación especial EFFEETA como maestra del taller de Arte donde aplicó los conceptos aprendidos sobre la terapia de Arte, como parte de su proyecto de investigación. Actualmente es docente en la Universidad de La Salle Noroeste en áreas de ilustración, técnicas artísticas y bisutería en la carrera de Diseño de Modas. Así mismo ofrece talleres para jóvenes y adultos pintura, ilustración, escultura a terapia de arte.



Recibido: febrero 2016

Aceptado: abril 2016