



UNIVERSIDAD DE CHILE

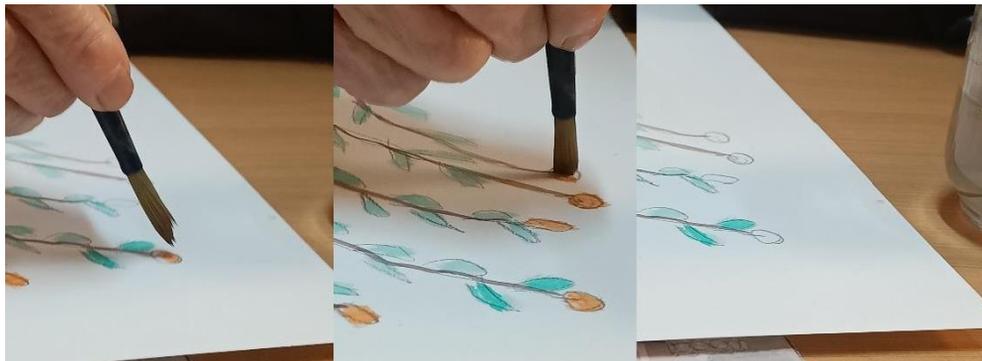
FACULTAD DE ARTES

Escuela de Postgrado

Postítulo de Especialización en Terapias de Arte,

Mención Arteterapia

**“El árbol de naranjas maduras”
Estudio de caso de proceso de arteterapia con una persona mayor**



Monografía para optar al título de Especialista en
Terapias de arte, mención Arteterapia

Estudiante:

María Paz Zamorano Hernández

Terapeuta Ocupacional, Universidad de Chile

Profesora Guía: Tania Orellana Valencia

Licenciada en Arte/ Arteterapeuta

Santiago, Chile 2024

Resumen

Esta monografía muestra un proceso de arteterapia con una persona mayor usuaria de un centro de día de adultos mayores, quien es derivada por el psicólogo de la institución para la mejora de su expresión verbal en el contexto del centro. Los objetivos que se trabajan van modificándose a medida que avanza el proceso, primero se centran en desarrollar el vínculo terapéutico, mejorar su expresión verbal y creativa y facilitar una mirada retrospectiva de los episodios de vida. El trabajo desarrollado muestra la importancia del abordaje de la población mayor desde un enfoque centrado en la persona rescatando las capacidades remanentes y potencial de las personas por medio de la arteterapia. El análisis de este escrito pretende aportar en los nexos entre la arteterapia con personas mayores, cómo ésta puede ser una herramienta para facilitar el autoconocimiento, la revisión de experiencias de vida, a medida que se adscribe a los enfoques actuales del abordaje de la vejez, cómo lo es el envejecimiento activo.

Palabras clave: Arteterapia, persona adulta mayor, autoconocimiento, vínculo terapéutico, reminiscencia.

ÍNDICE

PORTADA	
RESUMEN	2
ÍNDICE	3
INTRODUCCIÓN	4
CAPÍTULO I: MARCO TEÓRICO	5
1.1 INTRODUCCIÓN DE LA TEMÁTICA GLOBAL ABORDADA	5
1.2 ASPECTOS BÁSICOS DE LA POBLACIÓN CON LA QUE SE TRABAJÓ	5
1.2.1 <i>Conceptos básicos de la temática o patología abordada</i>	6
1.2.2 <i>Repercusiones psicológicas y emocionales de la problemática</i>	9
1.2.3 <i>Necesidades específicas de la población</i>	13
CAPÍTULO II: DESCRIPCIÓN DE LA PRÁCTICA	24
2.1 CONTEXTUALIZACIÓN: DESCRIPCIÓN GENERAL DEL CENTRO DE PRÁCTICAS, POBLACIÓN, EQUIPO, DERIVACIÓN, ETC.	24
2.2 ANTECEDENTES DEL CASO DE ESTUDIO	26
2.3 OBJETIVO DE INTERVENCIÓN	28
2.4 SETTING	29
2.5 TÉCNICAS Y ENFOQUES UTILIZADOS	31
2.6 ESTUDIO DE CASO	33
2.6.1 <i>Relato del proceso arteterapéutico de las sesiones más importantes</i>	33
2.6.2 <i>Análisis y Discusión</i>	57
CAPÍTULO III: CONCLUSIONES	63
3.1 SÍNTESIS QUE REFLEXIONE RESPECTO AL TRABAJO REALIZADO A LA LUZ DE UN MARCO TEÓRICOY LOS OBJETIVOS TERAPÉUTICOS PLANTEADOS.	63
3.2 PERSPECTIVAS Y PROYECCIONES DE AT Y POBLACIÓN ESPECÍFICA PRESENTADA	64
3.3 COMPRENSIÓN DE LA RELACIÓN TRIANGULAR EN AT EN EL CASO DE ESTUDIO	66
BIBLIOGRAFÍA	68
ANEXO: RESUMEN DE SESIONES PROCESO DE INTERVENCIÓN ARTETERAPIA	74

Introducción

La siguiente monografía expone la síntesis de la experiencia de práctica profesional de arteterapia, realizada en un centro de día para el adulto mayor entre los meses de septiembre y diciembre del 2023, en la ciudad de Santiago de Chile. Esta experiencia es realizada de manera individual con una persona mayor a quien debido al resguardo de su identidad y para efectos de este informe se le nombrará ficticiamente como Pilar, quien tiene 79 años, es mujer y cuidadora remunerada de dos personas mayores. Pilar es participante regular del centro de día y es derivada por el psicólogo del centro para mejorar su expresión verbal al taller individual de arteterapia.

En el primer capítulo se contextualiza en las definiciones a las que se adscribe este estudio de caso, como lo es el proceso de envejecimiento, sus implicancias y el nexo existente con la arteterapia.

También se hace un recorrido sobre los beneficios de la arteterapia con población de personas mayores y cómo ésta aporta en las áreas del autoconocimiento, autoexpresión y resignificación de las experiencias de vida.

En el segundo capítulo se da cuenta sobre aspectos relacionados al contexto de la práctica, antecedentes de la usuaria del estudio de caso y se realiza una revisión de las sesiones y aspectos más relevantes del proceso arteterapéutico.

Finalmente, en el tercer capítulo se presentan las conclusiones relacionadas al caso, la consecución de los objetivos y los resultados a luz de la información teórica. Además, se expone los alcances de la relación triangular del estudio de caso, mostrando la vinculación entre persona- obra y terapeuta.

CAPÍTULO I: Marco Teórico

1.1 Introducción de la temática global abordada

En este capítulo se realiza una revisión teórica de los conceptos más importantes abordados durante el desarrollo del proceso arteterapéutico, con esto se pretende dar sustento a la intervención realizada, como también generar nuevos nexos entre el trabajo de arteterapia con población mayor para su investigación posterior.

Los conceptos generales que se presentan son envejecimiento y vejez, sus implicancias en las personas mayores tanto en el área psicosocial, afectivo y cognitivo. Luego se continúa exponiendo acerca de qué manera estas necesidades son abordadas a nivel país y finalmente cómo la arteterapia puede ser un aporte para el desarrollo de las temáticas emergentes del estudio de caso como lo son la construcción del vínculo terapéutico, el autoconocimiento y la revisión de vida.

1.2 Aspectos básicos de la población con la que se trabajó

El envejecimiento de la población ha tenido un curso de crecimiento mucho más rápido que en el pasado, esto sumado al aumento de la esperanza de vida ha generado nuevos desafíos a nivel sociosanitario, cultural, político y económico.

El proceso de envejecimiento es un fenómeno multidimensional, por lo que el trabajo con personas mayores no debe estar exento de esta consideración. A continuación, se realiza una revisión de los principales temas atingentes a este grupo etario.

1.2.1 Conceptos básicos de la temática o patología abordada

Envejecimiento y vejez

Para comenzar debemos realizar la distinción entre el proceso de envejecimiento, que comienza desde la concepción y la etapa de la vejez, que comúnmente se asocia a cuando las personas se jubilan o terminan su etapa laboral, es decir, entre los 60 y 65 años.

Entre las definiciones que se encuentran, la Organización Mundial de la Salud, define el envejecimiento desde un punto de vista biológico, como el resultado de la acumulación de una gran variedad de daños moleculares y celulares a lo largo del tiempo, lo que lleva a un descenso gradual de las capacidades físicas y mentales, a un mayor riesgo de enfermedad y, en última instancia, a la muerte (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2022). Entendiendo que la comprensión del ser humano no tan sólo implica la pérdida o el detrimento de las funciones biológicas, también debe considerarse el envejecimiento social, “que comprende los hábitos, papeles y relaciones en este ámbito, pues a medida que las personas envejecen cronológica, biológica y psicológicamente sus funciones y relaciones sociales también se alteran” (Piña, 2014, p. 64).

Por otro lado, desde la perspectiva psicológica del desarrollo evolutivo se encuentra “la teoría del desarrollo de Erikson, la que plantea que la crisis esencial es integridad frente a desesperación, donde las principales virtudes son la prudencia y la sabiduría.” (Alvarado y Salazar, 2014). Este modelo de desarrollo hacia la integridad permite rescatar los recuerdos de la vida de la persona y convertirlos en aprendizaje. Según el modelo de Erikson, “la integridad se logra a través de un proceso de reminiscencia sobre el pasado que contribuye a la sabiduría y a la aceptación de la muerte” (Meléndez et al., 2020).

Es decir, que cuando nos referimos al envejecimiento es importante tener en perspectiva la globalidad que comprende al ser humano, además que en el envejecer no tan sólo se producen cambios biológicos, psicológicos y sociales, sino que también hay que considerar que éstos son a su vez “el resultado de contextos multidimensionales como la situación económica, estilos de vida, satisfacciones personales y entornos sociales que influyen de forma directa en el proceso de envejecer” (Alvarado y Salazar, 2014).

Envejecer en Chile

Estudios mencionan que la proporción de personas mayores autónomas son mayores a las que usualmente se piensa, en el 2021 la Sexta Encuesta Nacional Inclusión y Exclusión Social, realizada por el Servicio Nacional del Adulto Mayor (SENAMA), demuestra que el 63% de la población chilena cree que las personas sobre 60 años no pueden valerse por sí mismas. Sin embargo, la realidad es que el 86% de ellas no tienen ningún grado de dependencia (Observatorio del envejecimiento UC-Confuturo, 2022). Este contraste pone de manifiesto una percepción equivocada, ya que un gran número de personas mayores en realidad viven de manera independiente en su día a día.

Este fenómeno, evidencia dos situaciones relevantes: por una parte, se cree que hay mayor población dependiente de cuidados de las que realmente hay y por el otro, revela la falta de reconocimiento por parte de la sociedad hacia este grupo de personas mayores que mantienen su independencia. En este contexto, este trabajo está enfocado en una revisión acerca de este último grupo, sus principales implicancias, condiciones y calidad de vida y cómo se puede fomentar o potenciar su desarrollo y bienestar. Asimismo, es necesario conocer qué estrategias y políticas se han implementado para su abordaje, como las herramientas que pueden contribuir hacia la mejora de la calidad de vida en esta etapa del ciclo vital.

Para abordar esta situación, es preciso adoptar una perspectiva más centrada en las fortalezas y potencialidades de las personas mayores. Esto implica a su vez la generación de espacios que fomenten el desarrollo de estos aspectos.

Este trabajo ocurre en el planteamiento de este objeto y cómo a través de la arteterapia se pueden promover y potenciar las capacidades remanentes, a través de procesos de autoconocimiento y resignificación de historias de vida.

Personas mayores en Chile

El crecimiento poblacional a nivel mundial también tiene su reflejo en el contexto chileno, donde actualmente Chile es uno de los países de Latinoamérica con mayor tasa de envejecimiento. Debido a una menor tasa de natalidad y una mayor esperanza de vida, hay más personas mayores en la población. Actualmente, el 12% de las personas en Chile son del segmento 60 y más años, y se pronostica que al 2050 este porcentaje alcanzará el 30%, con una esperanza de vida de 83 años para las mujeres y de 77 años para los hombres (Observatorio del envejecimiento UC-Confuturo, 2022).

En el año 2002, se creó el Servicio Nacional del Adulto Mayor (SENAMA) para el abordaje de la temática de envejecimiento y vejez. A partir de este hito se empezaron a elaborar políticas públicas que encontraron su articulación en la Política Integral de Envejecimiento Positivo 2012-2025. El objetivo que tiene SENAMA es fomentar el envejecimiento activo y el desarrollo de servicios locales para las personas mayores cualquiera que sea su condición, fortaleciendo su participación y valoración en la sociedad, promoviendo su autocuidado y autonomía, y favoreciendo el reconocimiento y ejercicio de sus derechos por medio de la coordinación intersectorial, el diseño, implementación y evaluación de políticas, planes y programas.

A nivel social, los ejes estratégicos de la institución apuntan a inducir un cambio cultural que promueva el respeto a la dignidad de la persona mayor, el ejercicio de sus derechos y su valoración y participación en la sociedad (Kornfeld et. al, 2009, p.161).

Se han implementado diversas iniciativas basadas en esta política pública, dentro de ellas se encuentra el programa de Centros Diurnos del Adulto Mayor (CEDIAM), en éste es donde se enmarca la intervención realizada y más adelante se explicarán sus ejes de acción.

1.2.2 Repercusiones psicológicas y emocionales de la problemática

Hemos visto que el proceso de envejecimiento se puede comprender desde una perspectiva positiva asociada a las teorías que proponen la continuidad de los valores y aprendizajes durante la vida y, por otro lado, a través de la observación de cómo las condiciones negativas de los cambios al envejecer impactan tanto a nivel individual como social. A continuación, se abordarán algunos de estos aspectos que son atinentes al caso estudiado.

Salud mental en personas mayores

En este trabajo se aborda la salud mental considerando los determinantes sociales de salud, que la OMS define como “las condiciones en las que las personas nacen, crecen, trabajan, viven y envejecen, y el conjunto más amplio de fuerzas y sistemas que dan forma a las condiciones de la vida cotidiana” (World Health Organization [WHO], 2019).

Comprender la salud mental desde esta mirada implica posicionarse desde un abordaje biopsicosocial en su prevención, promoción y tratamiento, que permita contextualizar la interdependencia de las condiciones a las que han sido y están expuestas las personas mayores, acá se incluyen variables como el género, determinantes socioeconómicos, participación e inclusión social, curso de vida, entre otros.

En el ámbito de la salud mental en personas mayores, es crucial reconocer que el bienestar no solo depende de los recursos personales sino también se incluye la concepción de que es “la interacción entre los recursos personales, tales como la capacidad de acordarse de las cosas, resolver problemas o reconocer y expresar las

emociones, y el entorno en el que se encuentran como la familia, amigos, el barrio o la comunidad, contribuyen a este bienestar” (Ministerio de Salud, 2021). Es decir, no es posible desprender la salud mental, de la consideración del medio donde se desenvuelve y desarrollan las personas y también el lugar donde la salud se implica directamente.

Dentro de las patologías más frecuentes observadas en el ámbito de la salud mental en el adulto mayor son la depresión, la demencia, los síntomas ansiosos y el delirio o síndrome confusional por trastorno fisiológico. Todo esto atenta contra el envejecimiento normal, pudiendo instalar el envejecimiento patológico. Además, se dice que el adulto mayor de 65 años tiene más tendencia al suicidio y esto puede estar asociado a la sensación de soledad que muchas veces impulsa a tomar esa decisión tan dramática (Piña, 2014, p. 86).

Con respecto a la sensación de soledad experimentada por las personas mayores se dice que “a pesar de que el 70,9% de la población de 80 y más años vive acompañado, el 42,4% de ellos manifiesta tener sentimientos de soledad, e incluso falta de comprensión por parte de sus cercanos” (Observatorio del envejecimiento UC-Confuturo, 2022).

Es decir, no tan sólo el aislamiento social puede tener efectos negativos en la salud, sino también la percepción de soledad que tienen las personas mayores. Por lo que facilitar entornos más inclusivos con las personas mayores y potenciar los espacios comunitarios podrían impactar de manera positiva en su salud mental y emocional.

El cómo se envejece va a variar según el contexto histórico en que cada uno esté viviendo, la cultura, el género, las condiciones del lugar donde se habita, y la propia historia de vida (Ministerio de Salud, 2021). Por lo que, la perspectiva del curso de vida es esencial a la hora de comprender a las personas, ya que el grado de variabilidad entre una persona a otra aumenta a medida que los años pasan y por lo tanto la manera de vivir de cada cual, por lo que no existe sólo un envejecer y dependerá muy estrechamente de la trayectoria de vida personal.

Dentro de estos determinantes que guardan relación con factores personales se encuentran los factores psicológicos que influyen en el envejecer, según la Organización

mundial de la salud (2002), la autoeficacia (la fe que tienen las personas en su capacidad para ejercer el control de sus vidas) está vinculada a las decisiones de conducta personal a medida que se envejece y a la preparación para la jubilación. También la manera de enfrentarse con las circunstancias adversas determina lo bien que las personas se adaptan a las transiciones (como la jubilación) y las crisis del envejecimiento (como la pérdida de un ser querido y la aparición de enfermedades). En este sentido, rescatar estos aspectos permite identificar fortalezas o bien trabajarlas para un mejor afrontamiento a los cambios normativos o no normativos que ocurren durante la vida.

Participación e imagen social de la vejez

En cuanto a los determinantes más externos se encuentra la percepción social de las personas mayores, que es influida por la sociedad en la cual se encuentran insertas.

Esto ocurre porque se ha tendido a definir la vejez en base a carencias y a un declive inexorable de las funcionalidades tanto cognitivas como físicas de las personas. De esta manera, al ser este un destino ineludible, no sólo se ha instalado la idea de que la vejez es una etapa de fragilidad, sino que se vive de igual manera por todos y todas. Producto de ello es que se piensa a los adultos mayores como un grupo homogéneo y estático, con las mismas características, carencias y necesidades (Observatorio del envejecimiento para un Chile con futuro, 2021).

Acá es determinante la manera que se insertan estos significados en el autoconcepto de la persona mayor, pudiendo tener más o menos influencia en éste, generando una limitación muchas veces conformada por prejuicios negativos en torno a la vejez que perseveran entre las mismas personas mayores, generándose así auto estereotipos.

Este aspecto es muy importante a la hora de intervenir ya que “cuando las sociedades son más proclives a atribuir síntomas de enfermedad al proceso de envejecimiento, es menos probable que proporcionen servicios de prevención, de detección precoz y de tratamiento apropiado.” (Organización Mundial de la Salud, 2002). Esto genera problemas a la hora de abordar las necesidades en salud de las personas mayores, en la medida que los aspectos negativos se normalizan y no se consideran dentro de los

márgenes preventivos o de tratamiento.

Perspectiva de género y cuidados

Por otro lado, dentro de las inequidades en salud, cabe mencionar que existe una feminización de la vejez, es decir, las mujeres viven más y lo hacen en peores condiciones, superados los ochenta años hay prácticamente dos mujeres por cada hombre. Además, las mujeres suelen ser más pobres, tienen un menor nivel de escolaridad y sufren más discriminación. A esto se suman los roles comúnmente asociados a las mujeres, cómo lo es el rol de cuidadora, donde podemos mencionar que “la evidencia también muestra que las mujeres tienen una mayor carga de cuidado de otros durante todo el transcurso de su vida y durante la vejez” (Fuentes-García, 2020, p.60). Estos roles de alguna manera también van configurando las elecciones de las personas mayores, es decir, “hacer lo que se espera de mí” puede estar fuertemente instalado en una persona cuando las construcciones colectivas han sido más rígidas, por lo que la construcción individual y las elecciones personales son preponderantes.

Duelo y vejez

Los cambios asociados en la adultez mayor ya sean, los cambios biológicos, la jubilación, entre otros, traen consigo la experiencia de duelo. Asimismo, la cercanía a la muerte a medida que se envejece también trae desafíos relacionados a enfrentar fallecimientos de personas dentro del entorno de las personas, como amigos y familiares.

En este sentido, el duelo puede entenderse como un proceso de adaptación emocional frente a la pérdida de alguien o algo, con lo que se construyó una relación de afecto. A lo largo de la vida podemos experimentar pérdidas y duelos, sin embargo,

durante la adultez mayor se vuelve más frecuente vivir la pérdida de seres queridos (Ministerio de salud, 2021).

Aunque generalmente el proceso se resuelve sin excesivas dificultades, se ha visto que las personas en duelo tienen mayor probabilidad de padecer trastornos físicos e incluso aumenta la probabilidad de suicidio (Alberola et. al, 2007). Para transitar un duelo existen estrategias de afrontamiento que dependerán de los recursos internos que la persona posea y de las redes de apoyo que tenga disponible.

1.2.3 Necesidades específicas de la población

Hemos visto la multidimensionalidad de la composición de lo que conocemos como salud, y cómo los determinantes sociales impactan en la salud mental de las personas mayores, quienes se han convertido en grupo de riesgo por estas vulnerabilidades. De acuerdo con esto, es necesario emprender esfuerzos que se basen en reducir estas brechas y en el ámbito que atañe este trabajo que se enmarca en la arteterapia, encontramos acciones hacia la salud mental, considerando a las personas mayores en su multidimensionalidad, tanto cognitiva como afectiva, teniendo en cuenta los factores biológicos y sociales.

Fortalecimiento y participación en salud.

Se requieren modelos que cambien desde la perspectiva asistencial gerontológica hacia modelos que contemplen cursos de vida, significados propios de las personas para potenciar los recursos remanentes y de esta manera promover la dignidad de las personas mayores.

Teniendo en cuenta que la salud sólo es posible si se participa de ella, enfoques que apunten hacia el fortalecimiento de las personas mayores y comunidades en sus propios procesos de salud será determinante para la mejora de su calidad de vida.

Inclusión social

La participación en la comunidad durante la vejez es un factor protector de la salud mental en cuanto a que se ponen en juego habilidades sociales, físicas y cognitivas. (Sepúlveda-Loyola, et. al, 2020). Actualmente existen espacios destinados hacia las personas mayores, cómo lo es el CEDIAM, sin embargo, aún queda camino por recorrer a medida que cambian los paradigmas y discriminaciones en torno a la edad para que estos espacios se amplíen en otros ámbitos de la sociedad.

Plasticidad cerebral y prevención de declive cognitivo

Hace un par de décadas se consideraba que era muy poco probable la mejora en la cognición de las personas mayores, sin embargo, actualmente y cada vez más, existe evidencia que respalda que esto si es factible gracias a la plasticidad cerebral, la que indica que el aprendizaje durante esta etapa no solo es posible, sino altamente beneficioso para impedir o frenar el declive cognitivo (Carrascal y Solera, 2014). Estos antecedentes desafían la percepción negativa sobre el envejecimiento, que tradicionalmente se ha asociado exclusivamente a pérdidas y abre una puerta hacia la promoción de estrategias que consideren las potencialidades de este aspecto.

Proceso creativo y estimulación cognitiva

La creación artística realizada por personas mayores implica la ejecución de procesos cognitivos que a su vez se estimulan, fortalecen y crean nuevas redes neuronales. Según Carrascal y Solera (2014) el pensamiento estético y la creatividad son formas de mantener activas la mente y la imaginación, y contribuyen a prevenir el deterioro cognitivo durante la vejez.

Trabajar con personas mayores también implica considerar la cercanía a la muerte y lo que puede significar para la persona, abordar el presente hacia el pasado o

comprender que aún existe un futuro y por lo tanto anhelos por cumplir. Este término próximo, obliga a *hacer testamento*, lo que tiene múltiples sentidos: dar testimonio, últimas voluntades, alianza con lo sagrado. Esta obligación de vivir esta situación y de tener que decir lo esencial antes de partir hace que cada uno *lo baile a su manera*, patética o sublime y los símbolos con los que cada uno se representa, a menudo por medio del arte, que permite mostrar lo esencial con pudor (Klein, 2009, p. 65).

Por otro lado, el acto creador produce un encuentro coordinado entre el tiempo y el espacio, tanto interno como externo, y posibilita que el ser humano habite, de manera cada vez más permanente, una vida simbólica. Es decir, una vida que no está atada a un sentido único, sino a una multiplicidad de posibilidades que otorga el símbolo (Milatich, 2022, p.44).

Reminiscencia

Una de las técnicas que permite potenciar la memoria autobiográfica a medida que se narran eventos o situaciones de la trayectoria de vida es la reminiscencia que se conoce como el proceso de evocación de recuerdos, acontecimientos, hechos, vivencias, sucesos de la vida como un elemento de reflexión, de componente emocional y motivador, unido a un trabajo cognitivo que agrupa bajo unos elementos o materiales pasados, una vinculación retrospectiva y temporal de contenidos vitales en el individuo. (Moreno, 2009).

Durante la experiencia de intervención los recuerdos autobiográficos emergen a través del proceso creativo, y es que la reminiscencia es a la vez una técnica y un proceso que se da de manera natural.

La reminiscencia como función permite recordar pensando o relatando hechos, actos o vivencias del pasado, es una actividad psíquica universal que parece ser necesaria en el envejecimiento y en la vejez, en tanto favorece la integración del pasado al presente, brinda continuidad, refuerza la identidad, aumenta la autoestima y permite la resignificación (Scolni, 2013).

Como ha sido destacado previamente, es esencial comprender el proceso de envejecimiento y la etapa de vejez considerando su multidimensionalidad. Sólo una

mirada global permitirá un abordaje más íntegro de las necesidades actuales de las personas mayores, sumado a la consideración de singularidad de cada persona a quien se atiende, reconociendo su trayectoria de vida, su situación presente y sus aspiraciones futuras.

Arteterapia

La Asociación Chilena de Arteterapia (ACAT) conceptualiza la arteterapia como una disciplina que se fundamenta en las creaciones visuales que realiza una persona con diversos materiales artísticos para la creación de una obra visual. Este proceso creativo da lugar a una reflexión entre creador/a y arteterapeuta, en torno a la obra, pudiendo observar, dar un significado y elaborar la experiencia. (Asociación chilena de Arteterapia, s.f).

En la misma línea, la arteterapia permite la exploración de emociones, pensamientos, memorias y sentimientos inconscientes, brinda información acerca de lo que no se ha dicho a través de simbolismos y empodera al individuo, a la par que le entrena en habilidades de afrontamiento (Cáceres & Santamaría, 2018).

Por otra parte, la arteterapia involucra que el consultante se conecte con sus emociones, su imaginación, su mente, la creatividad propia de su espíritu y se haga consciente de su cuerpo, de cómo manejarlo e involucrarlo (Cáceres & Santamaría, 2018).

Cabe mencionar, que en arteterapia sucede la triangulación referida a la interacción entre obra, persona y terapeuta, ésta es de las relaciones fundamentales para que la arteterapia se lleve a cabo, sin embargo, la vinculación en este espacio es la que marcará la pauta para el cómo este proceso se desarrolle. Durante el transcurso del proceso de intervención, se construyen relaciones entre la persona con la obra, el terapeuta con la obra, y la vinculación de la persona con el terapeuta y los elementos de este triángulo están en constante comunicación.

La expresión e imaginación

Según Burkez (1999), Malchiodi (2005) y Mountain (2007), la imaginación, a través de las experiencias creativas, es percibida como un componente humano avanzado de identidad, central para la supervivencia humana. Es, a la vez, una experiencia e intuición profundamente sentidas, más allá de los niveles de lenguaje y articulación verbal; es un lenguaje que da sentido a qué y quiénes somos; es un puente que conecta lo desconocido con lo cognoscible. Al entender quién soy y cómo me gustaría ser, se crea una coconstrucción con el uso de formas multimodales de experimentar y reexperimentar a través del uso de la imaginación creativa, por medio del arte (Como se citó en Cáceres y Santamaría, 2018).

También se entiende que el proceso arteterapéutico se enfoca en las representaciones personales (arte creativo), en donde las áreas de experiencia inexploradas son llevadas a un nivel de comprensión mayor. La exploración y la comprensión llegan a través de una amplificación de las ideas de las representaciones y, luego, reduciendo la experiencia a palabras claves y temas relacionados. De esta forma, las expresiones artísticas pueden ser un medio poderoso de transformación personal y de sanación emocional y espiritual. La práctica de la imaginación y la expresión libre en sus diferentes modalidades son una fuerza poderosa de transformación que ha demostrado poseer propiedades y efectos sanadores (Cáceres y Santamaría, 2018).

Creatividad y desarrollo cognitivo en personas mayores

La capacidad creadora es innata y no caduca, se desarrolla en torno a una flexibilidad de pensamiento o fluidez de ideas. Y es también la aptitud de concebir ideas nuevas o de ver nuevas relaciones entre las cosas. En algunos casos, la capacidad creadora es definida como la aptitud de pensar de forma diferente a los demás (Lowenfeld y Lambert, 1980).

El uso del pensamiento creativo y divergente permite dar respuestas alternativas, lo que permite a las personas con un estado madurativo elevado, superar obstáculos y asumir el error o la incapacidad para dar una respuesta concreta. Un programa de estimulación y desarrollo cognitivo, basado en la motivación creativa, aportaría más “valor” a su vida. Las habilidades creativas se aprenden y se entrenan, por ello el desarrollo de un trabajo creativo, ya sea de análisis, interpretación o desarrollo gráfico, requiere la puesta en marcha de tres habilidades en el individuo (Stenberg & O’Hara, 1999; Stenberg & Williams, 1996, como se citó en Carrascal y Solera, 2014):

- **Habilidad analítica:** relacionada con el pensamiento crítico, aunado a la capacidad que tiene el individuo de dar ideas.
- **Habilidad sintética:** que permite hablar sobre algo, interpretarlo o dar ideas sobre los objetos, su entorno, las personas que le rodean.
- **Habilidad práctica:** ligada a la abstracción y motivación personal sobre lo que hace, piensa o crea.

El pensamiento estético y la creatividad son formas de mantener activas la mente y la imaginación, y contribuyen a prevenir el deterioro cognitivo durante la vejez. (Carrascal y Solera, 2014).

En el caso de las personas mayores que no presentan deterioro, se pueden plantear otras actividades que requieran mayor implicación. Por ejemplo, elaborando creaciones artísticas de mayor complejidad, como objetos decorativos hechos con arcilla, complementos o accesorios de moda a partir de telas e hilos (bolsos, broches, collares, pulseras, etc.), elementos de cestería para usos diversos, etc. De esta forma estimulamos su mente, favoreciendo la libertad de acción y expresión, y promovemos que se sientan útiles para los que les rodean, incrementando su autoestima cuando ven que pueden generar producciones atractivas para los demás (Carrascal y Solera, 2014).

Realidad subjetiva e imágenes internas

La imaginación libera al ser humano de cualquier situación o circunstancia inmediata y es capaz de mantener siempre viva la posibilidad de transformar el presente (Carrascal y Solera, 2014). De esta manera, dibujar un hecho, una experiencia, es hacer aparecer desde nuestro cuerpo, desde una experiencia que se ha hecho memoria emocional, los rasgos que la conforman. Dibujar es dar forma a un hecho que se ha tornado experiencia en nosotros. Dibujar una experiencia pasada, anclada en nuestra memoria es un acto de evocación y reencarnación, y a la vez, de exteriorización y bienestar al saberlo ante nuestra mirada, al poderlo, de alguna, manera, observar de nuevo. (López, 2015, p.88). El encuentro con esta realidad subjetiva contribuye al autoconocimiento y fortalecimiento del yo.

Observar el resultado de nuestra memoria, de nuestra percepción pasada, de nuestras emociones, es, de algún modo, comprender la experiencia, comprendernos, comprendernos en ella. Supone una cierta humilde capacidad de síntesis y de perdón, de reconciliación con nosotros y nuestras vidas. (López, 2015, p.88).

Tal como dice Allen (1997) las imágenes son un medio de llegar a conocer la riqueza y variedad de nuestras historias, sus sombras y sus matices. Recibimos muchas versiones acerca de dónde venimos y quienes somos. Por el proceso de creación de imágenes podemos explorar nuestras muchas capas, soltar las ideas gastadas y probar con nuevas imágenes de nosotros mismos. Entramos en un mundo creado por otros, pero también podemos crear y recrear nuestro mundo por medio de la creación artística.

En la vejez la capacidad de creación sigue vigente, si se estimula en conjunto con las reminiscencias facilitaría el espacio para la reflexión. Esto permitiría cuestionar aquellas versiones del pasado que fueron más o menos impuestas, y dirigirse hacia la revisión de la identidad actual y a las nuevas posibilidades.

Autoconocimiento

El concepto de autoexpresión lo encontramos en las bases de la arteterapia y permite desarrollar el concepto del yo, así como una más profunda autoconsciencia. Posibilita expresar nuestros sentimientos, emociones y pensamientos aportándonos seguridad y confianza en nosotros mismos (López, 2004). A medida que estos símbolos aparecen a través de la expresión creativa las personas van obteniendo información. Desde la dimensión intelectual se dice que el mundo de nuestras ideas, pensamientos e imágenes, saberes e informaciones nos permitirán conceptualizar la realidad. Los pensamientos que emergen del almacén de experiencias que hay en nuestra memoria, o que se crean en base a la información que procede del exterior, influyen en nuestras emociones, cuerpo y relaciones de manera que determinan el modo en que nos sentimos y nuestro modo de actuar (Sánchez, 2011). Por lo tanto, el cuestionamiento en torno a lo que conozco de mí mismo y del exterior es un proceso que se puede generar en un proceso de arteterapia, y con esto facilitar los cambios en estos aspectos.

Una de las características importantes en la arteterapia es el proceso que utiliza la persona para comunicar su interioridad y esto trasciende lo puramente estético. A la vez, el arte estimula las capacidades propias del individuo, desarrolla su creatividad y expresión individual como medio de lograr satisfacción y mejorar personalmente (López, 2004).

A su vez, la autoexpresión visual y la creación de una narrativa visual se ha demostrado que mejora el autoconcepto, autoestima y promueve la regulación de las emociones (Bosgraaf et al., 2020). De acuerdo con esto, también se pueden abordar acontecimientos biográficos y poder hacer un recorrido para valorar estos hechos en perspectiva.

Parte sana del individuo- Modelo centrado en la persona

En el contexto del enfoque centrado en la persona, se destaca el respeto a la dignidad individual y el apoyo a los proyectos de vida de cada individuo. Este enfoque se caracteriza por buscar la calidad de vida de las personas mayores a través de un abordaje profesionalizado que considera sus necesidades, deseos y creencias. Estos principios son fundamentales para promover una atención integral y personalizada, que fomente la autonomía, participación e independencia de cada individuo ([Dirección Sociocultural Presidencia de la República, 2017](#)).

Es esencial reconocer que detrás de cada persona mayor existe una historia única y significativa. Para identificar adecuadamente sus necesidades y deseos, es crucial conocer su historia de vida y comprender quién es la persona. Promover la autonomía en este contexto implica reconocer y visibilizar la capacidad de las personas mayores para tomar decisiones y elegir su propio camino, teniendo en cuenta la experiencia acumulada a lo largo de sus vidas. Sin embargo, es importante tener presente que esta autonomía muchas veces se ve limitada por diversas formas de discriminación, especialmente relacionadas con la edad. Es fundamental abordar estas barreras y trabajar hacia la generación de entornos más inclusivos.

Encuadre en Arteterapia

En la relación terapéutica descrita intervienen básicamente tres agentes que marcan el denominado “triángulo terapéutico” y en entre cuyas relaciones, todas, se haya la identidad propia de la arteterapia. Estos son: paciente, obra plástica y terapeuta. Es así, que en la triangularidad de la práctica tanto sujeto-paciente, como obra (y con ella su proceso de creación) y sujeto-arteterapeuta se constituyen en los vértices o puntos de apoyo, emisión y recepción de los vínculos que se dan en la terapia y por lo tanto posibles lugares (puntos y líneas) hacia los que dirigir nuestra atención en la investigación (Santos, 2013).

La actitud del terapeuta que facilita un proceso de arteterapia requiere ciertas consideraciones para acompañar a la persona efectivamente en su expresión. Muchas veces, las personas que se enfrentan por primera vez a una sesión de arteterapia tienden a esperar la aprobación del facilitador en cuanto al desarrollo estético de su obra y es que aprobar implica, asimismo, ser objeto de desaprobación, y esto asusta a las personas de todas las edades. En este contexto, la aceptación significa: Eres libre de hacer lo que desees con estos materiales (dentro de los límites sociales, por supuesto) y el momento presente (Guadiana, 2003). Entender el proceso de arteterapia, a través de estos enfoques y comprender como acompañar a las personas a expresarse radicalmente, requiere de una escucha activa de las necesidades individuales momento a momento.

Capítulo II: Descripción de la práctica

2.1 Contextualización: Descripción general del centro de prácticas, población, equipo, derivación, etc.

El centro de práctica donde se desarrolla la intervención de arteterapia es un Centro Diurno del Adulto Mayor (CEDIAM) que tiene como objetivo mejorar o mantener la funcionalidad de personas mayores con un grado de dependencia leve, permitiéndoles mantenerse en su entorno familiar y social. Éste funciona desde el año 2015, atendiendo a personas mayores de la comuna de Recoleta, Santiago de Chile, financiado por SENAMA, ejecutado a través de la Municipalidad de Recoleta.

La población que atiende está conformada por personas mayores de 60 años, con dependencia leve según instrumento de uso en la red de salud o según registro social de hogares y que pertenezcan a alguno de los 4 primeros tramos de la calificación socioeconómica. Una vez ingresada la persona mayor a la institución, el equipo profesional del centro realiza una evaluación geriátrica integral para conocer requerimientos específicos y elaborar un plan de atención individual.

El CEDIAM de Recoleta cuenta con un equipo conformado por Psicólogo, Asistente social, Terapeuta Ocupacional y Kinesiólogo quienes imparten diversos talleres al servicio de las personas mayores que acuden al centro de día, clasificándose en tres áreas: personal, social y comunitaria. Dentro de éstos se encuentran: taller de alfabetización, estimulación cognitiva, gimnasia funcional, fortalecimiento de autoestima, prevención de caídas, folclore y prestaciones sociales.

En cuanto a la infraestructura del lugar, existen 3 salas disponibles con mesas y sillas, un patio interno amplio. También el centro dispone de algunos materiales como papelería, herramientas de trabajo, que formarán parte de los insumos para la práctica.

Los martes y jueves existe un taller de terapia psicoafectiva a cargo de el psicólogo del centro, quien es el profesional que acompañará el proceso de práctica, estando al tanto de situaciones que pudiesen surgir y ser abordadas desde su área específicamente.

Es relevante mencionar que la experiencia de arteterapia en la que se basa este estudio de caso proviene de una intervención individual, así mismo, se desarrolla una intervención grupal dirigida a las personas que acudían al taller de terapia psicoafectivo con el psicólogo del centro, a quienes se le realizó la invitación y se amplió a otros usuarios del centro, finalmente asistieron en promedio 7 participantes en este proceso, que se facilitó en conjunto con una compañera del postítulo en formación.

La derivación del caso que concierne esta monografía fue proveniente del psicólogo del centro quien determinó que la usuaria con la que se trabajará se beneficiaría de la intervención de arteterapia para mejorar su expresión con los demás usuarios del centro. Cabe mencionar que estos objetivos van en concordancia con los que establece la institución en cuanto a la promoción de la funcionalidad, habilidades cognitivas y sociales en el entorno comunitario.



2.2 Antecedentes del caso de estudio

Nombre: Pilar (nombre ficticio para uso de este informe)

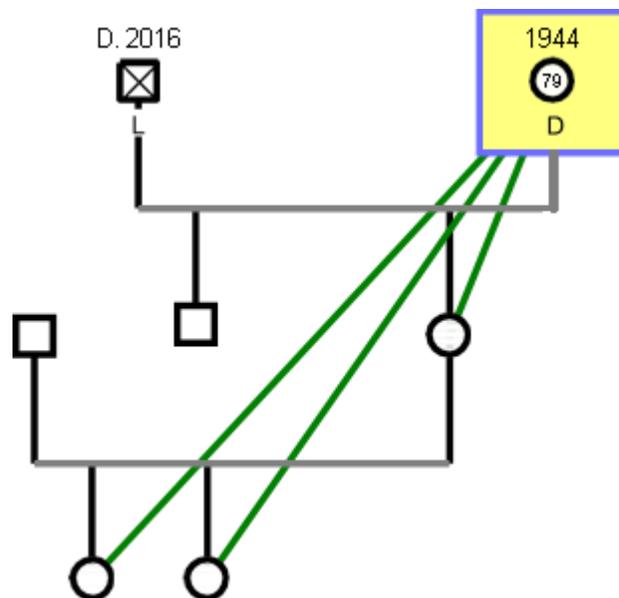
Edad: 79 años

Vive con: hijo de 48 años.

Viuda hace 7 años.

Ocupación: cuidadora de personas mayores.

Genograma



Entrevista inicial (Anamnesis)

En el desarrollo de la primera sesión se realizan preguntas a modo de entrevista para conocer a la usuaria, aquí se rescatan antecedentes generales, así como también intereses propios de la consultante y si emerge algún motivo de consulta.

Pilar es una mujer de 79 años que vive en la comuna de Recoleta en Santiago de Chile. Actualmente vive junto a un hijo de 48 años y es viuda hace siete años. Su otra hija de 45 años la visita de manera habitual, junto a sus nietas de siete y doce años, familiares con quienes mantiene una buena relación.

Pilar se desempeña trabajando como cuidadora remunerada de dos personas mayores a quienes visita y realiza labores de acompañamiento durante la semana, apoyándoles en tareas como buscar sus medicamentos, acudir con ellos a sus atenciones médicas y compartir con ellos en actividades diarias.

En su historia de vida se destaca que proviene del pueblo de Illapel, lugar donde vivió junto con su familia de origen hasta los 17 años, cuando se traslada a Santiago, donde realiza curso de moda y comienza a trabajar en labores de costura. En los últimos años luego de la muerte de su esposo, hace siete años, completa sus estudios escolares y toma un curso de cuidadora de personas mayores.

Actualmente refiere que su rutina se compone de actividades diarias en su casa, junto con su hijo, con quien comparte luego de que él llega del trabajo, participación en la iglesia, labores de cuidado, acudir al CEDIAM a talleres de huerto y psicoterapia grupal y en sus tiempos libres menciona que gusta de pintar mandalas.

En cuanto a sus condiciones de salud actuales, Pilar refiere que vive con hipotiroidismo, por lo que utiliza levotiroxina para compensar esta enfermedad, manteniendo sus controles en el hospital y tiene diagnóstico de artrosis de rodilla, para

lo que le han indicado paracetamol en caso de presentar dolor, el cual ella refiere que no es usual.

2.3 Objetivo de intervención

Motivo de derivación

El objetivo de intervención que se plantea en un inicio se basa en la derivación realizada por el psicólogo del centro diurno, quien refiere que usuaria se expresa muy poco verbalmente en los talleres del CEDIAM donde participa. Según palabras del propio psicólogo: *“la interacción de la Pilar con otros usuarios es muy débil, por lo que se deriva a sesiones individuales con el fin de trabajar su expresión, para que sea capaz de enfrentar situaciones donde se requiere de la participación de forma activa y dejar de lado esa pasividad la cual hace parecer como si fuera sin importancia. Pilar no presenta depresión ni ansiedad, pero si es muy reservada al momento de expresar de manera colectiva las distintas acciones que realiza.”*

De acuerdo con estos antecedentes, se plantea en la planificación, primeramente, la construcción de un vínculo terapéutico y la facilitación de la exploración y conexión con los materiales, para generar un espacio seguro para promover el desarrollo del proceso arteterapéutico y determinar si existe otro motivo de consulta o afinar el mismo.

Durante el desarrollo de las sesiones, se observa que la usuaria no ha expresado ninguna problemática específica como motivo de consulta. Sin embargo, se identifica una relación positiva basada en la facilitación de su autoconocimiento, rescatando sus experiencias de vida y resignificándolas a través del proceso creativo. Por lo que se invita a la usuaria continuar las sesiones, teniendo en cuenta éste y otros beneficios de la práctica de arteterapia, a lo que la usuaria accede.

Por consiguiente, se plantearon los siguientes tres objetivos:

Fase inicial (1-3 sesión):

1) Potenciar la expresión creativa y verbal a través del vínculo terapéutico.

Fase media y final (4- 12 sesión):

2) Promover el autoconocimiento a través de la expresión creativa con materiales artísticos.

3) Facilitar una mirada retrospectiva de las experiencias de vida a través del procesocreativo.

2.4 Setting

El lugar que se dispone para las sesiones es una de las salas del centro que tiene acceso inmediato a los materiales de arte que se encuentran en un mueble con llave, donde también se guardarán las obras, en este espacio también hay sillas, mesas e iluminación adecuada. Esta sala se utiliza para llevar a cabo el proceso de arteterapia grupal e individual, por lo que, también es compartido con la compañera con quien realizo la práctica.

Sala para sesión de arteterapia



Mueble para materiales y obras



Materiales

Los materiales seleccionados para las sesiones se propusieron de manera de generar primeramente un acercamiento hacia ellos, debido a que la usuaria consultante no estaba vinculada mayormente a materiales artísticos, es por esto por lo que por un lado se plantean ejercicios de caldeoamiento para explorar sus diversos usos, *in- corporarlos*, es decir, registrarlos en el cuerpo, familiarizarse con éstos, paraposteriormente trabajar con ellos en actividades centrales. Por otro lado, se utilizan materiales de alto control en etapas iniciales del proceso y materiales de medio y bajo control en etapas posteriores. Esta clasificación, no tan sólo generó un desarrollo progresivo, sino que también influyó en el desarrollo de la sesión, en cuánto al proceso vincular, como las respuestas de la consultante durante el desarrollo de la obra, verbalización espontánea, periodos de latencia, entre otros.

Encuadre

Se determina junto con la usuaria los horarios de taller, los viernes de cada semana desde 8.30hrs. a 10.00 hrs. durante 12 semanas, exceptuando los días feriados donde el centro permanece cerrado, comprendiendo los meses septiembre, octubre, noviembre e inicios de diciembre del 2023. Cabe mencionar que usuaria paralelamente es partícipe de taller de arteterapia grupal, correspondiente a la misma práctica, donde asiste los martes de 15.45 a 17.30hrs.

Por otro lado, se establece y refuerza a la usuaria que espacio de arteterapia es un espacio-tiempo dedicado a ella, por lo que se incentiva hacia la toma de decisiones autónomas y libres, teniendo como base un enfoque orientado al fomento de la autonomía de las personas mayores y la “toma de espacios”, es decir, promover y ofrecer un servicio para y con la usuaria.

Dentro del encuadre arteterapéutico se encuentra que para ser partícipe del espacio no se requiere tener manejo experto de las técnicas a trabajar, sino principalmente se requiere la voluntad de expresarse a través de medios artísticos, teniendo en consideración el proceso creativo más que tan sólo el resultado estético. Este encuadre debió ser reforzado en varias ocasiones durante el proceso de intervención.

También las sesiones se abordaron en tres fases:

Bienvenida – caldeamiento: corresponde al recibimiento de la usuaria dando inicio al espacio arteterapéutico por medio de preguntas como: ¿Cómo estuvo tu semana? ¿Cómo llegas a la sesión hoy? En etapas iniciales se realizan caldeamientos para sensibilizar el cuerpo y acercar el uso de materiales artísticos, así como también iniciar proceso vincular entre usuaria y facilitadora.

Actividad central: en esta parte se desarrolla el trabajo principal, en muchas ocasiones aparece el diálogo basado en la obra durante el proceso creativo.

Cierre: etapa donde normalmente usuaria presenta obra y proceso artístico y se observa en conjunto con la facilitadora, espacio donde usualmente determina un título a su obra.

2.5 Técnicas y enfoques utilizados

El enfoque utilizado principalmente fue humanista, teniendo como objetivo establecer la espontaneidad y la creatividad como elementos que contribuyen a la satisfacción personal, crear una conexión creativa, por medio del uso de las artes expresivas (Orive, 2022).

A su vez, este enfoque destaca que la persona tiene enormes potencialidades de crecimiento, todavía no realizadas y con el trabajo se pretende acentuar el desarrollo de

este potencial, al tiempo que la concepción de una personalidad sana en oposición a la visión psicopatológica del hombre y la sociedad (Villegas, 1986, p.31).

También se rescatan elementos para el análisis del estudio de caso desde la orientación gestáltica, en cuanto al desarrollo del proceso de creación, el profesional facilita al consultante la identificación de la «figura» como todo aquello que se manifiesta y necesita ser atendido dentro de la sesión (ésta representa, por presión, la necesidad a ser satisfecha). El «fondo», por otra parte, se identifica como material utilizado para la base de la «figura» y, con el cual, se genera un diálogo que permite a la persona experimentar equilibrio interno y ensayar cambios por medio de materiales, formas y colores (Ojeda, 2011).

También las actividades de arteterapia fueron tanto dirigidos como no dirigidas, que se plantearon según las necesidades de la usuaria observadas durante el proceso y también estuvieron enfocadas en fomentar su autonomía, en cuanto al uso de materiales, técnicas y consignas, a medida que se desarrollaba el vínculo terapéutico.

Las técnicas utilizadas comprenden la utilización de medios sólidos y fluidos, utilizándose de manera progresiva como se menciona anteriormente, acá se encuentran la técnica de collage, escritura, lápices de distinto tipo (colores, cera, marcadores), arcilla, pasteles secos, acuarelas y témperas.

Cabe mencionar que se utilizó la técnica de garabateo al inicio de las primeras sesiones a modo de desarrollar el vínculo con la usuaria y que ella se familiarizara con el material, Kramer (1971) define esta manera de manipular el material como “pictographs”, refiriéndose que son dibujos que reemplazan o complementan a las palabras como, por ejemplo, un diálogo dibujado entre paciente y terapeuta (López, 2011).

De acuerdo con Fernández-Manchón (2012) Winnicot utilizó el garabateo a modo de juego con niños en aquellos casos en que era inviable, bien por la edad del niño o bien por alguna dificultad física o cognitiva. En este caso, se desarrollaron dibujos a

modo de caldeamiento, considerando que el juego está dentro de la capacidad intrínseca de todos los seres humanos, independientemente de la edad. Estos dibujos proporcionan al análisis del proceso no tan sólo como una serie de muestras de conductas registradas en el papel, sino un registro de la interacción inconsciente entre el niño (en este caso persona mayor) y el terapeuta. Cabe mencionar entonces que esta técnica fue utilizada para desarrollar el vínculo terapéutico y habilitar el espacio de arteterapia, a la vez que se aproximaban los materiales a utilizar en la actividad central.

2.6 Estudio de Caso

2.6.1 Relato del proceso arteterapéutico de las sesiones más importantes

A continuación, se describen las sesiones que se han identificado como más relevantes en cuanto al desarrollo del proceso arteterapéutico, en su totalidad fueron 12 sesiones las cuales pueden visualizarse en un resumen en anexos.

Tabla de objetivos en relación con el desarrollo de sesiones

Sesión	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Fase	Fase Inicial			Fase Intermedia				Fase Final				
Objetivo	Potenciar la expresión creativa y verbal a través del vínculo terapéutico.			Promover el autoconocimiento a través de la expresión creativa con materiales artísticos. Facilitar una mirada retrospectiva de las experiencias de vida a través del proceso creativo.								

Para comenzar, quisiera contextualizar que dentro de la primera sesión se realiza la entrevista inicial en conjunto con la primera creación artística basada en la técnica de collage, en esta sesión se desprenden algunos elementos que se tomaron en cuenta para

el desarrollo de las sesiones siguientes cómo, por ejemplo, la afinidad de Pilar con la técnica, a la que alude que le ha gustado mucho y donde se presenta a través de imágenes que representan personas de su familia, y a pesar de que logra finalizar la obra, en esta sesión se observan momentos donde ella me pide ayuda utilizando frases como “no sé cómo armarlas (las imágenes)”, “ayúdeme” y consultándome si la obra “está bien”. Veremos más adelante cómo esta disposición de Pilar hacia el proceso creativo fue cambiando, junto a otros elementos.

Sesión n° 2

Objetivo de la sesión

Crear una obra en base a sus propias manos y escribir en torno a éstas.

Materiales

Distintos tipos de lápices de colores (palo, cera, acrílicos), block 1/8.

Consigna

“Mis manos”

Descripción de la sesión

Caldeamiento: Pilar llega de manera puntual, doy recibimiento y bienvenida. La invito a hacer líneas utilizando diversos lápices para explorar los materiales.

Pilar realiza unas líneas rectas indicando que ese es el recorrido que ella hace para llegar hasta el centro diurno. Le comento que también voy a intervenir la hoja y le muestro los distintos lápices, le muestro que los lápices pastel grueso pueden utilizarse de manera horizontal, y ella luego de varios intentos lo realiza. Alternamos el uso de plumones de colores sobre la hoja, realizo unas líneas discontinuas aleatoriamente que ella une, también cruzo unas líneas que ella completa formando un símbolo, refiriendo que es un 8. Me sorprende gratamente la iniciativa que toma Pilar y su involucramiento en realizar marcas sobre la hoja. Observo que tiende hacer líneas rectas paralelas a otras y

utiliza colores variados, persistiendo en el café y verde.

Fue la primera vez que realizo el caldeamiento de esta forma con Pilar, por este motivo estaba muy expectante de los movimientos que haría Pilar en la hoja, manteniéndome muy atenta y a la vez me abstuve de no realizar tantas intervenciones verbales para ver de qué manera se daba el proceso y lo que emergiera, así pude descubrir que ella mostraba iniciativa en indicarme los dibujos que hacía “el recorrido que hacía hasta su casa”, “el 8”. También percibo que esta actividad no me conectó tanto con el juego, y lo relaciono a la vigilancia que mantuve hacia Pilar, a diferencia de que a ella la observé muy involucrada e interactuando en todo el proceso, lo que me otorga un sentido de satisfacción, por un lado, al poder facilitar este proceso, y por otro, reflexiono en torno a dar más espacio a lo espontáneo desde mi parte en los caldeamientos próximos.

Actividad central:

La invito a dibujar sus manos. Observo que marca sus manos de manera lenta y por esto siento inquietud y ganas de ayudarla, pero me abstengo de intervenir para observar su relación con el material sobre sus manos, en este caso plumón, es decir, un material de alto control, además considerando que ella no presenta ninguna limitación física que impida el desarrollo grafomotriz. Pilar menciona que “con el tiempo las manos se van enchuecando” y “con el plumón: ahora las enchuequé yo”, haciendo alusión a una línea que se sale del diseño que ella realizaba. Me preocupa el hecho de enfrentarla con este aspecto sobre su autoimagen donde ella refiere que sus manos están “chuecas”, sin embargo, le devuelvo que no observo lo mismo y además que si ella desea puede corregir lo que ella quiera en el dibujo. Me doy cuenta de que, con esta última acotación, tuve la oportunidad de reforzar el encuadre de la arteterapia a Pilar, destacando la cualidad que tiene la obra, en este caso otorga la posibilidad de intervenir, modificar y mejorar los aspectos que requiera la persona.

Le menciono que ahora puede decorarlas si quiere y pinta de color rojo la punta de los dedos “tiene las uñas pintadas”, menciona que el dibujo le resulta un poco

desordenado y lo corrige. Le pregunto a Pilar si ella usa las uñas pintadas y refiere que no, cuando colorea el dibujo, muestra una disposición más alegre ante lo resultante en la obra, esbozando una sonrisa y mostrando más relajo en su actitud corporal.

Cierre

La invito a escribir en torno a su obra, ofreciéndole un papel, sin embargo, elige escribir sobre ésta lo siguiente: "Mis manos son grandiosas y perfectas que Dios nos ha regalado para nuestro uso, porque todo lo que hacemos con ellas es bueno y servicial, desde niños lo primero que nos hacen es tomarnos las manitos y después para guiarnos por el mundo", ella decide que ese es el título de su obra.

Le consulto a Pilar si considera trabajar algún aspecto dentro del marco de intervención de arteterapia, a lo que ella alude que está a disposición a "aprender" lo que de acá pueda aprender, le menciono nuevamente los aspectos que son posibilidades para ella y le refuerzo si le surge algún tema podríamos conversarlo en la próxima sesión.

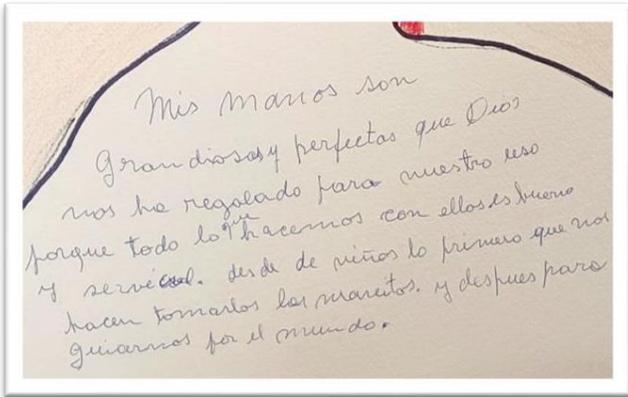
Comentarios y reflexiones

Pilar muestra un desenvolvimiento de su creatividad al tomar iniciativa y crear símbolos a través de actividad de garabateo. Une las líneas discontinuas realizadas por la facilitadora, lo que podría dar cuenta un avance en el proceso vincular. El hecho de reforzar el encuadre en arteterapia, enfatizando en que la obra puede modificarse, plantea el desafío de flexibilizarse en torno al cambio y por lo tanto es un aspecto que la usuaria podría extender a la vida diaria también.

Por otro lado, destaco que, a lo largo de la sesión, como así en la anterior, Pilar se muestra conversadora, con gran intención comunicativa, motivada en sus relatos, lo que se contrasta con el motivo de consulta original. De acuerdo con este antecedente, reflexiono acerca de qué otros elementos puedan intervenir en este espacio y que puedan beneficiar a Pilar, de este cuestionamiento emergen temáticas como el autoconocimiento

y autocuidado.

Imágenes sesión n°2



Sesión n° 4

Objetivo de la sesión

Crear una obra simbólica que hable de ella misma.

Materiales

Pinturas, pinceles, block 1/8.

Consigna

Si tú fueras un árbol ¿Cómo sería ese árbol?

Descripción de la sesión

La sala se encuentra húmeda por una fumigación que han realizado en el CEDIAM, lo que genera atraso en el inicio. Le presento los nuevos materiales: acuarelas y pasteles secos. Me comparte que nunca los ha utilizado, sólo las témperas. Le indico que haremos el caldeamiento en conjunto, comienzo a pintar sobre la hoja y me pregunta si seguimos las líneas le digo que sí, tomando su pregunta como una invitación a trabajar a la par. De esta manera, continúa la línea y le propongo hacer formas con la pintura, empieza por hacer una línea ondulante en la parte inferior. Juntas vamos rellenando las formas, Pilar realiza líneas discontinuas como realizando texturas. Al comenzar a pintar las formas que ella realiza me siento un poco incómoda pensando que estoy interviniendo parte de su creación, pero luego recuerdo que la idea del caldeamiento es hacer emerger lo espontáneo y eso también me incluye a mí como facilitadora, creando esta obra en conjunto con la usuaria. Pilar comenta: así uno puede crear paisajes... Le consulto y la animo a identificar imágenes: ¿Qué ves tú? “veo árboles”, veo un “tronco secándose”, “flores”, “una flor, una campanita”, “algo mordiendo, una figura, tiene patitas” dice. Me llama la atención que Pilar haya mencionado “un tronco secándose”, ya que de inmediato pensé en la consigna del trabajo central, el cual se relaciona con un árbol, y no tan sólo ese aspecto sino también que sea un tronco *que está secándose*, pienso en la cualidad que tiene el arte de conectarnos con la intuición y el valor simbólico que las imágenes nos

brindan. Como esta actividad se plantea como caldeamiento, juego y exploración de materiales, no ahondo más profundamente en lo hallado, esperando hacerlo en la actividad central.

Actividad Central

Le menciono la consigna a Pilar, invitándola a trabajar con pintura. Ella indica que “es mala para el dibujo”, le refuerzo encuadre y selecciona una imagen de un recorte de árbol y se guía con éste para realizar un dibujo, ocupando lápiz mina, refiere que es un naranjo. Al observarla dibujar, me da la impresión de que no ha entendido del todo la pregunta por lo que le vuelvo a consultar: Le pregunto si ella fuera un árbol cual sería: un álamo, por lo alta, me responde. Comienza a pintar y utiliza el mismo pincel para toda la obra, este aspecto me inquieta un poco, ya que observo que realiza las formas con dificultad, a pesar de que tiene a disposición los demás pinceles, que podrían facilitarle esta tarea.

Refiere terminar y le muestro su trabajo alejándolo para que lo vea en perspectiva, Pilar refiere que le falta el suelo que luego pinta con lápices verde y café. Al comentar acerca de su obra comenta que “las naranjas están maduras”, y haciendo alusión a las naranjas dice que son “frutos que dan vida”. Le pregunto sobre en qué se parece ella a ese árbol y ella indica “En las ramas, encuentro que hago hartas cosas para mi edad”, le pregunto cómo se siente con eso, ella dice que bien porque al final del día se siente conforme.

La sesión es interrumpida en medio de la presentación de la obra, donde utilizan la sala, Pilar se muestra inquieta por la hora y la sesión termina. Esta situación me preocupa, ya que no se logra ahondar en los aspectos que emergieron de su obra y quedo con una sensación de frustración, reflexiono de qué manera se pueden revisar estos aspectos, pienso si es pertinente retomarla en la próxima sesión o al final, en el cierre, tomo esta última opción para dar continuidad a las sesiones.

Comentarios y reflexiones

Pilar muestra iniciativa y se involucra en actividad de caldeamiento. En actividad central ella muestra resistencia hacia el dibujo, sin embargo, adhiere a la consigna y realiza dibujo que luego pinta quedando conforme. La obra contiene muchos elementos simbólicos a explorar, rescatando algunos como la similitud de ese árbol con la propia usuaria. En esta sesión, se establece una relación más estrecha entre la obra y lo que se puede extraer de ella, como medio simbólico, a través de las preguntas que se realizaron se rescataron elementos que traen a la conciencia algunos aspectos de la propia usuaria.

Imágenes sesión n° 4



Sesión n° 5 y 6

Objetivo de la sesión

Facilitar la autonomía de Pilar en uso de material y consigna.

Materiales

Variado, disponible a elección de usuaria.

Revistas, block 1/8, pegamento y tijeras.

Consigna

Hoy se trata de ti: ¿Qué te gustaría hacer hoy?

Descripción de la sesión

Indico a Pilar que esta sesión estará basada en sus propias elecciones de materiales y temática, ella comenta “me cuesta empezar” toma las revistas y comienza a revisarlas, prefiere buscar imágenes que ocupar las pre cortadas. Mientras revisa las revistas, Pilar inicia conversación acerca de su esposo fallecido hace 7 años. Y selecciona y recorta imágenes a medida que cuenta cómo llegó a Santiago desde Illapel, sus hijos y su casa. Elige una imagen de mujer que proyecta ser ella cuando se muda a Santiago. “Cuando llegué a Santiago, piernas flacas, pero bien valiente...” Comenta acerca de sus hijos “Mi hija...mis hijos son buenos no se olvidan de mí...” haciendo referencia a imagen que posiciona en parte superior derecha. Cuenta historia de cómo conoció a su esposo y la casa donde vive actualmente. Menciona también “la gente me quiere mucho”, refiriéndose a cómo ella ha sido y es actualmente.

Me percató de que falta poco tiempo para terminar la sesión y Pilar sólo tiene algunos recortes, me comienzo a preocupar, pero me doy cuenta de todo lo que hemos conversado a lo largo de la sesión. Le anticipo sobre el término de la sesión y el tiempo disponible y acordamos en terminar el collage en la próxima sesión, le guardo las imágenes que había recortado en un sobre.

En la siguiente sesión, se da continuidad a la obra, Pilar revisa revistas y se muestra dubitativa, preguntando “¿qué haremos hoy? Ayúdeme.” Le propongo mirar la obra y continuar revisando las revistas por si hay algún elemento que desee agregar. Encuentra una imagen y refiere que es su hijo. Comenta acerca de sus hijos refiriéndose que son profesionales “ese es un triunfo para mí”. Luego agrega imagen que le recuerda a su madre, contando detalles de cómo vestía, agrega texto que dice “recuerdos de infancia” Imagen que refiere son “dos amigas “e imagen de “su casa.” La casa donde llegué, la historia “es un cuento de hadas con final feliz”, se abre el espacio de conversación en torno a esto. Al finalizar pinta con lápices de color verde y café el fondo.

Comenta sobre como su esposo fallecido no estaba muy presente, “los demás creían que yo era sola”. Cuando quedé viuda “quedé igual”. “quedé shockeada igual pero no me iba a quedar llorando” “Mi hija estaba trabajando y mi hijo se bloqueó porque era muy apegado a él” comenta. ¿Siempre tuviste esa actitud? Le consulto y dice “mi mamá también fue hombre y mujer. Yo tenía que ir a vender al pueblo, iba en un burro”.

Cierre

En el medio de la creación conversamos sobre el lenguaje de imágenes y cómo éstas “nos hablan”. También emerge conversación acerca de su nombre, agrega que no le gusta y prefiere su segundo nombre. Al firmar la obra, escribe su primer nombre y dice que debió poner el segundo. Agrega que el tiempo se le pasó muy rápido y su lenguaje corporal denota relajo.

Título de la obra: "Recuerdos de mi infancia"

Comentarios y reflexiones

Pilar crea obra con material que le acomoda, según lo que ha indicado anteriormente, parece relajada corporalmente y se abre mucho espacio para conversar.

Emergen temáticas que no habían surgido en sesiones anteriores, lo que denota una mayor confianza en el espacio arteterapéutico, es en esta sesión donde la usuaria por primera vez hace referencia al tema de su viudez, y encontramos aproximadamente en la mitad de la intervención, lo que me genera un sentido de logro en torno a los objetivos, y me tranquiliza que Pilar pueda expresar estos contenidos tan sensibles como el fallecimiento de un ser querido a través de la construcción de su obra. En este contexto ella refleja mucho de su intimidad, lo que me hace reflexionar en torno a cómo cuidar este espacio de confianza que se ha construido.

Durante la sesión, surgió una conversación acerca de su nombre, lo cual relaciono con la aparición de ella misma (recorte de mujer) en una imagen dentro de su obra. Esto sugiere que el nombre podría ser un aspecto para explorar en relación con su identidad, aparte de lo que ya ha mencionado en esta sesión, el trabajo con el nombre propio también es sugerente de un proceso de autoconocimiento, a medida que la persona reflexiona en cómo se identifica o no con su nombre, con las características en torno a éste a lo largo de su vida, contrastándolo con su verdadera esencia.

Sobre la etapa de viudez, usuaria hace alusión al cómo pudo sobrellevar proceso de duelo. Me contenta conocer el grado de *insight* que tiene Pilar acerca de sus propias fortalezas y herramientas, que finalmente la llevaron a sobrellevar sus duelos.

Pinta el fondo con colores que ha utilizado anteriormente y se mantiene conversando durante el proceso, profundizando acerca de la superación de su viudez y cómo se siente con los hijos que tiene. Todo esto da cuenta que, a través de la obra, la Pilar pudo hablar de sí misma y cómo vivió los procesos de mudanza y viudez (duelos). Asimismo, ella logra reconocer fortalezas y actitudes que la impulsaron a salir adelante.

Otro aspecto emergente en esta sesión es que Pilar decide buscar las imágenes para realizar la composición de collage, lo que demuestra mayor iniciativa en el proceso creativo y si bien, es una técnica de alto control, éste se desarrolla aún más teniendo en cuenta esta perspectiva. También observo que el proceso mismo se presenta como medio

comunicativo, ya que Pilar se va conectando con las imágenes que revisa en las revistas y me comenta acerca de su vida.

Imagen sesión n° 5 y n° 6



Sesión n°7 y n°8 Objetivo de la sesión

Crear una obra basada en imaginación utilizando la pintura como medio creativo.

Materiales

Block 1/8 de pintura doble faz, pinturas, pinceles, masking tape.

Consigna

Pintura a partir de imaginación- “Mi casa” (título de la obra)

Descripción de la sesión

Se da la bienvenida a Pilar al espacio arteterapéutico, de manera general se le consulta sobre su semana, ¿Hay algo que quieras comentar sobre la sesión anterior?, ella menciona que fue bueno porque “hice algo que yo sentía”. Se le consulta ¿Cómo llegas a la sesión hoy? y se abre el espacio de conversación.

Le indico verbalmente y acompaño con movimientos de movilidad articular teniendo música de fondo, ella se muestra muy involucrada y después comenta que quedó “livianita”. Posteriormente, facilito una imaginería basada en la exploración de su mundo interior, invitándola a explorar acerca de quién ella es y la sabiduría que reside dentro de ella. La animo a permitirse explorar lo que aparezca durante el ejercicio.

Actividad Central:

Post imaginería: al consultarle sobre la experiencia me indica que veía todo verde, “como un campo, como mi casa que ahora está todo verde, no había oscuridad.” La invito a pintar acerca de lo que visualizó en la imaginería, lo que sintió o lo que necesitara en ese momento. Pilar me pide lápiz de mina y comienza a dibujar, en este momento Pilar se mantiene en silencio, luego pinta prolijamente cuidando los detalles, bordeando con el pincel para luego rellenar con pintura, muestra preocupación al salirse del borde que había dibujado. Me habla sobre las flores: “éstas son chinitas, unas flores”. Respira hondo. Al observar que Pilar se ha tomado más tiempo de lo que pensaba, me inquieto internamente y decido no abrir conversación por temor a que se demore. Le anticipo que estamos próximas al cierre, ella me pregunta si puede terminar en la sesión que sigue, le respondo que sí, por supuesto.

Le pregunto cómo se va: “soy mala para pintar, pero algo salió”.

Se continua obra en la siguiente sesión, no se realiza caldeamiento corporal, ya que se inicia conversación y se priorizan los tiempos. Pilar comienza a manipular los

materiales, conversamos sobre la obra, le devuelvo lo que mencionó en la sesión anterior.

Pide lápices de colores para definir los bordes, del techo, de las ventanas, de la puerta con lápiz café. Luego pinta el suelo con verde y café “así queda como la tierra”. “El café siempre queda bien, el café le da el toque”. Las puertas están cerradas porque no hay nadie en la casa.” Le devuelvo lo que me llama la atención del color tierra también en el fondo, no hace alusión a este aspecto y agrega que el “verde da vida”. Para poner el título me dice que yo lo escriba, este aspecto me hace sentir un poco incómoda, y le pregunto ¿por qué quieres que yo lo escriba? Me dice que es porque tengo bonita letra, siento por un lado la incomodidad de intervenir sobre su obra, pero también siento que me está invitando a escribir su título debido a la confianza y el espacio compartido, así que accedo. Titula su obra como “Mi casa”.

Hablamos sobre lo que significa su casa, y dice: “me quedé sin merecerlo, eché raíces” “vivir lo que hemos construido y pasarlo bien”. “Hay que vivir, y si quedan los recuerdos, pero digo estoy viva y tengo que hacer algo”.

Al cierre, Pilar indica que no se atrevía hacer nada, con un tono de sorpresa mirando su obra. La invito a escribir, para explorar medio y aprovechando la afinidad con el lápiz elemento alto control. Pilar accede y le doy a elegir el formato de papel, elige una hoja tamaño carta de color verde.

Comentarios y reflexiones

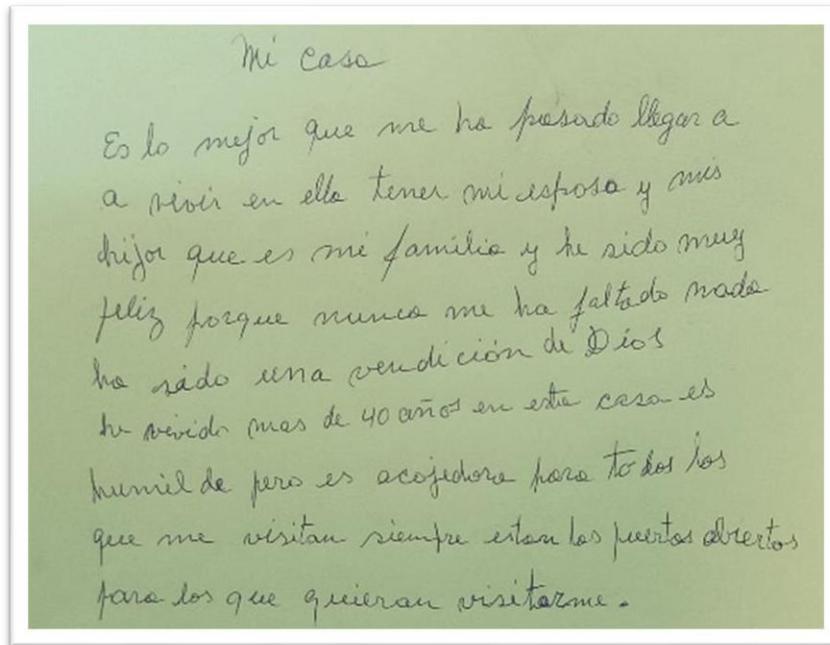
La usuaria realiza obra en base a imaginación, donde se presenta un elemento personal, dibujando y pintando lo que es su casa. Posterior a la pintura Pilar se muestra más conversadora indicando y verbalizando aspectos de la obra, durante el dibujo permanece más silenciosa. Se acuerda con ella continuar la obra en la sesión siguiente. Nuevamente la obra se termina en una segunda sesión, esta vez me siento más tranquila, ya que me doy cuenta de que a diferencia de cómo pensaba, esta práctica me ha mostrado que los ritmos de una sesión pueden variar, y me impulsa a ser más flexible a

la hora de intervenir. Además, me permite observar los elementos que alrededor de este tipo de situaciones, como por ejemplo que en esta sesión se destaca la aparición de un elemento tan íntimo como lo es la casa de Pilar, la importancia que ella refiere sobre sus plantas y el simbolismo que tiene la puerta en la imagen total.

Por otro lado, es llamativo que en la obra y según lo referido por Pilar, la casa está con las “puertas cerradas” porque no hay nadie en casa v/s en escrito “puertas abiertas” para quienes deseen visitarla. Además, rescato que, en el escrito, Pilar da cuenta de aspectos propios de ella, como lo es su carácter acogedor hacia sus visitas, lo que evidencia el reconocimiento de esta cualidad personal, además agregar que Pilar me realiza una invitación a su casa escribiendo su dirección en el papel por si quiero visitarla, este gesto me parece una demostración del desarrollo de la confianza que ella me tiene y que se ha construido a lo largo de este proceso.

Imágenes sesión n°7 y n°8





Sesión n°9

Objetivo de la sesión

Facilitar la expresión creativa a través de formato amplio

Materiales

Pliego de cartulina, lápices de diverso tipo (cera, pastel, palo, entre otros), témperasólida, cinta de enmascarar. Hoja carta y lápiz pasta.

Consigna

¿Qué pasa cuando me atrevo? Consigna inicial que se cambia por: Si hicieras algo nuevo ¿qué harías?

Descripción de la sesión

Se inicia sesión realizando ejercicios de movilidad articular y activación corporal, acompañado de música de pie. Pilar refiere que se siente muy bien posterior a éstos.

La invito a la creación de obra, indicándole que existe un formato amplio disponible como soporte para ubicar en el muro, le doy a elegir si lo disponemos de manera vertical u horizontal, decide de manera horizontal y lo acomodamos juntas. Por muy simple que parezca, creo que al facilitar estas dos opciones acerca de la disposición del material, son maneras de que la usuaria ejerza su autonomía y que desde un inicio se conecte con sus propias elecciones.

Le entrega la consigna a Pilar: “Si hicieras algo nuevo ¿qué harías?”, si me atreviera hacer algo nuevo ¿Qué haría?, ella responde: “un paisaje”. Dibuja con lápiz grafito elementos de la naturaleza realizando trazos sutiles comenzando desde arriba hacia abajo. Al inicio tomo distancia de Pilar para observar en perspectiva y que mi mirada no afecte su actuar. Pilar se muestra muy concentrada realizando los detalles de su dibujo.

Luego utiliza pasteles secos para dar color, observo que utiliza verticalmente hacia la hoja, le muestro que puede utilizarlo de manera horizontal, Pilar se muestra sorprendida y contenta agregando que debido a ese cambio queda mucho más cercano a cómo es la textura, de en ese caso, la tierra de las montañas. Refiere que la “cordillera está nevada” y que “siempre hay árboles”. Agrega que “me gusta combinar el verde con el café”. Éste es un río que tiene de todos los colores. “Un niño, una niña y su mamá” indicando las personas que dibuja, le consulto ¿y esa familia quiénes son?” una familia campesina” responde. Pilar me dice “la casa está como puesta para llegar y entrar”.

Pilar comienza a cantar tarareando, lo que me genera mucha tranquilidad porque me transmite que está relajada en su creación. Pilar refiere que para hacer detalles más pequeños es mejor utilizar lápices de colores y va por ellos. Le muestro posibilidad de

difuminar, pero no lo realiza. Pilar utiliza toda la amplitud del pliego para dibujar y pintar, lo que demuestra mayor confianza y mayor involucramiento del cuerpo en la creación.

Cierre

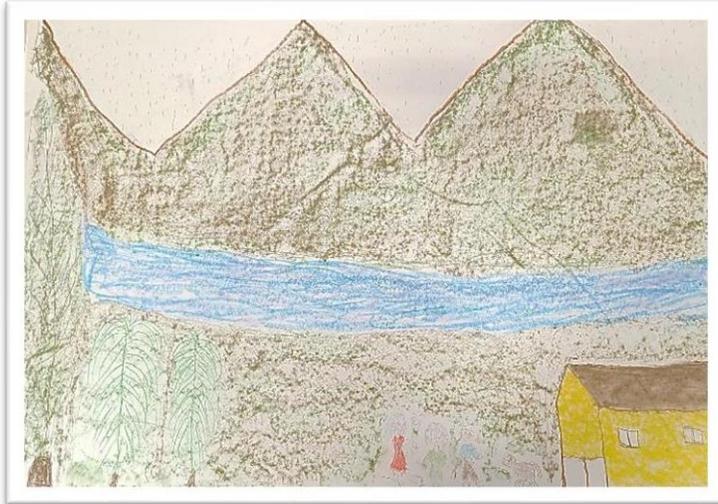
Le pregunto por el título de su obra, ella indica “Mi campo”. La invito a alejarse un poco de su obra y observarla con un poco de distancia y escribir en base a ella. Existe un periodo de latencia y parece dudar, mencionando que no sabe cómo, le sugiero posibilidades: hacer un escrito libre, comenzar escribiendo el título, asociaciones espontáneas o como desee. Comienza a escribir y su disposición corporal indica involucramiento en la tarea y concentración.

Comentarios y reflexiones

A pesar de que en la propuesta inicial de explorar la hoja con témpera sólida Pilar comenta que no sabe qué hacer, sin embargo, no pide ayuda, como en veces anteriores. Me llama la atención que realiza una casa que refiere que siempre le hubiese gustado tener una casa como esa, sin embargo, en el escrito habla de "nuestra casita". De la misma forma, al preguntarle por la familia sobre quienes eran dice: una familia campesina y luego en el escrito también hace alusión que es su casa de campo y el paisaje es de su infancia.

Cabe destacar también que en el ejercicio de la sesión la ubicación de hoja en pared permite trabajar la obra sin la mirada directa de la facilitadora hacia la usuaria, lo que permite tener menos estímulos y podría beneficiar en cuanto a la focalización e involucramiento de ella en su proceso creativo.

Imágenes sesión n°9



Este paisaje me trae muchos
recuerdo de mi pueblo de Illopel
donde viví toda mi infancia
contemplando los cerros y la
Cordillera nevada. los campos
verdes el río Choapa con
arte agua y nuestra casita
de campo.

Sesión n° 10

Objetivo de la sesión

Crear una obra en base a imaginiería, rescatando imágenes internas.

Materiales

Variedad de materiales a disposición: pinturas, témpera sólida, revistas, lápices, plumones, pegamento, papel hoja de block 1/8, medio pliego cartulina, lápiz.

Consigna

“Mi naturaleza”

Descripción de la sesión

Se le da bienvenida a Pilar y le pregunto cómo estuvo su semana y cómo llega a la sesión. Se realizan respiraciones conscientes de manera sentada, y se realiza imaginiería en torno a explorar el concepto “mi naturaleza”, indicando prestar atención a los colores que surjan, sensaciones, formas, etc. Pilar se muestra relajada en su postura corporal y al preguntarle indica “uno nunca hace estos ejercicios, es bueno, me gustó”, “vi colores pasto verde- café”, “Me veo en el campo”.

Le ofrezco la opción de elegir la técnica y el formato de soporte que prefiera. Inicialmente elige un block 1/8 que luego cambia, al darse cuenta de que el recorte que había seleccionado era demasiado grande y no se ajustaba a la amplitud del soporte.

Comienza a tararear, le pregunto y me dice “mi mamá se ponía a tararear cuando cocinaba”. Me muestra imágenes y me habla de sus viajes. Luego me muestra otra y me dice “estos son mis colores”. Pega un primer recorte de una mujer, y luego otros más. Me indica la imagen de la mujer y me dice “ella se está imaginando toda la naturaleza que hay” “Ella se ve feliz, se ve contenta y es como en una tarde de verano porque está quitadita de ropa”. Luego me señala “Las plantas, las flores, las ovejas, falta el ovejero,

¡deben estar en las casas... ahí está! está todo entonces... ¿Y los pajaritos? los pajaritos que nunca faltan, ahí hay uno que está en su nido”, ¿Y esa imagen la última? “Este es como un patio de una casa: se ve un macetero con unas flores en una casa como una terracita.” ¿Y se relaciona con la imaginación? “sípo yo me imaginaba como esas cosas: ese verde siempre me aparece”.

Cierre

Le pregunto si al mirar la obra le surge algún título dice: “nuestra naturaleza”. Me pide que lea lo que dice en la imagen al lado derecho de la mujer que aparece en un recorte y luego dice que ese es el título. ¡Ve y ni lo había leído! ¿Qué te parece, coincides?, le pregunto, y me responde: “sí po uno ha pasado tantas cosas, bueno yo he tenido más alegrías que tristeza.” “Uno no quiere tener más de lo que ha tenido, ya está conforme, yo estoy conforme, me siento conforme con lo que he sido, no he tenido sufrimientos grandes, siempre estoy pendiente de mis hermanos”. La expresión facial y corporal de Pilar denota satisfacción, le pregunto cómo se va de sesión y dice “contenta, uno cree que no es capaz de hacer cosas y es capaz.”.

Comentarios

Pilar en esta sesión, se refiere acerca de “sus colores”, lo que denota su capacidad para identificarse y hace mención de que también los ha utilizado en las sesiones anteriores, coloreando con verde y café.

Observo que Pilar se mantiene conversadora a medida que realiza collage, mostrando una relación entre material y verbalización, similar como ha ocurrido en sesiones anteriores con la misma técnica.

Asimismo, Pilar encuentra texto que estaba en imagen que había pegado y al leerlo está completamente de acuerdo con su mensaje por lo que indica que ese sea el título. Esta situación refleja su espontaneidad y capacidad intuitiva, y nuevamente emerge el tema de estar conforme con su vida.

Por otro lado, Pilar me pide que lea el escrito que ha elegido. El hecho de hacerme partícipe, aceptando su invitación, me hizo sentir muy honrada y creo que demuestra que el vínculo que hemos construido en la dinámica del espacio arteterapéutico sigue desarrollándose, además de que percibo que comparte conmigo sus aprendizajes de vida por medio de lo que me dice, como si intentara transmitirlos de alguna manera. También me llama la atención a que a pesar de que la consigna era “mi naturaleza”, ella hace una obra y la titula como “nuestra naturaleza” agregando paisajes que ella ha conocido y conocerá en próximos viajes. Por último, la elección del recorte de la mujer y el hecho que se refiriera en tercera persona “ella se está imaginando la naturaleza...”, da cuenta que hay una proyección de ella misma en la obra.

Imágenes sesión n° 10



Sesión n° 12

Objetivo de la sesión

Revisión de proceso arteterapéutico – sesión de cierre.

Materiales

Obras de sesiones anteriores.

Consigna

Revisar cada obra y rescatar emergentes de cada una y del proceso.

Descripción de la sesión

Se inicia sesión compartiendo un mate que es preparado en conjunto con Pilar. Conversamos sobre el paso del tiempo en las sesiones y lo que ella ha vivido. Revisamos una a una cada obra, a la vez que le voy devolviendo lo que ella mencionó en los procesos y cierres de las sesiones. Pilar se muestra sorprendida por haber realizado “cosas tan bonitas” refiere que: “Me sirvió mucho, fue como empezar algo nuevo”. Haciendo alusión a que no había esperado ingresar a un taller de arteterapia y que sus expectativas fueron cambiando a lo largo de las sesiones. También reconoce la adquisición de un aprendizaje: “No me creía capaz de hacer esto”.

Surgen nuevas reflexiones en torno a las obras:

Sesión 4 - obra pintura árbol: conversamos sobre el significado de las naranjas maduras, a lo que Pilar refiere que simboliza el poder disfrutar a sus nietas, sus logros, así como también, saber que sus hijos son buenos. Le indico a Pilar lo que ella mencionó en esa sesión, y vuelve a reforzar que ella se siente conforme con lo que ha logrado a lo largo de su vida hasta el día de hoy.

Sesión 7 - obra “mi casa”: Pilar menciona que estaban las “puertas cerradas porque no estaba en la casa, no me encerré cuando quedé viuda”. En esta obra, Pilar

alude a cómo enfrentó la partida de su esposo, ahondando en como sobrellevó la etapa de viudez, donde acudió a sus vínculos cercanos y se mantuvo participando en otras actividades fuera del hogar. Además, da cuenta de cómo fue su rol cuando estaba casada y cómo esta actitud le ayudó también a enfrentar de mejor forma el duelo.

Sesión 9 - obra “mi campo”: menciona que esta obra la relaciona con sus antepasados.

Conclusiones y comentarios

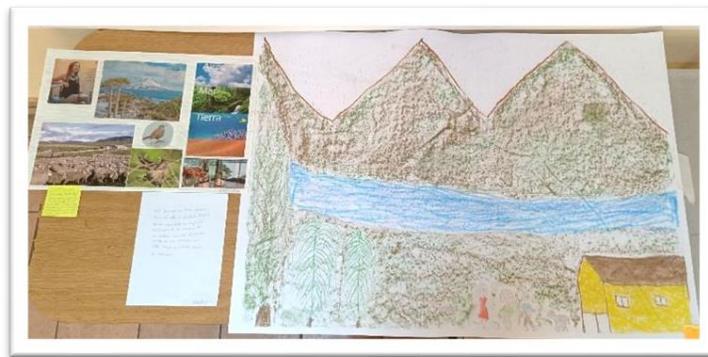
Cabe mencionar que la iniciativa de tomar un mate nace en una conversación en medio de la sesión n°11, cuando ella me comenta que toma mate sólo cuando está acompañada en su casa y le propongo compartir uno en esta última sesión. Disponer y preparar el mate junto con Pilar, me hace pensar en el avance del proceso vincular alrededor de las sesiones, y cómo este compartir simbólicamente puede reflejar estar dentro del hogar, de ese espacio tan íntimo, y tal vez de su hogar, donde ella me invitó en la sesión n°7, considero que esta acción fue un caldeamiento en sí mismo, y contribuyó a abrir el espacio de exploración de las obras de una manera más amable y en confianza.

Pilar al observar sus obras, agrega nueva información sobre su procesos y significados, se abre el espacio de conversación donde resignifica episodios de su vida. Con base a esto, me parece importante destacar la cualidad de contemporaneidad que tienen las obras en el proceso arteterapéutico, es decir, poder observarlas nuevamente ya que, han permanecido durante todo este periodo.

También el hecho de mirar el proceso en perspectiva con las obras juntas creo que otorga en sí mismo una sensación de recorrer el proceso hacia el cierre, como un sentido de completitud.

Personal y profesionalmente me parece muy significativo el rol facilitador para acompañar a Pilar a volver a reconocerse, auto reconocerse, tomando la iniciativa y disponerse hacia el encuentro con ella misma, participando también en el proceso vincular a través de los caldeamientos, exploración de material y conversaciones que sentaron las bases para que el proceso siguiera su curso.

Imágenes sesión n°12



2.6.2 Análisis y Discusión

Considerando el motivo de consulta proveniente de la derivación, junto a lo contrastado en las sesiones iniciales, se presenta la oportunidad de ampliar los objetivos hacia el trabajo relacionado con los beneficios inherentes de la arteterapia con personas sin una problemática específica. En este sentido, se proponen nuevos objetivos y Pilar muestra gran apertura y disposición hacia ellos.

Luego de la etapa inicial, se suscitan dos objetivos principales, por una parte, promover el autoconocimiento y por otra, facilitar un espacio para la mirada retrospectiva del pasado activando reminiscencias.

Caldeamiento e imágenes internas

Durante la etapa inicial de las sesiones, se empleó una variedad de técnicas para preparar y facilitar las actividades centrales. Esto incluyó la exploración de materiales artísticos y la creación de obras en conjunto, así como el uso de imaginerías, como estímulo e “inducción” hacia sí misma, así mismo el trabajo de consciencia corporal. Estas activaciones tenían como objetivo primordial establecer conexiones con aspectos internos de la usuaria, para luego expresarlos externamente por medio del material plástico-visual. De aquellas sesiones emergieron temas significativos como: historias de infancia de Pilar, sensaciones asociadas a de esa etapa de su vida y experiencias relacionadas con el duelo (fallecimiento de esposo hace 7 años).

Imágenes preestablecidas y autonomía

También se observa una evolución en el desarrollo creativo de Pilar, podemos ver que en sesiones iniciales ella recurre a imágenes preestablecidas, tanto para la construcción de collage cómo para guiar sus dibujos.



Sesión n°4

Sin embargo, conforme avanza el proceso, Pilar comenzó a dibujar de manera más libre y espontánea y seleccionando sus propios recortes para los collages. Este cambio podría reflejar una mayor confianza en sí misma y un aumento de su nivel de autonomía dentro del proceso arteterapéutico. Además, Pilar solía pedir ayuda para iniciar sus creaciones, pero con el tiempo prescindió de esta asistencia, inclusive en formato amplio como en sesión n°9, que, si bien podría haber significado un mayor desafío, Pilar se desenvuelve sin dificultades.



Sesión n°7



Sesión n°9

Colores y símbolos



Sesión n°3



Sesión n°4



Sesión n° 8



Sesión n°9

Durante el desarrollo de las sesiones se observa cierta constancia del uso de los colores café y verde, que en etapas posteriores Pilar indica que “son sus colores”, así como también pintar el fondo de sus creaciones con ellos. Aquí ocurre la identificación con un aspecto de la obra, lo que facilita poder hacer referencia a ésta y de esta manera mantener el diálogo entre persona- obra y terapeuta. Por ejemplo, el color verde es considerado como el color de la vida, la primavera, la juventud. Representa, asimismo, el anhelo y la alegría. En el cristianismo, simboliza la virtud de la esperanza, la fe y la resurrección (Milatich, 2022, p.98). Explorar los colores más usuales en las obras puede por un lado puede promover aspectos identitarios así como generar vinculaciones dentro de significados colectivos, lo que podría contribuir a un sentido de pertenencia más allá del espacio propio.

Por otro lado, aparece la figura de la casa de su infancia y su casa actual, en ambas alude a las puertas, en la casa de su infancia “las puertas están para llegar y entrar” y en su casa actual refiere que cuando su esposo falleció “las puertas de la casa estaban cerradas porque no había nadie”. Este simbolismo recurrente refleja cómo las imágenes de una obra pueden representar los procesos que la usuaria experimenta en distintas etapas de su vida. Estos elementos cargados de significado podrían explorarse en futuras sesiones, en coherencia con los objetivos cómo la casa pudiese representar parte de la identidad de la usuaria, siendo posiblemente su espacio interno en contraste con el espacio externo.

Nuevamente Pilar expone a través de sus obras episodios de su vida, se va

conectando con el lenguaje de las imágenes y se refleja también en sus escritos.

Triangulación y autoobservación

La comunicación entre obra-paciente y terapeuta se promovió a través del caldeamiento, como preparación hacia la actividad central. De esta manera, se perdía el temor a la hoja en blanco – si es que lo había- al estar el terapeuta de manera disponible y participando activamente en la creación de una obra en conjunto. A este respecto, mi participación en estas etapas de alguna manera activaba la disponibilidad de la “tercer mano” a lo largo de la sesión.

Por otra parte, dar paso a sesiones menos dirigidas, representó para mí todo un desafío, ya que en mis expectativas estaba el deseo de establecer un setting más o menos controlado, por lo que cambiar este enfoque fue todo un reto. Sin embargo, a lo largo del periodo de intervención, fui testigo de cómo ciertos ejercicios de caldeamientos, con el uso de materiales, la construcción de obras conjuntas e imagerías, fueron esenciales para el desarrollo autónomo de Pilar. Fue durante este proceso, que me di cuenta de que el foco de las sesiones fue cambiando a medida que me relajaba y dejaba ese control inicial. Esto me permitió conectarme con lo espontáneo, prestar más atención a los temas nuevos que me relataba Pilar, involucrarme en las historias que me contaba y observar el surgimiento de símbolos en sus obras, así como también identificar sus propias características a la hora de crear.

Materiales utilizados

Con respecto a los materiales utilizados, se pueden extraer algunas conclusiones relevantes, especialmente en la técnica del *collage*, que se presentó como un medio muy afín a Pilar, lo que, a su vez, facilitó el espacio de confianza, y fue donde ella se mostraba más relajada y abierta a conversar. A través del proceso de construcción de

collage, surgieron temáticas importantes como la viudez, detalles de su vida familiar e historia personal.

Además, es importante destacar el poder facilitador de la comunicación, que se observó al emplear la exploración de revistas, ya que fue un medio que permitió una triangulación directa y espontánea en la medida que las imágenes aparecían, como sucedió en la sesión n°5 y n° 10. De este modo, las imágenes son precursoras de conversaciones, y esto puede variar de acuerdo con la consigna que se plantee. “Lo que te llame la atención” por ejemplo, es una indicación más abierta que permite hacer emerger lo espontáneo e intuitivo a la hora de seleccionar imágenes. Por otro lado, la *arcilla*, material usado por segunda vez por Pilar, ya que primero la utilizó en la sesión grupal, se observó que tuvo una relación con el enfoque o concentración, ya que, durante la creación, ella se mostró más silenciosa y focalizada en la realización de su obra, esto sumado a que Pilar presentó mayor dificultad en la manipulación de este medio, el cual tiene propiedades y características que demandan mayor focalización. En cuanto a la utilización de *medios fluidos*, se observa algo similar, en cuanto al grado de concentración que Pilar manifiesta en el proceso, agregando detalles constantemente en sus obras. Por otro lado, la técnica de *escritura* resultó ser un recurso valioso para ampliar los contenidos de la obra, a la vez que hizo emerger las subjetividades de Pilar, contribuyendo a la elaboración de *insights*.

Autoconocimiento: revaloración de las cualidades personales y reforzar el sentido del yo.

Durante el desarrollo de las sesiones emergieron temáticas acerca de las fortalezas personales, actitudes que permitieron a Pilar sobrellevar etapas difíciles y eventos familiares significativos. En el espacio arteterapéutico se pudieron revisar, profundizar a través de las distintas creaciones y su revisión en perspectiva generó nuevos *insights* que aportaron en fortalecer su sentido del yo.

Capítulo III: Conclusiones

3.1 Síntesis que reflexione respecto al trabajo realizado a la luz de un marco teórico y los objetivos terapéuticos planteados.

El desarrollo del proceso arteterapéutico a través de las 12 sesiones, se continuaron por medio de la construcción del vínculo terapéutico que da lugar a una mayor amplitud en las formas de expresión de Pilar, tanto verbalmente como a través de medios creativos. Esta evolución se constata a través de los temas que surgieron dentro del espacio arteterapéutico, el uso y manejo del material, la cocreación de obras durante los caldeamientos, la interlocución entre la usuaria, la obra y la facilitadora, la expresión creativa y el uso de simbolismos por parte de la usuaria.

En el transcurso del proceso, se elaboraron símbolos que facilitaron no tan sólo la expresión verbal y plástica de Pilar sino también aportaron a la resignificación de momentos importantes de su vida. El trabajo con reminiscencias a través de la arteterapia permite no tan sólo identificar significados personales sino descubrir nuevos símbolos que construyen nuevos significados en el aquí y en el ahora, es un proceso donde se repasan eventos y experiencias importantes, se extraen aprendizajes y se refuerza la identidad construida a lo largo de la vida.

En la expresión arteterapéutica se promueve un mayor autoconocimiento, ya que se facilita una conexión más profunda con el mundo interno de la persona. Facilitar la expresión de estos aspectos es dar lugar también a la capacidad creadora de las personas mayores, permitiendo de esta manera potenciar las habilidades remanentes y considerar a las personas mayores como miembros activos de la sociedad, promoviendo el cambio de paradigma asistencialista hacia su empoderamiento y la consiguiente “toma de espacios”, que en este caso estuvo orientado, en decisiones hacia sesiones menos dirigidas, teniendo en cuenta acciones como la de dibujar, pintar, modelar y construir, ya

que éstas pueden constituir una experiencia personal de potenciación de la autonomía, en la medida que implican un proceso activo de elección de materiales, estilos, colores, formas, líneas y texturas (Vale et. al, 2021).

Por último, quisiera mencionar que en la última reunión que sostuve con el psicólogo de CEDIAM, quien derivó a Pilar, le compartí acerca de cómo se fueron desarrollando los objetivos a lo largo del proceso arteterapéutico. En sus palabras se refirió a los resultados que él observó al finalizar la intervención: *“El proceso que la usuaria vivió durante el taller a de arteterapia mostró una mejoría en la expresión oral y emocional con respecto al resto del grupo. (Pilar) ha sido capaz de integrarse mejor con su grupo de pares, también ha logrado poner su punto de vista frente a temas que salen dentro del grupo. Ha mejorado su comunicación y hoy es capaz de expresarse emocionalmente. Sin lugar a duda, (Pilar), muestra un avance en el proceso individual, siendo responsable con ella y, con el entorno familiar que tiene una buena red de apoyo y ha logrado fortalecer vínculos con sus pares en el centro día”*.

También conversamos sobre las potencialidades que surgen en torno a esta experiencia. Con base a esto, considero que, si este proceso de intervención se extendiera, ya que por esta ocasión estuvieron las sesiones delimitadas por el tiempo de práctica y disposición del centro, se abrirían nuevas posibilidades para explorar y profundizar, ya sea en el autoconocimiento, reminiscencias, resignificación de episodios de vida, autocuidado, entre otros temas que se podrían desprender del caso estudiado.

3.2 Perspectivas y proyecciones de AT y población específica presentada

Incorporar un espacio de arte para el bienestar y el autoconocimiento, como un aspecto más en la mantención de la salud, también implica un cambio de paradigma y una desestigmatización de quienes acuden a un a un acompañamiento arteterapéutico, ya que a menudo se asocia a estos servicios únicamente para personas que presentan problemáticas específicas. Esto sumado al énfasis que ha hecho el sistema a los cuidados de curación, ha propiciado desconocimiento acerca de la importancia de los cuidados

que den respuestas favorables a las necesidades cotidianas de las personas, como el interés por un desarrollo integral del cuerpo y la mente (Uribe, 1999).

Por lo que considerar estos espacios desde la perspectiva de salud integral puede abrir caminos hacia la investigación en torno a cómo la arteterapia aporta en prevenir y mantener la salud de las personas, sobre todo en este grupo etario.

En este sentido, las intervenciones de arteterapia en población de personas mayores contribuirían a la estimulación cognitiva, en cuanto a la potenciación de funciones remanentes, así como también la estimulación física y sensorial.

En cuanto a la construcción de un vínculo terapéutico, este crea un espacio seguro donde temas más personales puedan surgir y ser explorados, y cuando eso sucede se refleja en las obras, se activan reminiscencias y pueden potenciarse, lo que permite la revaloración de aquellos eventos evocados, asimismo que se facilita la toma de conciencia de las fortalezas y se rescatan estrategias de afrontamiento. Esto es importante en la medida que se fortalece la identidad y muestra las herramientas personales disponibles que la persona puede extrapolar y hacer uso en otras situaciones o eventos normativos o no normativos en su vida diaria. Por otro lado, la técnica de reminiscencia podría aplicarse también en grupos, ya que al compartir recuerdos y experiencias se podría fomentar además la vinculación social, la empatía y el sentido de pertenencia.

Las personas mayores se ven enfrentadas a desafíos asociados a la etapa de la vejez, muchos cambios vienen consigo, la transición desde una rutina de trabajo a la vida desde la jubilación, el fallecimiento de seres queridos, la cercanía a la muerte y el estigma en esta etapa, por nombrar algunos. La arteterapia se presenta como un recurso para afrontar esta fase, “los cambios de vida pueden ser tratados mediante el trabajo con el arte como reconstrucción y elaboración creativas de los nuevos eventos vitales” (Marxen, 2011, p.95). Pudiendo el arte permitir la resignificación, gracias al potencial creador que se habilita en la persona consultante.

Por último, quisiera resaltar la importancia de adoptar una perspectiva que considere las miradas sociales de la vejez, así como la estigmatización y el edadismo que a menudo se manifiesta en nuestras interacciones más cotidianas y, muchas veces encarnada en las propias personas mayores generando autoestereotipos limitantes. Reconocer la necesidad de un proceso de transición, una suerte de “caldeamiento” que pueda sensibilizarnos para cuestionar nuestras realidades, tal como lo refiere Montero (2003) un proceso de fortalecimiento mediante el cual los miembros de una comunidad (individuos interesados y grupos organizados) desarrollan conjuntamente capacidades y recursos para controlar su situación de vida, actuando de manera comprometida, consciente y crítica, para lograr la transformación de su entorno según sus necesidades y aspiraciones, transformándose al mismo tiempo a sí mismos (Montero, 2004). Facilitando de esta manera mayor injerencia en los propios procesos de salud de las personas a medida que se conectan con la capacidad creadora que otorga el uso de las artes.

3.3 Comprensión de la relación triangular en AT en el caso de estudio

Pilar se enfrenta constantemente a su propia capacidad de accionar, mencionando que no se creía capaz de realizar las obras y que finalmente queda muy conforme y contenta. Concluyo que uno de los pasos que llevaron hasta este resultado, fue el tener un enfoque basado en la promoción de la autonomía de Pilar con respecto a su obra, de manera de obtener imágenes internas y material proveniente de ella. Acá cabe la importancia del trabajo de triangulación para con la usuaria y la obra, a la vez que se hizo uso de la tercera mano para facilitar este proceso. Este proceso también contribuye al desarrollo de la creatividad propia de la usuaria y la incorporación de un nuevo lenguaje (a través de la obra) como medio vincular y luego como medio expresivo.

Agregado a esto, en el transcurso de esta intervención se observa que el proceso llevado a cabo durante el caldeamiento es muy relevante y que muchas veces puede dar cuenta del desarrollo del vínculo terapéutico entre la persona y el terapeuta, asimismo es

posible observar el desarrollo en cuanto a la familiaridad con los materiales y un crecimiento en la exploración creativa.

Por otra parte, observo un proceso gradual en mi desenvolvimiento como arte terapeuta en formación, creo que la espontaneidad tuvo lugar en sesiones posteriores, ya que al principio me encontraba con varias estructuras que tuve que desaprender, esto me permitió habilitar mucho más mi capacidad de observación hacia el proceso y entregarme a éste con mayor fluidez. Me di cuenta de que las sesiones planificadas pueden cambiar de acuerdo con la necesidad emergente de la usuaria y eso requiere de mucha flexibilización.

A lo largo de las sesiones, se observa que las obras adquirieron un carácter simbólico, que se convirtió en un nuevo medio de expresión más allá de la verbalización. Este lenguaje simbólico pudo facilitar una forma de comunicación más profunda, permitiendo ahondar en historias de vida de Pilar, facilitando a su vez en gran medida su comunicación verbal. En el proceso creativo, Pilar se enfrenta al manejo de los distintos materiales, mostrando una actitud perseverante, junto con esto logra mucho dominio y ella misma destaca que es capaz de lograr obras que para ella son estéticamente lindas, a pesar de que no es el foco en arteterapia y que antes le parecían inalcanzables de llevar a cabo. Esto último, podría sugerir que su sentido de autoeficacia se ve fortalecido, ya que logra superar desafíos autoimpuestos.

Esta experiencia resalta la importancia de la participación de las personas mayores en espacios de expresión creativa, donde pueden encontrar nuevas formas de comunicarse, desarrollar su autoconocimiento, compartir sus vivencias y aprendizajes, resignificar episodios de vida. Todo esto contribuye significativamente a su desarrollo personal, aun en las etapas finales de sus vidas, la expresión creativa junto con el sentido propio de las personas consultantes puede seguir estando presentes y de esta manera también enriquecer la conexión en la comunidad donde se encuentran.

Bibliografía

Alberola, V., Adsuara, L. & Reina, N. (2007) Intervención individual en duelo en C. Camps & Sanchez P. (Eds.), *Duelo en Oncología* (pp. 137-154). Sociedad española de oncología médica.

Allen, P. (1997) *Arteterapia, Guía de Autodescubrimiento a través del Arte y la Creatividad*, Gaia Ediciones.

Alvarado, A. & Salazar, M. (2014). Aging concept analysis. *Gerokomos*, 25(2), 57-62. <<https://dx.doi.org/10.4321/S1134-928X2014000200002>>

Asociación Chilena de Arteterapia (s.f.). *¿Qué es el Arte Terapia?*. Asociación Chilena de Arteterapia, ACAT. <https://www.arteterapiachile.cl/arte-terapia-1>

Bosgraaf, L., Spreen, M., Pattiselanno, K., & Van Hooren, S. (2020). Art therapy for psychosocial problems in children and adolescents: A systematic narrative review on art therapeutic means and forms of expression, therapist behavior, and supposed mechanisms of change. *Frontiers in Psychology*, 11. <<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.584685>>

Cáceres, J., & Santamaría, L. (2018). La arteterapia como camino de transformación espiritual. *Trabajo Social*, 20(1), 133-161. <<https://doi.org/10.15446/ts.v20n1.71568>>

Carrascal, S., & Solera, E. (2014). Creatividad y desarrollo cognitivo en personas mayores. *Arte, Individuo y Sociedad*, 26(1), 9-19. <https://doi.org/10.5209/rev_ARIS.2014.v26.n1.40100>

Fernández- Manchón, A. (2012). Aportaciones del juego del garabato de Winnicott en la psicoterapia de adolescentes. *Cuadernos de psiquiatría y psicoterapia del niño y del adolescente*, 54, 41-47. <<https://www.sepypna.com/revista-sepypna/articulos/aportaciones-juego-garabato-winnicott-psicoterapia/>>

Fuentes- García, A. (2020). Salud, género y calidad de vida en la vejez. En Osorio, P., Riveros, P., Meriño, J., Palma, F. y Rodríguez, B. (Eds.), *Género y políticas públicas: una mirada necesaria de la vejez*. (pp. 56-63). Universidad de Chile.

Guadiana, L. (2003). Las artes expresivas centradas en la persona: un sendero alternativo en la orientación y la educación. Entrevista a Natalie Rogers. *Revista electrónica de investigación educativa*, 5(2), 1-11.
<http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1607-40412003000200010&lng=es&tlng=es>

Kornfeld, R., Abusleme, M. y Massad, C. (2009). El Servicio Nacional del Adulto Mayor de Chile. En Huenchuan, S. (Ed.) *Envejecimiento e institucionalidad pública en América Latina y el Caribe: conceptos, metodologías y casos prácticos*. (151- 178). CEPAL.

López, B. (2004). Arte terapia: Otra forma de curar. *Educación y Futuro: Revista de Investigación Aplicada y Experiencias Educativas*, 10, 101- 110.
<<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2044648.pdf>>

López, M. (2015). *Para qué el arte: Reflexiones en torno al arte y su educación en tiempos de crisis* (1ª ed). Editorial Fundamentos.

Lowenfeld, V. & Lambert, B. (1980). *Desarrollo de la capacidad creadora* (2ª ed.). Editorial Kapelusz.

Marxen, E. (2011). *Diálogos entre arte y terapia: Del arte psicótico al desarrollo de la arteterapia y sus aplicaciones*. Editorial Gedisa.

Meléndez, J., Delhom, I., y Satorres, E. (2020). Las estrategias de afrontamiento: relación con la integridad y la desesperación en adultos mayores. *Ansiedad y Estrés*, 26(1), 14-19. <<https://doi.org/10.1016/j.anyes.2019.12.003>>

Milatic, G. (2022). *Arte y símbolo para C. G. Jung. Arteterapia, arteterapia junguiana e imaginación activa* (1.ª ed.). Dunken.

Ministerio de Salud. (2021). *Guía Práctica de Salud Mental y Bienestar para Personas Mayores*. Servicio Nacional del Adulto Mayor (SENAMA).

<<https://redesvid.uchile.cl/guia-practica-de-salud-mental-y-bienestar-para-personas-mayores/>>

Montero, M. (2004). El fortalecimiento en la comunidad, sus dificultades y alcances. *Psychosocial Intervention*, 13(1), 5-19.

Moreno, Á. (06 de febrero de 2009). Reminiscencia e historia de vida: La atmósfera personal del anciano. *Revista Psicología Científica.com*, 11(3). <<https://psicologiacientifica.com/reminiscencia-historia-de-vida-anciano>>

Observatorio del Envejecimiento UC-Confuturo. (2022). *Dependencia y Cuidados en la Vejez*, 16(2). Pontificia Universidad Católica de Chile.

Observatorio del envejecimiento para un Chile con futuro (2021). Edadismo: Imagen social de la vejez y discriminación por edad. 11(2). Pontificia Universidad Católica de Chile. [Archivo PDF]. <<https://observatorio-envejecimiento.uc.cl/wp-content/uploads/2021/07/Reporte-Observatorio-Edadismo.pdf>>

Ojeda, M. (2011). Arteterapia Gestalt: "La búsqueda de lo que somos". *Arteterapia - Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social*, 6, 169-181. <[doi:10.5209/rev_ARTE.2011.v6.37091](https://doi.org/10.5209/rev_ARTE.2011.v6.37091)>

Organización Mundial de la Salud (2002). Envejecimiento activo: un marco político. *Revista Española de Geriátría y Gerontología*. 37(2), 74-105.

<<https://www.elsevier.es/es-revista-revista-espanolageriatria-gerontologia-124-articulo-envejecimiento-activo-un-marco-politico-13035694>>

Orive, M. (2022). Orientaciones teórico-metodológicas en arteterapia aplicadas dentro de la clínica. *Revista Perspectivas*, 4(1), 17-38. <https://doi.org/10.36631/rph.2022.04.02>

Piña, M. (2014). Reflexiones epistemológicas en la investigación del maltrato societal. En Abusleme, M., T. y Caballero, M. (Eds.) *Maltrato a las personas mayores en Chile: haciendo visible lo invisible*. (63-82) Ediciones Servicio Nacional del Adulto Mayor.

Presidencia de la República de Chile (2017). La dependencia y los cuidados de largo plazo: la visión desde el sector salud. En *La Dependencia y apoyo a los cuidados, un asunto de derechos humanos*. Dirección Sociocultural Presidencia de la República.

Sánchez, A. (2011). *Pedagogía de la interioridad: Aprender a ser desde uno mismo*.

Narcea Ediciones.

Santos, E. (2013). Reflexiones en torno a la investigación en arteterapia. *Red Visual*, 19, 17-29. <http://www.redvisual.net/pdf/19/redvisual19_02_santos.pdf>

Scolni, M. (2013). Taller de reminiscencias: resignificando recuerdos y experiencias con adultos mayores concurrentes a un hogar de día. V Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XX Jornadas de Investigación. <<https://www.aacademica.org/000-054/596>>

Sepúlveda-Loyola, W., Dos Santos, R., Tricanico, R., & Suziane, V. (2020). Participación social, un factor a considerar en la evaluación clínica del adulto mayor: una revisión narrativa. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública/Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 37(2), 341-349. <https://doi.org/10.17843/rpmesp.2020.372.4518>

Tapia, A., Hinojosa, A., Muñoz, D., & Ortega, Y. (2022). La Arteterapia como

herramienta Estimulante para la Actividad Cognitiva en Adultos Mayores. *Dominio De Las Ciencias*, 8(1), 750–767.

Uribe, T. (1999). El autocuidado y su papel en la promoción de la salud. *Investigación y Educación en Enfermería*, 17(2).

<<https://doi.org/10.17533/udea.iee.16870>>

Vale C., Ribeiro A., Silva N., Lago R., Lago S. (2021) Arteterapia como estratégia de cuidado em saúde mental no âmbito da atenção primária: um relato de experiência. *Journal of Management & Primary Health Care*, 13, 1-13.

<<https://doi.org/10.14295/jmphc.v13.1162>>

Villegas, M. (1986). La psicología humanista: historia, concepto y método. *Anuario de psicología*. 34 (1), 7-46.

<http://www.raco.cat/index.php/AnuarioPsicologia/article/view/64549/8851_1>

World Health Organization: WHO. (30 de mayo de 2019). *Social determinants of health*.

<https://www.who.int/health-topics/social-determinants-of-health#tab=tab_1>

ANEXO: Resumen de sesiones proceso de intervención Arteterapia

N°	OBJETIVO	TÉCNICA	MATERIALES	CONSIGNA/TEMA	IMAGEN
1	Conocer a la usuaria por medio de imágenes pre cortadas y primer acercamiento a los materiales.	Collage	Recortes de revistas, tijeras, pegamento en barra, hoja de block 1/8.	"Imágenes que hablen de mí"	
2	Crear una obra en base a sus propias manos y escribir entorno a éstas.	Garabateo y dibujo	Distintos tipos de lápices de colores (palo, cera, acrílicos), block 1/8.	"Mis manos"	
3	Rescatar imágenes internas a través de imaginiería.	Garabateo y Collage	Hojas tamaño carta, lápices de colores, material diverso disponible a elección de la usuaria.	"El espejo interior"	

4	<p>Crear una obra simbólica que hable de ella misma.</p>	<p>Garabateo y Pintura</p>	<p>Pinturas, pinceles, block 1/8.</p>	<p>"Si tú fueras un árbol, ¿cómo sería ese árbol?"</p>	
5 y 6	<p>Facilitar autonomía a través del uso de material y consigna.</p>	<p>Collage</p>	<p>Variado, disponible a elección de usuaria. Revistas, block 1/8, pegamento y tijeras.</p>	<p>"Hoy se trata de ti: ¿Qué te gustaría hacer hoy?"</p>	

7 y 8	<p>Crear una obra basada en imaginiería utilizando la pintura como medio creativo</p>	<p>Imaginiería y pintura</p>	<p>Block 1/8 de pintura doblefaz, pinturas, pinceles, masking tape.</p>	<p>"Mi mundo interior"</p>	
9	<p>Crear una obra en formato amplio basado en la consigna ¿Qué haría si me atrevo? Explorando nuevas posibilidades de acción.</p>	<p>Dibujo y pastel seco en formato amplio</p>	<p>Pliego de cartulina, lápices de diverso tipo (cera, pastel, palo, entre otros), témpera sólida, cinta de enmascarar. Hoja carta y lápiz pasta.</p>	<p>"¿Qué pasa cuando me atrevo? Consigna inicial que se cambia por: Si hicieras algo nuevo ¿Qué harías?"</p>	
10	<p>Crear una obra en base a imaginiería, rescatando imágenes internas.</p>	<p>Collage y escritura</p>	<p>Variedad de materiales a disposición: pinturas, témpera sólida, revistas, lápices, plumones, pegamento, papel hoja de block 1/8, medio pliego cartulina, lápiz.</p>	<p>"Mi naturaleza"</p>	

11	Creación de obra libre con arcilla roja y blanca.	Modelado en arcilla y mindfulness	Arcilla roja y blanca	Libre a través de exploración consciente del material.	
12	Revisión en conjunto de proceso arteterapéutico		Obras realizadas durante proceso de arteterapia.		