

Comentario:

Artes en la Salud y Arteterapia

Paulina Flores Peñaloza¹

La presencia de las artes y su rol como herramienta en la rehabilitación de usuarios ha sido ampliamente reportado en la literatura. La arteterapia como disciplina, se diferencia del trabajo de un taller de arte, al poner foco en el hacer por sobre el resultado, dando protagonismo al proceso creativo, rescatando allí la vivencia que el autor experimenta; relevando con ello la idea de la obra como algo más que un objeto, sino la muestra de un suceder, de proceso que ocurre en la persona, quien le otorga sentido (Barthes, 2009).

Para la arteterapia el rol de la obra es constituirse en un tercero (entre el usuario y el terapeuta) que facilita y genera nuevas interacciones; es lo que llamamos triángulo arteterapéutico (Marxen, 2011): autor – obra – terapeuta. Esa tríada reconoce en la obra este carácter de objeto intermediario (Winnicott, 1972) a partir del cual se articulan los diálogos y se mira el hacer. Ello alivianaría la carga que genera el hablar de sí mismo, permitiendo hablar de la obra en el entendido que ella es depositaria del ser y estar de quien la genera. Estas conversaciones y miradas son también proyecciones y lecturas que el usuario hace a partir de lo que puede ir observando. Se propone como método el que

la persona pueda ir aprendiendo a mirarse en su propio proceso creativo (Naumburg, 1947, 1967; Klein, 2006) como modo de ir fortaleciendo la mirada sobre sí mismo.

Se reconocen como beneficios de la arteterapia el poder trabajar problemas internos de modo distinto, pudiendo ir más allá de lo expresado en las palabras (Mayo, 2017), permitiendo con ello el apareamiento de lo no dicho (López-Martínez, 2011), de aquello que cuesta expresar y que a través de la imagen emerge, logrando sortear algunas defensas a partir de lo lúdico e inconsciente.

Es necesario poder generar un encuadre protegido, que permita el espacio seguro y de escucha para la autoexpresión y el desarrollo del proceso creativo. Una de las premisas básicas del trabajo es el no juicio estético, que sería coincidente con el espacio de escucha terapéutica. Se promueve la libertad en el hacer, sin lineamientos técnicos y priorizando el sentido de la experiencia (Dumas y Aranguren, 2013) y la autoexpresión, ayudando en ello a la gestión de emociones y sensación de seguridad y autoeficacia.

Referencias

- Barthes, R. (2009). *El susurro del lenguaje*. Barcelona: Paidós.
- Dumas, M., & Aranguren, M. (2013). V Congreso Internacional de Investigación y Práctica profesional en Psicología. *Beneficios de la Arteterapia sobre la Salud Mental* (págs. 41-44). Buenos Aires: Universidad de Buenos Aires.
- Klein, J. P. (2006). *Arteterapia. Una Introducción*. Madrid: Octaedro.
- Lopez Martinez, M. D. (2011). Técnicas, materiales y recursos utilizados en los procesos arteterapéuticos. *Arteterapia. Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social*, 183-191.
- Marxen, E. (2011). *Diálogos entre arte y terapia*. Barcelona: Paidós.
- Mayo, E. (2017). El arteterapia en el contexto de los Servicios Sociales de Base: el taller de arteterapia como espacio de observación para la intervención primaria. *Arteterapia. Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social*, 12, 179.
- Naumburg, M. (1947). *And Introduction to Art Therapy: Studies of the "free" Art Expressio of Behavoir Problem chilfren and adolescents as a means of Diagnosis and Therapy. Nervous and Mental Disease*. Monographs Coolidge Foundation: First Edition.
- Naumburg, M. (1997). La terapia artística: su alcance y función. En Hammer, *Test Proyectivos Gráficos* (págs. págs. 313-316). Barcelona: Paidós.
- Winnicott, D. (1972). *Realidad y juego*. Barcelona: Gedisa.

1. Arteterapeuta COSAM Independencia. Docente Universidades Finis Terrae y Pontificia Universidad Católica de Chile. Presidenta del Colegio de Arteterapeutas de Chile CATCH 2021-2023