

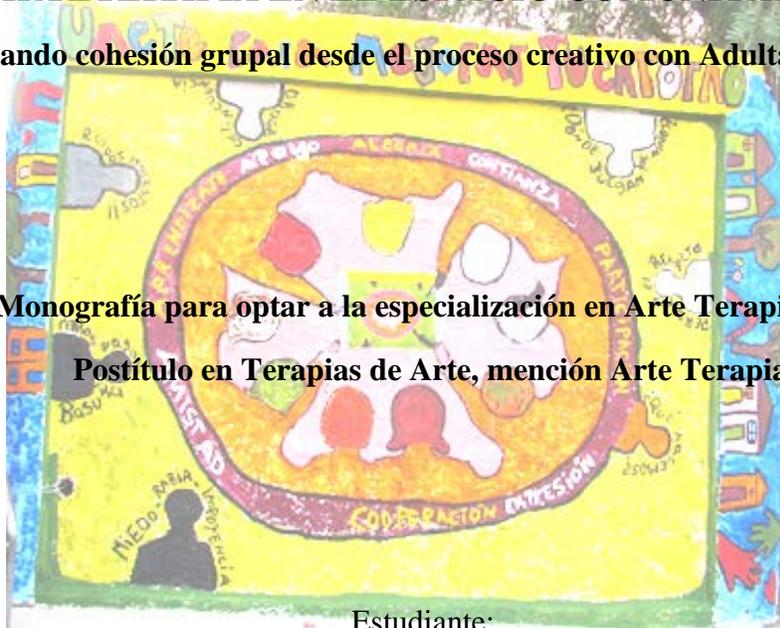


UNIVERSIDAD DE CHILE
FACULTAD DE ARTES
Escuela de Postgrado
Postítulo de Especialización en Terapias de Arte:
mención Arteterapia

ARTETERAPIA EN EL ESPACIO COMUNITARIO:

Facilitando cohesión grupal desde el proceso creativo con Adultas Mayores

**Monografía para optar a la especialización en Arte Terapia del
Postítulo en Terapias de Arte, mención Arte Terapia**



Estudiante:

Antonia Luco Larraín

Psicóloga - Universidad Central

Profesora Guía:

Bárbara Gaete Asenjo

Licenciada en Bellas Artes - UNIACC y Especialista en Terapias de Arte - Universidad de Chile

Profesora Supervisora de Práctica:

Camila Ovalle Sazie

Psicóloga- Universidad Diego Portales y Especialista en Terapias de Arte - Universidad de Chile

Agosto, 2016

RESUMEN

El presente trabajo propone una investigación y sistematización sobre la experiencia de Arteterapia realizada con un Grupo de Mujeres Adultas Mayores en la Sede Social de su población en Puente Alto, Santiago de Chile. Temas como *contexto social vulnerable*, *género* y *vejez* describen a la población y dan cuenta de las problemáticas asociadas a ella. Estas temáticas guardan directa relación con las necesidades propias del grupo, las que se evidenciaron durante el proceso de intervención y pudieron encontrar, por medio de la metodología del Arteterapia, un *espacio* para ser trabajadas.

Durante este proceso, se introdujo colectivamente al grupo a través del arte, juegos, imagerías y movimientos corporales a un camino de exploración creativa mediante la facilitación de instancias para el desarrollo de autoconocimiento, expresión emocional y principalmente cohesión grupal. Obteniendo como resultado el desarrollo de una *voz visual* respecto de los aprendizajes logrados por *el encuentro*, extrapolables al contexto comunitario del grupo.

Palabras claves: *Arteterapia, Mujer, Vejez, Cohesión Grupal, Contexto Comunitario.*

ABSTRACT

The present paper describes an investigation and systematization of an art therapy experience carried in a Group of Elderly Women at their neighborhood community center in Puente Alto, Santiago, Chile. Topics such as “*social vulnerability*”, “*gender*” and “*elderliness*” describe the population and expose the problems associated with them. These issues are directly relevant to the needs of the intervention group, which became evident during the process and could find, through the methodology of Art Therapy, a space to be worked.

During this process the group was collectively introduced through art, games, imagineries and body movements in a path of creative exploration having instances where they could develop self-awareness, emotional expression, and mainly group cohesion. Obtaining as a result a visual voice regarding the learnings achieved during the meetings, that can be extrapolated to the community context of the group.

Keywords: Art Therapy, Woman, Elderness, Group Cohesion, Community Context.

INDICE

I. INTRODUCCIÓN	4
II. CAPÍTULO PRIMERO: MARCO TEÓRICO	7
1. INTRODUCCIÓN DE LA TEMÁTICA GLOBAL ABORDADA	7
2. ASPECTOS DE LA POBLACIÓN	8
2.1 Conceptos básicos:	8
2.1.1 <i>Contexto Social Vulnerable</i> :	9
2.1.2 <i>Género</i> :	11
2.1.3 <i>Vejez</i>	14
2.1.4 <i>Grupo</i>	17
2.2 Problemática:.....	19
2.3. Necesidades:.....	22
2.3.1 <i>Cohesión grupal</i>	23
2.3.2 <i>Estimulación cognitiva</i>	26
2.3.3 <i>Espacios de juego</i>	27
2.3.4 <i>Potenciar Creatividad</i>	29
3. ARTETERAPIA	31
3.1 Definiciones de Arteterapia.....	31
3.2 Arteterapia y Adultas Mayores.....	33
3.3 Arteterapia y Mujeres.....	35
3.4 Arteterapia en contextos comunitarios	36
III. CAPÍTULO SEGUNDO: SISTEMATIZACIÓN DE LA PRÁCTICA	39
1. DESCRIPCIÓN GENERAL	39
2. ANTECEDENTES DEL CASO DE ESTUDIO	40
3. OBJETIVOS DE INTERVENCIÓN	40
3.1 Objetivo General:	40
3.2 Objetivos Específicos por fase:	40
4. SETTING	41
5. ENCUADRE	41
6. TÉCNICAS UTILIZADAS	42
7. ENFOQUES UTILIZADOS	45

8. ESTUDIO DE CASO	47
8.1 Relato del proceso arteterapéutico	47
8.1.1 <i>Fase Inicial</i>	47
8.1.2 <i>Fase Intermedia</i>	55
7.1.3 <i>Fase Cierre</i>	64
8.2 Análisis y Discusión.....	69
IV. CAPITULO TERCERO: CONCLUSIONES.....	72
1. Reflexiones en torno al trabajo realizado en relación al marco teórico y objetivos terapéuticos planteados:	72
2. Perspectivas y proyecciones del Arteterapia y la población:	75
3. Comprensión de la relación triangular en AT en el caso de estudio	76
BIBLIOGRAFÍA.....	78

I. INTRODUCCIÓN

El siguiente trabajo tiene el objetivo de sumar y dejar registro del arteterapia como disciplina. Busco validar *su* existencia por medio de la sistematización de la experiencia de mi práctica acompañada de una revisión bibliográfica que la sustenta.

La práctica de mi formación como arteterapeuta la desarrollé con un grupo de mujeres adultas mayores el cual se conforma cuando se inicia el taller, previo a este ellas son parte solo del Club de Adultas Mayores. El camino para llegar a ese grupo ya lo había comenzado hace seis años. Por mi trabajo anterior, tuve la suerte de conocer a Olga Vera Presidenta de la Sede social de su población, de quien aprendí sobre el ejercicio en el campo comunitario, además de motivarnos juntas a desarrollar pequeños proyectos para mujeres, uno con algunas mujeres del Club de Adultas Mayores, el otro con apoderadas de un Jardín Infantil. Posteriormente muchas de nuestras ideas a proyectarse quedaron inconclusas por diversas situaciones, razón por la cual decido volver a buscarla y proponerle desarrollar mi práctica en su sede con adultas mayores.

La motivación a realizar mi práctica con ellas y en ese lugar surge a partir del gran cariño y vínculo con Olga Vera y de los buenos recuerdos que quedaron sobre la última experiencia con las adultas mayores de la sede. Estaba buscando reencontrarme con ese lugar tan significativo para mí en cuanto a los primeros pasos de mi formación, y necesitaba hacerlo con una retribución. Entonces aparece el arteterapia y lo llevo como mi medio de agradecimiento y con las ganas de hacerlo visible en un espacio que podía resultar desconocido. Traigo al arteterapia a ese contexto, a esas mujeres, para invitarlas a ser parte de un proceso exploratorio grupal que busca despertar sus capacidades, fortalecer vínculos y ofrecer nuevas miradas.

La población de estudio entonces, son mujeres de sesenta a setenta años de edad, habitantes de una población del sector sur poniente de la Comuna de Puente Alto. La mayoría migró a ese territorio desde el campo y se erradicó ahí desde temprana edad. En general, son mujeres con historias de vida similares, todas madres y abuelas; algunas separadas, otras viudas, o casadas. Han trabajado desde niñas y sus relatos personales tienen que ver con una vida sacrificada y difícil, muchas no terminaron sus estudios escolares, otras no terminaron estudios superiores. Entre ellas participan dos líderes

sociales, la presidenta de la sede y catequista católica con ritmos de vida activos y demandantes, otras con estilos de vida más tranquilos y pasivos. Actualmente presentan diversos dolores físicos o enfermedades que las limitan en el quehacer de su cotidianidad. A pesar de lo último, decidieron voluntariamente participar del taller propuesto porque tenían la motivación de mantenerse activas. Lo anterior, junto con otras necesidades surgidas en el recorrido, permitieron una buena adherencia al proceso grupal.

La intervención se realizó en un contexto comunitario no institucionalizado, en una sede social que abrió sus puertas a mediados de agosto hasta mediados de diciembre del año 2015, para, en dieciséis sesiones, facilitar un espacio de encuentro grupal, instancias de exploración de materiales de arte y juego que generaran autoconocimiento y expresión emocional y promovieran una red social. Durante el proceso se destacan tres fases: inicial, intermedia y cierre, las que se describirán por medio de sesiones destacadas, en donde se evidencia cómo el arteterapia juega un rol fundamental como mediador para la generación de cambios significativos tanto a nivel personal como colectivo.

Sobre esa experiencia, el primer capítulo genera un marco conceptual que indaga sobre los temas relevantes que definen e identifican a la población participante y sustenta el ejercicio arteterapéutico de la intervención en ese contexto particular. Este marco lo construyo selectivamente con la revisión bibliográfica y descripciones realizadas por diversos autores sobre el campo que tienen sentido con lo observado y registrado en el proceso de la práctica en cuanto a las características, problemáticas y necesidades de la población en estudio. También se hace un recorrido respecto al concepto y práctica de arteterapia en contextos y poblaciones similares.

A su vez, en el Capítulo Segundo, elaboro y *habito* el proceso de mi práctica por medio de un relato descriptivo y reflexivo en relación a los momentos más relevantes de la intervención, lo que me permite realizar reelaboraciones respecto de la experiencia y observación del proceso, ya distanciada.

Finalmente en el Capítulo Tercero, a modo de conclusión, se analizan las relaciones entre el marco teórico y el proceso terapéutico. Además se reflexiona sobre las proyecciones del arteterapia en relación a la población y respecto a la comprensión de la

relación triangular en ese contexto particular. En general busco entregar mi mirada respecto del rol como arteterapeuta a partir de los aprendizajes logrados.

II. CAPÍTULO PRIMERO: MARCO TEÓRICO

El siguiente capítulo busca sustentar teóricamente todo lo que envuelve, a mi modo de ver, la práctica de mi formación como arteterapeuta. En primer lugar y de manera general se describe a las participantes del grupo y la intervención propuesta a partir del arteterapia. En un segundo apartado se exponen los conceptos básicos que permitirán comprender a la población con la que se trabajó y su contexto. Luego se abordan las problemáticas que acompañan a la población, las que surgen del contexto socio-cultural más que de la población en sí misma. Y, finalmente se despliegan las necesidades de la población de acuerdo a las problemáticas, necesidades que por medio del arteterapia lograron ser trabajadas durante las intervenciones del proceso. En un tercer apartado se definirá al arteterapia como disciplina, además de explorar su puesta en práctica en contextos similares al que se aborda en este trabajo.

Se entregará entonces, un marco de referencia que propone una mirada respecto a la experiencia.

1. INTRODUCCIÓN DE LA TEMÁTICA GLOBAL ABORDADA

La práctica se desarrolló en una Sede Social de una Población de Puente Alto con *mujeres adultas mayores* de entre sesenta a setenta años, habitantes del mismo sector, quienes voluntariamente deciden participar del taller de Arteterapia.

Al inicio del proceso se sabe que comparten el ser parte de un Club de Adultas Mayores de la sede social, el ser vecinas del mismo sector territorial, el ser dueñas de casa, además de los dolores y dificultades físicas propias de la etapa de su ciclo vital; pero durante el camino se demuestra que lo que comparten va más allá de lo nombrado anteriormente, ya que tiene que ver con sus necesidades respecto a su desarrollo personal y necesidades de mantenerse activas para mejorar su calidad de vida en el momento en que la edad cronológica y social de vuelve pesada. Estas necesidades convergen y son sostenidas en un espacio común, lo que permite visibilizarlas y elaborarlas por medio del arteterapia. En este sentido el arteterapia, a través de su metodología en base a la exploración de materiales de

arte y creación de obras de la mano del proceso creativo, sensibiliza, por ejemplo, a las participantes respecto a vivencias personales que encuentran acogida en las similitudes con las demás, lo que a su vez genera una satisfacción. Se desarrolla por medio del arte un proceso experiencial dentro del grupo que se puede sintetizar, a modo de boceto, de la siguiente manera:

“Dentro del ámbito social el arte cobra fuerza como herramienta que permite una mirada introspectiva, que facilita el encuentro con el otro poniendo en curso procesos de integración y que a su vez genera posibilidades para construir nuevos mundos y nuevas maneras de habitarlo”. (Ojeda, M y Serrano A, 2011. p.147).

El arte hace presencia en este lugar para transformar una realidad colectiva por medio de la generación de experiencias exploratorias que sugieren la conexión con ellas mismas y fortalecen lazos significativos en pro de su desarrollo.

2. ASPECTOS DE LA POBLACIÓN

A continuación se desarrollan tres temas que describen la población intervenida. Para esto se discutirán conceptos básicos, problemáticas y necesidades en relación a la población, lo que permitirá construir un imaginario de referencia respecto al caso.

2.1 Conceptos básicos:

En el primer apartado de este capítulo desgloso en términos a la población intervenida: *grupo de mujeres adultas mayores de un contexto socialmente vulnerable*, e indago, desde lo general a lo particular, en los conceptos, que a mi modo de ver, nos permiten situarnos en ella desde afuera hacia adentro respectivamente. Para eso propongo el siguiente esquema que organiza e indica el recorrido teórico que se seguirá para su comprensión:



2.1.1 Contexto Social Vulnerable:

Me parece pertinente indagar sobre el contexto social del que son parte las beneficiarias ya que nos sitúa en *su lugar*, entregando información respecto a las condiciones que influyen en la forma de *ser* y *estar* en su realidad.

Las mujeres adultas mayores del grupo viven territorialmente en un sector marginado de Santiago, donde se evidencian factores de riesgo que nos hablan de un contexto vulnerable y bajo sentido de pertenencia. ¿Cómo nace este contexto vulnerable? Algunos estudios nos lo señalan a continuación.

De acuerdo a Hidalgo, R; Zunino, H y Alvarez, L (2007) en Chile, durante la década de 1980, tras las grandes erradicaciones de los “campamentos” a la periferia de las ciudades, surge el debate sobre la violenta desvinculación que sufrieron muchas familias con su entorno funcional, tanto en el ámbito de las relaciones familiares como de las actividades laborales y de prestación de servicios en general. Entre 1990 y 2002 se construyeron más de 1 millón 270 mil viviendas, lo que permitió a muchos chilenos salir de la marginalidad habitacional. Pero esta edificación masiva de viviendas sociales trajo asociada una serie de dificultades que repercutieron tanto en la administración de los

programas como en la población beneficiaria. Al respecto, cabe resaltar la pérdida del “sentido del lugar” de un contingente importante de la población beneficiada, generando *ghettos* urbanos periféricos estandarizados que caracteriza, hoy en día, el espacio urbano de la periferia pobre de Santiago: áreas normalizadas, carentes de vitalidad y con bajos niveles de interacción social.

Para Haefner (2004) en Hidalgo, R; Zunino, H y Alvarez, L (2007), esta lógica del sistema de libre mercado imperante ha agudizado la exclusión y segregación socio-espacial, resultado de ello son los espacios segregados habitados por aquellos excluidos del sistema.

De acuerdo al estudio de Lunecke y Ruiz (2007) respecto de Capital Social y Violencia: Análisis para la intervención en barrios urbanos críticos:

“es posible constatar actualmente la existencia de barrios desfavorecidos en las ciudades que —como consecuencia del incremento de la desigualdad (Portes y Roberts, 2005), de la agudización del aislamiento de los más pobres y la consecuente segmentación de oportunidades sociales— concentran hoy múltiples problemas, como violencia familiar, abandono escolar, vagancia y drogadicción (Katzman, 2001; Sabatini y Wormald, 2003)” (en Lunecke y Ruiz 2007. p.228).

Para Lunecke y Ruiz (2007) esta situación de vulnerabilidad en materia de violencia tiene consecuencias negativas que afectan directamente la calidad de vida de los vecinos. Algunos ejemplos de ello, según Eissmann y Lunecke, (2005) en Lunecke y Ruiz (2007) son, el aumento en la percepción de inseguridad, el abandono de los espacios públicos, el crecimiento en la desconfianza en las instituciones, la socialización de los más jóvenes con la violencia y la droga, el aumento de la estigmatización social y la alta desconfianza a nivel interpersonal. En este tipo de territorios se observa una débil participación social y abandono de los espacios públicos, es decir: “una ruptura del tejido social comunitario y de los vínculos interpersonales que coexisten con redes ilícitas y especialmente vinculadas al tráfico de drogas de mayor capacidad organizativa y funcional” (Lunecke y Ruiz, 2006 en Lunecke y Ruiz. 2007. p. 228-229).

Por otro lado en el V Congreso Chileno de Antropología, Márquez, F (2004) expone que en las sociedades modernas, la pobreza no corresponde sólo al estado de una persona

que carece de bienes materiales; corresponde también a un status social específico, inferior y desvalorizado que marca profundamente la identidad de quienes la viven. En este sentido la identidad es esencialmente pertenencia, implica distinguirse y a la vez reconocerse con respecto a otro. La necesidad de reconocimiento social, de existir en la mirada del otro está a la base de la construcción identitaria y también de la posibilidad de iniciar trayectorias de integración social.

Tal como lo he podido percibir en mi práctica, Bang y Wajnerman (2010) también sugieren que hoy escasean las formas de pensarse desde un “nosotros”. Actualmente las problemáticas sociales y comunitarias cada vez más se abordan de forma individual y sus resoluciones son abordadas desde la lógica de mercado. Sumado a lo anterior, Montenegro (2004) manifiesta que:

“Los nuevos valores dominantes en la vida moderna industrial, capitalista y urbana, y también en la sociedad de la información -entre los que destacan el individualismo, la competitividad, la productividad, el logro (combinado de éxito y lucro), el dinero, el consumo, etc.-, conllevan la contrapartida de importantes niveles de insolidaridad, desarraigo, conflictividad, marginación, soledad y exclusión social, económica, política y cultural, con los consiguientes efectos perversos asociados, en forma de lo que algunos sociólogos denominan patología social (pobreza, violencia callejera y doméstica, delincuencia y criminalidad, alcoholismo y otras drogadicciones, fracaso escolar, laboral y familiar, anomia y malestar cultural)”.(Montenegro, 2004, pp.39)

Lo anteriormente descrito ofrece un general y pequeño acercamiento respecto al contexto de la población específica con la que se trabajó. Sería necesario realizar un estudio que dé cuenta de las características particulares del lugar, ya que cada población tiene su historia, fortalezas y debilidades. De todas formas lo expuesto construye un escenario que nos acerca a su realidad.

2.1.2 Género:

El grupo está conformado por mujeres, mujeres con diferentes historias de vida, las que traen consigo diversas experiencias que se suman desde el pasado y que dan cuenta de lo que son hoy. Ellas cuentan de sus miedos, alegrías, culpas, penas, soledades, juegos,

dolores, sueños, recuerdos, etc. Por lo tanto me es imprescindible ahondar en la temática de *género* ya que el camino que han recorrido inevitablemente ha estado conducido por la construcción social de *ser mujer*. Se proponen a continuación algunas definiciones del concepto de género:

De acuerdo a Delphy (2001) en Dejours y Gernet (2014), el término de género (*gender*) introducido en la década de los setenta por las feministas, pretende dar cuenta de las características, construidas socialmente, atribuidas a los hombres y a las mujeres.

Según Moore (en Mc Dowell, 1999) el género se relaciona con las distintas definiciones de hombre y mujer, con los correspondientes atributos aceptados sobre feminidad y masculinidad, a través del tiempo y del espacio. Moore lo define como: “construcción simbólica o como relación social”. En realidad, ambos aspectos —el género como significado simbólico y como conjunto de relaciones sociales materiales—son inseparables.

“Lo que la sociedad considera un comportamiento propio del hombre o de la mujer influye en la idea que ellos mismos tienen de lo que debe ser masculino y femenino y de cuál es la actitud que corresponde a cada género, a pesar de las diferencias de edad, clase, raza o sexualidad, y estas expectativas y estas ideas cambian de un lugar y un tiempo a otro”. (Mc Dowell, L. 1999. p.20)

En base a Mc Dowell (1999) lo relevante que plantea el feminismo estriba en demostrar que la construcción y el significado de la diferenciación sexual constituyen principios organizadores fundamentales y ejes del poder social, así como una parte decisiva de la constitución del sujeto y del sentido individual de la identidad, en tanto que persona con sexo y género.

Dadas esas definiciones cabe profundizar en cómo se manifiesta esa construcción respecto a las mujeres:

De acuerdo a Aguilar, T (2008) quien hace un análisis sobre el feminismo, afirma que el sistema sexo-género planteado hace referencia a las formas de relación establecidas entre mujeres y hombres en el seno de la sociedad. Analiza las relaciones producidas bajo un sistema de poder que define condiciones sociales distintas para mujeres y hombres en razón de los papeles y funciones que les han sido asignadas socialmente y de su posición social como seres subordinados o seres con poder sobre los principales recursos.

Bajo este escenario es fundamental dar cuenta que el rol que han asumido las mujeres las ha definido como tal dentro de la sociedad, de su familia, o bien como pareja.

A su vez Guardia (2005) señala entonces que el género es uno de los elementos simbólicos de la identidad; es decir, el proceso de construcción de la identidad de género gravita en el posicionamiento de las mujeres en los diferentes contextos de interacción a través de su vida. Por lo tanto aparece una imagen de mujer-madre que responde a un modelo cultural generado y transmitido a través de instituciones ideológicas como el Estado, la iglesia, la escuela, los medios de comunicación.

Lamas (en Guardia, 2005) sostiene que:

“al definirse el papel social de género como de madres y amas de casa, se adscribe de forma automática a las mujeres a la esfera privada y es de esa manera como la familia se transforma en su espacio laboral” (Lamas, 1999:28 en Guardia, 2005. p.47)

Lo último se relaciona con lo propuesto por Michelle Perrot (2008) respecto al *silencio* de las mujeres:

“...porque a las mujeres se las ve menos en el espacio público, el único que durante mucho tiempo mereció interés y relato. Ellas trabajaban en la familia, confinadas en la casa (o en lo que hace a veces de casa). Son invisibles. Para muchas sociedades la invisibilidad y el silencio de las mujeres forman parte del orden natural de las cosas...porque se las ve poco, se habla poco de ellas...las mujeres dejan pocas huellas directas, escritas o materiales. Su acceso a la escritura fue más tardío. Sus producciones domésticas se consumen más rápido, o se dispersan con mayor facilidad. Ellas mismas destruyen, borran sus huellas porque creen que esos rastros no tienen interés...” (Perrot, 2008. p.18-19)

Siguiendo la línea de lo señalado Irigaray (1992) propone que la mayoría de las mujeres viven por principio como asexuadas o neutras en el plano de la cultura, además de sometidas a las normas del marco sexual en sentido estricto y a los estereotipos familiares.

Para Guardia (2005), históricamente las relaciones de género no han sido igualitarias, ya que un género, el masculino, ha ejercido su dominación sobre el otro, el

femenino. Esta forma desigual de relación ha estado y está presente en las diferentes sociedades, y además la diferencia sexual es invocada socialmente para legitimar formas de poder y de sometimiento.

Guardia (2005) en el capítulo “La escritura de la historia de las mujeres en América Latina, el retorno de las diosas”, expone:

“En realidad, estamos aludiendo al género como una red de creencias e ideologías, de actitudes, sentimientos, valores y rasgos de personalidad, que se construyen socialmente, en un contexto histórico individual y social; interrelacionándolo con otras categorías como la clase social, la etnia, la edad. Se instrumenta a través del Estado, los medios de comunicación, las leyes, las relaciones interpersonales, el barrio, las fábricas, la iglesia, la escuela. Supone una relación de jerarquización, basada en el poder masculino y la subordinación femenina”. (Guardia, 2005. P. 70-71)

Al dar cuenta del género se pone en evidencia que la opresión a las que estuvieron y/o están sujetas las mujeres crea un escenario que determina en gran parte su forma de ser y estar en el mundo como mujer. Construyeron su identidad por medio de *deber ser*, cumpliendo las expectativas impuestas por la sociedad. El *género* explica el porqué de muchas cosas en torno a las mujeres, por lo tanto esta primera lectura se tiene que considerar siempre a la hora de trabajar con ellas.

2.1.3 Vejez

La población intervenida se encuentra en la última etapa de su ciclo vital, en un momento de ajuste a cambios físicos y por tanto emocionales, con consecuencias en diversos niveles de su vida y cotidianeidad. Es la vejez la que se presenta a ellas como una nueva forma de experimentar su vida, aquí su contexto y características:

De acuerdo a Barrantes (2006), en el plano mundial la población está envejeciendo y según Arenas (2010), Chile no es la excepción, ya que desde el año 2010 se observa un aumento de la población adulto mayor, la que en 1980 correspondía a 909.818 personas

pasa a conformar una población de 2.213.463 personas, por lo tanto en treinta años el aumento de la tercera y cuarta edad tiene un incremento 243%.

Barrantes (2006), quien en sus estudios relaciona *género, vejez y salud*, indica que la mayoría de esa población son mujeres, especialmente las de más de 80 años, y que si bien es cierto la mujer vive más, esto no indica que viva mejor, sino todo lo contrario.

“Los problemas surgidos a lo largo de la historia personal, como: mala nutrición, embarazos repetidos, eventuales abortos inseguros, falta de atención de algunas enfermedades médicas, violencia, problemas psicológicos no tratados, trabajos de múltiples jornadas, entre otros, cobran un alto precio durante esta etapa de la vida.” (Barrantes, 2006. P. 194)

A su vez Salgado-de Snyder y Wong (2007) en su estudio “Género y pobreza: determinantes de la salud en la vejez” advierten que en el mundo, las mujeres adultas mayores tienden a vivir en pobreza más que los hombres, y el crecimiento de este grupo poblacional con grandes desventajas sociales continúa aumentando de manera significativa. De acuerdo a las autores, la mujer, por su rol reproductivo, extensa labor doméstica y otro tipo de presiones asociadas con su rol de cuidadora de la familia, tiene necesariamente un marco epidemiológico muy distinto al del hombre. Así, la carga de la enfermedad en la vejez refleja grandes divergencias por sexo, que van de acuerdo con la acumulación de riesgos asociados a los papeles sociales desempeñados a lo largo de la vida.

De acuerdo a lo señalado entonces, la vejez para las mujeres abarca múltiples variables. Esto se relaciona con lo que plantea De Beauvoir (1970), quien señala que la vejez sólo puede ser entendida en su totalidad; no es solo un hecho biológico, sino un hecho cultural. La vejez es lo que ocurre a las personas que se vuelven viejas; imposible encerrar esta pluralidad de experiencias en un concepto o incluso en una noción.

Por la complejidad que se asume al definir esta etapa del ciclo vital por las diversas variables en juego, se dará cuenta de ciertas características propuestas por De Beauvoir (1970) respecto a la vejez, así por ejemplo, la autora postula:

“La vejez se presenta con más claridad a los otros que al sujeto mismo; es un nuevo estado de equilibrio biológico, si la adaptación se opera sin tropiezos, el individuo que envejece no lo nota. Los montajes, los hábitos permiten paliar durante mucho tiempo las deficiencias psicomotrices”. (De Beauvoir, 1970, p.352)

A su vez De Beauvoir (1970) hace una comparación entre la adolescencia y la vejez:

“En el umbral de la adolescencia la imagen se quiebra: la torpeza de la edad ingrata procede de que no se sabe de inmediato por qué reemplazarla. Se produce una vacilación análoga en el umbral de la vejez. Los psiquiatras hablan en los dos casos de una “crisis de identidad”. Pero hay grandes diferencias. El adolescente se da cuenta de que atraviesa un período de transición; su cuerpo se transforma y le molesta. El individuo de edad se siente viejo a través de los otros sin haber experimentado serias mutaciones; interiormente no se identifica con el rótulo que le han pegado; ya no sabe quién es”. (De Beauvoir, 1970. p.361).

Siguiendo a De Beauvoir (1970) se necesita de una franca adhesión a una nueva imagen de nosotros mismos para salir de “la crisis de identidad” señalada anteriormente. Por lo general el individuo es tomado desprevenido y para recobrar una visión de sí mismos está obligado a pasar por el otro: “¿cómo me ve?” La respuesta es incierta: los demás nos ven cada uno a su manera y nuestra propia percepción no coincide seguramente con ninguna de las de ellos.

En base a De Beauvoir (1970) los y las viejas, tras jubilarse, se quejan de sus dolores para ocultarse a sí mismo que padece por una pérdida de prestigio. Para muchos la enfermedad sirve de excusa a la inferioridad que es en adelante su destino. Puede ser una justificación del egocentrismo: el cuerpo reclama ahora todos los cuidados. Pero esas conductas se definen sobre un fondo de angustia muy real.

De acuerdo a lo explorado sobre la vejez, resulta ser una etapa difícil de sobre llevar si se la percibe como un descenso en la vida. Las personas se asumen viejo/as a partir de lo que dista el contexto y generalmente tras la pérdida de su rol productivo en la sociedad. Es

por eso que los prejuicios y construcciones sociales respecto de esta etapa tienen que cambiar.

2.1.4 Grupo

El grupo nace cuando algunas mujeres del Club de Adultas Mayores deciden ser parte del Taller de Arteterapia propuesto. La presencia y participación de cada una influye recíprocamente de tal manera que surgen formas y dinámicas relacionales que no podría haber sido si no ahí, con ellas, entre ellas. Lo anterior abre un campo exploratorio que evidencia la fuerza que tiene el grupo en cuanto a sus posibilidades de acción, de cambio. Por lo tanto parece pertinente considerar lo que plantea Pichón-Riviére (2008):

“Las interrelaciones existentes entre los grandes y pequeños, los jóvenes y los viejos, los varones y las mujeres, llenan esta descripción universal de las diferencias posibles con una significación dinámica para cada ser humano. El niño, al adaptarse a estas diferencias evidentes, define y da sentido a su propio rol individual, que desempeña en relación con los demás. A través del proceso que conduce a la definición de este rol para cada individuo, sea éste niño o adulto, él mismo se convierte en una influencia integral que contribuye a definir los roles de los demás que integran su medio social”. (Pichón-Riviére, 2008. p.57)

Se destaca lo anterior como punto de partida a la noción de grupo para dar cuenta de la relevancia de las interacciones entre personas en cuanto al desarrollo personal, al igual como las destaca Yalom (1986) para nuestro desarrollo psicológico, ya que la personalidad y los patrones de comportamiento pueden considerarse el resultado de las primeras interacciones con otros seres humanos significativos. Para el autor la formación exitosa de vínculos es imprescindible para lograr un desarrollo psicológico adaptativo, tanto entre los primates como entre los humanos. Siguiendo a Yalom (1986), a pesar de que los grupos constituyen una parte esencial de nuestra experiencia de desarrollo, desde nuestra primera unidad familiar, pasando por la clase, hasta las personas que nos rodean en el trabajo, en el

ocio, en el hogar; existe una creciente alienación interpersonal en la vida moderna, una sensación de aislamiento, anonimato y fragmentación social.

Pero, ¿qué es un grupo? En un libro compilado de Horacio Foladori, Soza (2006), da cuenta que el grupo es el escenario para que se despliegue el conflicto psíquico mostrando esos aspectos que hacen que la vida sea más dolorosa que lo inevitable. Y que gran parte de ese sufrir tiene que ver con la dificultad de conocer de y sobre la alteridad, de la diferencia.

“El grupo, máquina que en su funcionar no puede evitar dar escenario a lo transindividual, es un dispositivo que protegido en el encuadre: lo que se instituye, se presta para explorar en esos bordes, en las fronteras de lo que se está subjetivando como si mismo, con lo otro y el otro. Es así como en el grupo a la vez que el yo siente angustia por la sensación de amenaza a sus fronteras, por la posibilidad del retorno de esas primeras vivencias de indiferenciación, por el reconocimiento de sus identificaciones, puede encontrar también la oportunidad para producir nuevos sentidos respecto de su historia construida en la relación con los objetos. (Soza. 2005. p. 28)

Además Soza elabora una distinción: “Si se piensa a la constitución del yo en una historia relacional con otro, no resulta ajeno plantearse a la grupalidad como aquello que se produce en la relación del yo con otros y al grupo como el espacio y dispositivo privilegiado para su despliegue”. Señala, a su vez que el dispositivo grupal es la vitrina de los fenómenos de la grupalidad, tiene que ver con la mostración.

Debido a que las personas de este grupo habitan en el *mismo sector territorial*, también se hace necesario incluir la noción de comunidad:

En 1984 y posteriormente en 1998, Montero (2004) define comunidad como: “Un grupo social dinámico, histórico y culturalmente construido y desarrollado, preexistente a la presencia de los investigadores o de los interventores sociales, que comparten intereses, objetivos, necesidades y problemas, en un espacio y un tiempo determinado y que genera colectivamente una identidad, así como formas organizativas, desarrollando y empleando recursos para lograr sus fines” (Montero, 2004, p 199-200).

En un estudio de psicología comunitaria de Rozas, Pardo y Yáñez (2008) se encuentra el concepto de comunidad definido por Sánchez (1991) como un: “Sistema o grupo social de raíz local, diferenciable en el seno de la sociedad que es parte en base a las características e intereses compartidos por sus miembros y subsistema que incluye; localidad geográfica, interdependencia e interacción psicosocial estable y sentido de pertenencia a la comunidad e identificación con sus símbolos e instituciones” (Rozas, Pardo y Yáñez, 2008, p. 3)

Para Montero (2004), una comunidad está hecha de relaciones, pero no solo entre personas, sino entre personas y un lugar que, junto con las acciones compartidas, con los miedos y alegrías, con los fracasos y los triunfos sentidos y vividos otorga un asiento al recuerdo, un nicho a la memoria colectiva e individual. Un lugar construido física y emocionalmente del cual nos apropiamos y que nos apropia, para bien o para mal.

Considero la noción de comunidad como forma implícita de graficar lo que sucede en el grupo intervenido. Por la existencia de características, intereses, objetivos, necesidades, acciones, emociones compartidas en un espacio y tiempo determinado podría comparar al grupo con una *pequeña comunidad*. E decir, este podría generar una identidad, además de organizarse y desarrollar recursos para lograr fines propuestos.

2.2 Problemática:

Ser mujer adulta mayor en un contexto socialmente vulnerable trae consigo diversas problemáticas asociadas al género, edad y pobreza, tal como se planteó en los conceptos básicos. Esto se puede confirmar además con un estudio desarrollado por el equipo de investigación del Programa de estudios sistémicos en Envejecimiento y Vejez de la Universidad de Chile realizada en el año 2009, el cual da cuenta que a pesar de que el aumento de la esperanza de vida puede ser visto como un éxito de nuestro desarrollo, es al mismo tiempo, percibido como una catástrofe cuando los servicios públicos, las redes de apoyo social y los propios adultos mayores no cuentan con una adecuada preparación para enfrentar esta realidad.

En el estudio se señala:

“En este escenario, lo más común es que la condición de vejez se visualice bajo múltiples formas de exclusión, que van desde el monto de las pensiones y coberturas de salud, el acceso a tecnología y esparcimiento, la disponibilidad de transporte y seguridad, la pérdida y vacío de roles, hasta el significado de vivir la vida o la posibilidad de una muerte digna; limitaciones que se potencian con la situación de pobreza, marginalidad, género, viudez, fragilidad familiar, soledad, ruralidad y pertenencia étnica” (Equipo de investigación de Programa de estudios sistémicos – Envejecimiento y vejez en Chile. 2009. p.4-5)

Por otro lado en un artículo antropológico se plantea:

“La problemática de la vejez, radica en que en la cultura occidental, y en el interior de su compleja dinámica social, se deja arbitrariamente a un grupo de edad-la tercera edad- sin ningún papel y participación social activa, y por lo tanto, excluidos y marginados de la actividad y la esfera pública. Los únicos roles que se siguen desempeñando son aquellos que dicen relación con la esfera privada, dentro de la familia. Su estatus como individuo social ha ido desapareciendo”. (Osorio, 2006. p. 8)

Cabe destacar, que para Osorio (2006), el desempeño de actividades durante la tercera edad debe ser sinónimo de compromiso y responsabilidad, ya que genera posiciones de integración en el interior de la comunidad, la sociedad y la familia.

Siguiendo a Osorio (2006), además del cambio en las sociedades por el envejecimiento de la población, ocurrirán profundas transformaciones en las relaciones y estructuras de las familias. El desarraigo que significa para las personas mayores el desajuste al interior de la familia, es una consecuencia de la percepción diferenciada de los valores de compromiso y responsabilidad entre sus miembros.

Se señala que hay un cambio progresivo de valores:

“En un contexto de globalización económico-social y a la hegemonía ideológica que esta representa, nuestras sociedades se han visto enfrentadas a una tendencia de uniformidad cultural y al predominio del individualismos, lo cual no solo se expresa a niveles macro, sino presenta manifestaciones a nivel cotidiano bastante claras y significativas para las diferentes generaciones”. (Osorio, 2006. p. 8)

Lo anterior se puede ligar con lo que plantea Bauman (2009) en relación a la Modernidad Líquida: La liquidez de la modernidad no solo se evidencia en el meso nivel (comunidad), también alcanza a fragmentar las interacciones individuales del micro nivel. El tipo de relaciones sociales que se presentan en la actualidad son el resultado del ritmo de nuestra sociedad y de la forma en que el *poder* se ha posicionado para controlar el sistema.

“...la desintegración social es tanto una afección como un resultado de la nueva técnica del poder, que emplea como principales instrumentos el descompromiso y arte de la huida. Para que el poder fluya el mundo debe estar libre de trabas, barreras, fronteras fortificadas y controles. Cualquier trama densa de nexos sociales, particularmente una red estrecha con base territorial, implica un obstáculo que debe ser eliminada” (Bauman. 2009. pp 19 -20).

Por lo tanto no hay cabida al vínculo: “...el derrumbe, la fragilidad, la vulnerabilidad, la transitoriedad y la precariedad de los vínculos y redes humanos permiten que esos poderes puedan actuar” (Bauman, 2009. pp 20). Además Bauman (2009) señala que la guerra de la modernidad líquida ya no tiene que ver con la conquista de un nuevo territorio, sino la demolición de los muros que impedían el flujo de los nuevos poderes globales fluidos.

Sumado a lo anterior, López y Castellanos (2010), plantean que en los significados de la vejez se destacan cambios sufridos en el cuerpo, en términos de la pérdida de la funcionalidad, la aparición de enfermedades, la pérdida de la capacidad para mantenerse en el mundo laboral, llevándolos a la sensación de improductividad por la pérdida de roles y a los diversos sentimientos que se experimentan por el aislamiento social.

Los hallazgos del estudio de López y Castellanos (2010) llevan a pensar que para este grupo de personas la vejez se construye desde la articulación de tres elementos: la

funcionalidad del cuerpo (que implica dependencia), la aparición de enfermedades y discapacidades y, la improductividad.

“Para estos ancianos la construcción social y cultural de la vejez está cargada de estereotipos negativos, que muestran los déficits y cambios sufridos por el cuerpo, las enfermedades, el deterioro funcional y la pérdida de autonomía”. (López y Castellanos, 2010.p.48)

De acuerdo a López y Castellanos (2010), la tristeza es uno de los sentimientos que más expresan los ancianos y está asociada con no poder salir de casa solo/as, la nostalgia y la evocación constante del pasado en el que fueron personas útiles en su comunidad y su familia. El pasado se contrasta con un presente muy diferente, en el cual son dependientes, perdieron sus capacidades y están sumidos en la pobreza. Además el sentimiento de abandono se presenta por la sensación de olvido que experimentan estas personas de parte de una sociedad que no posee un rol positivo para el viejo y en la cual se sienten invisibilizados. Así mismo, experimentan sentimientos de soledad.

Con todo lo expuesto se podría asumir que las problemáticas que acompañan a lo/as adulto/as mayores tienen relación con la exclusión y abandono tanto en la sociedad como en los núcleos familiares. Existe entonces una percepción negativa de ello/as, lo que repercute directamente en su estado emocional y psicológico tras no reconocérseles. Además el contexto social, caracterizado por el individualismo como consecuencia de la modernidad, no funciona como espacio protector, sino todo lo contrario, agrava las condiciones desfavorables para lo/as adulto/as mayores.

2.3. Necesidades:

Como ya se caracterizó a la población intervenida de forma generalizada queda entonces indagar en ciertas cualidades particulares del grupo que tiene que ver con necesidades explícitas y no tanto. Estas necesidades definieron el camino a seguir de la

intervención, es decir propusieron los énfasis sobre *qué* trabajar. Este punto sitúa los ámbitos de la experiencia.

2.3.1 Cohesión grupal

Una de las principales necesidades manifestada explícitamente por la población intervenida hablaba de la cohesión grupal.

Este término lo define Yalom (1986): “La cohesión grupal se refiere al atractivo que los participantes ejercen sobre el grupo y sobre el resto de los miembros. Los miembros de un grupo cohesivo se aceptan y se apoyan mutuamente y tienden a formar relaciones significativas en el seno del grupo” (Yalom, 1986. p.31).

Yalom (1986) señala que la investigación da cuenta de que los grupos cohesivos logran mejores resultados terapéuticos. Así como sucede en la psicoterapia individual, es la relación que se establece entre el terapeuta y el paciente la que cura; la cohesión es la versión paralela, en el seno de la terapia de grupo, de dicha relación terapeuta-paciente. Y es más: el comportamiento social exigido a los miembros para gozar de la estima de un grupo cohesivo también resultará adaptativo para el individuo en la vida social que mantiene fuera del grupo.

Siguiendo a Yalom (1986), la cohesión grupal ofrece asimismo condiciones de aceptación y de comprensión. Propone:

“En condiciones de cohesión, los pacientes tienden a expresarse y examinarse a sí mismos, a tomar conciencia de aspectos de su propia persona que hasta entonces les resultaban inaceptables y a integrarlos, y a identificarse de una forma más profunda con los demás. La cohesión en un grupo favorece la autorrevelación, el riesgo y la expresión constructiva del enfrenta-miento y del conflicto, todos ellos fenómenos que facilitan una psicoterapia exitosa”. (Yalom, 1986. p.31).

En base a Yalom (1986) una cualidad de los grupos muy cohesivos es que son grupos estables que logran mayor adherencia, compromiso y participación activa por parte de las personas.

Del mismo modo, pero señalado en el contexto de la vejez, Osorio (2006) plantea que hay diferentes factores que permiten o bien dificultan que la experiencia de la vida en lo/as adulto/as mayores sea significativa. La participación social y la satisfacción consigo mismo, son claves. Es importante cargarla de significado y sentido para uno mismo y para los demás. Durante la tercera edad es necesario el reconocimiento y la valoración por la contribución que hacen los viejos y las viejas, tanto en el ámbito familiar, como comunitario y social.

Debido a que la cohesión grupal y la participación social tiene directa relación con el concepto de Capital Social, se vuelve imprescindible considerarlo, y por tanto definirlo:

De acuerdo a lo expuesto por Zitko (2014) en la Cátedra de Medicina y Arteterapia del Postítulo de Arteterapia de la Facultad de Artes de la Universidad de Chile, Capital Social es definido por Cohen (2001) como:

“Stock de conexiones activas entre personas (incluyendo confianza, entendimiento mutuo, valores y comportamientos) que unen a los miembros de redes humanas y comunidades, y que también las empodera haciendo posible la participación y acción cooperativa” (Tomado de Pat et al. J of Urban Health 2007;84:1i30-i143)

Siguiendo, a su vez, a Sapag y Kawachi (2007), el capital social se puede analizar en los diversos niveles de la sociedad, como organizaciones, barrios, pueblos, ciudades, naciones, mundo. También es necesario visualizar al capital social como un factor relevante para alcanzar *cohesión social*, que representa un concepto más amplio que incluye ausencia de conflicto social latente y presencia de fuertes lazos sociales.

“Conceptualmente, los *posibles beneficios* del capital social son: mejorar el posicionamiento, las posibilidades y el acceso a recursos de diverso tipo para quienes participan en las relaciones sociales; actuar como elemento de cohesión, de base social y cultural, que facilita el emprendimiento común sobre normas y expectativas compartidas;

favorecer las virtudes cívicas y estimular el interés por los asuntos públicos”. (Sapag y Kawachi, 2007, p.142)

También en relación con lo que se ha planteado anteriormente, y de acuerdo a la investigación desarrollada por el equipo de investigación de Programa de estudios sistémicos en Envejecimiento y Vejez de la Universidad de Chile en el año 2009, se puede incluir el concepto de *Inclusión/exclusión secundaria*, el cual se refiere a:

“La disponibilidad de redes de apoyo mediante las cuales se satisfacen necesidades afectivas y se compensan condiciones objetivas de vulnerabilidad. Se trata de las modalidades y grados de integración de la población adulta mayor con sus familiares, co-residentes, vecinos, amigos y su participación en organizaciones comunitarias o en otras instancias colaborativas con las cuales componen capitales sociales que favorecen principalmente el reconocimiento, cooperación y la solidaridad inter-generacional”. (Equipo de investigación de Programa de estudios sistémicos – Envejecimiento y vejez en Chile P.8)

Por último, cabe destacar de acuerdo a Escobar (2008) que como en la mayoría de los países latinoamericanos hay un déficit de estado y de sociedad y superávit de mercado que acerca el riesgo ante una contraparte dispersa y endeble, hace que el poderoso complejo industrial de la cultura exacerbe las desigualdades, aplaste las diferencias y termine postergando las posibilidades alternativas de integración cultural y por lo tanto, de movilidad y cohesión social; por lo tanto no cabe duda que es necesario actuar por medio del arte, ya que:

“la práctica artística constituye una actividad socialmente cohesionante; los objetos y el propio cuerpo se invisten de belleza para ingresar en un nivel ritual que sintetiza la expresión colectiva” (Escobar, T. 2008 pp. 56).

2.3.2 Estimulación cognitiva

Otra necesidad, manifestada de igual modo por las adultas mayores, tiene que ver con su activación mental. Esto tiene que ver con el conservar la lucidez y conciencia respecto su realidad inmediata, con poder ser eficientes en la práctica de su cotidianidad. Esto tiene que ver la estimulación cognitiva, lo que, según varios estudios se puede continuar desarrollando a lo largo de toda la vida.

En este sentido Carrascal y Solera (2014), plantean que a pesar del deterioro físico y cognitivo a edades adultas, aún se conserva la mayoría de las células cerebrales hasta el final de la vida, por lo que si continuamos utilizando el cerebro de forma activa seremos capaces de construir caminos neuronales.

“Esta estimulación cognitiva, además de potenciar un continuo proceso creativo, ayuda a que las personas intenten esforzarse al máximo, adaptándose a su entorno y modelando su vida (Fischbach y Fischbach, 2005; Robinson y Aronia, 2004). Basándose en estos principios de plasticidad neuronal, la neuropsicología ha desarrollado diferentes estrategias de estimulación cognitiva o psicoestimulación para tratar de mantener las funciones cognitivas que no han sufrido daños en la vejez y que pueden favorecer la adquisición de nuevos aprendizajes (Cullell y Vendrell, 2008; Martínez, 2002). De esta manera se pretende conseguir un envejecimiento saludable, evitar el deterioro y garantizar la independencia de la persona el mayor tiempo posible, lo que supone una mejora en su calidad de vida”. (Carrascal, S y Solera, E. 2014. p 12)

De acuerdo al estudio de Lombardo (2011) presentado en el III Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología, recientes investigaciones dan cuenta de la posibilidad de una regeneración neuronal en el cerebro del adulto. Además da cuenta del *Capital Psíquico* (Casullo, 2006) que es un conjunto de potencialidades -capacidades cognitivas, emocionales, vinculares, habilidades cívicas y sistema de valores- que permiten generar fortalezas personales así como aprender a protegerse y sobrevivir.

“La importancia que reviste esta investigación para los estudios psicológicos y sociales del envejecimiento y la vejez se basa de manera fundamental en apuntar hacia la potencialidad del proceso de envejecer, este proyecto pretende profundizar el conocimiento acerca de aspectos positivos como el capital psíquico y el bienestar psicológico en esta etapa vital. Una línea de reciente aparición que aporta a esta visión es la Psicología Positiva. En sus postulados básicos busca ampliar el foco desde una preocupación casi exclusiva en la psicología por curar la enfermedad, hacia el estudio de los recursos, habilidades, capacidades y competencias; fortaleciendo las cualidades positivas y el desarrollo de las potencialidades humanas. Asimismo se está avanzando en la comprensión de las condiciones, procesos y mecanismos que llevan a estados subjetivos, sociales y culturales que caracterizan una buena vida y favorecen el bienestar”. (Seligman,1998, 2003; Seligman & Csikszentmihalyi, 2000; Carr, 2007; Gancedo, 2008)” (Lombardo,2011. p.89)

En base entonces a los estudios en neurociencias, a lo/as adulto/as mayores les queda todavía un potencial por explorar, lo que sugiere una propuesta estimulante y desafiante en cuanto a las intervenciones que se pueden realizar con las personas de este ciclo vital.

2.3.3 Espacios de juego

Por otra parte el grupo también validó las instancias lúdicas, demostraron un gran interés por el juego, asociado a una necesidad de *volver a la infancia*. Se presenta a continuación ciertas definiciones respecto del juego:

“...la tercera parte de la vida de un ser humano, una parte de la cual no podemos hacer caso omiso, es una zona intermedia de experiencia a la cual contribuyen la realidad interior y la vida exterior. Se trata de una zona que no es objeto de desafío alguno, porque no se le presentan exigencias, salvo de que exista como lugar de descanso para un individuo dedicado a la perpetua tarea humana de mantener separadas y a la vez interrelacionadas la realidad interna y la exterior”. (Winicott, 1971. p.13)

Para Winnicott (1971), el significado de jugar adquirió un nuevo color en la medida que continuó el tema de los fenómenos transicionales y buscó sus huellas en todos sus sutiles desarrollos, desde la primera utilización del objeto o la técnica transicional hasta las últimas etapas de la capacidad de un ser humano para la experiencia cultural. Por lo tanto, para el autor, el juego es transversal a las etapas del desarrollo. Señala:

“lo universal es el juego, y corresponde a la salud: facilita el crecimiento y por lo tanto esta última, conduce a relaciones de grupo; puede ser una forma de comunicación en psicoterapia y, por último, el psicoanálisis se ha convertido en una forma muy especializada de juego al servicio de la comunicación consigo mismo y con los demás”. (Winnicott, 1971. p.42)

El rasgo esencial de la comunicación, según Winnicott (1971) es que el juego es una *experiencia siempre creadora*, y es una experiencia en el continuo espacio-tiempo, una forma básica de vida. Además de que *jugar es hacer*, que para dominar lo que está afuera es preciso hacer cosas, no solo pensar.

Es destacable que: “En el juego, y solo en él, pueden el niño o el adulto crear y usar toda la personalidad, y el individuo descubre su persona solo cuando se muestra creador”. (Winnicott, 1971. p.51)

Y se suma lo siguiente: “El lugar de ubicación de la experiencia cultural es el espacio potencial que existe entre el individuo y el ambiente (al principio el objeto). Lo mismo puede decirse acerca del juego. La experiencia cultural comienza con el vivir creador, cuya primera manifestación es el juego. (Winnicott, 1971. p.88)

En relación al tema Ibáñez, R (2011) establece una relación entre ficción y juego, plantea:

“...el ser humano produce ficción constantemente, desde niño hasta que se hace mayor. Cuando somos niños creamos ficción durante el acto de jugar, nos pensamos salvadores, seductores, héroes y víctimas, en él somos libres para vivir alegrías y tristezas

de otros. Así, dentro de los parámetros ficticios del juego es como primero simbolizamos nuestro mundo interior, permitiendo que se satisfagan necesidades y deseos en el plano imaginario” (Ibáñez, R 2011. p.174).

Ibáñez, R (2011) propone que ya en la edad adulta fantaseamos en tiempo condicional en relación al pasado o la futuro: aquello que haría con mi vida, aquello que me gustaría ser, aquello que podría haberse hecho, y todo esto es en suma una forma de ficción, una ficción práctica y necesaria ya que necesitamos elaborar pensamientos e imágenes para poder comprender el mundo y vivir en sociedad.

2.3.4 Potenciar Creatividad

Otra necesidad a destacar tiene que ver con encontrarle *sentido a la vida*, lo que para lo/as adulto/as mayores, debido a la etapa en que se encuentran (de acuerdo a lo expuesto en los conceptos básicos), resulta complejo. Winnicott (1971) plantea algo muy significativo al respecto:

“Lo que hace que el individuo sienta que la vida vale la pena de vivirse es, más que ninguna otra cosa, la apercepción creadora. Frente a esto existe una relación con la realidad exterior que es relación de acatamiento; se reconoce el mundo y sus detalles pero solo como algo en que es preciso encajar o que exige adaptación. El acatamiento implica un sentimiento de inutilidad en el individuo, y se vincula con la idea de que nada importa y que la vida no es digna de ser vivida. En forma atormentadora, muchos individuos han experimentado una proporción suficiente de vida creadora como para reconocer que la mayor parte del tiempo viven de manera no creadora como atrapados en la creatividad de algún otro, o de una máquina”. (Winnicott, 1971. p.61)

Es decir, se dota de sentido en cuanto se vive de forma creadora, en la medida en que se potencia la creatividad. Además de acuerdo a Winnicott (1971) vivir en forma creadora es un estado saludable, la creatividad corresponde a la condición-de estar vivo.

La creatividad que plantea Winnicott (1971) se refiere al enfoque de la realidad exterior por el individuo. Propone:

“Si se da por supuesta una capacidad cerebral razonable, una inteligencia suficiente para permitir al individuo convertirse en una persona que vive y participa en la vida de la comunidad, todo lo que se produce es creativo, salvo en la medida en que el individuo está enfermo o se encuentra frenado por factores ambientales en desarrollo que ahogan sus procesos creadores”. (Winicott, 1971. p.63)

A su vez, Fiorini (2006) postula la presencia de empujes de orden creador en el psiquismo, de los procesos a que esos empujes activados dan lugar y de los efectos de esos procesos sobre el conjunto del funcionamiento psíquico.

“Crear es convocar tensiones y contradicciones, y darles formas nuevas a esas tensiones y a esas contradicciones, de modo que esas formas puedan albergarlas y hacerlas fecundas...El trabajo creador toma los términos de una contradicción, los convoca, trabaja en el interior de la contradicción y funda allí relaciones... En los procesos creadores una forma encuentra movimiento. Y, a la inversa, un movimiento encuentra su forma” (Fiorini. 2006. p.25) .

Fue en base a las cuatro necesidades explicitadas por el grupo: *Cohesión grupal*, *Estimulación cognitiva*, *Espacios de juego* y *Creatividad* que se da forma a la intervención arteterapéutica desarrollada y se guía nuestra práctica con el grupo. A partir de estos cuatro ejes se canalizan emociones, sensaciones, pensamientos, recuerdos, albergados bajo un alero grupal.

3. ARTETERAPIA

El arteterapia, bajo la conducción de dos futuras arteterapeutas, permitió desarrollar un proceso colectivo de adultas mayores. Hizo presencia en una sede social para proponerles una metodología que las conectara con lo lúdico, creativo, emocional y reflexivo a través de juegos, exploración de materiales, elaboración de obras y verbalizaciones en relación a la experiencia. Lo anterior permitió dar cuenta de un proceso grupal que trajo consigo beneficios a las participantes y que en el camino logró fusionarse con la comunidad.

El apartado a continuación explora las definiciones de arteterapia y los beneficios que trae en los contextos relacionados con la población abordada: adultas mayores, mujeres y contexto comunitario.

3.1 Definiciones de Arteterapia

El arteterapia propone una forma de intervención terapéutica la cual emplea como método de expresión los lenguajes artísticos.

Considero a Lilia Polo (2000), quien ha investigado sobre las técnicas de arte como recurso para trabajar en arteterapia, como referente teórica para contextualizar los alcances de arteterapia. Según la autora el arteterapia tiende un puente hacia la comprensión y superación de los problemas tras la producción e interpretación de imágenes plásticas, a través de un proceso creativo de naturaleza no verbal. Para Polo existe la postura de accesibilidad al arte para todo/as lo/as ciudadano/as, no solo a su consumo pasivo sino a los beneficios que su producción activa da lugar.

Polo (2000) entiende de este modo al arteterapia: “propone un viaje al fondo de nosotros mismos a través de la creación de imágenes plásticas, con la convicción de que en el hacer evocamos el conflicto y al trabajar sobre esa imagen que lo representa, al corregirla, al actuar sobre ella plásticamente, actuamos sobre nosotros mismos modificándonos, transformándonos. (Polo, L. 2000. p 313)

Polo (2000) sigue a Dalley (1987) y da cuenta de que simbolizar sentimientos y experiencias a través de imágenes puede constituir un medio de expresión y de comunicación más poderoso que la descripción verbal, y al mismo tiempo, es capaz de hacer que tales sentimientos y experiencias se vuelvan menos amenazadoras.

Por otra parte Escobar propone que: “La práctica del arte supone, así, un trabajo de revelación: debe ser capaz de provocar una situación de extrañamiento para develar significados y promover miradas sobre la realidad” (2008 pp. 33).

Plantea que se busca representar un mundo propio, con significados sociales que condensan la identidad colectiva. La idea es seguir la línea de lo que propone el arte popular:

“... moviliza tareas de construcción histórica, de producción de subjetividad y afirmación de diferencias... constituye un referente fundamental de identidad colectiva y, por lo tanto, un factor de cohesión social y contestación política”. (2008 pp.13 -14).

A su vez Sues (2007) puede identificar algunos puntos de cercanía conceptual y metodológica entre Arteterapia y las teorías críticas actuales. Postula que ambos enfoques coinciden en una focalización de las capacidades del ser humano, en su “parte sana”, partiendo de la presuposición de la capacidad creativa de todo ser humano, además pone de relieve el proceso antes que el resultado, la creación de espacios de experimentación, y la inclusión de la perspectiva de los participantes, lo que constituye bases relevantes de su trabajo. También las prácticas de intervención derivadas de las teorías críticas comparten con el Arteterapia un ámbito de actuación común: grupos de población con problemáticas psíquicas y sociales diversas.

Ahora, en relación a la práctica y justificación del trabajo se tomará la siguiente definición:

“El arteterapia es una disciplina que desvincula al arte de su función estética y meramente representativa y que se orienta hacia un abordaje de los aspectos esenciales del ser humano en la búsqueda de un cambio o mejora: nuestra necesidad de pertenencia, de superación, de evolución, y de equilibrio biopsicosocial. Este proceso pasa por afrontar los

conflictos que encontramos a lo largo de la vida. En él el arte tiene un importante valor como fuente de estímulos y al mismo tiempo como lenguaje dinámico que permite canalizar a través del propio hecho creativo todo nuestro mundo interior en la búsqueda de la persona, de su integridad”. (Ojeda, M y Serrano A. 2011. p.150)

3.2 Arteterapia y Adultas Mayores

De acuerdo a Ault, (1993) en Carrascal y Solera (2014), en Estados Unidos se están utilizando hace varios años estrategias alternativas con fines terapéuticos y han obtenido buenos resultados tanto a nivel personal como en la interacción social con los demás. Esto ha dado lugar a la aparición de diversas propuestas terapéuticas que pretenden mejorar el funcionamiento cognitivo, afectivo y social de lo/as adultos mayores. Ejemplos de ello han sido la aplicación de la musicoterapia, basada en el uso de la música para prevenir o mejorar el estado de salud física y mental (aplicado por Deus, 2006), además del arteterapia, que utiliza la expresión artística del sujeto con un fin terapéutico, y la danzaterapia, centrada en el movimiento como medio para favorecer el desarrollo físico y personal del individuo (Di Menna, 2009). A su vez han utilizado otras técnicas de desarrollo y motivación creativas, que fomentan un estado activo de la mente al favorecer la fluidez de ideas, sentimientos y emociones (Sbrocca y Méndez, 2007; Wortman, 2004).

“En este sentido la utilización de técnicas artísticas y creativas puede resultar sumamente interesante en este grupo de edad, dado que la actividad de nuestros sentidos no sólo es mental, sino que se inicia con la visión, el tacto, el olfato... Las artes pueden ayudar a que estas personas presten atención a lo que oyen, ven, saborean y palpan, experimentando sensaciones y haciendo que perciban cosas sin necesidad de reconocerlas, participando del poder de alfabetización visual inherente en las imágenes y obras artísticas. De esta manera la función cognitiva es un aspecto sumamente importante para el arte y la cultura” (Carrascal, S y Solera, E. 2014. p 13).

Ibáñez, R (2011), parafraseando a Martínez Díez (2006), señala que la memoria del anciano es “como un rompecabezas, faltan piezas, no se puede ver la figura total”. Un buen

trabajo psicoterapéutico permite poder recuperar algunas de esas piezas que han sido olvidadas, desatendidas o apartadas, y reintegrarlas, pero con el arteterapia se puede además asignar imágenes a esas piezas que se encontraban ausentes. Esas imágenes son asumidas por el subconsciente y se integran de una manera mucho más exitosa.

También Ibáñez (2011) da cuenta que mediante la práctica arteterapéutica los mayores ponen en práctica su facultad de rememoración y poco a poco van reconociendo su propia ficción interna, que en su caso se trata de reconocer aquello que ya pasó y que ya no está, aquello que se podría haber realizado y no se llegó a realizar. En relación a lo anterior:

“la rememoración durante un proceso psicoterapéutico permite al anciano construir un sentido y reivindicar su propia acción condición, dando como resultado una revaloración positiva de aquello que se ha hecho a lo largo de la vida. El arteterapia permite dar formas visuales a aquello que surge del proceso de rememoración y esto significa dar una apariencia mucho más digna a la figura total del camino realizado”. (Fernández Ferman, 2007. p.175)

De acuerdo a la experiencia señalada en las residencias de adulto/as mayores, uno de los objetivos primordiales de la introducción de talleres de arteterapia en estos lugares es el de mejorar la convivencia entre los residentes, la cual cambia positiva y ostensiblemente al igual que su comunicación con los profesionales del centro, pues se llegan a activar en ellos mecanismos nuevos de comunicación con sus propios conflictos, así como una capacidad nueva para simbolizarlos.

Por último, otro beneficio que trae consigo la práctica arteterapéutica es:

“Su autovaloración también mejora considerablemente, ya que se dan cuenta de que en primer lugar pueden volver a sentir satisfacción por algo que todavía son capaces de hacer y, además, que aún pueden aprender cosas nuevas, desconocidas, motivadoras”. (Ibáñez, R, 2011. p.176)

3.3 Arteterapia y Mujeres

En el caso de intervenciones desde el arte y el arteterapia con mujeres Ojeda, M y Serrano A (2011) en base a su experiencia plantean que no puede darse un único modelo de intervención en igualdad y mujer, sino que se debe ajustar a las peculiaridades de cada contexto (violencia machista, mujeres cuidadoras, tercera edad, mujeres inmigrantes, mujeres discapacitadas). Lo anterior orienta a estar atento/as a las necesidades y rasgos en común, lo que nos permiten vehicular dicha intervención, siendo fundamental la sensación de pertenencia a un grupo, de vínculo, hablando de lo femenino como identitario e imaginario colectivo.

“Esto es para nosotras una fuente de inspiración y recursos teórico-prácticos en el trabajo con mujeres desde el arte: mujeres artistas, trabajos artesanales colectivos hechos por mujeres, grupos feministas, experiencias con niñas en situación de conflicto, la maternidad en sí, plataformas de activismo social que emplean lenguajes artísticos como herramientas de autodeterminación”. (Ojeda, M y Serrano A. 2011. p.146)

En relación al vínculo terapéutico entre mujeres, Ojeda, M y Serrano A (2011) plantean que al establecerse hay una parte de construcción de la propia identidad de la arteterapeuta en la interrelación con la persona, en ese espacio en el que ambas narrativas confluyen. En la construcción del vínculo terapéutico entre dos mujeres hay además una transferencia identitaria potencial que de nuevo tiene que ver con ese imaginario femenino. Esta vinculación permite acceder de una manera más directa a la persona.

¿Qué sucede en el contexto arteterapéutico grupal? Para dar respuesta se toma la propuesta de Ojeda, M y Serrano A (2011) que señalan que la creación espontánea colectiva suma posibilidades de expresión y reflexión que son acogidas por las mujeres como ventanas abiertas a nuevas realidades que a menudo por si solas no pueden ver, en un espacio de seguridad y contención que les permita ser con libertad, de una manera creativa y generadora.

“El grupo acoge, envuelve, e impulsa a la acción, actúa como detonante que genera un contexto no amenazante para volcar los múltiples ensayos de sí mismas que las mujeres a través de su obra hacen”. (Ojeda, M y Serrano A 2011. p 152)

3.4 Arteterapia en contextos comunitarios

Ya que la práctica se realizó en una sede social y además el arteterapia se extrapoló como figura concreta y simbólica en el escenario comunitario es necesario hacer referencia a cómo funciona la metodología arteterapéutica en este contexto.

De acuerdo a Bang (2013) actualmente en nuestro contexto social, en donde la soledad relacional se expresa en una fuerte ruptura de vínculos barriales, de vecindad y familiares extensos; prácticas artísticas participativas se constituyen en un espacio posible de resistencia ante esa situación. A propósito, se señala:

“Desde organizaciones sociales y comunitarias, las obras artísticas para la transformación social, alejadas de concepciones puramente formales o esteticistas, devienen esencialmente procesuales y saltan al contexto social con voluntad de promover un beneficio comunitario” (Bang, 2013. p 5).

La propuesta de Bang (2013) tiene que ver con una forma de creatividad al servicio de la comunidad, trabajando para la conformación de vínculos y espacios de encuentro creativo. Por medio de diversos encuentros artístico-participativos se abordan diversas temáticas, rescatando la posibilidad de generar acciones que permitan, entre otras cosas, mejorar la calidad de los vínculos en el barrio.

“Abordar el trabajo artístico desde lo comunitario ha permitido, a este arte participativo, constituirse como lugar de resistencia al aislamiento y la ruptura de lazos sociales, pero por sobre todo, como espacio de encuentro que permite pensar, crear y recrear las propias realidades, imaginando colectivamente abordajes posibles a problemáticas colectivas”. (Bang, 2013. p.8)

También, en relación a lo expuesto se puede destacar lo señalado por Suess (2007) quien propone una inclusión consciente de la “acción social” a la práctica arteterapéutica, con el objetivo de posibilitar una transformación tanto individual como social. Hocoy (2005) en Suess, (2007) sugiere una conceptualización de la existencia humana como red de interrelaciones con el propio entorno, ampliando el triángulo terapéutico a un diálogo entre múltiples voces.

De acuerdo al rol del o la arteterapeuta cabe destacar algo significativo a estar consciente, en este sentido se toma el pensamiento formulado por Suess:

“El arte terapeuta debería tomar conciencia crítica de su propia posición social, la presencia de relaciones de poder en el encuentro terapéutico, y de sus propios prejuicios sociales y culturales que pueden disminuir la multiplicidad de voces en el diálogo terapéutico. Desde un cuestionamiento de la neutralidad terapéutica, y una consideración de la inclusión de la dimensión social como deber ético, Hocoy expone una figura del arte terapeuta como “activista social”, y un acercamiento de la práctica arte terapéutica a los espacios comunitarios” (Suess, 2007. p.33-34).

Se puede dar cuenta que el arteterapia se evidencia en este campo de acción ya que existen experiencias prácticas que se caracterizan por una intersección entre arteterapia, acción social y trabajo comunitario. Se nombran en la bibliografía reciente talleres de arteterapia en campos de refugiados, zonas de guerra, espacios comunitarios y ámbitos culturales diversos (Golup, 2005; Kalmanowith, Lloyd, 2005; Dokter, 1998), la aplicación de metodologías de arteterapia en el contexto de Educación Social (Block, Harris, Laing, 2005; Moreno, 2003), la integración de su enfoque en proyectos de Investigación Acción Participativa (Spaniol, 2005), así como su inclusión en actuaciones diversas, a la par de actividades educativas y mejoras arquitectónicas, bajo el parámetro de un enfoque de “Arte y Salud” (Clifford, Kaspari, 2003).

Retomando el papel del arte en ese escenario es que López, M (2011) señala que una de las funciones del arte tiene que ver con la capacidad de poder analizar, deconstruir y

renovar del vínculo con los demás y el entorno. El espacio creador articula un espacio de seguridad y libertad, un espacio potencial, que permite al ser humano sumergirse en un proceso de desidentificación, deconstrucción y nueva construcción que consiente la posibilidad de imaginar una nueva realidad. A su vez manifiesta que el arte, en su condición de espacio simbólico, paralelo y alternativo, permite imaginar un mundo más vivible. Da la posibilidad de errar y volver a comenzar una y otra vez. Además el proceso creador convoca al grupo y en él, a la capacidad de inclusión del ser humano en un proyecto común.

Siguiendo a Zanden (1995) en López (2011) la realidad social es una construcción social, por lo que puede ser humanamente deconstruida y reconstruida a partir de dicha acción.

A modo de cierre se rescata lo siguiente:

“El arte es en esencia un puente que nos conecta, nos brinda un mundo de posibilidades para adentrarnos a un dialogo con el otro. Cuando el arte se transforma en un elemento de acción social pierde su sentido más individualista para convertirse en nexo que nos aproxima a otras maneras de ser, de estar, se sentir y crecer”. (por Ojeda, M y Serrano A, 2011 p.150)

Con lo anteriormente expuesto queda en evidencia que con el arte se construyen *lugares* de resistencia a ese aislamiento y ruptura de lazos propios de los contextos vulnerables, iniciándose un proceso de reconstrucción de vínculos, además de un dialogo social significativo para todo/as quienes lo experimenten.

III. CAPÍTULO SEGUNDO: SISTEMATIZACIÓN DE LA PRÁCTICA

1. DESCRIPCIÓN GENERAL

La práctica se realizó en una sede social de una población de la Comuna de Puente Alto. Según la Presidente de la sede (2016), esta nace en el año 1974 para realizar el Programa Ocupacional para Jefes de Hogar (POJH) y luego pasa a manos de la Junta de Vecinos como Sede Social. Actualmente se desarrollan diversos talleres impartidos por el municipio y talleres autogestionados. Participa en el lugar, el Club de Adultas Mayores, además se presta el espacio para realizar bingos de beneficencia y celebrar bautizos o matrimonios. La sede cuenta con dos salas amplias, una oficina, un baño, cocina (espacio donde se reúne el Club de Adultas Mayores) y un patio.

El año 2010 se conoce por medio de Consejo de Promoción del Salud del CESFAM del sector a la Presidenta de la Junta de Vecinos de la Población, con quien, ese mismo año se desarrolla un taller para las adultas mayores participantes de la sede, con el fin de reforzar habilidades cognitivas y mantenerse activas. Tras la ejecución de ese taller el vínculo con la presidenta y la sede se mantuvo, lo que permitió retomar fácilmente el contacto y hacer la propuesta de participación al grupo de adultas mayores de la misma sede al taller de arteterapia a mediados del año 2015 para realizar la práctica con ellas.

Por lo tanto la práctica se realiza en un *espacio comunitario, no institucionalizado, sin derivación* de un equipo externo. La *participación* de las beneficiarias fue de manera *voluntaria* tras la propuesta realizada en una reunión que organizó la Presidenta de la Junta de Vecinos.

2. ANTECEDENTES DEL CASO DE ESTUDIO

Las beneficiarias participantes fluctuaron entre seis a once mujeres adultas mayores de entre sesenta a setenta años, todas habitantes de una población de la Comuna de Puente Alto, todas participan del Club de Adultas Mayores de su sede social.

En base a la experiencia del taller, se pudo dar cuenta que la mayoría de ellas migró tempranamente del campo a la ciudad para trabajar, por lo general trabajaron en casa particulares. Todas formaron familia, son madres y abuelas. Algunas viven con sus parejas, otras son separadas o divorciadas, otras solteras. Solo algunas tienen diagnóstico de alguna enfermedad como párkinson, artritis, entre otras; pero la mayoría con dolencias físicas propias de su ciclo evolutivo como dolores musculares, de huesos y/o dificultades cognitivas como pérdidas de memoria. Actualmente todas dueñas de casa. Dos de ellas líderes sociales, una presidente de la Junta de Vecinos y otra catequista católica.

3. OBJETIVOS DE INTERVENCIÓN

3.1 Objetivo General:

- Facilitar un espacio de encuentro grupal por medio del proceso creativo que promueva cohesión social.

3.2 Objetivos Específicos por fase:

- Facilitar un espacio de confianza por medio de la exploración y uso de elementos y recursos expresivos- creativos.
- Generar experiencias para el autoconocimiento y expresión emocional.
- Facilitar un espacio reflexivo en torno a la experiencia grupal.

4. SETTING

El setting se construyó en una sala vacía de 7x4 metros cuadrados de piso cerámico blanco, de murallas de ladrillo pintadas amarillas, con ventanas con vista al oriente (cordillera). No muy luminosa. Se disponían sillas acomodadas circularmente al inicio y cierre de cada sesión y mesas rectangulares para trabajar con los materiales durante la elaboración de las obras.



Imágenes: Disposición del Setting – Sala principal Sede Social

Me parece relevante destacar lo que plantea Pain (2008) respecto al setting en el contexto arteterapéutico. Para la autora, además de ser un espacio físico se reconoce como un espacio simbólico, pues es el lugar donde va a representarse la escena dramática de la creatividad.

5. ENCUADRE

El Taller de Arteterapia se realizó una vez a la semana por un tiempo estimado de dos horas. Nos reunimos dieciséis viernes desde las 12 a 14 horas aproximadamente.

El taller de arteterapia se desarrolló con un encuadre que estructuró las sesiones en relación a momentos específicos destinados a cumplir ciertos objetivos para desarrollar la sesión. En este sentido existía un círculo inicial en donde las mujeres sostenían una

conversación espontánea comentando sobre lo sucedido durante la semana. Luego se proponía un caldeamiento, con el fin de facilitar la disposición y motivación a la etapa de elaboración por medio de movimientos corporales, imagerías, relatos colectivos, etc. Después se llevaba a cabo la elaboración de la obra individual o grupal dependiendo de cada caso. Y finalmente se proponía un cierre en donde se reflexiona a partir del proceso creativo, sensaciones, pensamientos en relación a los materiales u obra.

En cada sesión las co-terapeutas alternaron funciones, una cumplía el rol de facilitadora, mientras la segunda cumplía el rol de observadora e iba registrando por escrito lo ocurrido en la sesión. Lo anterior fue flexibilizando de acuerdo a las necesidades y demandas del momento. No se rigidizaron los roles.

6. TÉCNICAS UTILIZADAS

La estructura descrita en el encuadre se conforma a partir de diversas técnicas utilizadas durante el proceso:

1. Conformación de un grupo: más que una técnica, menciono el hecho de *formar un grupo* como parte del proceso, ya que intencionamos premeditadamente ciertos elementos para que eso suceda. Así por ejemplo la disposición circular de las sillas, destinar un tiempo previo a la conversación espontánea, ofrecer un cierre también con figura circular, favorecer la escucha de todas atenta a quien habla, etc.
2. Actividades directivas y no directivas: dependiendo de los objetivos propuestos y lo que iba pasando durante la sesión, éstas se desarrollaron de forma más directiva (estructurada) o no directiva (libre). Estas instancias estructuradas o flexibles posibilitaron una indagación (como diagnóstico) respecto a la facilidad o bloqueo ante el proceso creativo de las participantes. Se podía observar por ejemplo, si ante la consigna “*exploren libremente los materiales*” fluían con espontaneidad o bien aparecían dificultades ante tan amplio desafío.
3. Caldeamiento: utilizamos diversos ejercicios previos a la elaboración de la obra para que las participantes se conectaran con mayor facilidad con el proceso creativo. Para eso realizamos juegos, imagerías, movimientos corporales,

contactos visuales, relatos grupales. El caldeamiento fue la antesala de la puesta en práctica, despertaba las luces de lo relacionado con el fondo.

4. Presentación de materiales para la exploración y ejecución de la obra: en algunas sesiones propusimos diversos materiales de arte al alcance de todas las participantes del grupo de modo que puedan seleccionar y hacer uso de ellos para la elaboración de la creación. En otras instancias, y de manera más directiva, propusimos solo un material.

Según Pain (2008), refiriéndose al contexto arteterapéutico, la ejecución de una obra es un trabajo de investigación cuya resonancia subjetiva está marcada por los recursos utilizados para representarla.

La selección de los materiales está basada en la clasificación de realizada por Landgarten (1987) Media Dimension Variables o MDV (ver *Tabla 1*) que relaciona el nivel de control versus el nivel de complejidad que estos permiten. De acuerdo a López (2011), Landgarten (1987) discute sobre los beneficios terapéuticos que pueden aportar cada uno de estos medios. La autora afirma que, de acuerdo con este punto, se puede elevar o bajar el estado afectivo de la persona, influir en su libertad de expresión y engañar las defensas.

	Control Alto (Grado de dificultad baja)	Control Medio (Grado de dificultad medio)	Control Bajo (Grado de dificultad alto)
Gráfico	- Lápiz de Grafito (dureza media) - Lápices de colores - Lápiz Pasta - Plumón	- Cera blanda - Pastel graso	- Carboncillo - Tinta China - Pastel seco - Tiza
Pictórico	-Témperas -Pinceles gruesos y brochas	- Pintura de dedos - Lápices acuarelables - Acrílicos - Pastel graso con trementina - Sprays	- Acuarela - Óleo - Rodillo - Espátula - Esponja
Tridimensional	- Plastilina - Arcilla o barro - Pasta de sal	- Cartón pluma - Greda, Yeso - Material de desecho - Papel Maché	- Talla - Gubias - Moldes
Otros	- Revistas y papeles para collages	- Costura y estampado	- Grabado - Video - Fotografía - Ordenadores

Tabla 1: Clasificación de Landgarten según el nivel de control técnico de cada medio plástico-visual

A su vez, los materiales se pueden clasificar según Kagin y Lusebrink (1978) en un esquema de acuerdo a las propiedades físicas de los medios plásticos y visuales según su poder evocativo. (Ver *Tabla 2*). Cuanto mayor sea la fluidez del medio, más estados emocionales evocará. Los medios más sólidos tienden a contener las emociones y a procesar la información de forma cognitiva.

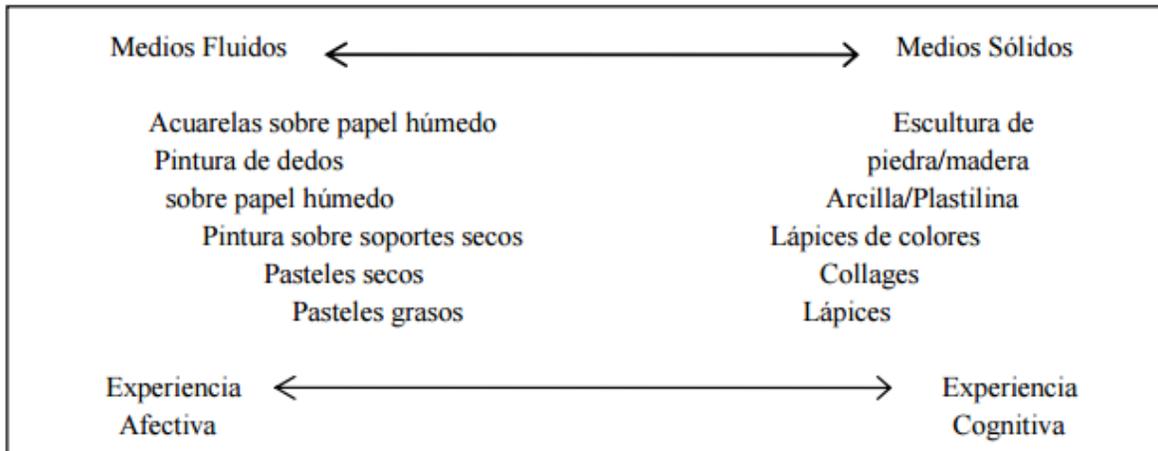


Tabla 2: Clasificación de las propiedades de los medios artísticos propuesta por Kagin y Lusebrink

Durante la práctica se incluyeron casi todos los materiales gráficos: lápices de colores, lápiz mina, plumones, pasteles secos y pastel graso, lápices de cera, tiza; materiales pictóricos: temperas, pinceles gruesos, acuarela, esponja, rodillo; materiales tridimensional: plasticina, greda, masa de sal; y otros como papeles de colores, cartulina, papel kraft, papel volantín, telas, lanas. Se pasó por los distintos grados de dificultad de manera aleatoria.

5. Dramatizaciones: invitamos a las participantes a recrear situaciones lúdicas de su infancia, en donde adoptaron personajes para su representación. Los personajes fueron caracterizados con vestuarios.
6. Mural: con el fin de proyectar la imagen diseñada que resumiera la experiencia y aprendizajes obtenidos a lo largo del proceso del taller se usó como medio expresivo y tangible la técnica de mural. Esta voz visual, según Cardalda y Rodríguez (2004) aparece cuando los individuos empiezan a perder sus líneas de referencias (genealógicas) y los mecanismos de estabilización social fallan debido al ímpetu desplazador de la reorganización global. Cuando se afectan los espacios de significación comunes, alternamente se generan formas de

representación social (Moscovici, 1984, 1988) que sirven para reincorporarlos y fortalecer un sentido de pertenencia derivado de su arteria cultural.

7. ENFOQUES UTILIZADOS

Un enfoque determina de cierta manera la forma en que miramos la realidad, cómo percibimos, sentimos y pensamos lo que pasa a nuestro alrededor. Busqué un enfoque que me hiciera sentido de la forma más amplia respecto del ser humano, escogiendo la mirada del psicólogo humanista Abraham Maslow.

Para Maslow (2008) todas las personas tienen la capacidad de autorrealizarse, de vivir momentos en que el *sí mismo* se actualiza. La autorrealización significa vivenciar plena, vívida y desinteresadamente, con concentración y absorción totales. El autor sugiere que como consejeros podemos ayudar a los pacientes a sentir tales momentos más a menudo, a que se absorban totalmente en algo, *a que se lancen "de cabeza"*. También señala que la autorrealización es un proceso continuo, lo que significa que cada día uno toma una por una todas las muchas decisiones. Podemos tomar decisiones orientándonos hacia la defensa, seguridad o el miedo u orientarnos hacia el crecimiento.

A su vez Maslow (2008) da cuenta de un *sí mismo*, una pre-existencia, que **no** somos una tabula rasa, que el ser humano es como mínimo su temperamento, sus equilibrios bioquímicos. Y que a este *sí mismo*, que tiene que ver con “escuchar las voces del impulso”, hay que *dejarlo que emerja*, que se actualice. El mirar dentro de uno mismo en busca de respuestas implica asumir responsabilidad y es un paso hacia la autorrealización. Maslow da gran importancia al autodescubrimiento, a conocerse, saber qué nos gusta, qué no nos gusta, poder distinguir. Por lo tanto la autorrealización es un proceso de autoconocimiento. En este sentido, lo que hace un terapeuta es ayudar a su paciente a manifestarse, a superar las defensas erigidas contra su autoconocimiento, a rescatarse y llegar a conocerse a sí mismo. Maslow considera el principio freudiano en cual señala que los aspectos inconscientes del sí mismo están reprimidos y que el descubrimiento del verdadero sí mismo requiere el *desenmascaramiento* de estos aspectos inconscientes. Según Maslow los requisitos para hacerlo son: “aprender a abrirse camino a

través de las propias represiones, a conocerse a uno mismo, a escuchar las voces del impulso, a manifestar la naturaleza triunfante, a alcanzar el conocimiento, la comprensión y la verdad” (Maslow. 2008. p. 80).

Por otro lado Maslow manifiesta que los conceptos de creatividad y autorrealización están cada vez más cercanos. Para él la educación a través del arte puede ser especialmente importante para obtener mejores personas. La persona creativa en la fase de inspiración del furor creativo pierde su pasado y su futuro y vive solo en el momento, es decir, está totalmente inmersa, fascinada y absorta en el presente, en el aquí-y-ahora.

“Si estamos totalmente concentrados en el asunto-entre-manos, fascinados en él y por él, sin tener presente ningún otro objetivo o propósito, entonces nos es más fácil ser plenamente espontáneos y funcionar al máximo, dejando que nuestras capacidades afloren por sí mismas, sin esfuerzo, dificultad ni voluntad, o control consiente, en forma instintiva, automática e irreflexiva; es decir, la acción más plenamente organizada y con menos obstrucciones”. (Maslow, 2008. p. 97)

Lo anterior tiene directa relación con la autorrealización, entonces del por medio de la creatividad podemos ir actualizándonos, dando cabida a nuestras potencialidades para el desarrollo.

La visión de Maslow me hace mucho sentido en especial al vincularla con el arteterapia, con esta mirada se justifica que **es el proceso creativo** el medio para desarrollarnos.

8. ESTUDIO DE CASO

8.1 Relato del proceso arteterapéutico

A pesar de que todas las sesiones guardan una relevancia respecto del proceso llevado a cabo, se destacarán solo algunas con el fin de graficar los momentos más significativos ya que permiten dar cuenta de la evolución del proceso grupal, los cambios personales de las participantes, temas emergentes, la conexión o no con el proceso creativo y mis propias observaciones durante el proceso.

A continuación se elabora una construcción por medio de un relato experiencial, parcelado en tres momentos: Fase Inicial, Fase Intermedia y Fase Cierre, donde se describen las sesiones que las representan. La Fase Inicial duró cuatro sesiones y se caracterizó por volcarse hacia el pasado, historias de infancia y recuerdos. La Fase Intermedia duró ocho sesiones y se centró más en un. Y la Fase de Cierre tuvo una duración de cuatro sesiones en las cuales se manifestaron los aprendizajes, resonancias y reflexiones del proceso.

A su vez cada sesión lleva un título alusivo que de alguna forma sintetiza la experiencia.

8.1.1 *Fase Inicial*

Durante las primeras sesiones se va alimentando el vínculo terapéutico y la confianza, además del encuentro progresivo con el proceso creativo. Son los primeros pasos hacia la exploración de nosotras como futuras arteterapeutas y del grupo con el arteterapia, aparecen dudas, cuestionamientos, nuevas formas de ser y de estar en grupo.

El objetivo principal de esta fase tuvo que ver con *facilitar un espacio de confianza por medio de la exploración y uso de elementos y recursos expresivos-creativos.*

- Sesión 2: “Desde la casa viajo a la infancia”

Fecha: 21 de Agosto

Luego de la primera sesión, donde el trabajo que se realizó fue dirigido y con materiales definidos (recortes de revistas para hacer collage), quisimos esta vez conocer su relación/actitud/reacción respecto a los materiales artísticos, quisimos hacer un diagnóstico respecto a sus elecciones, incomodidades, bloqueos, fluidez, apertura, dudas, seguridad, ansiedad, en relación a la exploración de los materiales para la elaboración libre de su obra. En este sentido el **principal objetivo** fue: **Facilitar un espacio de exploración de materiales**. Para llevarlo a cabo la consigna fue: “*Hoy vamos a jugar, a explorar los materiales*”.

Ya sentadas alrededor de la mesa, junto a los materiales ofrecidos: *lápices scriptos, lápices de colores de palo, lápices cera, lápices pastel, lápices pastel seco, témperas, pinceles, acuarelas, plasticina, papeles de colores, pegamento, lanas, retazos de tela, hojas de block*, comienzan diversas manifestaciones que me hablan de inseguridades, resistencias, frustraciones y bloqueos: “*me voy a sentar al lado de la experta*”, “*me pongo nerviosa, se me caen los lápices, me transpiran las manos*”, “*no se me ocurre nada*”. Ninguna fluye espontáneamente de inmediato, de a poco, algunas más que otras van seleccionando materiales, en especial lápices scriptos y lápices cera y comienzan a dibujar, otras no lo hacen, conversan a partir de lo que van realizando: “*voy a hacer un cerro con árboles y me voy a ir a vivir allá, a la punta del cerro*”. La facilitadora guía a quienes no logran iniciar su obra, también las participantes se apoyan entre ellas, otras se bloquean durante el proceso: “*que terrible se me olvida hasta hacer un gato*”. Durante la elaboración hablan de su infancia: “*es como si estuviéramos en el colegio, niñitos de primero básico*”, “*con suerte llegué a tercero pasando a cuarto*”, “*en mi casa teníamos que pasar por un potrero*”.

Como observadora del proceso me doy cuenta que alguien hace espontáneamente un alcance que resulta una síntesis de todo lo que está sucediendo, ella hace un reporte de la sensación en la ejecución y lo verbaliza así: “*esto es para acordarse como uno era, como se crió*”, y me observo a mí misma y siento mucha ternura. Finalmente conversan sobre posibilidades de trabajo: “*a mí me gustaría trabajar, pero mi hija no me deja*”, “*pero como*

está la locomoción ya no podemos” “en Santiago está todo cambiado, Vitacura está todo enrejado”.

Ya en el cierre, con las obras expuestas sobre la pared, las puedo observar satisfechas con el resultado, comentan que se sintieron *“bien e inspiradas”*, todas dibujaron casas, una de ellas, una fonda. Durante el cierre relatan la experiencia en base al resultado de su obra: *una casa* y en torno al proceso creativo: *sensación de infancia: “yo me acordé de mi infancia cuando vivía en renca, en la chocita”, “mi casa de campo”*. Puedo hipotetizar que el producto del proceso creativo: *dibujo de una casa*, es el resultado de la sensación que evocaron los materiales de arte, estos las trasladaron imaginariamente a su infancia (por el recuerdo escolar) y al lugar más íntimo donde vivieron. Fue una sensación y recuerdo compartido, lo que de inmediato me hace pensar en una conexión colectiva (oh! funcionan grupalmente de manera trascendental). Aunque en la práctica aparece una contradicción, demuestran ciertas dificultades para escucharse, se forman dos grupos de conversación (¿dejaron de “funcionar” como grupo?). Los **temas emergentes** salen a la luz a partir del producto elaborado: una casa; estos son: la cotidianidad en ese lugar, cómo ordenan, cómo son dueñas de casa.

También señalan ciertas expectativas del taller: *“desahogarse”, “venir a relajarse”, “aprender”, “darse tiempo”*.

En relación al **plan a seguir** creo pertinente incorporar una fase de caldeamiento para facilitar una pre-disposición, también proponer exploración y uso de materiales de forma más dirigida, ya que creo que tantas opciones y diversidad puede haber saturado. Y a propósito de su sensación de infancia invitarlas a un espacio donde se sientan niñas y jueguen.



Imágenes S.2- Elaboración y Cierre

- Sesión 4: “Jugar a la infancia pasada” Fecha: 4 de Septiembre

La sensación de infancia que ha rodeado las tres sesiones anteriores nos llevó a proponer el siguiente **objetivo** para la cuarta sesión: **Generar un espacio lúdico que promueva el vínculo y confianza a través de recreación de juegos de infancia.** Para disponer a las participantes en la dinámica, la facilitadora realiza una imaginería que indica de qué manera tienen que moverse corporalmente, por ejemplo: “*están nadando*” y las participantes hacen comentarios: “*fui al río a nadar*” mientras se mueve sentada en su silla. Con este ejercicio se movilizaron a lo imaginario, siendo capaces de crear una imagen interior que evoca sensaciones.

Pasamos a un segundo momento en donde realizan esculturas complementarias, esta técnica del teatro espontáneo y del psicodrama invita a que una participante proponga una postura con su cuerpo y a otra participante a que la complemente con una nueva postura, la escultura resultante entre las dos o tres personas recibe un nombre por el grupo. Algunos nombres de las esculturas fueron: “*Equilibrio*”, “*Maternal, amistad*”, “*La Torre*”, “*La pelea*”, “*Modelo*”. Responden ante la actividad con alta participación, se sincronizan en la disposición, alegría, risas, motivación. A partir del ejercicio surge la evocación de los juegos de infancia: “*ahí en el Alto jugábamos a las estatuas*”, “*las mujeres querían ser bailarinas*”, “*jugábamos un, dos, tres momias*”, “*caliente, caliente, como el agua ardiente*”, instancias y relatos que aprovechamos para que se organicen en dos grupos en donde comentan sobre los juegos que jugaban de niñas, es así como en dos círculos las participantes inician el dialogo. Posterior a eso les solicitamos escoger algunos juegos y representarlos frente a sus compañeras. Para volverlo más lúdico y dinámico se disponen ciertos elementos para que se disfracen: *telas, trajes, pelucas, ropa, sombreros*.

Durante la preparación previa a la representación puedo observar roles dentro de los pequeños grupo, percibo una líder con rasgos autoritarios en uno de ellos, Marta escoge la vestimenta y viste a sus compañeras, sin que Marta haya seleccionado algo para ella. Lo anteriormente descrito me genera un malestar ya que siento que Marta, por medio de su rol, ha invalidado a sus compañeras, poniéndose por sobre las demás.

El juego se concreta y expone frente a las demás cuando cada grupo presenta los juegos escogido a partir del dialogo realizado. Ahí, en ese momentos ya encarnando su *personaje*, hacen muestras de “*Juguemos en el bosque mientras el lobo no está*”, “*Corre el anillo*”, “*Gallinita ciega*” y “*Ronda de San Miguel*”. Noto que la respuesta a lo producido tuvo un gran impacto para todas, todas lograron conectarse con los recuerdos de infancia, se abrieron fácilmente al dialogo y se rieron. Pude dar cuenta de una necesidad latente por jugar, por conectarse con lo lúdico, con lo espontáneo.

Luego de las recreaciones nos reunimos en un círculo para comentar la experiencia, una de ellas comenta: “*y el brasero con el mate?*” y continúa la evocación de los diversos juegos de infancia, cantan algunas canciones: “*se me ha perdido una hija, cataplín...*” y se inicia una conversación muy significativa respecto a su relación con el juego en la actualidad: “*el otro día estaba jugando al emboque y mi hija me vio y me dijo “ay mamá!”*”

(tono burlesco)”, “yo todavía juego al emboque, salto la cuerda con mi nieta”, “yo fui campeona de la rayuela, le volábamos la raja a los hombres, y todavía le achunto a los tarros”, “yo no dejo de ser cabra chica y mi nieta me da el amén”, “hoy no se juega”, “a mí me da pena la juventud, lo que está haciendo, se perdió el juego, con un celular se olvidan de los demás”, “los niños no salen a jugar a la calle, les da miedo”, lo que deriva en un darse cuenta respecto a las dinámicas familiares, en donde ya existe poca relación “antes la gente adulta jugaba con nosotras, ahora las mamás llegan muy tarde” y posteriormente algunas de ellas cuentan sobre su vida familiar cuando eran niñas, por lo general relatos de soledad, trabajo infantil, labores domésticas, hacerse cargo de los hermanos. Los **emergentes grupales** guardaron relación con los juegos de infancia antiguos y el ausentismo de juego en la actualidad. Para ellas el juego en la época de su infancia existía, aunque pasó, para algunas, que no pudieron jugar porque tenían que cumplir roles adelantados para su edad como trabajar y hacerse cargo de sus hermanos, lo que otorga mayor valor al juego, es por eso que parte de su queja y análisis clama por la inexistencia del juego en los niños y niñas de hoy.

Aparecen las primeras críticas respecto del ámbito social, se hace visible un discurso, una mirada sobre las relaciones y dinámicas familiares en la actualidad.

La participación activa de las mujeres, su sentido del humor, disponibilidad, me hace pensar que hay un vínculo terapéutico. Sin él, el espacio de confianza que se evidenció en esta sesión no hubiese sido real. Creo que subimos a un nuevo escalón relacional. Con lo que me doy cuenta, creo que el **plan a seguir** tenga que ver con dar un paso a un contacto más cariñoso y afectivo entre las participantes y hacerlas explorar con materiales más cotidianos.



Imágenes S.4 – Caldeamientos y preparación dramatizaciones



Imágenes S.4 – Dramatizaciones

8.1.2 Fase Intermedia

Durante esa fase comienzan a visualizarse elementos más profundos respecto del proceso creativo y dinámica grupal. Las participantes se observan más involucradas y como parte de algo, noto que el hecho de participar en el taller tiene un propósito y sentido para ellas y van visualizando los pequeños cambios. Además creo que ya se instaló la confianza con las co-terapeutas (vínculo terapéutico) y con el grupo. La instancia de Taller se vuelve un *lugar más íntimo*, con posibilidades de sensibilizar y despertar sensaciones y emociones, de aventurarse hacia una mirada más introspectiva.

El objetivo principal de esta fase tuvo que ver con: *Generar experiencias para el autoconocimiento y expresión emocional.*

- Sesión 5: “¿Amasa solo en casa?” Fecha: 11 de Septiembre

Esta sesión tiene por **objetivo: Promover la autoconciencia respecto a la sensación en el uso de los materiales como un espacio de autoconocimiento.** Luego de la conversación inicial, entramos en la etapa del caldeamiento que se presentó desde lo personal a lo colectivo, cada participante inicia la experiencia con un automasaje, monitoreando su cuerpo, luego se sientan en parejas, y una le hace masaje a la otra y luego cambian roles, durante otra etapa les pedimos que recorran la sala caminando en distintas direcciones y al encontrarse con una compañera la tocan de alguna forma, como por ejemplo “hombro con hombro” o “mano con mano” o “rodilla con rodilla”, espontáneamente surge el contacto con abrazos entre ellas. La propuesta tuvo una buena acogida, demostraron estar cómodas y lo hicieron sin prejuicios. Con el caldeamiento se buscó ofrecer diversas formas de contacto y dar cuenta de cómo se manifiesta ese contacto, lo que las prepara para hacerse cargo de un material que requiere un contacto directo con él.

Luego distribuimos las mesas en una hilera con las sillas alrededor para trabajar en la obra, esta vez con masa de sal, la que realizo junto a tres mujeres más mezclando *harina, sal, agua y aceite en recipientes.* Además contamos con *tintas y palos de helado* para teñir y modelar respectivamente. Una vez mezclada la masa, reparten un trozo para cada una.

Les ofrezco si quieren trabajar de forma grupal o individual, la mitad manifestó que quería hacerlo de forma individual, quienes recibieron bases de cartón piedra para cada una

y las demás recibieron una gran base porque su elección fue grupal. A pesar de que señalaron que querían trabajar de forma grupal nunca lo hicieron, cada una se situó en un espacio dentro de la base común. Lo anterior me provocó cierta frustración ante la expectativa de que elaboraran una obra colectiva, esperando que ese producto hiciera evidente según yo que ya estarían funcionando como grupo, que tienen un propósito (obra) común. Noto que esa expectativa me sitúa en mis pensamientos y me aleja de la observación del proceso de las participantes, me desconcentra porque pienso en cómo poder facilitar o intencionar más concretamente el ejercicio de que realicen algo juntas porque creo que no se les ocurrió. Critico el estar más conectada con mi expectativa que con/en el proceso mismo y no haber hecho la reflexión de porqué sucedió así, más de por qué no sucedió del modo que uno espera. Creo necesario estar más abierta a lo que trae el grupo.

Hubo diferencias entre ambos grupos, las mujeres de la base grupal se presentaron más comunicativas verbalmente comparado con las del grupo de base individual que se mantuvieron más silenciosas y más focalizadas en la elaboración. Nuevamente, al igual que en algunas sesiones anteriores, Anita presenta dificultades para conectarse con el proceso creativo, me doy cuenta que se encuentra físicamente en el lugar donde está la base grupal, pero su masa no toca la base, está sobre la mesa. Asocio su desajuste físico con su bloqueo, le entrego un trozo de cartón piedra como base, lo que espero sea simbólicamente *la base de creación*, finalmente una compañera le ayuda y terminan ambas elaborando una figura de masa similar.

Luego en el círculo de cierre presentan sus creaciones, emocionadas y satisfechas por el resultado. Cada una expone su obra, reflexiona sobre el proceso creativo personal. Una de las participantes, Marta, expone un tema que la preocupa, manifiesta que se siente *culpable* por venir al taller y no estar en la casa cumpliendo “*sus deberes*”. El tema abre una conversación reflexiva respecto del *espacio de taller* en contraste con el rol de dueñas de casa, que da cuenta que participar del encuentro es darse un *espacio para ellas*, validándose la instancia. Los **temas emergentes** guardan relación con: la culpa, labores, rol de la mujer.

Creo que en esta sesión afloran características propias en relación al *género*, en el caldeamiento las mujeres se comportan natural y espontáneamente en relación al contacto físico, son receptivas a este, afectivas y sin prejuicios respecto a dar cariño. A su vez se

crea un espacio físico que puedo compararlo a un lugar cotidiano, la cocina. El lugar privado de la dueña de casa, que sostiene una forma de exclusión, de alejamiento del espacio público. Ante ese símbolo construido socialmente se puede ofrecer una resignificación. En este sentido y parafraseando a Ferrer, R (2003), teórica feminista, la cocina para las mujeres es un lugar de encuentro, una forma de relacionarse para liberarse de la sumisión dentro de su propio universo. Entonces este espacio íntimo resulta en un espacio de empoderamiento, de organización, para construir un discurso, un espacio terapéutico.

De acuerdo a esta sesión me interesa como **plan a seguir** volver a recrear una escena similar a esta para profundizar en las sensibilidades respecto a su percepción en cuanto al género. Me parece muy relevante que se abran reflexiones sobre la imagen que tienen de ellas mismas respecto de ser mujer y de qué forma esa mirada las ha llevado a construir su vida, hacer una mirada retrospectiva.





Imágenes S.5 – Elaboración obras y obras

- Sesión 10: “Queja con greda” Fecha: 30 de Octubre

Ya han transcurrido varias sesiones dentro de la fase intermedia que han potenciado por medio de la exploración de los materiales de forma grupal y la reflexión en torno al proceso, la comunicación y cohesión de las participantes. Con estos avances nos atrevimos a proponer una sesión que las invite a mirarse a sí mismas. Esta vez nuestro **objetivo** fue: **Promover un espacio de autoobservación para la proyección de un autorretrato.** Para lograr el objetivo primero realizamos un caldeamiento en el cual las participantes se juntaban en parejas y una de ellas funcionaba de espejo de la otra al imitar todos sus movimientos, de este modo la “imitada” podía observarse en los gestos de su compañera. La actividad tuvo muy buena acogida, asumieron y cumplieron concentradamente sus roles. Luego cada una recibió un *espejo* en el cual podían mirarse, lo que generó un poco de rechazo al comienzo, noto miedo, lo que se traduce en risas, solo algunas lo hacen desinhibidamente. Pienso que las pudimos haber incomodado, y siento inseguridad respecto a la elección de la actividad. El mirarse en un espejo es un acto muy cotidiano, pero como ese acto se da ahora en un contexto terapéutico implica abrirse a una nueva experiencia en esa mirada, experiencia que percibí como “forzando a”, por lo tanto dudo y critico la propuesta, pienso que faltó analizar el *para qué* del ejercicio.

Después las invitamos a sentarse alrededor de la mesa y elaborar un autorretrato con *greda y diversas semillas: porotos, maíz, trigo, linaza*. Fácilmente se conectan con el proceso creativo y se ponen en contacto espontáneo y rápidamente con el material. Anita, quien generalmente se frustra ante la creación, arma y desarma volúmenes. Durante el proceso de elaboración surgen temas muy interesantes que dan cuenta de su visión respecto a la sociedad, la percepción de la autoridad, la poca seguridad en las poblaciones, la política. A ratos se quedan en silencio. En un momento una de ellas señala la obra en proceso de su compañera y le pregunta si es un pene, lo que genera risas en las demás y en la creadora, iniciándose un dialogo en relación a la sexualidad: “*porqué lo desarmó?, lo encontró muy chico?*”. También comentan sobre el material. Antes de finalizar la obra se forma una conversación en torno a *Halloween* en donde hay relato de las dos líderes, una da la visión que tiene la iglesia sobre la fiesta y la otra describe los orígenes de la costumbre ancestral, además de realizar un paralelo respecto a la visión que tienen los mapuches sobre la muerte. Ahí se observa cierta lucha de poderes, las dos líderes comunitarias sobresalen entre sus compañeras por medio de la palabra.

Una vez finalizada su obra las ubican dentro de un círculo delimitado en el suelo con *masking tape*. Durante la elección del lugar de su obra van observando las de las demás manifestando lo linda que les quedó. Cuando nos sentamos alrededor les pedimos que con un *trozo de lana* hagan conexiones desde su obra a otra escogida, resultando una red entre los autorretratos, lo que abre una reflexión en torno a la cohesión y apoyo grupal como **temas emergentes**. Se habla sobre su experiencia en relación a las demás, haciéndose visible una valoración del grupo.

Durante esta sesión apareció algo que sorprendió y que quiero destacar. A pesar de que estaban haciendo un autorretrato (que implica algo personal, íntimo), ocurrió que los relatos que emergieron en las conversaciones durante el proceso de elaboración con la greda (ya descritas anteriormente) tenían que ver lo social, con lo público, con lo que las involucra a todas. Fue como si ese repliegue hacia sí mismas se desplegara hacia afuera en forma crítica, desde la rabia (en base al tono e intención de la conversación).

Al comentar lo anterior con mi compañera hipotetizamos que la forma y el contenido de la conversación posiblemente surgió por la exploración con el material ofrecido: *greda*. La greda, un material tridimensional con un grado medio de control, que requiere del contacto

directo con las manos y de la manipulación activa y enérgica con él, invita de cierta forma a *liberar, a descargar*. Por lo tanto se abre un espacio para soltar tensiones, malestares, los que se *descargaron* con forma en la manipulación y con contenido en la voz.

El **plan a seguir** respecto a lo sucedido en la sesión deja ver entre líneas esa necesidad de expresión, y queremos que continúen autoobservándose.



Imágenes S. 10- Caldeamiento, elaboración y cierre.

- Sesión 11: “*El grupo para una*”

Fecha: 6 de Noviembre

Esta sesión se enfoca en el cuerpo y tiene por **objetivo: Facilitar una instancia de conciencia corporal y generar un espacio creativo colectivo por medio de la creación de personaje**. Luego de la conversación inicial espontánea se abre curso al caldeamiento en donde la facilitadora va nombrando distintas partes del cuerpo a las que tiene que ir tomando conciencia. En ese recorrido imaginario surgen comentarios como: “*las bisagras secas*”, “*tejas con cenizas*”, “*cuando uno se levanta suenan todos los huesitos*”, “*cuando estoy nerviosa se me retuerce (el estómago)*”, “*cintura cuando éramos chiquillas*”, “*dicen*

que uno tiene lo mismo que tienen los chanchos por dentro". Una vez finalizada esa etapa explicamos que la elaboración de la obra se realizará en dos grupos, los que tienen que crear un personaje de tamaño real en *papel kraft* y con diversos materiales: *marcadores permanentes, pistola de silicona, pegamento, telas, lanas, tijeras, témperas, papel picado de colores, goma eva, lápices cera, lápices pastel, lápices scriptos, pinceles, recipientes, paños*. Se les sugiere delinear el cuerpo de una de ellas con marcador sobre el papel, ofreciéndose dos modelos. Observo gran entusiasmo y compromiso con la propuesta, todas participan a la par y hacen aportes respecto a ideas y/o realizando intervenciones complementarias en la obra de cada grupo. En un grupo la modelo es la guía, se le pide la opinión respecto al diseño del vestuario y ella sugiere propuestas de acuerdo a lo que le gustaría que se realice. En el otro grupo cada una cumple su función y espontáneamente se organizan por partes. Cabe destacar que este grupo hizo los órganos internos de su personaje (útero, ovarios, hígado, estómago, cerebro), además de la ropa. Lo anterior me hace pensar que posiblemente, el caldeamiento tuvo una influencia significativa en la elaboración de la obra, entonces, se podría dar cuenta de un hilo conductor del proceso.

Al finalizar, las obras se observan en el círculo de cierre y se abre la reflexión en donde **emerge** en el dialogo **temas** como el cuerpo, la sexualidad, sensación de juventud, volver a la infancia: *"es como jugar a las muñecas"*. Ponen títulos a sus obras: *"Olguita exhibiendo jardinera"* y *"Cristina por dentro y por fuera"*. Claramente las modelos de cada personaje sintieron que las "estaban haciendo a ellas", y por su parte cada grupo apoya esa fantasía lúdicamente: *"estaba preocupada de que te combinara"*, *"quede muy bien"*.

El **plan a seguir** tiene la intención de enfocarse en las emociones, de profundizar la sensación en el cuerpo.



Imágenes S.11 – Caldeamiento, elaboración, cierre

- Sesión 12: “*De la imagen a la voz de la emoción*” Fecha: 20 de Noviembre

Hoy nos propusimos como **objetivo: facilitar un espacio de expresión y registro emocional para la autoobservación**. Para lograrlo realicé un caldeamiento en donde las participantes cumplían dos roles, un rol correspondía a registrar mediante una máquina fotográfica imaginaria la emoción que expresaban las compañeras, quienes entonces cumplían el rol de modelo de las emociones que se iban señalando. Fue un momento complejo ya que no previmos que el conectarse con emociones como la rabia, miedo o tristeza pudiese tener consecuencias como lo que le ocurrió a Hortencia, quien se mareó y

levemente le costó respirar. En ese momento se distancia del grupo y se sienta con mi compañera, quien la ayuda mediante ejercicios de respiración a sentirse mejor. Fue muy emocionante ver cómo cada una de las participantes se acercaba a Hortencia y con un gesto la apoyaban.

Luego de esa etapa y con una *máquina de fotos, proyector, computador y tela blanca* instalamos un estudio en donde una a una adoptó una postura corporal que representara una emoción, la que fue registrada con la cámara, para posteriormente proyectarla ante todas. La proyección de la fotografía focaliza la atención individual en cada una de ellas, se crea un momento de exposición (de *estar expuesta*, en cierta medida *vulnerable* ante los ojos de las demás), pero el ambiente es tan contenedor y de confianza, debido a la etapa en que se encuentra el grupo, que logró darse satisfactoriamente. A partir de las imágenes individuales se abrió un dialogo en base a ciertas preguntas guiadas ¿cómo creen que se siente ella?, si la imagen hablara, ¿Qué creen que diría?, ¿Qué emoción quisiste transmitir? Por lo general pasó que la persona “expuesta” manifestaba que se sentía de una forma, pero la imagen, para el público hablaba de otra emoción, o representación de emociones ambiguas, no se evidenciaba claramente cuál era la emoción. Lo que permite inferir que posiblemente existe una desconexión entre cuerpo y emoción. O tal vez tengan dificultad para conectarse con ciertas emociones, o dificultad para reconocerlas, o no tengan conciencia del cuerpo cuando sienten alguna emoción, o evitan conectarse con ciertas emociones, o han construido una coraza a lo largo de sus vidas para poder seguir adelante porque esa es la forma de lidiar con su realidad.

Una de las participantes a propósito de la conexión con la pena se abre con el grupo y cuenta sobre lo que está pasando, junto a su relato se abrió una intimidad acogedora creada a partir de ellas mismas, como nunca antes se escucharon, se mostraron sensibles. Se exponen **temas emergentes** como ser mamá, aborto, mujer.

Resultó ser una actividad movilizadora, que sensibilizó a las participantes a conectarse con procesos personales y a exponerlos frente al grupo, abriéndose un espacio en donde se muestran vulnerables y son capaces de mirarse dejando esa coraza a un lado. Se observa que el grupo ha desarrollado estrategias para la contención emocional. Se logra una confianza que permite expresar libremente conflictos internos personales.

El **plan a seguir** fomentará instancias de creación colectiva para idear el cierre del proceso.



Imagen S.12 – Retrato emociones

7.1.3 Fase Cierre

A cuatro sesiones del término del Taller, ingresamos a la fase de cierre, en donde tras la confianza y cohesión grupal, se hace visible un espacio de contención. Para mí, la existencia de ese espacio funciona como un *recurso protector* que posibilita un encuentro de una forma más humana, transparente, honesta. Da la posibilidad de expresarse abiertamente, sin juicios. Además creo que el logro de aquello indica que el grupo ha alcanzado su madurez y por lo tanto se prepara para ir cerrando el *círculo*. Creo que en esta fase es necesario evidenciar la experiencia de las participantes en el *espacio habitado* por ellas. Generar un mecanismo que dé cuenta del proceso respecto de sus logros y aprendizajes.

El **objetivo principal** de esta fase tuvo que ver con: **facilitar un espacio reflexivo en torno al proceso creativo y la experiencia grupal.**

- Sesión 15: “*Aprendizajes en papel*”

Fecha: 11 de Diciembre

La propuesta a elaborar un mural fue planteada en la sesión anterior a la Presidenta de la Sede ya que solo ella participó del Taller. La idea la entusiasmó bastante y se comprometió a hablar con las demás sobre aquello.

La idea de elaborar un mural en el espacio comunitario surge con la intención de *proyectar el Taller*, de dejar registro de lo que pasó en la sede. Se busca inmortalizar las catorce sesiones anteriores gráficamente para reflejar los aprendizajes de un encuentro grupal femenino de arteterapia. Esta idea surge desde nosotras, sin antes reflexionar muy profundamente sobre el cambio de setting (pasar de espacio cerrado, seguro, íntimo a un espacio abierto, público), seguramente porque observábamos que el grupo estaba consolidado y cohesionado con independencia del *lugar*.

Durante esta sesión se conversó con el grupo sobre la idea de hacer un mural colectivo en una muralla de la calle. A lo que accedieron sin duda, decidiendo desarrollar la propuesta. El objetivo de la sesión fue: **Generar un espacio de reflexión en torno a los aprendizajes y proyectarlos como imagen concreta por medio de una obra colectiva.** Para esto primero se conversó sobre para qué les sirvió la experiencia del Taller, luego se pegó un *papel kraft* en la muralla y tras la integración de algunas ideas realizaron un boceto con *lápices scriptos* y *plumones* a modo de diseño del mural a realizar en la última sesión. Lo que más se destaca entre las ideas manifestadas tuvo que ver con conocerse, estar unidas. No todas fueron capaces de expresar verbalmente sus aprendizajes, algunas seguramente por timidez y otras porque les resulta complicado verbalizar sus ideas, lo que me generó incertidumbre ante el trabajo realizado. También me pasa que pienso que han pasado cosas muy relevantes en cuanto a sus procesos individuales y proceso grupal, pero no sé si ellas se dan cuenta de aquello.

El diseño del boceto parte con las líneas de Marta en una esquina del papel, en donde crea la imagen de una persona quejándose respecto a su entorno, a su vez, se suman nuevas quejas individuales, las que transicionalmente van formando un colectivo circular delimitado con palabras que señalan los aprendizajes que tienen que ver con las cosas que experimentaron dentro del grupo, que a su vez se evidenciaron como los **temas emergentes**:

expresión, confianza, apoyo, cooperación, amistad, participación. Deciden dibujarse a ellas mismas, y Olga Vera propone que todas aparezcan pintando el mural. Lo último me pareció muy interesante por ser un *metamural*: una imagen de ellas mismas haciendo lo que están haciendo dentro del mismo mural, como una puesta en escena de ellas mientras ejecutan el trabajo. Esa imagen pone en evidencia la validación del arteterapia, es decir refleja que incorporaron el acto mismo de hacer arte, de crear y que ese acto compartido por todas en un grupo trajo aspectos positivos, se hace consciente que el arte es un medio de expresión que generó en ellas una cohesión grupal.

Tras el trabajo realizado en la sesión, el **plan a seguir** será realizar el mural colectivamente en la comunidad.



Imagen S.15 – Boceto diseño mural

- Sesión 16: “*Mural Comunitario*” Fecha: 18 de Diciembre

Hoy se concreta el trabajo de las sesiones anteriores en donde el grupo se organizó para diseñar una imagen que diera cuenta de los aprendizajes en el taller de arteterapia.

Esta sesión tiene por **objetivo: Facilitar un espacio de creación colectiva que promueva la participación comunitaria.** Ese día decidimos juntarnos más tarde del horario normal del taller para capear el calor. Primero fui con mi compañera a dibujar el boceto en la *muralla* escogida para el mural (que días anteriores las participantes pintaron blanca). Alrededor de las seis de la tarde comenzaron a llegar todas, sacaron sillas y una mesa a la calle para dejar ahí los materiales: *látex de diversos colores: blanco, negro, amarillo, rojo, azul, recipientes, papel de diario, brochas, recipientes, agua* y comenzaron a colorear la muralla blanca.

Estábamos en la vereda bordeando la entrada a un pasaje y una Avenida principal, donde en esas fechas del año se pone la feria navideña, había bastante movimiento en las calles. A vista de la comunidad, las mujeres adultas mayores se turnaban para pintar, a ratos se sentaban en una silla, conversaban con algún vecino/a que pasaba por ahí, observaban a las demás. En un momento aparecieron niños y niñas a quienes invitamos a participar y se sumaron entusiasmados, también aparecen otras personas, hombres y mujeres que dejan registro de su paso en el mural, las situación se transforma en un encuentro comunitario transgeneracional. Lo anterior se dio espontáneamente y fluyó así, seguramente porque nos encontramos en un lugar público disponible a ser intervenido abiertamente y del cual todos y todas podemos hacernos parte. En el caso de la participación de niñas y niños resulta para ellos una actividad atractiva por el uso de los materiales. Ese encuentro creó un escenario unificador, donde los miembros de una comunidad se vincularon y convivieron sanamente.

Una vez finalizada la obra entramos a la sede para reunirnos y generar un espacio reflexivo en torno a los aprendizajes personales y grupales, de este modo compartimos la experiencia y evaluamos entre todas el proceso de taller luego de ver un video con un registro fotográfico de todas las sesiones. A partir de ese análisis surgen los principales **temas emergentes:** *espacio para una, amistad, conocerse, estar más feliz, estar unidas, ser escuchada, decir lo que siento, etc.*

Esta sesión tiene mucha relevancia ya que el hecho mismo de que las mujeres adultas mayores hicieran presencia en el espacio público de forma activa, con el fin de educar a su comunidad tiene un carácter riquísimo y significativo en cuanto rompe con cualquier prejuicio respecto al estigma que se le otorga a la vejez: pasividad, exclusión. Además el mural crea, por medio de ellas y los materiales un vínculo del arte con el poder, formando un discurso con elementos identitarios y reivindicatorios respecto del ámbito social, como un reclamo público.

A su vez la imagen pictórica tiene un contenido muy potente respecto a la experiencia de las mujeres como grupo, se sintetiza ahí el recorrido y valor de promover cohesión grupal.

Otro punto a destacar tiene que ver con la participación espontánea de los miembros de la misma comunidad, que al igual que las participantes del taller se hacen cargo del mensaje y lo apoyan, incluyéndose al grupo de manera real y simbólica. Por ese momento existió un sentido de pertenencia.





Imagen S.16 -Mural Colectivo – Cierre Taller Arteterapia

8.2 Análisis y Discusión

La conjunción del arteterapia con el grupo de mujeres adultas mayores en su espacio comunitario resultó ser una experiencia profundamente satisfactoria para mí en cuanto a mi rol como futura arteterapeuta, especialmente luego de este trabajo, donde pude analizar y hacer consciente el proceso de intervención en sus diversas dimensiones. Por una parte la instalación del proceso creativo se logra progresivamente en la medida que las participantes se aventuran a explorar con los materiales, con su cuerpo, con la imaginación y juego; y en la medida que las actividades les van haciendo sentido como medios potenciales para el autoconocimiento y la relación-vínculo como grupo. El arte establece un nexo con ellas mismas a nivel personal y con las demás a nivel colectivo.

A partir de lo observado y registrado puedo organizar, en un entramado relacional, las ocho sesiones descritas a partir de *lo que se trae al espacio grupal*. Lo que resumidamente destacaré alude a las historias, sensaciones, pensamientos verbalizados, quejas, resonancias, ideas, concientizaciones compartidas a modo general por las participantes. En las sesiones dos y cuatro los emergentes guardaron relación con la vida de infancia, y tuvieron que ver con un vuelco hacia el pasado. Las sesiones cinco y diez representaron *el lugar* actual respecto de sí mismas en el espacio privado y público respectivamente. En las sesiones once y doce hicieron referencia al cuerpo, entrando en un campo íntimo, proyectando conflictos respecto a lo físico y emocional. Y en la sesión quince y dieciséis aparece la amalgama de experiencia que trae el grupo fundida con lo que trae la comunidad.

De acuerdo a las obras elaboradas cabe señalar que el hecho de haber producido sus propias obras, resulta ser un indicador del compromiso, motivación e interés de las participantes en el proceso, además de poner en evidencia la potencia de sus habilidades ejecutivas y cognitivas, es decir, son capaces de llevar a cabo ideas e imágenes a través de una obra creativa y además darle sentido y significado. Por lo tanto el espacio arteterapéutico, en ese sentido, las posiciona en un rol activo.

La relación terapéutica se dio de manera espontánea, la apertura de las mujeres a participar y la decisión voluntaria de unirse al encuentro con el arteterapia facilitó su rápida aparición. Se crean lazos de confianza que permiten la libre expresión y fluidez de ideas respecto a sus propias autoobservaciones.

Al observarme a mí misma en el proceso me doy cuenta que el arteterapia me hace sentirme cómoda y entregada. Me ubica en un espacio seguro que contiene los elementos que me hacen sentido en cuanto a las formas de intervención, y de relación con lo/as demás, lo que a su vez me ha permitido confirmar el camino de mi vocación en relación a mi desarrollo profesional. Además siento un gran interés por continuar desarrollando la práctica arteterapéutica con grupos, especialmente de mujeres.

De acuerdo a lo observado y registrado en el proceso se puede dar cuenta que los objetivos específicos fueron logrados por medio de las actividades propuestas. Cada sesión fue planificada para: a) facilitar espacios de confianza por medio de la exploración y uso de elementos y recursos expresivos- creativos cuando las participantes de forma espontánea y fluida se contactaban con los materiales y elaboraban sus obras de arte, b) generar

experiencias para el autoconocimiento y expresión emocional cuando se reflexionaba en base a la obra y proceso creativo y, c) facilitar un espacio reflexivo en torno la experiencia grupal cuando se evalúa en base a los aprendizajes el proceso del taller y se diseña a modo de síntesis un producto colectivo. A su vez el logro de los objetivos tuvo directa relación con que se llevaron a cabo en un setting adecuado y encuadre sostenedor a lo largo de proceso de intervención.

IV. CAPITULO TERCERO: CONCLUSIONES

1. Reflexiones en torno al trabajo realizado en relación al marco teórico y objetivos terapéuticos planteados:

El trabajo desarrollado me permitió dilucidar la relevancia práctica contenida en el proceso grupal de arteterapia de *las mujeres adultas mayores participantes* de mi práctica. Luego de la revisión bibliográfica de las temáticas que definieron, en base a mi propuesta, a la población con la que trabajé, y también las miradas respecto del arteterapia con poblaciones y contextos similares, es que logro plantear ciertas convergencias con la sistematización de la experiencia referida en el capítulo segundo.

Tomo como punto de partida el análisis de la pertinencia del *Objetivo General* propuesto para la intervención en relación al contexto donde se desarrolla el taller y del cual es parte la población participante. Quiero decir que cuando la trama social está desarticulada y prima la individualización, sumado a la presencia de factores de riesgo que provocan miedo e inseguridad e invitan a volcarse a uno mismo y velar por su propio bienestar, es que se hace necesario y urgente *facilitar un espacio de encuentro grupal que promueva la cohesión social* como primera instancia. Además de estar asociado al contexto, también el objetivo se articula en base a una de las problemáticas que trae consigo esta etapa del ciclo vital en cuanto a la sensación de abandono y aislamiento social, en este sentido, ser parte de un colectivo transforma el escenario de soledad en compañía y vínculos, promoviéndose a su vez el desarrollo personal.

Al considerar ciertas características de la población en base a sus necesidades asociadas a las problemáticas es que justifico que el ejercicio del encuentro se haya desarrollado desde y por medio del proceso creativo. Como pasa que en la vejez hay una “crisis de identidad”, o como lo describe De Beauvoir (1970), el individuo de edad interiormente no se identifica con el rótulo que le han pegado y ya no sabe quién es; y la creatividad, de acuerdo a Winicott (1971), corresponde a la condición-de estar vivo, que vivir de forma creadora dota de sentido y que en la medida en que se potencia la creatividad se siente que la vida vale la pena de vivirse, es que el arteterapia funciona como método eficaz para intervenir en ese plano. Hacer de este encuentro un espacio creador articula,

según López, M (2011) un espacio de seguridad y libertad, un espacio potencial, que permite al ser humano sumergirse en un proceso de desidentificación, deconstrucción y nueva construcción que consiente la posibilidad de imaginar una nueva realidad. Por lo tanto lo que se buscó fue una nueva forma de subjetivación, una construcción de sentido en cuanto a su ser en el mundo. El uso del arte las invita a producir, a hacer, por lo tanto en esa productividad es que adquieren un valor como personas, un sentido.

El objetivo que guía la intervención se propuso en un espacio comunitario, lo que invita a las *mujeres* a tomar distancia del espacio privado relegado históricamente y culturalmente a su género y sumarse, como colectivo, al espacio público. Dicho de otro modo, se invitó a construir un nuevo escenario respecto a su posicionamiento como mujer, lo que se relaciona con la construcción del sujeto y del sentido individual de la identidad señalado por Mc Dowell (1999). A su vez, su aparición y participación concreta en el espacio público durante la elaboración del mural, las vuelve visibles, es una instancia donde se altera el orden establecido y se rompe con prejuicios y estereotipos en cuanto al género por una parte, y por otro, respecto de la vejez. Esa puesta en escena señala como figura que: *las mujeres viejas se mantienen activas*, pero además se agrega, de acuerdo al contenido de la figura, un enunciado fundamental: *las mujeres viejas educan a su comunidad*, lo que implica asumir un rol en la sociedad, las visibiliza como agentes activas y constructoras de su entorno, preocupadas por su realidad, de la que se quejan y critican en base a su experiencia ya que han visto los cambios negativos en la actualidad, se hacen cargo, encontraron una nueva forma para re-insertarse, haciendo un llamado de atención. Generaron un discurso sobre la base del encuentro, la reunión, la unión, invitando a su comunidad a tomar conciencia respecto a cómo *ser y estar para vivir mejor*.

Por otro lado *el mural* elaborado se presentó para cerrar el proceso desarrollado luego de quince sesiones de taller. La creación apareció como el registro y síntesis de los aprendizajes y de la experiencia del grupo en sí misma. La imagen representa un recorrido de individualidades que se transforman en colectividad, ésta a su vez contiene los valores asociados a los aprendizajes del proceso grupal además del medio (arte) a través del cual se alcanzaron.

¿Cómo se llevó a cabo el proceso grupal para lograr el Objetivo General propuesto y la extrapolación de la experiencia resultante al espacio comunitario? El cómo nos habla

de una forma, de una metodología que orienta el trabajo: a través del arteterapia. En el arteterapia el arte tiene un importante valor como fuente de estímulos y al mismo tiempo como lenguaje dinámico que permite canalizar a través del propio hecho creativo todo nuestro mundo interior en la búsqueda de la integridad de la persona. Durante las sesiones, los hechos creativos tuvieron diversas formas: elaboración de obras plásticas, juegos, representaciones, relatos y/o imagerías. Estos hechos además de fomentar un estado activo de la mente al favorecer la fluidez de ideas, sentimientos y emociones, fueron capaces de generar confianza, la que se fue fortaleciendo en las instancias reflexivas respecto a la experiencia. Con el tiempo se demostró, de acuerdo a lo expuesto por Yalom (1986) que el grupo estaba cohesionado, ya que se observaba un grupo estable que logró adherencia, compromiso y participación activa por parte de las personas. En relación a lo anterior me parece significativo señalar que el hecho de realizar nuestra práctica en un espacio comunitario *no-institucionalizado*, en donde la asistencia de las mujeres era de forma *voluntaria*, corrimos el riesgo de presentar dificultades en cuanto a la participación de ellas al taller. Sumado a eso el horario propuesto (de 12 a 14 horas) se presentó como factor obstaculizador, ya que por lo general durante ese tiempo preparaban almuerzo y hacían labores domésticas. A pesar de todo lo anterior se mantuvo una permanente participación del grupo, lo que demostró un gran compromiso, interés y motivación por parte de ellas.

Puedo dar cuenta que el objetivo de mi práctica fue logrado, por la conjunción de diversos factores, entre ellos, el arte. Ya que así como lo plantea Escobar (2008): "...la práctica artística constituye una actividad socialmente cohesionaste; los objetos y el propio cuerpo se invisten de belleza para ingresar en un nivel ritual que sintetiza la expresión colectiva". Debido al interés de este trabajo es que los demás posibles factores promotores de la cohesión grupal, por ahora, no detienen mi atención, pero si sugieren su consideración en posibles intervenciones. Lo que pasó en este contexto comunitario, en donde se conformó un grupo estable de mujeres adultas mayores, con fuertes lazos sociales, donde había aceptación y apoyo mutuo y en donde fue posible satisfacer necesidades afectivas para compensar condiciones objetivas de vulnerabilidad, nos habla de Capital Social, recurso para el empoderamiento y para hacer posible la participación y acción cooperativa.

2. Perspectivas y proyecciones del Arteterapia y la población:

Más allá de la relevancia teórica que este trabajo pudiera contener, me parece relevante destacar su relevancia práctica como proyección, ya que como sabemos, la población mundial está envejeciendo, pero el crecimiento de este grupo poblacional se acompaña de grandes desventajas sociales que aumentan de manera significativa y, como los nuevos valores dominantes en la vida moderna industrial, capitalista y urbana conllevan la contrapartida de importantes niveles de insolidaridad, desarraigo, conflictividad, marginación, soledad y exclusión social, económica, política y cultural, con los consiguientes efectos perversos asociados, denominados por algunos sociólogos como patología social, urge imperativamente ocuparse de ello.

La relación que estableció el arteterapia con el grupo de mujeres adultas mayores pone de manifiesto una nueva mirada respecto de la población, ya que rescata los recursos y potencialidades de ella, abriendo un campo de acción esperanzador. Para mí, es una certeza que el arteterapia por medio de su metodología, ofrece oportunidades de intervención efectivas, aun cuando las condiciones del contexto son desfavorables. Es más, al presentarse en ese escenario, el arteterapia cobra un valor social fundamental ya que desafía y critica conceptos construidos y arraigados socialmente para resignificarlos y hacer visible o bien develar otras perspectivas. Esta capacidad transformadora del arteterapia nos abre un sin fin de posibilidades respecto a la *realidad*, lo que me invita a reflexionar sobre la ética profesional, es decir, a estar consiente de mí misma respecto a los prejuicios o estereotipos y también consiente sobre la forma en cómo me vinculo con los demás, desde dónde me posiciono, las jerarquías que establezco o los estilos de liderazgo. Esa conciencia me permite estar conectada especialmente con el *para qué* y tener claridad respecto de la dirección del trabajo.

El arteterapia sugiere conectarnos con la capacidad creativa que es inherente a nosotros mismos y al poner de relieve el proceso antes que el resultado valorando los espacios de experimentación. En el caso particular de mi práctica con adultas mayores, estos espacios de exploración y experimentación fueron claves para despertar sensibilidades en cuanto a sensaciones, emociones, evocación de recuerdos y experiencias pasadas, pudiendo entonces abrir espacios de reflexión respecto de sí mismas y de su contexto.

La utilización del arte es la vía de comunicación no verbal a través de la cual la persona tiene la posibilidad de expresarse, logrando un efecto sanador en ella. En este sentido, por medio de su imagen, se puede convocar sentimientos y sensaciones, de transportarse a territorios ignorados que son parte de nosotros mismos. Se podría señalar entonces que cada uno *se guarda* a si mismo proyectado en una imagen, la cual al actuar plásticamente sobre ella, actuamos sobre nosotros mismos modificándonos, transformándonos. Esta transformación es posible en un nivel más profundo en el contexto arteterapéutico, a diferencia de un Taller de Arte, en donde no existe elaboración respecto del proceso creativo personal, es decir la indagación respecto del *sí mismo*, permite hacer insight provocando cambios y avances respecto al desarrollo personal.

Lo último denota una revelación en cuanto al poder contenido en el arte, ofreciendo espacios de autoconocimiento y desarrollo personal para todos y todas independientemente de su edad, cultura o escala social. La disponibilidad y accesibilidad que presenta el arte, de acuerdo a Polo (2000) y bajo el encuadre arteterapéutico, nos señala que es un recurso al alcance de todos, es inclusivo. Por lo tanto no hay razones que impidan que el arteterapia siga su curso de acción y promueva cambios a nivel personal, grupal y comunitario.

3. Comprensión de la relación triangular en AT en el caso de estudio

Debido a que el arteterapia se presentó en un grupo, en un espacio comunitario, la comprensión de la relación triangular se complejiza en el sentido que esta relación no sucede solo en tres direcciones: paciente/persona – terapeuta - obra, sino que en múltiples y bajo el alero psicosocial, lo que sugiere una red de interrelaciones con el propio entorno, ampliando el triángulo terapéutico a un diálogo entre múltiples voces. Con lo anterior me refiero a que cuando se expone algo (sea esto una queja, emoción, idea) respecto del proceso creativo u obra dentro de un grupo, esa exposición pasa a ser portavoz del colectivo, en donde converge lo social y complejiza la relación.

En cuanto a la relación terapéutica, puedo señalar que creo que esta se sostuvo de forma fluida y adecuada a lo largo de todo el proceso ya que existía un vínculo previo con alguna de las mujeres participantes, lo que facilitó la entrada al grupo y apertura del mismo

a la intervención. Fue siempre una relación respetuosa y afectuosa que posibilitó rápidamente la confianza necesaria para intervenir. A su vez la estructura propuesta para las sesiones (circulo inicial – caldeamiento – elaboración obra – cierre) definió una pauta predecible y confiable que potenciaba ese clima contenedor, facilitando el vínculo terapéutico. También el uso y exploración de materiales plásticos para la elaboración de las obras generó paulatinamente en ellas una mayor confianza en ellas mismas respecto de sus capacidades creativas, cada sesión se observaba esa exploración con mayor fluidez y naturalidad, como parte de ellas.

En el contexto arteterapéutico aparece el arte, el que funciona como facilitador de un espacio seguro, ya que según Rubin, J (2001) las imágenes y objetos artísticos posibilitan la contención, expresión y resolución de emociones conflictivas, además de conectar a la persona con su propia fuerza. Es entonces con la introducción del arte que se sostiene y refuerza el vínculo terapéutico. Ahora bien, y siguiendo a Ojeda, M y Serrano A (2011), cuando el vínculo terapéutico entre mujeres se establece hay una parte de construcción de la propia identidad de la arteterapeuta en la interrelación con la persona, en ese espacio en el que ambas narrativas confluyen. En la construcción del vínculo terapéutico entre dos mujeres hay además una transferencia identitaria potencial que tiene que ver con ese, lo que permite acceder de manera más directa a la persona. En base a eso existe una unidad antecesora primordial de la cual todas somos parte, lo que implica un cuidado por *nosotras*. Desde ahí buscamos ser un aporte en cuanto a la co-construcción de una narrativa dotada de sentido para hacerla realidad.

La comprensión del proceso creativo y la relación con las imágenes visuales u obras de cada una de las participantes o grupales tiene que ver con una amalgama de influencias recíprocas. El hecho de formar parte de un grupo implica ser parte de un sistema, en donde lo que diga o no, lo que haga o no cada participante tiene un efecto en las demás, quiero decir que el proceso creativo en ese contexto no es cerrado y las variables que se ponen en juego son múltiples. A pesar de lo anterior se pudo observar cómo cada una fluyo o no con más facilidad en cuanto a la creatividad y relación con los materiales.

A modo general me gustaría enfatizar la función movilizadora que despierta el arteterapia en las personas que la descubren. La movilización crea condiciones para los cambios, para descubrir nuevas realidades, claro está, que siempre desde un plano humano,

donde se valora lo significativo. Esa es la principal característica que destaco de la disciplina, sobre todo cuando por los tiempos modernos todo ocurre a gran velocidad y nos desarraigamos.

BIBLIOGRAFÍA

Referencias Bibliográficas

- PUNTOS DE FUGA Y ARRAIGO: GÉNERO, COMUNIDAD Y SOCIEDAD. CENTRO DE ESTUDIOS PARA EL DESARROLLO DE LA MUJER. 2003. Por Agliati, C; “et al”. Chile, LOM ediciones. Segunda Parte. pp 154 -155
- BAUMAN, Z. 2003. Modernidad Líquida. México: EFE.
- CARRASCAL, S Y SOLERA, E. 2014. Creatividad y desarrollo cognitivo en personas mayores. Arte, Individuo y Sociedad. 26 (1), 9-19
- DE BEAUVOIR, S. 1970. La Vejez. Buenos Aires: Debolsillo (2012).
- ESCOBAR, T .2008. El Mito del Arte y el Mito del Pueblo. Cuestiones sobre el Arte Popular. Chile, Metales Pasados. (pp. 5-73)
- FIORINI, H. 2006. Formación de procesos terciarios. Una tópica del Psiquismo creador. En: El Psiquismo Creador. Teoría y clínica de procesos terciarios. Buenos Aires: Nueva Visión. pp.17-43
- IBÁÑEZ, R, 2011. Vejez no significa olvido: Arteterapia con personas mayores. En: Arte, intervención y acción social. La creatividad Transformadora. CARNACEA, A Y LOZANO, A. Madrid, Grupo 5. pp 169-177.
- MASLOW, A. 2008. La personalidad Creadora. España: Kairós
- MC DOWELL, L 1999. Género, identidad y lugar: Un estudio de las geografías feministas. Madrid, Cátedra.
- MONTERO, M. 2004. Introducción a la Psicología Comunitaria. Buenos Aires, Paidós SAICF.
- MONTENEGRO, M. 2004Capitulo II Comunidad y bienestar social. En: Introducción a la Psicología Comunitaria. Barcelona, UCO. pp.22 – 35.
- Ojeda, M y Serrano A 2011. . El arte en su función social: Arte, Igualdad y Mujer. En: Arte, intervención y acción social. La creatividad Transformadora. CARNACEA, A Y LOZANO, A. Madrid, Grupo 5. Pp 145-154.

- PAIN, S. 2008. En sentido figurado: Fundamentos teóricos de la Arteterapia. Buenos Aires: Paidós.
- PICHON-RIVIÈRE, E. 2008. El Proceso Grupal: del Psicoanálisis a la Psicología Social. Buenos Aires, Nueva Visión.
- PERROT, M 2008. Escribir la historia de las mujeres. En: Mi historia de las mujeres. 1ra Edición. Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica. Pp. 13-49.
- POLO, L. 2000. Tres aproximaciones al Arteterapia. Arte, individuo y Sociedad. 12:311-319.
- Rozas, G; Pardo, M y Yáñez, L. 2008. Efectos de la modernidad y la post modernidad en la comunidad indígena Licarantay o Atacameña de San Pedro de Atacama. Revista de la Unión Latinoamericana de Entidades de Psicología. (12) pp. 1-19
- Zitko (2014). Cátedra de Medicina y Arteterapia del Postítulo de Arteterapia de la Facultad de Artes de la Universidad de Chile (*Cohen D. Harvard Business School Press. 2001, tomado de Pat et al. J of Urban Health 2007;84:1i30-i143*)

Referencias de Recursos Bibliográficos en línea:

- BELTRÁN, A. 2011. Arteterapia como espacio de autocuidado grupal. [en línea] Monografía para optar a la especialización en Arte Terapia del v Postítulo en Terapias de Arte, mención Arte Terapia. Universidad de Chile. <http://repositorio.uchile.cl/tesis/uchile/2011/ar-beltran_a/pdfAmont/ar-beltran_a.pdf> [Consulta: Abril, 2016]
- BANG, C. 2013. El arte participativo en el espacio público y la creación colectiva para la transformación social. [en línea] Revista Creatividad y Sociedad. Número 20. Madrid <www.creatividadysociedad.com> [Consulta: Marzo, 2016]
- BARRANTES, M. 2006. Género, vejez y salud. [en línea] Acta Bioethica. <<http://www.scielo.cl/pdf/abioeth/v12n2/art08.pdf>> [Consulta: Abril, 2016]

- FERRER, R (2003). La cocina de la escritura. [en línea] Biblioteca Virtual Universal. <<http://www.biblioteca.org.ar/libros/1253.pdf>> [Consulta: 29 de Abril, 2016]
- GUARDIA, S. 2005. Escritura de la Historia de las Mujeres en América Latina El retorno de las Diosas. [en línea] Centro de Estudios La Mujer en la Historia de América Latina CEMHAL. Perú. <https://www.researchgate.net/profile/Sara_Beatriz_Guardia/publication/268395994_Escritura_de_la_Historia_de_las_Mujeres_en_America_Latina_El_retorno_de_las_Diosas/links/5591647e08ae15962d8e1995.pdf#page=11> [Consulta: Abril, 2016]
- AGUILAR, T. 2008. El sistema sexo-género en los movimientos feministas. [en línea] Revista Amnis, Francia. <<https://amnis.revues.org/537>> [Consulta: Abril, 2016]
- LÓPEZ, A Y CASTELLANOS, F. 2010. Mirando pasar la vida desde la ventana: significados de la vejez y la discapacidad de un grupo de ancianos en un contexto de pobreza. [en línea] Investigación en Enfermería: Imagen y Desarrollo - Vol. 12 N° 2. Bogotá, Colombia. <<http://www.javeriana.edu.co/Facultades/Enfermeria/revista1/files/131.pdf>> [Consulta: Mayo, 2016]
- LÓPEZ MARTÍNEZ, M. D. (2011). “Técnicas, materiales y recursos utilizados en los procesos arteterapéuticos”. En Arteterapia: Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social Vol.: 6. Páginas 183-191. Madrid. Servicios de publicaciones UCM. <<https://revistas.ucm.es/index.php/ARTE/article/viewFile/37092/35897>> [Consulta: Julio, 2016]
- HIDALGO, R; ZUNINO, H; ALVAREZ, L. 2007. El emplazamiento periférico de la vivienda social en el área metropolitana de Santiago de Chile: Consecuencias socio espaciales y sugerencias para modificar los criterios actuales de localización. [en línea] Revista electrónica de Geografía y Ciencias Sociales. Universidad de Barcelona. Vol. XI, núm. 245. <<http://www.ub.edu/geocrit/sn/sn-24527.htm>> [Consulta: Mayo, 2016]

- ROZAS, G. 1998. Psicología Comunitaria, Cuidad y Calidad de vida. [en línea] Revista de Psicología de la Universidad de Chile. Vol VII. <<http://200.89.78.45/index.php/RDP/article/viewFile/18755/19842> >[Consulta: Marzo, 2016]
- HIDALGO, R; BORSODORF, A Y SÁNCHEZ, R. 2007. La expansión residencial amurallada en la reconfiguración Metropolitana en Santiago de Chile. En Taller Nacional sobre “Migración interna y desarrollo en Chile: diagnóstico, perspectivas y políticas” Organizado por la Comisión Económica para América Latina y el Caribe, CELADE-División de Población, con el apoyo y auspicio del Banco Interamericano de Desarrollo (BID)- [en línea] Santiago de Chile. <<http://www.cepal.org/sites/default/files/courses/files/rhidalgo.pdf> > [Consulta: Mayo , 2016]
- MÁRQUEZ, F. 2004. Márgenes y Ceremonial: Los Pobladores y las Políticas de Vivienda Social en Chile. [en línea] V Congreso Chileno de Antropología. Colegio de Antropólogos de Chile A. G, San Felipe. <<https://www.aacademica.org/v.congreso.chileno.de.antropologia/91.pdf> > [Consulta: Junio, 2016]
- Alejandra Lunecke y Juan Carlos Ruiz. 2007. Seguridad y violencia: desafíos para la ciudadanía. S456 / Editado por Lucía Dammert y Liza Zúñiga. [en línea] Santiago, Chile: FLACSO, 2007. 280p. <http://centrourbal.com/sicat2/documentos/08_20071151355_R14P9-05A-li1-spa.pdf#page=223 > [Consulta: Junio 2016]
- CARDALA, E y RODRIGUEZ, J. 2004. El Muralismo Religioso como Arteria Cultural de la Identidad Puertorriqueña: Voz Visual en contra de la Opresión. [en línea] Revista Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology - Vol. 38, Num. 1 pp. 131-140. Universidad Carlos Albizu, Puerto Rico. <<http://www.psicorip.org/Resumos/PerP/RIP/RIP036a0/RIP03815.pdf> > [Consulta: Junio, 2016]

- SALGADO-DE SNYDER, N Y WONG, R. 2007. Género y pobreza: determinantes de la salud en la vejez. [en línea] Salud pública Méx vol.49 supl.4 <http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0036-36342007001000011 > [Consulta: Mayo, 2016]
- LOMBARDO, E (2011). Qué características tiene la mente envejecida. Aspectos positivos y cognición en la vejez. [en línea] III Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVIII Jornadas de Investigación Séptimo Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires. <http://www.aacademica.org/000-052/370.pdf> [Consulta: Mayo, 2016]
- LÓPEZ, M. 2009. La intervención arteterapéutica y su metodología en el contexto profesional español. [en línea]. Tesis Doctoral. Universidad de Murcia. España <<http://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/10794/LopezMartinez.pdf?sequence=1> > [Consulta: Marzo, 2016]
- OSORIO, P. 2006. Exclusión Generacional: La tercera edad. [en línea] Revista MAD. N° 14. Departamento de antropología. Universidad de Chile. <www.revistamad.uchile.cl/14/osorio.pdf > [Consulta: Marzo, 2016]
- Programa de Estudios Sistémicos – Envejecimiento y vejez en Chile. 2009. Inclusión y Exclusión Social del Adulto Mayor en Chile: Opiniones, expectativas y evaluaciones de la población chilena sobre diferentes modalidades de inclusión y exclusión social de las personas adultas mayores Facultad de Ciencias Sociales - Programa Pulso Universidad de Chile. [en línea] <www.esistemicosvejez.cl > [Consulta: Marzo 2016]
- SAPAG J Y KAWACHI I.(2007: Capital social y promoción de la salud en América Latina. [en línea] Rev. Saúde Pública; 41 (1):139-49. <<http://www.scielo.br/pdf/rsp/v41n1/20.pdf> >
- SUESS, A. 2007. Arte, terapia y transformación social en la intersección entre postestructuralismo y teoría crítica. Arteterapia - Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social. [en línea] Vol. 2: 27-37 <<http://revistas.ucm.es/index.php/ARTE/article/view/ARTE0707110027A/8907> > [Consulta: Abril, 2016]