



Postítulo Arteterapia
Facultad de Artes
Escuela de Postgrado
Universidad de Chile

"El arteterapia como puente de comunicación con una adolescente"



**Monografía para optar al Postítulo de Especialización
en Terapias de Arte, Mención Arteterapia**

**Nombre: María Paz Parada
Profesora Guía: Trinidad Selman
Monografía Postítulo Arteterapia
Santiago de Chile, 2015**

INDICE DE CONTENIDOS

Introducción	6
Marco teórico	
1 Adolescencia	
Definición de adolescencia.....	8
Desarrollo físico en la adolescencia.....	9
Aspectos de la maduración cognitiva.....	10
Desarrollo psicosocial en la adolescencia.....	12
Desarrollo emocional en la adolescencia.....	14
La familia y el adolescente.....	18
Tipos de familia con hijos adolescentes.....	17
Adolescencia y deporte.....	20
Complacencia y hermetismo.....	22
2 Arteterapia	
Definición y ventajas del AT.....	20
Ventajas del arteterapia.....	25

Rol del arte terapeuta.....	27
AT y adolescencia.....	28
AT en el contexto escolar.....	31
Cuando se aplica el AT en las escuelas.....	32
Facultades que se desarrollan por medio del AT en las escuelas.....	33
3 Consideraciones para trabajar la terapia con un adolescente	
Motivación y percepción que tiene el adolescente sobre la terapia.....	35
Factores asociados al consultante y Factores situacionales.....	37
4 Estudio de caso	
Descripción del centro de práctica.....	39
Motivo de consulta y derivación a AT.....	34
Objetivos de la intervención.....	41
Anamnesis.....	42
Genograma	44
Setting.....	45

Encuadre	46
Materiales, técnicas y enfoque	48
5 Descripción y análisis del proceso terapéutico	
Fase inicial (sesiones 1 a 4).....	49
Fase intermedia (sesiones de la 5 a la 7).....	63
Fase final (sesiones de la 8 a la 10)	71
6 Conclusiones	80
7 Bibliografía	84
8 Anexos	
Consentimiento informado.....	85
Fotografías del proceso.....	86

Agradezco enormemente a “N” por su tiempo y la confianza depositada en cada encuentro, sobre todo por enseñarme a valorar que los pequeños gestos son parte de un gran avance.

Introducción

La monografía que se presenta, se basa en la práctica individual, para optar al título de Especialización en Terapias de Arte, Mención Arteterapia de la Universidad de Chile, realizado en una escuela Municipal de una comuna de la región Metropolitana y tiene por objetivo dar a conocer los conceptos teóricos y prácticos que se vivieron durante este proceso.

En este documento se exhibirá el estudio de caso de "N" una estudiante que cursa octavo año básico quién fue derivada por sus profesores y bajo el consentimiento de su madre, quienes consideraban que sería beneficioso que viviera esta experiencia debido a su escasa capacidad de exteriorizar sus emociones, sentimientos y pensamientos.

Para sustentar mejor este caso se enunciará en primera instancia bases teóricas sobre la adolescencia, etapas, los diferentes cambios, así como también las principales problemáticas que se viven en esta etapa, ya sea con el núcleo familiar y la búsqueda de identidad, es por ello que hablaré sobre la familia y el adolescente y la importancia del deporte en la etapa de la adolescencia. Además expondré brevemente sobre la complacencia y el hermetismo como rasgos de la personalidad de la adolescente.

Posteriormente se expondrá sobre el arteterapia; definiciones, usos, beneficios y enfoques de esta técnica terapéutica, la cual fue el recurso primordial para poder comunicarme y trabajar con la paciente, además se complementa a este capítulo el arteterapia en el contexto escolar para comprender la significancia del arteterapia como recurso en beneficio de los y las estudiantes de una escuela regular.

Luego se expondrán algunas consideraciones a la hora de trabajar con un adolescente como por ejemplo a motivación, percepción del problema y

deserción terapéutica como una posibilidad en el tratamiento con un adolescente.

Después del marco teórico se darán a conocer los antecedentes del caso, describiendo brevemente el lugar de práctica, motivo de consulta, anamnesis y genograma acompañado de la descripción y análisis del proceso terapéutico desarrollado con la adolescente, se darán a conocer los objetivos planteados, los materiales, las técnicas que se utilizaron y como se organizaron las sesiones.

Mas adelanten, el octavo tema se hablará sobre las principales etapas del proceso terapéutico; etapa inicial, intermedia y final resumiendo lo más importante de cada etapa del proceso terapéutico adjuntando a ellas los registros de cada sesión que describe detalladamente cada encuentro con la participante.

Finalmente se presentarán las conclusiones generadas por el análisis que se llevo a cabo a la luz del proceso arte terapéutico, comentarios y sugerencias así como también la bibliografía utilizada para realizar esta monografía y un breve registro fotográfico del proceso como anexo.

Marco teórico

La adolescencia

Definición de adolescencia.

La adolescencia se define como la etapa del desarrollo humano, que tiene un comienzo y una duración variable, la cual marca el final de la niñez y crea los cimientos para la edad adulta. Esta marcada por cambios independientes en las dimensiones biológicas, psicológicas y sociales del ser humano.

Krauskopt (1995) define la adolescencia como una etapa más del desarrollo humano, ya que diversos aspectos de esta se desarrollaran, es decir, se incrementaran en complejidad funcional, aumentando su calidad en correlación con el aumento de edad. Este desarrollo puede ser promovido, estimulado, detenido o incluso deteriorado.

La adolescencia es un periodo de comienzo y duración variable cuando se consideran los aspectos biológicos de la adolescencia, una persona es adolescente cuando inicia la pubertad, aproximadamente entre los 9 y los 13 años. Existen diversos factores que influyen en su aparición (alimentación, herencia, influencias hormonales, raza, situación geográfica), por lo que su comienzo varía de una persona a otra (Horrocks, 1986).

La OMS, sin embargo considera este periodo desde los 10 a los 19 años de edad segmentada en diferentes fases: La pubertad o adolescencia inicial es la primera fase, comienza normalmente a los 10 años en las niñas y a los 11 en los niños y llega hasta los 14-15 años. La adolescencia media y tardía se extiende, hasta los 19 años, luego sigue la juventud plena, desde los 20 hasta los 24 años.

En la adolescencia cambia la apariencia de los jóvenes; debido a los sucesos hormonales de la pubertad, sus cuerpos adquieren una apariencia adulta. También cambia su pensamiento; son más capaces de pensar en términos abstractos e hipotéticos. Y sus sentimientos cambian acerca de casi todo. Todas las áreas del desarrollo convergen a medida que los adolescentes enfrentan su principal tarea: establecer una identidad, en la que se incluye la sexual, que llegara hasta la adultez.

Desarrollo físico en la adolescencia

Según lo que señala Papalia (2004) la pubertad se activa por cambios hormonales que pueden afectar los estados de ánimo y el comportamiento y comienza típicamente antes en las niñas que en los varones y termina cuando una persona tiene la capacidad para reproducirse, las características sexuales primarias (los órganos reproductivos) crecen y maduran durante la pubertad y durante la pubertad tanto varones como niñas experimentan el estirón de la adolescencia.

A diferencia del niño, cuyo crecimiento es gradual y progresivo, el desarrollo físico del adolescente es abrupto y poco armónico ya que crece por segmentos; al aumentar de tamaño manos, pies, y piernas le proporcionan una apariencia grotesca que lo hacen sentirse extraño con su propio cuerpo, la cara crece también a expensas de la mandíbula, los labios se tornan gruesos y carnosos, la nariz se ensancha y alarga, después crecerá el tórax y la pelvis. Estas características de crecimiento son más acentuadas en los varones que en las niñas (Monroy, 2004).

El cerebro adolescente no ha madurado por completo, los adolescentes procesan la información sobre las emociones con la amígdala, en tanto que los adultos utilizan el lóbulo frontal. En consecuencia, los adolescentes realizan juicios menos precisos y razonados, el subdesarrollo de los sistemas corticales frontales relacionales con la motivación, impulsividad y adicción quizás ayude

a explicar la tendencia de los adolescentes hacia los comportamientos de riesgo (Papalia, 2004).

Aspectos de la maduración cognitiva

La adolescencia es el período durante el cual la capacidad de adquirir y utilizar conocimientos llega a su máxima eficiencia, capacidad que se va acentuando progresivamente desde los 11 -12 años.

Según la teoría cognitiva de Piaget (1969) el joven pasa desde la etapa de las operaciones concretas a las operaciones formales que permiten el pensamiento abstracto, donde el grado de sutileza y complejidad de su razonamiento se hace mayor. El adolescente logra desprenderse de la lógica concreta de los objetos en sí mismos y puede funcionar en estados verbales o simbólicos sin la necesidad de otros soportes. Se constituye así en un individuo capaz de construir o entender temas y conceptos ideales o abstractos. Esta capacidad se supone que llegará a formar parte de la casi totalidad de los adolescentes entre los 17 -18 años. Este tipo de pensamiento recientemente adquirido trae aparejada la capacidad del adolescente para entenderse consigo mismo y el mundo que lo rodea.

El adolescente es capaz no sólo de captar el estado inmediato de las cosas, sino de entender los posibles estados que éstas podrían asumir. La conciencia de la discrepancia entre lo real y lo posible, contribuye a convertir al adolescente en un "rebelde". Constantemente compara lo posible con lo real y descubre en lo real la multitud de las fallas latentes. Todo esto lo hace ser crítico y puede ser conflictivo ante los adultos.

La aparición del pensamiento operativo formal (hipotético-deductivo) afecta también al adolescente en la idea que se forma de sí mismo. Comienza a

dirigir sus nuevas facultades de pensamiento hacia adentro y se vuelve introspectivo, analítico y autocrítico.

El adolescente toma una actitud teórica-intelectual, dominada por el pensamiento hipotético deductivo. Esto supone que el adolescente está permanentemente en la ejercitación de esta nueva capacidad de pensar acerca de los demás y de sí mismo, buscando y exigiendo explicaciones acerca de todo lo que lo rodea.

El desarrollo cognoscitivo en esta edad, tal como lo plantea Craig (1995) está señalado por un pensamiento abstracto creciente y el uso de destrezas meta cognitivas, lo que ejerce una gran influencia en el alcance y el contenido del pensamiento y en la capacidad de hacer juicios morales.

Estas nuevas capacidades se tiñen de egocentrismo, especialmente en la etapa inicial de la adolescencia. Existe una incapacidad para diferenciar los intereses y motivos propios de los ajenos y como está preocupado de sí mismo, cree que todos los que lo rodean están pendientes de su conducta y apariencia. También como consecuencia del egocentrismo se cree único y especial, no sujeto a leyes naturales que afecten a los demás lo que llama Elkind (1967) como “fábula personal” y “audiencia imaginaria”.

En cuanto a la identidad Craig (1995), considera que los adolescentes deben enfrentar dos cometidos principales: lograr un grado de autonomía e independencia de los padres y formar una identidad mediante la creación de un yo integrado que combine de manera armoniosa los diferentes elementos de la personalidad.

Otro aspecto cognitivo es el desarrollo de la moral, según Kohlberg (1969) en la adolescencia se adquiere el estadio post convencional, que representara la aceptación personal de los principios morales. En los estadios previos, el niño acepta las normas y controla su conducta por el castigo, la obediencia a sus padres, y para ganarse la aprobación de los demás; en el estadio post convencional lo hace sobre la base de la interiorización de

principios éticos universales y es capaz de hacer excepciones si dos reglas socialmente aceptadas entran en conflicto.

Desarrollo psicosocial en la adolescencia

En la adolescencia uno de los cambios más significativos que supone esta etapa, es el paso desde la vida familiar a la inserción en la vida social. Se espera del adolescente una inserción autónoma en el medio social y que alcance el estatus primario: asumir una independencia que lo exprese personalmente y dirigirse hacia roles y metas que tengan consonancia con sus habilidades y que estén de acuerdo con las probabilidades ambientales. El joven procura que sus sentimientos de adecuación y seguridad provengan de sus propias realizaciones, las que confronta frecuentemente con su grupo de pares o compañeros de edad similar.

De acuerdo con Erikson (1959,1959), la principal tarea psicosocial de la adolescencia es el logro de identidad (Archer, 1990; Blisker y Marcia, 1991; Raskin, 1990; Rotheram-Borus, 1990; Waterman, 1990). La identidad tiene muchos componentes (Rogow, Marcia y Slugosky, 1983) características sexuales, sociales, físicas psicológicas, morales, ideológicas, y vocacionales que componen al yo en totalidad. De esta manera, los individuos pueden ser identificados por sus características físicas, apariencia, y figura; por su sexo biológico y representación de los roles de género; por sus habilidades en la inserción social y la pertenencia a grupos; por su elección de carrera y logro académico; por su militancia política, afiliación religiosa, entre otras. La identidad es personal e individual: no es solo el yo, sino también, social y colectivamente, el nosotros dentro de grupos y de la sociedad (Hoare, 1991).

Entre los muchos estudios de los conceptos de Erikson, los de James Marcia han sido de particular importancia (Marcia, 1966, 1976, 1989). Marcia construyó su modelo sobre tres suposiciones derivadas de la teoría de Erikson. Primero, la formación de la identidad del yo implica el establecimiento de compromisos firmes en áreas básicas de la identidad como la vocación o la selección de pareja. Segundo, la tarea de formar la identidad requiere un periodo de exploración, cuestionamiento y toma de decisiones al que se denomina crisis de la identidad. Tercero, la sociedad occidental fomenta un lapso, una moratoria psicosocial, durante el cual el adolescente puede experimentar con roles y creencias de modo que logre establecer una identidad personal coherente (Blisker, 1992).

Havighurst (1972) buscaba desarrollar una teoría psicosocial al combinar la consideración de demandas sociales con las necesidades del individuo y describió ocho tareas psicosociales importantes que debían ser cumplidas durante la adolescencia de la siguiente manera:

- 1.- Aceptar el físico propio y usar el cuerpo de manera efectiva.
- 2.- Lograr independencia emocional de los padres y otros adultos
- 3.- Lograr un rol social-sexual masculino o femenino.
- 4.- Formar relaciones nuevas y más maduras con compañeros de la misma edad de ambos sexos.
- 5.- Desear y alcanzar una conducta socialmente responsable.
- 6.- Adquirir un conjunto de valores y un sistema ético para guiar la conducta.
- 7.- Prepararse para una carrera económica.
- 8.- Prepararse para el matrimonio y la vida familiar.

Havighurst (1972) explica que durante la primera mitad del siglo XX la adquisición de la identidad se realizaba por medio de una ocupación, lo que hacía del trabajo el centro de una ocupación, lo que hacía del trabajo el centro de la vida, sin embargo, en la actualidad muchos adolescentes dirían que los valores expresivos se han hecho importantes. La identidad se establece mediante relaciones cercanas, significativas y cariñosas con otras personas.

Otro punto relevante en esta etapa es el grupo de pares; Elkind (1960) escribió que la socialización por los iguales apoyaba los esfuerzos de la familia y la escuela, servían de intermediaria a los valores del mundo adulto y ponía en contacto al niño con un tipo de relación más igualitario, transmitía las tendencias actuales e incluso las modas en la sociedad más amplia, extendía los horizontes y ayudaba a desarrollar la capacidad para actuar independientemente de la autoridad adulta.

Las amistades íntimas constituyen la norma durante los años de la adolescencia, casi todos los jóvenes están dispuestos a participar en actividades compartidas y a intercambiar ideas y opiniones con sus amigos (Youniss y Smollar, 1985). Esto lleva a la formación y el mantenimiento de grupos bastantes estables y al desarrollo de relación que los adolescentes pueden establecer con su grupo e integrarse en él, derivaran los beneficios correspondientes desde el punto de vista del apoyo emocional, la ayuda y el aprendizaje social, y es probable que esto se refleje a su vez en su autoestima (Kirchler y Cols, 1995).

Desarrollo emocional en la adolescencia

Desde las teorías de James Lang en 1884, William James en 1895, Pierre Ribot, Henri Pierron, William Gates y John Watson, el concepto de emoción se ha considerado como un complejo de sensaciones que constituyen el aspecto afectivo de cualquiera de los instintos esenciales, de carácter intenso, resultante de mecanismos viscerales y glandulares, de base hereditaria, y que puede derivar en pasiones.

A hablar de desarrollo afectivo de los adolescentes, debemos partir de que sus emociones y sentimientos dependen de la satisfacción de sus necesidades, mismas que cambian continuamente por la variedad de situaciones y experiencias que este vive.

Maslow (1943) hace una jerarquización de necesidades humanas y menciona que estas se desarrollan de acuerdo con un orden; si el individuo

satisface las necesidades de orden inferior surgen las superiores a estas, sin embargo aclara que aun no habiéndose satisfecho las necesidades inferiores, surgen otras de orden superior ya que algunas de las necesidades tienen fuerza auto motivadora.

Algunas necesidades de los adolescentes son:

1. Ampliar sus relaciones con ambos sexos de acuerdo con su nueva etapa.
2. Sentir que es tomado en cuenta por los demás
3. Poner en práctica sus ideales
4. Libertad proporcionada a su capacidad, para usarla sin perjuicio serio para sí mismo y para los demás
5. Crear y trabajar intensamente en algo útil
6. Estudio o trabajo adaptado a su necesidad
7. Disfrutar de actividades recreativas saludables y absorbentes
8. Pensar en su futuro
9. Tener confianza en sí mismo con reconocimiento de sus capacidades y limitaciones.

Así tenemos que de la satisfacción de estas y muchas otras necesidades dependerán los sentimientos y emociones que se desarrollan en el adolescente, ya que determinan los estados de ánimo, afectos o sentimientos que en él se desarrollan.

Es peculiar en los adolescentes observar estados de ánimo más o menos prolongados los cuales determinan la tonalidad de sus demás vivencias. Hay que considerar que estos estados de ánimo son motivados por distintos acontecimientos. Del tal forma un adolescente se puede caracterizar por su estado de ánimo más o menos constante, dependientes este también del tipo de vivencias afectivas en sus experiencias pasadas.

Estas experiencias pasadas y sus nuevos sentimientos se conjugan desarrollándose en él vivencias emocionales que, por lo general, son

relativamente cortas y tempestuosas como el miedo, la ira, la amistad y el amor, que se relacionan con circunstancias altamente significativas para él.

Las emociones anteriormente mencionadas, tienen su pro y su contra en la vida diaria del adolescente y en general del individuo, ya que contribuyen de una u otra forma a lograr cierto grado de madurez afectiva como parte de la persona y que al tratar de ejercer presión en la expresión de sus emociones, lo que se puede inhibir es la expresión de sus emociones, ocasionando repercusiones, psíquicas que pueden ser causas de disturbios de la personalidad en formación y afirmación. Otros motivos de disturbios emocionales en el adolescente son:

1. El descubrimiento o sospecha de que aquella persona en quien confía le han engañado.
2. El trato injusto de aquellos de quien espera afecto, comprensión y proceder recto.
3. La venganza por sufrir deformaciones físicas, por la reputación de la familia.
4. La idea de que se carece de atractivos (en particular la adolescente).
5. La restricción irrazonable de los padres, impidiendo la responsabilidad para la autodirección.
6. Los impulsos sexuales (por falta de educación de los padres desde la infancia).
7. Los cambios en sus creencias religiosas al enfrentarse entre el conocimiento científico y sus convicciones religiosas.

La familia y el adolescente

Según lo que plantea Sánchez, I (2007, 2 de febrero) es que el niño (a) va conociendo el mundo social que le rodea a través del contacto con los otros, pero es en la familia donde se produce este primer contacto. Desde que nace, el bebé busca el contacto físico y la aproximación de un adulto para así garantizar su protección y su propia supervivencia.

La familia es el lugar donde tienen lugar las primeras relaciones interpersonales mediante las cuales el niño comienza a conocer a los otros y supone una primera relación muy importante, ya que es ella la que va a sentar la gran base de las relaciones sociales posteriores a través de lo que se denomina relación de apego.

En la familia es donde nace la capacidad de amar, esta capacidad se aprende; si no se le da amor o si el cariño de los padres no se expresa con actitudes que el niño percibe, este tampoco recibe uno de los elementos imprescindibles para su seguridad futura en la vida.

Montoro (2004) también da vital importancia a la familia afirmando que ésta sigue siendo la única institución que cumple simultáneamente varias funciones clave para la vida de las personas y para la vida en sociedad. Se trata de funciones sociales pero que ninguna otra institución social, aparte de la familia, es capaz de aglutinar y hacer funcionar simultáneamente, pero según (Henry y Cols, 1993) en la adolescencia no solo es importante la familia, ya que durante esta etapa, se da lugar a cambios claros en los patrones de relación y en los contextos sociales, se dan mayor dignificación a los iguales como compañeros, como proveedores de consejo, apoyo y retroalimentación, como modelos para el comportamiento y como fuentes de información comparativa con respecto a las cualidades y las destrezas personales.

Las relaciones con los padres se alteran en el sentido de una mayor igualdad y reciprocidad, por lo tanto el tiempo dedicado a la familia, que disminuye mucho, es sustituido por tiempo pasado con amigos, solo en casa, normalmente en la habitación escuchando música o juegos de computador (Larson, 1997; Smiths, 1997). Sin embargo las relaciones con los padres siguen siendo importantes en los momentos de transición y en aspectos orientados al futuro como la educación y a carrera, aunque los iguales tienen una influencia mayor sobre los acontecimientos actuales, las modas y las actividades de ocio (Henry y Cols, 1993).

Tipos de familia con hijos adolescentes

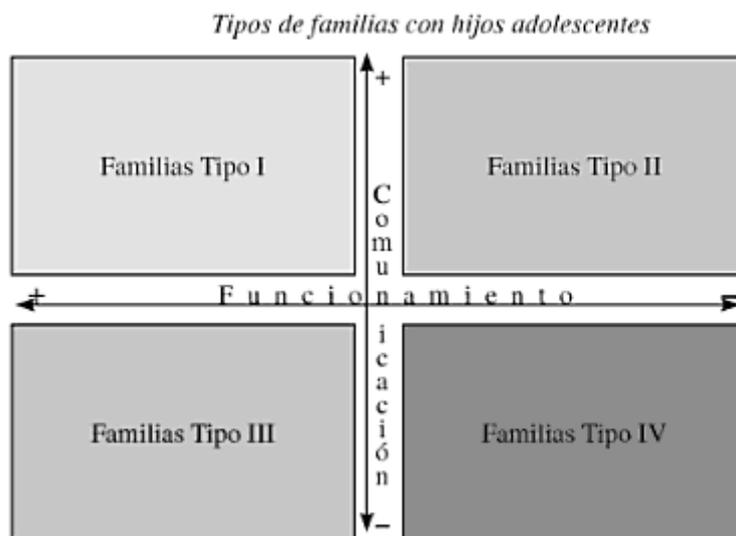
Misitu, Buelga, Lila y Cava (2001) pretenden explicar en comportamiento más o menos adaptativo de las familias ante los cambios fundamentales asociados a la entrada de los hijos en la edad adolescente. Este modelo es semejante al anterior en la utilización de las tres dimensiones fundamentales para explicar el funcionamiento en la familia: cohesión o vinculación emocional, adaptación o flexibilidad y comunicación: pero, como su nombre indica, el modelo está formulado específicamente en el concepto de familias con hijos adolescentes. Según este modelo, la disponibilidad de ciertos recursos familiares explica por qué ciertas familias superan con éxito sus transiciones vitales y los eventos estresantes, mientras que otras no lo consiguen y se agotan fácilmente. Los recursos de que dispone una familia son un funcionamiento familiar satisfactorio y unas habilidades de comunicación positiva. Se considera que la familia tiene un funcionamiento satisfactorio cuando el sistema presenta elevados niveles de vinculación emocional y comunicacional entre sus miembros y es flexible para cambiar su estructura y normas.

1.- Familias altas en funcionamiento familiar: son aquellas que con uno o varios hijos adolescentes mantienen un elevado grado de vinculación emocional entre sus miembros y son capaces de adaptar la estructura y normas familiares en coherencia con las nuevas demandas que realizan los hijos.

2.- Familias bajas en funcionamiento familiar: son familias cuyos hijos han entrado en la edad adolescente y que, frente a las nuevas demandas de estos, han disminuido en grado de vinculación emocional y no han flexibilizado la estructura y normas familiares.

3.- Familias altas en comunicación familiar: son familias que mantienen una comunicación abierta, libre, comprensiva y satisfactoria entre padres e hijos adolescentes.

4.-Familias bajas en comunicación familiar: son familias que, con la llegada de los hijos a la adolescencia, han cerrado los canales de comunicación y esta, si se da, es de carácter problemático.



En este modelo se consideran ambos recursos familiares para obtener una clasificación de las familias caracterizada por una variedad de comportamientos familiares caracterizada por una variedad de comportamientos familiares más o menos adaptativos para afrontar las demandas de cambio de los hijos que han alcanzado la edad adolescente:

1.-Familias tipo I: son familias que tienen un funcionamiento familiar adecuado, con un elevado grado de vinculación emocional entre los miembros y de flexibilidad del sistema, y al mismo tiempo, presentan una comunicación positiva entre padres e hijos adolescentes.

2.- Familias tipo II: se trata de familias con hijos adolescentes que no logran un adecuado funcionamiento familiar, escasa vinculación y flexibilidad, pero que consiguen tener una comunicación abierta entre padres y adolescentes.

3.- Familias tipo III: en este caso, el funcionamiento es adecuado, pero la comunicación entre padres e hijos está cargado de problemas.

4.- Familias tipo IV: estas familias tienen bajos recursos en general, tanto en lo referente al funcionamiento familiar como en relación con la comunicación. Estas familias son, por tanto, las más problemáticas en el proceso de afrontamiento de los cambios asociados a la adolescencia.

En este sentido, podemos decir que el ajuste de los hijos adolescentes depende en gran medida del ajuste del sistema familiar al que pertenecen, puesto que es el sistema familiar el que les proporciona las armas más importantes. Sin embargo, también es cierto que el grado de desajuste del hijo, su participación en el comportamiento de riesgo o poco saludables puede influir negativamente en el funcionamiento y comunicación familiar, puesto que se trata de un estresor que puede deteriorar la calidad de las relaciones entre padres e hijos.

Adolescencia y deporte

La práctica deportiva en la pre adolescencia y adolescencia es una de las actividades preferidas dentro del abanico de opciones de ocio. Hay que precisar que los jóvenes se interesan por practicar deporte movido por algunas motivaciones diferentes y otras similares a las de cuando niño. Ahora, continúa practicando para divertirse, para pasarlo bien. También sigue motivado por aprender, para avanzar en el dominio de su deporte.

Según Crespo (2004) la actividad deportiva toma más importancia el interés por obtener el reconocimiento de sus compañeros, por sentirse integrado y valorado dentro del grupo. El adolescente quiere ganarse un puesto dentro del grupo para afirmar su personalidad, y esto le lleva a estar pendiente de las opiniones que los otros tienen de él. Con este objetivo intenta mejorar sus habilidades deportivas (y también sociales), para demostrarlas a los demás y superarlos si puede. Por esta razón, tiende con frecuencia a compararse con ellos, sobre todo entre los 11 y los 13 años, para ver quién tiene más habilidades deportivas y sociales.

En esta edad es cuando la motivación por ganar toma más importancia. La victoria se percibe como una superioridad de habilidades sobre los rivales que permite experimentar el reconocimiento y la autoafirmación. A partir de los 13 años aproximadamente, volverán a equilibrarse la motivación por la mejora y por la competencia.

La autoestima también se ve influida por la práctica deportiva de los adolescentes; el chico o chica intenta formarse una identidad propia única, y en eso interviene la percepción que tiene de su capacidad deportiva. El hecho de sentirse competente, dominar las habilidades de su deporte, le ayuda a aumentar su autoestima y le permite afirmarse ante sus compañeros

Formar parte del equipo es vivido por el adolescente como un motivo de orgullo; pertenecer a él le permite afirmar: “soy del...”, “juego en el...”. De hecho, en bastantes casos, el grupo deportivo crea una cohesión muy fuerte y fomenta unas amistades que se mantendrán fuera del deporte y más allá de la adolescencia. Este factor integrador del deporte también es visible en la participación de los adolescentes como aficionados.

Otra satisfacción que el adolescente busca en el deporte es la forma física y el atractivo corporal. El adolescente encuentra en el deporte un medio para sentirse físicamente bien, y tener una imagen más buena con la que sentirse a gusto y también atraer a sexo contrario. El adolescente emplea más esfuerzos en las sesiones físicas, se aplica en los ejercicios, en el momento en que la preocupación por el propio cuerpo y la apariencia física se hacen más importantes. Se encuentran diferencias en ese sentido sobre las motivaciones de los chicos y las chicas. Mientras que ellos prefieren un cuerpo fuerte y musculoso, las chicas prefieren estar delgadas y redondeadas.

La complacencia y hermetismo como rasgos de la personalidad

La esencia de la codependencia, o la personalidad complaciente según Hawkins (2008) es un patrón de agrandar a los demás dejando de lado sus necesidades y su bienestar, en su propio detrimento, este rasgo de la personalidad se define en los siguientes atributos:

1.-Referente externo: significa definirse uno por la forma que los demás lo evalúan, quiere decir que está totalmente absorto en lo que piensan los demás.

2.-Cuidado de los demás: el problema no es el deseo a ayudar, sino que cuando cuidan a los demás, a veces se olvidan de cuidar de ellos mismos.

3.-Egocentrismo: se tiende a mantener feliz a todo el mundo, sobre todo tratan de lograr que todos estén contentos con ellos, cuando su intento falla, se sienten culpables, enojados y heridos. Cuando los que les rodean no están bien, ellos no están bien, esa carga es más de lo que alguien puede sobrellevar con éxito.

4.-Problemas de control: los codependientes son controladores supremos, creen que pueden controlarlo todo y que deberían hacerlo, a medida que esta situación se vuelve más caótica, los codependientes ejercen más y más control.

5.-Negación de sentimientos: no están alerta, hacen lo que tienen que hacer rutinariamente, día tras día. Esas vidas a menudo carecen de gozo y de lo que realmente desean vivir.

6.-Falta de honestidad: en lugar de hacer frente a una dificultad o mal entendido se tiende a restar importancia a la situación sacrificándose a sí mismo con tal de no herir a terceras personas o simplemente ocultar los defectos para parecer perfecto ante los demás.

7.-Ser el centro de atención: los codependientes necesitan ser necesarios. Ser el centro de atención es bastante adictivo. Las personas complacientes experimentan un alza de su energía cuando saben que otras personas las buscan para que manejen las cosas. Se sienten como el motor de un tren, el capitán de una aeronave. Claro, ser el centro de atención tiene sus costos. Significa estar presente muchas veces, estar a la entera disposición de la gente. El que otros dependan de uno para tantas cosas puede ser agotador.

8.-Ingenuidad: las personas codependientes pueden seguir siendo sumamente activas, a pesar de las abrumadoras consecuencias negativas, porque esperan un resultado positivo. Están agotadas, la gente no aprecia sus esfuerzos, la vida de su familia sufre, pero nada de eso importa porque todo va a tener un final feliz. Los codependientes son jueces muy malos del carácter porque ven lo que quieren ver y escuchan lo que quieren escuchar. Aconsejar a estas personas es difícil debido a la negación. Construyen sistemas de creencias complicados para apoyar sus conductas. Raras veces ven las cosas como realmente son.

9.-Pérdida de la moral: cuando tenemos una necesidad abrumadora de agradar a las demás personas, casi siempre somos deshonestos, mentimos a los demás y a nosotros mismos acerca de lo que es verdaderamente importante. Toda desviación de nuestra palabra es causa de alarma y separación de nuestro yo. Mentir es una forma de falta de honestidad y, por lo tanto, pérdida de la moral.

10.-Temor, rigidez y enjuiciamiento de los demás: las personas codependientes son famosas por ser rígidas, por tener actitudes críticas que brotan del temor. Como tiene tanto miedo a perder su autoestima, se aferran a sus rígidas creencias en un intento de controlar su mundo y el de los demás. Tratan de aferrarse a todo lo que han construido. Creen que son necesarios y que tienen el mando.

El hermetismo se trata más bien de una problemática del desarrollo relacionada con las dificultades y conflictos que estos chicos se han ido y se van encontrando en su crecimiento personal. En definitiva se trata de la expresión de un desarrollo que se ha estancado. Dicho estancamiento pone de manifiesto que estos chicos no han encontrado en la relación con los demás un lugar en que poder construir los recursos simbólicos que les permitan encarar y transformar los conflictos inherentes a todo proceso de desarrollo personal y social.

En este sentido, puede hablarse de un desarrollo encallado, que da vueltas y vueltas durante su infancia y adolescencia sobre un mismo eje: el hecho de no poder elaborar las tensiones psíquicas que jalonan su crecimiento como personas. En efecto, en este tipo de alumnado las persistentes respuestas con las que actúan son mecanismos que evitan el pensamiento, la reflexión y la elaboración mental de las tensiones psíquicas implicadas en las relaciones que todos tenemos con nosotros mismos, con los demás y con el mundo. Esta forma de actuar da como resultado un estancamiento personal en el proceso de construcción de la personalidad de estos jóvenes (ubieta, 2002).

Las tensiones y dificultades que no han sido capaces de resolver de una manera elaborada, por medio del pensamiento, han acabado por gestionarse mediante el rechazo a pensar o por la vía de la conducta de actuación: no pueden hablar sobre lo que les pasa en su vida ni tampoco decir nada sobre lo que les ocurre. Demuestran una gran dificultad para poner en palabras lo que les sucede. No saben decirlo.

El proceso de desarrollo y construcción es vital en este aspecto. No venimos al mundo con la capacidad de regular nuestras relaciones, emociones y pensamiento, y eso es algo que hay que tener en cuenta. Necesitamos un tiempo para construir esa capacidad y, además, necesitamos ayuda para hacerlo.

Arteterapia

Definición de arteterapia

La Asociación Chilena de Arteterapia (ACAT) conceptualiza el 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 arte terapeuta, en torno a la obra, pudiendo observar, dar un significado y elaborar la experiencia.

El arteterapia como técnica terapéutica ayuda al paciente a comunicarse a través de los materiales artísticos, se puede aplicar a personas de todas las edades y a muchas patologías en contextos diferentes: hospitales, cárceles, tratamientos paliativos, escuelas, centros de salud mental, centros de día, geriátricos, educación especial, cívicos, casales, etcétera. Se puede aplicar en sesiones individuales, en grupos cerrados y abiertos, así como en talleres. La utilización del arteterapia son variados, como menciona Marinovic (2003) puede ser con fines terapéuticos, educativos, de prevención, rehabilitación y desarrollo personal, entre otros (Marxen, 2011).

Ventajas del arteterapia

El arteterapia es de gran ayuda cuando el funcionamiento normal del individuo se ve alterado, ya sea por razones biológicas, psíquicas o sociales. Su aplicación está especialmente indicada para aquellas personas que, en virtud de la enfermedad que padecen u otras razones, tienen dificultades para articular sus conflictos verbalmente.

la imaginaria artística- como los sueños- permite explorar los sentimientos, actitudes, fantasías, experiencias y recuerdos que puedan ser inconscientes- o a los que no sea fácil acceder-. De esta manera, los sueños, por ejemplo, no tienen que ser traducidos a lo verbal. Obviamente, se puede llegar a un

proceso verbal a partir de la creación para elaborar y asociar la expresión artística, siempre que el paciente quiera hacerlo. Sin embargo, la esencia del mensaje se transmite mediante imágenes (Marxen, 2011).

Araya, Correa y Sánchez (1990, citado en Covarrubias, 2006, p11-12) recopilan ventajas del arteterapia señaladas por distintos autores, las que sumadas a las mencionadas por Moreno (2007) contemplan: el ser una terapia predominantemente no verbal y de trabajo con imágenes permite simbolizar sin necesidad de una traducción a palabras, promueve la catarsis o la liberación de emociones contenidas sin experimentar demasiada ansiedad, se proyecta el mundo interno del autor, integrándose con el mundo externo, se pueden integrar polaridades, las formas de trabajo permiten una disminución de las defensas, la obra implica sentimientos que se pueden revivir sólo de mirarla, pues permanece, es una experiencia gratificante y por todo lo anterior, se promueve el crecimiento personal y un funcionamiento sano.

Algo similar comenta Marxen (2011) la ventaja del arteterapia consiste en que se puede hablar del conflicto sin hacerlo directamente, respetando así las defensas de las personas. El lenguaje de las imágenes es más indirecto, y por ese motivo, puede proporcionar más seguridad. Esta posibilidad que ofrece el arte para la expresión indirecta en un contexto terapéutico se ha denominado arteterapia, y en todas las terapias creativas (danza, drama y musicoterapia), el distanciamiento estético.

La producción de imágenes y objetos artísticos se utiliza para ayudar a restablecer la capacidad natural del individuo para relacionarse consigo mismo y con el mundo que lo rodea de forma satisfactoria. Las imágenes y objetos artísticos creados en un entorno seguro y en presencia del arte terapeuta posibilitan la contención, expresión, exploración y resolución de emociones conflictivas. Además en trabajo creativo conecta a la persona con su propia fuerza. Asumiendo el papel de creador, el individuo tiene la oportunidad de aumentar la autoestima y la confianza en sí mismo.

Rol del arte terapeuta

Según la asociación chilena de arteterapia (ACAT) el arte terapeuta es un profesional formado académicamente que aborda la terapia basado en las obras de arte de sus pacientes, enfatizando los procesos creativos por sobre los resultados. Dirige y planifica intervenciones terapéuticas con el fin de tratar problemáticas humanas, tanto intra como inter personales, por lo que realiza terapias individuales, en pareja o grupales. Es el encargado de proporcionar un encuadre, contención y facilitar la resolución de los conflictos a través de medios artísticos, no interpretando las obras del paciente, sino que alentándolo para que descubra por sí mismo el significado de sus realizaciones.

El papel del terapeuta consiste en ayudar a abrir el proceso creativo de la persona, acompañarla en la creación, acoger la producción sin juzgarla, ofrecer para este trabajo un marco confortable y seguro y crear una relación empática triangular terapeuta, obra paciente. Para poder crear, el paciente tiene que sentirse seguro y acogido. El arte terapeuta observa tanto las obras como sobre todo el proceso creativo. Siempre interesa más el proceso creativo que el resultado final. Este procedimiento está en la línea de la teoría del juego simbólico de Melanie Klein (Marxen, 2011).

Podemos diferenciar dos grandes abordajes en el arteterapia: aquel que enfatiza la producción artística en sí y aquel que se enfoca sobre la asociación verbal que se produce con la creación (Capella, 2009; Moreno, 2007). Desde el primer enfoque es más importante el proceso de creación en sí, pues se trata de un proceso íntimo en que el paciente se vuelca en su obra, dónde el terapeuta es un mero acompañante. El segundo abordaje se considera más cercano a la psicoterapia tradicionalmente entendida, pues se cree que el cambio terapéutico se generaría mayormente a partir de los intercambios verbales y la reflexión y elaboración que surgen del proceso de creación artística y en relación a la obra misma. En el espacio de trabajo, el terapeuta tendría la función de crear “continentes”, espacios de contención a través de su

comportamiento y los ejercicios que propone. En la adolescencia esto cobra una importancia mucho mayor, pues como se mencionó es una etapa especialmente sensible al contacto y la vinculación con los otros, y además se esperan mayores capacidades de abstracción y simbolización. En este sentido, en un trabajo con arteterapia, la simbolización y el acompañamiento pueden ser factores especialmente beneficiosos que promuevan la flexibilidad de las estructuras y la elaboración.

Arteterapia y adolescencia

Los adolescentes entran en el periodo más creativo de sus vidas: el arteterapia está basado en la noción de que cuando el arte se introduce en la resolución de los problemas puede brindar distintos puntos de vista del conflicto de una manera más amigable que lo es la terapia verbal.

Riley (2010) menciona que cuando se piensa en la creatividad adolescente los aspectos estéticos deben pasar a un segundo plano, para incluir la imaginación y el comportamiento durante el proceso. Saltar a la creatividad del adolescente no es difícil si el arte terapeuta sugiere tareas creativas de tal forma en que muestre respeto por su forma de reinventar el significado e involucrar el tema de interés del adolescente.

Otro rasgo dominante del adolescente nombrado por Riley (2010) es el anhelo por desarrollar una personalidad individual, ellos prefieren crear una imagen personalizada de ellos mismos, tanto interna como externamente, sin discutir el proceso con los adultos. Este anhelo se refleja en el proceso arte terapéutico, donde el método de crear es meditado, individualizado, y no verbal, sin embargo el proceso en el cual el joven creó una imagen y la subsecuente elección de verbalizar, es voluntario.

Riley (2010) menciona la libertad y la singularidad como características del proceso adolescente y del proceso arte terapéutico. Una expresión artística es siempre original desde que es creado por un individuo.

Si el dibujo es una copia es aun un esfuerzo personal y demuestra algunas características peculiares. Incluso los dibujos de palitos son diferentes, ya que ellas están dibujadas con un trazo diferente por una mano distinta. No hay restricciones para la creatividad y no existe una forma correcta para ser un dibujo de arteterapia. Si la expresión representa el significado del paciente está bien.

El paciente es siempre libre de cambiar las reglas y reinterpretar las directrices.

Otro punto esencial mencionado por Riley (2010) es el utilizar una forma no confrontacional y flexible de terapia para los adolescentes rehaceos al estar en terapia. La imaginación, como se usa en arteterapia, es a menudo la llave para hacer una alianza temprana, la cual es demasiado esencial en el tratamiento adolescente. El arteterapia se debe entregar de una forma que se ajuste cómodamente al adolescente; el adolescente es sabio para las interpretaciones y los test proyectivos. Ellos observaran con sospecha las tareas artísticas a menos que el terapeuta entienda como comprometerlo en el proceso y utilizar el producto. Un movimiento falso de interpretación o una imposición del terapeuta sobre la relación anulará la oportunidad de unirse con el paciente joven. Cada relación con un adolescente está en riesgo en las etapas tempranas.

Finalmente Riley (2007) describe la forma de arteterapia más adecuada para el adolescente a aquella donde el producto terapéutico viene desde su propia mano, y nadie más sabe lo que significa hasta que el paciente comenta (para que no se sienta amenazado), esto no quiere decir que a menudo el arte revela material que el creador de arte no tenía intención de representar. Sin embargo, esta revelación no intencionada puede ser mantenida en privada o no privada o compartida con el terapeuta a la voluntad del paciente.

Oster (1987) explica que la relevancia y atención hacia la obra realizada por el adolescente no es más para ayudar al arteterapeuta a obtener

algunas ideas sobre lo que le preocupa sobre la vida. La imaginería como el collage puede proporcionar una amplia gama de información.

El Arteterapia consiste menos en centrarse en la persona (sus problema sus interpretaciones...) que en trabajar siempre en la creación misma, cuya evolución cuenta (estratégica y cronológicamente) "antes" que la de la persona. Lo importante es lo que cambia de una producción a otra, de tal modo que algo cambie en su interior y primero sin saberlo ella (Klein, J.P. 2001).

Otro punto muy importante que comenta Malchiodi (1997) señala la necesidad de establecer una relación rápida con un paciente. Aunque ella se refiere a los niños abusados y a los adolescentes asustadizos, aunque es positivo para los adolescentes en general: el terapeuta debe siempre recordar que no hay mucho tiempo para establecer una relación. Con el fin de realizar cualquier progreso en los niños, se debe establecer un entendimiento rápido durante las etapas de apertura de la intervención. Es aconsejable un enfoque natural y sin amenazas que inmediatamente expresa preocupación y respeto. La forma de la terapia debe ajustarse al punto de vista del adolescente. Es inútil intentar aproximarse al paciente joven con técnicas psicológicas creadas para adulto. De hecho, la única técnica terapéutica factible es que el terapeuta disfrute trabajar con un grupo de esta edad, está interesado en sus opiniones, y este abierto para aprender un punto de vista más fresco de la sociedad y los comportamientos. Si el terapeuta intenta imponer su sistema de creencia en un adolescente, el estará profundamente decepcionado. Si los terapeutas están dispuestos a escuchar los puntos de vista de los jóvenes e intercambiar opiniones, el adolescente será tolerante y comunicativo durante el diálogo.

Arteterapia en el contexto escolar

Una educación integral en la escuela ayuda a desarrollar y valorar las relaciones interpersonales, el bienestar personal, la autoestima, la comunicación y el autoconocimiento.

A través del arte aprendemos a respetar y valorar nuestro trabajo y el de los demás, a hacer frente a situaciones difíciles y momentos críticos. En definitiva, el arte es de una gran ayuda para que los escolares tomen las riendas de sus vidas, se adapten mejor al ambiente y tengan un mayor bienestar personal.

Aplicada en el marco escolar, el arteterapia se revela como una herramienta de apoyo emocional al aprendizaje. Es un hecho conocido que las dificultades emocionales afectan al proceso de aprendizaje y al rendimiento escolar, independientemente de las capacidades intelectuales del individuo. “Allí donde el arteterapia se ha establecido en las escuelas, se ha podido ver como beneficia a aquellos niños que tienen dificultades emocionales o de comportamiento y cuyas necesidades especiales no se pueden tratar en el aula.” (Dalley,1990).

En su estudio sobre la aplicación en las escuelas de Israel, Moriya (2000) enfatiza la capacidad del arteterapia para reforzar, rehabilitar y posibilitar el crecimiento, de manera que el alumno pueda adaptarse mejor al funcionamiento escolar. El arteterapia en las escuelas posibilita un espacio para explorar el mundo interno y los conflictos afectivos, y donde se pueden expresar las emociones negativas, en un marco de contención y de confianza en el terapeuta. Es importante que esto tenga lugar en el entorno habitual del niño, como parte de su proceso educativo y no como una experiencia aislada. (Cseri, 2002)

En su dimensión social, la introducción del tratamiento por arteterapia en las escuelas surge de la urgencia de cubrir una demanda de atención especial que permita afrontar necesidades individuales de muy diversa índole, que a menudo superan la capacidad y la formación del profesorado para atenderlas plenamente. “Lo que genera problemas a los profesores no es tanto la variedad de las capacidades intelectuales de sus alumnos como la variedad de necesidades emocionales” (Winnicott, 1964:3).

Por otra parte, el sistema de salud pública en los países occidentales no tiene capacidad para tratar a todos los niños con dificultades, y los tratamientos privados generalmente están fuera del alcance de los más necesitados, de ahí la relevancia de que los niños y adolescentes puedan recibir tratamiento terapéutico, cuando sea necesario, y como parte integrante de su proceso educativo. Las intervenciones especializadas en el marco escolar pueden evitar la estigmatización que supone para el niño verse apartado de la institución “normal” (Dalley, 1987).

Cuándo se aplica el arteterapia en las escuelas

En el contexto escolar, el arteterapia permite abarcar, tratar y buscar soluciones a una gran variedad de situaciones problemáticas que afectan a los estudiantes y que interfieren tanto en su rendimiento escolar como en las relaciones con sus compañeros y el profesorado.

Omenat (2001) menciona que cuando los alumnos con dificultades no encuentran un lugar donde expresar su insatisfacción, sus ansiedades y sus miedos, los actúan, afectando a todo el grupo en el que están implicados, se genera un “paquete emocional no nombrado” dificultando el aprendizaje y la integración.

Según Wengrower (2001) otras indicaciones son las dificultades de adaptación en alumnos emigrantes, crisis de la adolescencia, problemas de

autoestima baja, depresiones, dificultades para relacionarse, timidez, hiperactividad, trastornos alimentarios, enuresis, conductas dependientes, alteraciones y conflictos en el entorno familiar, pérdidas y duelos, bullying, abuso de sustancias, conductas asociales, etc.

La eficacia del arteterapia se ha probado en múltiples trastornos, en especial en los casos en los hay dificultades de expresión verbal. Se pueden tratar problemas de conducta y de aprendizaje, que muchas veces tiene su raíz en dificultades emocionales. Dalley (1990) expone que una dificultad común en muchos niños y adolescentes es la de comunicar de forma verbal sus sentimientos; para ellos, el proceso artístico proporciona un medio de comunicación más espontáneo y menos problemático.

Facultades que se desarrollan por medio del arteterapia en las escuelas

Gracias a las sesiones de arte terapia, los niños y adolescentes ponen en acción habilidades y potencialidades que revierten de manera positiva en su capacidad de aprendizaje y de adaptación. Las más relevantes son:

1.- Capacidad de simbolizar: El proceso artístico ofrece al niño un lenguaje simbólico con el que puede contarnos su historia. Las imágenes producidas operan a un nivel metafórico a través del cual el niño va desvelando su mundo interno (Arguile, 1992:141-142). La habilidad de simbolizar, que va creciendo con la práctica artística, es esencial para los procesos cognitivos y permite la sublimación y la liberación de ansiedades (Moriya, 2000).

2.- Expresar y elaborar emociones difíciles: Permitir que las emociones difíciles de poner en palabras se expresen al darles una forma, por medio del arte, es una de las peculiaridades más destacadas del Arteterapia, y donde posiblemente subyace su mayor potencial terapéutico. “El arte proporciona alivio, disfrute, juego, catarsis, salpicar y manchar con los materiales, aspectos a menudo esenciales para los niños cuyo desarrollo emocional se ha visto gravemente afectado.” (Dalley, 1987:33). No sólo abre una dimensión positiva

y lúdica, sino que también permite dar forma a las emociones negativas y a contenidos psíquicos difíciles, para así transformarlos.

3.- Afirmación del yo: Como forma de psicoterapia, el Arte Terapia posibilita el emerger de un yo sano frente a un yo neurótico. En esta disciplina, el componente artístico y la relación terapéutica se amalgaman en esa labor de reconocimiento y afirmación del yo. Con la ayuda del terapeuta, el niño puede reconocer el valor de lo creado, y establecer puentes entre sus creaciones, su mundo psíquico y sus relaciones con el entorno. Hacer arte le permite darse cuenta de que es sensible y capaz de crear, y le ayuda a sentirse bien consigo mismo, como individuo (Pergjini,1999).

4.- Desarrollo de las funciones motoras y de la atención: El uso del arte permite que el niño se relacione con las cualidades sensoriales de los materiales y ponga en acción su cuerpo para su manejo. El desarrollo de los sentidos a través del arte permite un mayor contacto y una mayor conciencia del entorno (Swenson, 1991). Moriya (2000) describe el caso de un niño con hiperactividad y retraso cognitivo, que desarrolló la capacidad de darse cuenta y de controlar sus movimientos, mejorando su comportamiento en clase. La práctica del arte proporciona al niño una ocasión para estar concentrado en una tarea que le resulta placentera e interesante.

Consideraciones para trabajar con un adolescente

Motivación y percepción de un adolescente

Morales y Jarpa (2010) comentan que un aspecto a considerar en la clínica con adolescentes es que pocas veces llegan jóvenes a consultar a profesionales de salud mental por cuenta propia. Es más frecuente que los traigan sus padres, o acudan por indicación del colegio o de un tercero, quienes posiblemente detectaron conductas “anormales” o problemáticas, indicándoles asistir. Esto puede significar un primer obstáculo en la aproximación diagnóstica y terapéutica, principalmente por dos razones que se entrelazan:

1.- La motivación para la terapia: algo fundamental en la práctica clínica, puede encontrarse ausente o ser muy escasa en los casos en que el adolescente no viene por propia iniciativa.

2.- La percepción de un problema o temática a trabajar: puede encontrarse relativamente ausente o ser ajena al adolescente, quien ha sido “señalado” en su medio como portador de un conflicto.

Tanto la motivación como la percepción de un problema o desequilibrio que necesita ser abordado en psicoterapia, muchas veces deben ser construidas en el proceso psicoterapéutico mismo, lo que genera una situación que no es la más idónea para trabajar y que requiere de flexibilidad y una diversidad de herramientas en el abordaje. Es importante señalar que muchas veces la fuente o situación problemática es efectivamente ajena o se encuentra relativamente descentrada del adolescente, quien por distintos motivos carga con el peso de aquel ambiente o situación desfavorable, siendo necesario poner atención a esta posibilidad y tener el cuidado de identificar cuidadosamente la situación que ha llevado a la solicitud de asesoramiento profesional (Galvez, 2009).

A lo anterior, puede sumarse que el joven consultante sienta el espacio de terapia como un lugar ajeno, de desconfianza, o incluso como objeto de sospecha. Todo esto puede generar que se comporte de manera evasiva. Ante

esto, la comprensión, el desarrollo de la confianza y la creación de un buen vínculo se hacen indispensables, especialmente cuando es necesario tocar temáticas conflictivas y que pueden ser difíciles de elaborar. Al evaluar una metodología de trabajo es imprescindible considerar las aficiones, habilidades e intereses de cada paciente, ya que muchas veces los adolescentes – probablemente por encontrarse en una etapa de cambios- no son tratados acorde a sus expectativas. Mientras algunos son atendidos como niños, otros lo son directamente como adultos y sometidos a una terapia de diálogo reflexión y análisis, que puede resultar muy árida y poco motivante. Sólo desde la sintonía con los elementos que componen sus vivencias se puede lograr una comunicación profunda, que abra paso a su interioridad, a su significado y a su propia historia. En este marco, no existe una única vía de aproximación, volviéndose necesaria una gama de herramientas clínicas que posibiliten una mayor cercanía con las afinidades del paciente (Schnitman, 2009).

Jo y Almao (2001) definen el abandono del tratamiento como la no adherencia o interrupción del tratamiento indicado por el centro, sea terapéutico, psicofarmacológico o combinado, y que se expresa en la inasistencia a las citas pautadas sin previo aviso y sin volver a tomar el tratamiento; dentro de las conductas específicas que pueden considerarse como deserción terapéutica, se plantea, inasistencia a la primera cita y a citas de seguimiento, abandono definitivo del tratamiento sin consultarlo con el terapeuta o en contra de su opinión, abandono del tratamiento en forma definitiva antes de un determinado número de citas o periodo de tiempo determinado, no cumplimiento de las pautas prescritas como las dosis en caso de tratamientos psicofarmacológicos, discontinuación de un tratamiento sin suponer un abandono definitivo y toma de medicación no prescrita.

Existe gran diversidad de variables que determinan la no adherencia del consultante a un proceso psicoterapéutico, entre las cuales, se encuentran las características propias tanto del consultante como del terapeuta, el tipo de trastorno y las condiciones ambientales e institucionales entre otras; autores

como Jo y Almao (2001) y Buela, Sierra, López y Rodríguez (2001), han clasificado dichas variables de acuerdo a su origen; sin embargo, los resultados de las investigaciones no permiten afirmar que la presencia de una sola variable pueda predecir lo que sucederá con la adherencia terapéutica.

Factores asociados al consultante

Respecto a las características del consultante, no se encuentran estudios que afirmen una relación directa entre la deserción terapéutica y aspectos tales como el sexo, el nivel educativo o social; sin embargo, aún se discute cómo la interacción de dos o más de estas variables está relacionada con el fenómeno, se encuentran correlaciones positivas respecto a la edad y el estado civil, siendo más común la deserción entre las edades extremas (vejez, niñez), la adolescencia y la soltería (Jo & Almao, 2001). Un factor determinante para la adherencia al tratamiento es la percepción que el consultante tenga acerca de la necesidad del proceso psicoterapéutico, cuando el consultante acude de manera voluntaria y por iniciativa propia, es más alta la probabilidad de adherencia al tratamiento (Mahoney, 1991).

Factores situacionales

Jo y Almao (2001) realizan una recopilación de investigaciones en las que se reconoce factores ambientales tales como la distancia del centro de atención terapéutica, el nivel socioeconómico, motivos laborales, académicos o económicos, descomposición familiar, bajo apoyo o ausencia de redes sociales, ausencia de seguro médico y que son determinantes de la asistencia y permanencia de consultantes en tratamientos psicoterapéuticos; Alcázar (2003) identifica como obstáculos prácticos relacionados con el abandono, los relacionados con problemas de horarios, problemas económicos y falta de tiempo.

Si se reconoce el fenómeno de deserción como fenómeno multifactorial, también ha de reconocerse las estrategias de prevención con el

mismo carácter; Jo y Almao (2001) sugieren algunas estrategias como establecer contactos telefónicos o de mensajería con los consultantes, realizar capacitación y entrenamiento constante para el terapeuta, incluir intervenciones educativas con el fin de aclarar las posibles inquietudes originadas en el proceso, prevenir y anticipar la probabilidad de abandono mediante la exploración de prejuicios, creencias y expectativas, evaluar permanentemente la relación consultante-terapeuta e intervenir institucionalmente para mejorar los diferentes procesos asociados con el acceso al servicio, entre otros.

Estudio de caso

Descripción del centro de práctica

La práctica se desarrollo en un colegio municipal de la comuna de Providencia. Este pertenece a la corporación de desarrollo social de la misma comuna. El centro educacional abarca niñas desde 1° básico hasta 8° básico, dos cursos por nivel con una matrícula total de aproximadamente 550 estudiantes, el colegio mantiene doble jornada (mañana y tarde).

Este colegio cuenta con un proyecto de integración (PIE) el cual apoya a las alumnas con Necesidades Educativas Especiales, ya sea en Trastornos Específicos del Lenguaje (TEL) o que tengan Déficit Atencional y algunos talleres extra programáticos por confirmar este año 2014, en general las actividades extra programáticas tienen baja convocatoria.

Es importante destacar que en el área académica el colegio sobresale como uno de los establecimientos educacionales que logran año a año excelentes puntajes en la evaluación SIMCE (Sistema de Medición de Calidad de la Educación) ,para lo cual se ha adoptado un grado de exigencia muy alto, tanto hacia el desempeño docente como hacia la labor y disciplina de sus estudiantes, quienes al momento de egresar de enseñanza básica, directamente son trasladadas a colegios emblemáticos para continuar sus estudios.

Motivo de consulta y derivación a arteterapia

El caso fue derivado desde la profesora jefe de “N” quien considera que es una joven muy hermética, escaso participativa y poco expresiva en cuanto a sus sentimientos y pensamientos, la docente comenta que se manifiesta arisca con los demás y que muchas veces cuando la se dirige a ella, ya sea personalmente o en el contexto de la clase “N” contesta de manera tajante expresando con su rostro desprecio, malestar y enojo.

La profesora señala que “N” tiene amistades, pero pocas, con ellas conversa y comparte, situación que no se da con el resto del curso. Debido a las actitudes mencionadas y a su preocupación la docente cita a la apoderada de “N” para informarse y comprender mejor a su estudiante.

Por otra parte la madre de “N” le manifestó a la profesora la misma inquietud y preocupación por la adolescente quien demostraba las mismas actitudes en el hogar y hacia su familia, la madre le comenta a la docente que está preocupada por ella, ya que la siente muy contenida.

Cité a la madre de “N” pero debido a su retraso conocí primero a la niña, hablamos sobre el taller de arteterapia; de la forma en que se trabajaba, los días que debía asistir y el tiempo de duración de cada sesión, pese a que le explique que no era un requisito poseer habilidades artísticas “N” afirmó que no era buena para el arte pero que estaba interesada en participar y pese a que no supo responder con claridad el por qué, solo comentó que le llamaba la atención; me hablo sobre ella misma, con quien vivía, me contó que era esgrimista y seleccionada nacional y que era lo que más le gustaba hacer.

Luego hablé con la madre de “N”, quien durante la primera entrevista señala que “N” es una niña muy complaciente y fría en la relación con su familia, sobre todo con su hermano con quien discute a menudo, además comenta que “N” siempre ha sido así, desde que era muy pequeña sus profesoras le habían recomendado consultar al psicólogo, ellas veían a “N” muy distante del grupo y fría en las relaciones con sus compañeros y profesoras.

La madre explica que la relación con ella es un poco más estrecha que con su padre del cual son separados desde que ella tenía un año, dice que se llevan bien, que su padre la consiente mucho, pero se ven solamente dos veces al mes, comenta que esta relación está basada en lo material que en lo emocional (la madre dice que “N” suele exigirle muchas cosas a su padre).

La calidad comunicativa y afectiva que existe entre ellas es muy pobre, la madre dice que son contadas las veces que “N” le ha hecho demostraciones de cariño y que cuando algo no le resulta (por ejemplo cuando pierde campeonatos de esgrima) se frustra con mucha facilidad y se encierra a llorar para que nadie la vea y que cuando se acerca a preguntarle que le está pasando “N” siempre dice que no le pasa nada y que está bien.

La madre comenta que “N” está muy concentrada en el deporte y que la esgrima es algo que realmente le apasiona, por lo cual le dedica mucho tiempo y que en los estudios es una alumna de notas regulares pero que es muy responsable y dedicada con sus obligaciones.

Objetivos de la Intervención:

1.- Objetivo General

Brindar a “N” un espacio seguro y de contención que le permita expresar y comunicar libremente sus emociones, opiniones y pensamientos a través del arte.

2.- Objetivos Específicos

- 1.- Promover el auto conocimiento gracias a las actividades arte terapéuticas
- 2.- Fomentar la expresión a través de los materiales de arte
- 3.- Impulsar el contacto emocional a través de las actividades de arte

Anamnesis

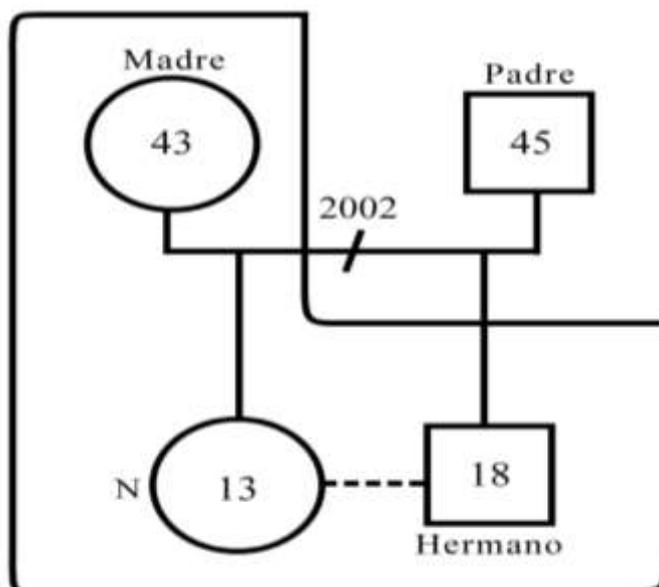
Identificación	
Nombre	“N”
Fecha de nacimiento	6 de abril del 2000
Edad	13 años
Curso	8° básico
Lugar que ocupa en la familia	hermana menor
Personas con quien vive	mamá y hermano

Antecedentes familiares	
Antecedentes de la madre	
Ocupación: masajista	Edad: 43 años
Escolaridad: técnico profesional	Trabajo: hospital
N° de hijos: 2	
Antecedentes del padre	
Ocupación: administrativo	Edad: 45 años
Escolaridad: técnico profesional	Trabajo: constructora

Antecedentes prenatales	
Enfermedades de la madre: ninguna	Síntomas de pérdida: ninguno
Medicamentos: ninguno	Estado emocional: feliz con la llegada de su hija pero triste por la relación de pareja (estaban pasando por un mal momento y se separaron después de nacer).
Caídas: ninguna	Estado nutricional: normal
Antecedentes perinatales	
Peso: 3 kg	Apgar: normal
Problemas durante el parto: ninguno	

Antecedentes postnatales	
Tratamientos posteriores al parto: ninguno	Enfermedades importantes: ninguna
Operaciones: ninguna	ha sufrido pérdidas de consciencia: si, después del parto (anestesia)
Problemas de visión o audición: no	Otros problemas sensoriales: no
Desarrollo psicomotor	
Controló la cabeza: no recuerda	Se sentó: no recuerda
Se paró: no recuerda	Caminó: antes del año
Control de esfínter anal: 1 año 4 meses aprox.	Control de esfínter vesical: 1 año 4 meses aprox.
Desarrollo del lenguaje	
Dijo primeras palabras: antes del año	Dijo frases: antes del año
Dijo oraciones: antes del año	Hablo espontáneamente: antes del año
Comprendió instrucciones: antes del año	¿Ha necesitado evaluación de algún tipo? Ninguno, aunque le habían sugerido psicólogo.
Hábitos	
horas de sueño: 7	Tiene problemas para dormir: no
Tiene hábitos de estudio: si	En que se entretiene: deporte, amigas, computador.
Realiza labores domesticas: si	Autonomía en el aseo personal: si
Relaciones familiares	
Madre: mantiene una buena relación con ella, discuten por cosas domésticas.	Padre: lo ve dos veces al mes, no es muy cariñosa con él. Su relación se basa en lo material. Los padres se separaron cuando N tenía 1 año.
Hermano: Tiene 18 años, no participa mucho en sus actividades, aunque la quiere tienden a discutir con regularidad, "N" no lo tolera y es fría con él.	

Genograma



Resumen

 Separación / Año 2002.

 Relación Distante.

 Viven Juntos.

Setting

Idealmente hablando, el setting es un espacio que permite desarrollar el trabajo sin interferencias, apartado y protegido de los otros usuarios y profesionales de la institución, el cual provee de un lugar donde guardar los materiales y obras del participante en la que permanezcan seguras y fuera del alcance de terceros. Asimismo facilita mucho el trabajo arteterapéutico el poder contar con un lavamanos para no ver interrumpido el proceso creativo del paciente.

El espacio real que se utilizó para realizar la terapia fue una sala de la escuela que tenía múltiples funciones (talleres, bodega y casino) este tenía mesas, sillas y otros objetos, por lo tanto había que despejarlo y ambientarlo previamente para realizar las sesiones, sus paredes eran blancas, un muro completo de espejos y había una ventana grande donde entraba luz suficiente para trabajar. Para hacerlo más acogedor movía todo el mobiliario y hacia un espacio más amplio donde colocaba un mantel sobre la cubierta de la mesa y sobre ella todos los materiales. En algunas sesiones utilicé una alfombra para que “N” pudiera sentarse sobre ella y trabajar recostada, una colchoneta de yoga una manta para algunos caldeamientos y música, con la finalidad de convertir este espacio poco acogedor en un lugar distinto, que hiciera sentir a la participante que estaba en un lugar de encuentro y no necesariamente en la misma escuela donde pasa la mayor parte del tiempo.

A pesar de poder ambientarlo y modificarlo lo mejor posible existían interferencias como la entrada y salida de personal quienes entraban a buscar cosas a la sala, la música y ruido del patio de la escuela, situaciones que interrumpieron el proceso, pero que se fueron remediando hablando directamente con los encargados del sector, según Marxen (2011) es muy importante la capacidad de flexibilidad, negociación y adaptación del arteterapeuta ante una realidad distinta. Y esto fue lo que se quiso intentar, entregar el mejor espacio posible para que “N” se sintiera en un lugar cómodo y seguro.

Encuadre

Para poder acordar el encuadre de la terapia hablé directamente con “N” y su madre y les comuniqué en qué consistía la terapia de arte y que las sesiones serían realizadas una vez a la semana (todos los días lunes) con una duración de una hora, desde las 16:00 a las 17:00 horas, que este encuentro era personal donde solo estaríamos ella y yo y lo más importante de todo explicar a la participante que todo lo que ocurriera en este espacio sería confidencial, a la vez se le explicó a “N” que por parte de la Universidad necesitaría tomas fotográficas de sus obras y algunas del proceso y para ello solicité a la madre firmar el consentimiento informado la cual accedió sin problemas.

En cuanto a la estructura de las sesiones, en generalmente se utilizó la misma modalidad de trabajo; antes de comenzar la sesión la saludaba y le preguntaba como estaba, ella comentaba resumidamente su semana, después comenzaba los caldeamientos utilizando diferentes estrategias, como: dinámicas, juegos y ejercicios de relajación, luego continuaba el trabajo con materiales donde las temáticas emergían de los propios caldeamientos o según los objetivos planteados con anterioridad. Durante su proceso “N” trabajaba en silencio, muy concentrada y al terminar la sesión comentaba muy breve y superficialmente sobre su experiencia u obra, sin embargo al transcurrir el tiempo esto fue progresando poco a poco. Ya finalizada la sesión guardábamos los materiales en conjunto, me despedía de “N” y luego escribía algunas ideas en mi cuaderno.

La intención de los enfoques desde un comienzo es que fueran variando entre lo directivo y no directivo, pero debido a las propias necesidades de “N” fueron en su mayor parte directivas, ya que la adolescente manifestó después de la segunda sesión que le incomodaba trabajar sin una consigna previa y que prefería que le entregara los temas a trabajar. Debido a esto las sesiones posteriores se entregaron consignas de trabajo pero con flexibilidad ante los materiales que ella quisiera trabajar.

En la primera sesión se dio la consigna “realizar un collage que contenga imágenes que hablen de ti” con el objetivo de conocer mejor a “N” dando la instancia de que buscara, se identificara y seleccionara imágenes que se relacionaran con ella, ya que como adolescente el tema de la identidad es clave durante esta etapa y es uno de los temas que prefieren trabajar, ya que esto les da la oportunidad de autoafirmarse como personas frente a los demás y les da sentido de pertenencia.

En la segunda sesión no se entregó consigna con la idea de que “N” presentara sus propios temas e inquietudes, lo que le complicó desde el comienzo y manifestó después del cierre de la sesión que prefería que le entregara los temas a trabajar razón por la cual las sesiones posteriores fueron todas directivas.

En la tercera y cuarta sesión se dio la consigna “confeccionar un autorretrato” idea basada en las inquietudes de los adolescentes en relación al autoimagen, autoestima, identidad y el egocentrismo característico de esta etapa. Con esta actividad se buscó que “N” reflexionara acerca de sí misma logrando el autoconocimiento.

En la quinta sesión se da la siguiente consigna “crear un espacio que contenga tu objeto preciado” con la intención de que “N” se expresara de manera plástica y/o verbal a través el objeto preciado, ya que este objeto tienen su propia historia, construida por hechos significativos que los unen, por lo tanto posee un valor sentimental importante para quien lo conserva, construir un espacio para el objeto preciado habla mucho del valor que este tiene para la adolescente y el hecho de compartir esta experiencia lo hace muy enriquecedor.

En la sexta, séptima y novena sesión se dio la consigna “pintar y experimentar con temperas y acuarelas” bajo la idea de entregar a “N” la oportunidad de expresarse a través de la pintura, experimentando esta vez con materiales no controlados y las nuevas sensaciones que estas provocan,

simbolizando su mundo interior a través de formas y colores los cuales dan cuenta de sus propias ideas, sentimientos o emociones.

La intención de la octava sesión era entregar a “N” una instancia de juego, participación y de expresión a través de las cartas ilustradas lo cual disfrutó interactuando a través de ellas y relatando a través de pequeñas frases opiniones, pensamientos, situaciones y sentimientos.

Materiales y técnicas

Se dispusieron diferentes tipos de materiales controlados y no controlados para que “N” experimentara y se expresara a través de ellos y escogiera en libertad los que quisiera según su interés o gusto y cuanto quisiera según lo facilitado, entre los materiales controlados están las revistas y papeles de diferentes tipos y tamaños, pegamentos líquidos y sólidos, materiales de desecho, tubos, telas, cintas de colores, lana, diferentes tipos de lápices, goma, sacapuntas y regla. Y no controlados como témperas y acuarelas, pinceles, tijeras, trapos, recipientes para el agua, plasticina y arcilla (Linesch, 1988).

Las técnicas con las que trabajó “N” por lo general fueron el collage, la pintura y el trabajo tridimensional ampliado (con materiales de desecho) según Marxen (2011) estos tienen sus propias características por ejemplo la técnica del collage reduce el miedo a ofrecer imágenes estéticamente correctas lo cual es ideal en una primera sesión, sobre todo cuando la participante considera que no posee habilidades artísticas y se siente inseguro ante el trabajo de arte a pesar que previamente les aclaremos que lo estético no es lo trascendental.

La pintura como técnica menos controlada tiene la facultad de representar la obra tanto como en forma como en el color.

El color puede representar una idea y a la vez estar expresando un sentimiento o emoción.

La forma está ligada al movimiento, en tanto que el color es nada más que sensación. La forma requiere la abstracción, el reconocimiento del objeto, mientras que el color provoca a la sensibilidad y a la intuición; la forma evoca el gesto, el color traduce la emoción (Paín y Jarreau, 1995). Al ser uno de los objetivos impulsar el contacto emocional con las actividades de arte el trabajo de pintura da la posibilidad de despertar a la paciente sus emociones a través de estos materiales fluidos.

Finalmente la técnica de trabajo tridimensional ampliado (con materiales de desecho) da la posibilidad de simbolizar la contención, aprovechar y dar sentido a elementos reciclados y trabajar la creatividad (Marxen, 2011). Técnica que da a la participante la instancia de relacionarse creativamente con diferentes objetos transformándolos en nuevos dándoles un nuevo aspecto y uso.

Análisis del proceso terapéutico

Fase inicial (sesiones 1 - 4)

En esta primera etapa busqué establecer un clima más cálido y óptimo de trabajo que me permitiera establecer un vínculo adecuado con “N” Utilicé la modalidad directiva en primera instancia, luego de la segunda sesión la cual no fue directiva “N” manifiesta su incomodidad al trabajar sin una idea fija, lo cual me habla de su forma estructurada de ver y hacer las cosas, reflexione sobre su inquietud y decidí flexibilizar sobre ello para entregar un clima cómodo y sin cuestionamientos, tal como lo necesita un adolescente. Los temas que propuse después de esto estaban intencionados para conocer mejor a “N”, sus gustos e intereses por ejemplo, una de las técnicas utilizadas fue el collage y el trabajo dimensional ampliado con materiales de desecho.

Durante esta etapa pude conocer su seriedad y silencios, sus relatos breves, su forma estructurada y lenta para trabajar situación que puso a prueba mis propias ansiedades y cuestionamientos.

las revistas y comenzó a ojearlas preguntando: ¿puedo pegar cualquier cosa que me guste? y me da un ejemplo diciendo: si me gusta un par de zapatos ¿los puedo pegar? Entonces repetí: cualquier cosa que hable sobre ti. Entonces comenzó a recortar imágenes y palabras, realizó su trabajo pausado y sin decir ninguna palabra.

Mientras ella realiza su trabajo afuera en el patio habían niños bailando folclor y se escuchaba como reían y cantaban, de vez en cuando “N” me miraba y sonreía por las cosas que pasaban afuera, le pregunte si quería su propia música en la sesión y me contestó que sería bueno y que le gustaba el pop, así que puse algo de música, ella se veía muy concentrada, no quitó la mirada de las revistas, seleccionó las imágenes con mucha dedicación, seleccionó una cartulina color fucsia con lunares blancos como soporte y comenzó a pegar las imágenes sobre ella, mientras ella construía su collage yo tomé un trozo de papel y comencé a pegar imágenes para acompañarla.

Después de un largo tiempo finalizó y le dije: si quieres puedes hablar sobre tu collage, me miro y me dijo sonriendo: prefiero que comiences por el tuyo primero. Pensé varias cosas en ese momento: quizás quería ver como lo hacía yo para tener un referente, tenía curiosidad por mi trabajo o quería saber más sobre mí para tomar confianza, o que quizás temía a hablar sobre sí misma. De todas maneras sentí que era una buena manera de romper el hielo así que comencé por mi trabajo aunque no pensé que hablaría sobre él, mientras hablaba de mi trabajo ella estaba constantemente diciendo - ah que bien-, - que buena- y asentía constantemente con su cabeza, me hizo recordar lo complaciente que era según su mamá y pensé que quizás todo lo que me decía era para complacerme y no lo que pensaba realmente así que temí que pasara lo mismo con su trabajo. Cuando llego su turno me di cuenta que estaba moviendo constantemente sus manos, quizás era la ansiedad que le producía hablar.

“N” comenzó a hablar sobre la imagen de un caballo, dijo que le encantaban los caballos, y que su abuelo quien vive en el campo tiene caballos

y que incluso hace poco nació un potrillo y que ella montaba los caballos sin miedo, luego comento sobre una imagen donde aparecían los zapatos que a ella le gustaban, hablo de un niño que le gustaba pero que solo lo conocía por internet y que vive en Dinamarca (por eso que puso un corazón) comentó que era muy lindo (mientras sonreía), dijo que le gustan los chocolates, las hamburguesas, las bebidas y la ropa en general por eso eligió unas botas, maquillajes y carteras, después habló de la foto de una familia, en ese momento pensé que hablaría de ella, pero dijo que eligió esa imagen por la palabra “ actividades” la que relacionó con la esgrima, su deporte favorito, al cual le dedica mucho tiempo y dentro del cual es seleccionada nacional y aprovecha de hablar sobre la frase “pasión por ser los mejores” ya que su meta es ser campeona de esgrima, la imagen de la playa la eligió ya que decía haber pasado momentos entretenidos en la playa con su amiga, hermano y la novia de su hermano, sobre la palabra cine dice que le gusta ver películas, aproveché de preguntarle más sobre este tema preguntándole cual fue la última película que vio en el cine, sonrío y cuenta que una de terror y que fue con su papá y hermano, que su mamá no fue porque son separados y que a su papá le daba mucho miedo ver esa película pero que finalmente fue, me llamo mucho la atención porque la veía sonreír y disfrutar mientras relataba.

Durante la sesión me di cuenta que “N” expresa muchas cosas gestualmente, noté ansiedad al mover mucho sus manos contra las piernas, su sonrisa se hacía presente cuando hablaba de sus gustos e intereses .Por otra parte, cuando comenzamos el trabajo con materiales esperaba que ella conversara mientras trabajaba, pero no lo hizo en ningún momento, eso me mantuvo ansiosa, tenía ganas de saber más de ella, pero comprendí que era la primera sesión y que debía ser paciente. Ante esta espera un poco ansiosa me puse a trabajar con “N” tome los materiales y la acompañe, situación que ayudo mucho porque ella me pidió que comenzara a hablar sobre mi trabajo, entendí por ello que necesitaba apoyo, quizás esto aliviaría la tención, así que proseguí hable de mis gustos e intereses ella parecía estar atenta de lo que yo decía, eso me hacía sentir bien porque la veía sonreír, ya no veía la cara seria del primer encuentro.

Me ocurrió en muchos momentos en que sentí que ella me quería contar cosas de su vida, pero no desde sus afectos, nunca hablo sobre los sentimientos que tiene hacia su familia y amigos y evadió el tema de la separación de sus padres limitándose a mencionarlo solamente. Me llama mucho la atención como aborda los temas sin hablar de lo que siente, porque para mí es muy difícil separar ambas cosas, me comienzo a dar cuenta que me tiendo a comparar con “N” su forma de ser remueve algo en mí que aún no tengo claro. Se observa a simple vista que es una niña muy seria, madura, esquemática y ordenada, por cómo fue realizando su trabajo, paso a paso, sin ensuciar, cortando con precisión y sin experimentar con otro material que no fueran las revistas.

2.- “Lapicero”

Segunda sesión



Segunda sesión

Al iniciar esta sesión le propuse a “N” que hiciéramos un juego, ella pregunta de qué se trata y le explico: es un ping pong de palabras, yo te digo una palabra y tú debes decir lo primero que se te viene a la mente (le doy un ejemplo) ella acento con la cabeza y con una sonrisa, entre las palabras que le nombré estaban: mamá, amigos, amor, esgrima, papá, colegio, pena, vacaciones, arteterapia, familia, etc., en la mayoría de las palabras respondía rápidamente sin dudar, por ejemplo cuando le dije arteterapia, ella contestó: “entretenimiento” ante la palabra esgrima dijo rápidamente “pasión”, pero cuando le dije: mamá o papá me decía que no sabía que decir, se quedaba mucho tiempo pensando hasta que finalmente dijo para ambos: “persona”, esto me llamo mucho la atención me pareció una palabra muy fría, pienso que quizás algo similar debe sentir hacia sus padres o que al contrario no le es fácil expresar sus afectos. Al finalizar el juego me dice: ¿ahora me toca a mí? le pasé un papel y escribió: invierno, abuelos, confianza, desconfianza, inteligencia, entretenimiento entre otras, respondí a mis palabras pero siempre interesada en las palabras que escogió, me llamó la atención la palabra “abuelos” ya que en la sesión anterior me habló de ellos, “confianza”, “desconfianza” ¿será lo que está sintiendo en estas sesiones conmigo? De seguro estas palabras son importantes para ella, y las que yo escogí también lo son para mí, esto me dejo pensativa, siento que ella está desviando mi atención haciéndome participar de la actividad.

Después de la propuesta de trabajar sin libremente “N” observa los materiales y toma el cilindro diciendo “voy a hacer un portalápices” mientras me mira buscando una respuesta yo le digo que debe hacer lo que guste, entonces tomó el cilindro y marca su contorno sobre el cartón y lo recorta con mucha precisión y lo pega con cinta, luego toma el pincel y comienza a utilizar las temperas de colores, rojo, azul, amarillo, comienza a realizar ondas de colores con mucho cuidado y sin cometer errores, le sugiero que busque agua y ella me dice que mejor limpiará los pinceles con toalla nova. Mientras pintaba el cilindro en silencio y para mi sorpresa me habla por primera vez y

me dice: ¿te puedo preguntar algo?, ante mi afirmación dice ¿eres amiga de la profesora Marlen? (profesora jefe) Le dije que no, que solo la había visto una vez y me dice: ¿sabías que la mamá de la profesora Marlen falleció? Contesté que no sabía y ella me comenzó a contar que había fallecido la semana de fiestas patrias y que estaba muy triste, que se le notaba en su cara y que al parecer su mamá estaba enferma de antes, le dije que debe ser muy triste perder a un ser querido, le pregunte si ella había perdido a alguien y contesto diciendo que perdió a su abuela pero que no lo recuerda porque era muy pequeña, además agregó que su profesora se mostraba muy seria pero que en el fondo era buena persona. Por mi parte yo pensaba que ella también tiene un poco de eso; muy seria, pero buena persona.

Luego de pintar su portalápices remarcó las ondas de colores con plumones y finalmente coloco un trozo de cinta como un lazo en el medio, que al comienzo no le resultó pero no le parecía frustrar.

Cuando finalizo me dijo: listo, aquí está mi portalápices, y le pregunte que tenia que decir sobre la experiencia del día, ella me dice: “bien” entonces sentí que no quería hablar más, no quería incomodarla pero tampoco quería quedarme con las ganas de saber más de ella, y le pregunte donde había aprendido a hacer ese portalápices, comenta que en el colegio cuando era más pequeña, intenté entrar en esa etapa de su vida pero ella resume todo diciendo: esto siempre lo piden hacer cuando uno está como en cuarto básico, es típico, así que por eso lo hice porque es fácil, aunque no me quedó lindo, yo quería pegarle una cinta como un lazo pero no me quedo como yo quería, ante esto yo le pregunto: ¿y cómo querías que quedara? Y me dijo: en realidad me da lo mismo, yo nunca he tenido habilidades para las artes o las cosas manuales entonces no me siento mal si no me salen. Su cara no denotaba molestia ni frustración, pero pienso que quizás no le agradó experimentar algo nuevo y por ello busco lo más sencillo, le hace sentir más cómoda y segura.

Durante esta sesión observe que “N” se asume “mala para hacer trabajos de arte” el trabajo quizás le incomodó pues no había un tema definido, era un trabajo libre y de exploración, quizás con esto se sintió a prueba y se

frustro un poco, de hecho la elección de su obra y realización fue en un periodo breve, no se esmeró en mejorarlo.

Según cuenta su mamá durante la primera entrevista “N” suele ser muy ordenada, estructurada y metódica en su quehacer diario, es lo que veo durante todas las sesiones, todo lo hace con extremo cuidado eso la hace sentir cómoda pero el improvisar o experimentar quizás suele ser un poco complejo para ella. Cuando terminó la sesión le pregunte si se lo quería llevar, pero ella dijo que no, que lo guardara yo, pienso que en esta sesión ella no se sintió bien, ni cómoda, me habría gustado que lo expresara, se que está siendo muy complaciente, pero creo que esta cualidad no me permite ver realmente como es ella en el fondo, creo que tendré que pensar estratégicamente en algún trabajo que me permita ahondar en este aspecto de su personalidad.

Por mi parte tuve la sensación de “no querer estar ahí” no la quería incomodar y sentí que lo estaba haciendo y ella tampoco a mí por eso es complaciente conmigo, ambas estamos en una situación que no queremos revelar, miro a “N” y me veo a mi misma actuando muchas veces frente a cosas que me desagradan con una sonrisa en la cara, me gustaría que ambas fuéramos más honestas con nuestros pensamientos y sentimientos, hoy me llevo un montón de reflexiones y nudos personales por desatar camino a mi casa, relacionarme con “N” me hace pensar en mí, me siento reflejada en ella y eso me perturba un poco

Otro punto relevante gracias a esta sesión es el descubrir la importancia de los caldeamientos en la terapia, en esta sesión me aportó mucha información, ya que a través del juego, “N” mencionó muchos conceptos o palabras que son relevantes para ella, observe que sus abuelos son importantes, ya es la segunda sesión que los menciona pero aun no logran aparecer en una conversación, también me llamó mucho la atención como reaccionó frente a las palabras mamá o papá porque estuvo mucho tiempo pensando en la palabra que diría de vuelta, cuando dijo “persona” me sorprendí y lo primero que se me vino a la mente juiciosamente fue ¿cómo

puede ser tan fría? Y después pensé “lo está haciendo para no revelar lo que siente realmente” ¿habrá tenido algún conflicto con ellos antes de venir? todas estas interrogantes espero que se develen con el tiempo y el fortalecimiento de nuestro vínculo, sin embargo debo admitir que me siento muy curiosa.



Imagen N°3. El portalápices de “N”

3.- “Autorretrato”

Tercera sesión



Imagen N°4. Proceso del autorretrato de “N”

Tercera sesión

Como no nos habíamos visto la semana anterior le dije a “N” que comentáramos la semana a través de un juego y le dije que íbamos a contar lo bueno y lo malo de la semana lanzándonos la lana como si fuera una pelota e íbamos a construir una gran telaraña en la sala, ella se paro rápidamente y se coloco en un extremo de la sala y comenzamos a jugar, ella me comento entre los aspectos positivos que había ido de compras con su mamá, que se había ido a quedar a la casa de una amiga y que la habían pasado bien viendo películas y entre las cosas negativas menciono que no le había ido muy bien en una prueba y que no iba a poder ir a la casa de su abuelo porque justo tenía un campeonato de esgrima. (Nuevamente aparecen los abuelos).

Ante la propuesta de hacer un auto retrato “N” toma las revistas y las hojea con detención corta un par de ojos y los pega, luego con un marcador rosado hace el contorno de su cara y cuerpo, luego se detiene lo observa con el ceño fruncido y voltea la hoja para realizar un nuevo trabajo, continúa su búsqueda que es bastante lenta, selecciona un nuevo par de ojos y comienza la construcción de su autoimagen parte por parte, ojos, nariz, boca, luego y

brazos. Se detiene a leer las revistas. Mientras construye su autorretrato siempre lo observa una y otra vez, esta esmerada en buscar que se parezca físicamente a ella, mientras realiza su trabajo no menciona una sola palabra, parece concentrada, pega cada recorte con mucha precisión y se limpia los dedos cada vez que utiliza el pegamento en barra, se distrae muchas veces leyendo los artículos de las revistas eso provoca que su trabajo se desvíe y no finalice en esta sesión.

“N” dice que solo alcanzó a hacer la cabeza porque le costó encontrar imágenes que se parecieran a ella, le pregunte por qué no dibujó y comenta que no es buena para dibujar y que por eso busca recortes y que de hecho el primer trabajo que había hecho no le había gustado por la misma razón “le había quedado feo” y que por eso había hecho algo nuevo al reverso de la hoja. Luego se queda en silencio y me mira, le pregunto si quiere comentar algo más sobre su experiencia en la sesión, ya sea durante el juego o el trabajo plástico, pero ella dice que estaba entretenido y nada más, no la quiero presionar.

En esta sesión me di cuenta que yo no estaba muy conectada con la sesión, ha sido una semana dura llena de preocupaciones, de hecho durante el caldeamiento lo comente a “N”, no tenía en mente mencionar el delicado estado de salud de mi mamá, pero me fue imposible ocultarlo, ella pareció estar alerta al momento de escuchar siendo empática conmigo.

Durante el caldeamiento parecía estar pasándola bien mientras jugábamos, lo veía en su sonrisa, pero en el momento del trabajo con los materiales me dio la impresión de que le estaba costando un poco, sobretodo en elegir los recortes, me pregunté a mi misma ¿lo hice mal? parecía que no encontraba nada que le sirviera, además demoró bastante tiempo en finalizar, me di cuenta de mi propia ansiedad en cuanto a su gran lentitud para trabajar, definitivamente me cansa su ritmo y su falta de creatividad para solucionar problemas, creo que debo ser más tolerante y considerar el hecho de llevar recortes y no revistas, ya que esto lo hace ser mas demoroso de lo que pensé.

4.- “Autorretrato terminado”

Cuarta sesión



Cuarta sesión

Mantuvimos una breve conversación, no nos habíamos visto porque ella estaba enferma la sesión pasada, me dijo que estaba bien que ya estaba mucho mejor, que había tomado algunos remedios. Luego la invité a realizar algunos ejercicios de relajación y respiración recostada sobre una colchoneta de yoga. Luego de realizar este ejercicio continuamos la sesión pasada (autorretrato)

Le pregunte que si recordaba bien lo que estaba haciendo la sesión pasada, ella dice que hizo un autorretrato y que utilizó revistas. Entonces le entregue su trabajo y ella lo miro y sonrió al mirarlo un poco sorprendida, entonces la invite a finalizarlo, comenzó a observarlo y a buscar los recortes

que le servían para hacer el resto el cuerpo, demoró bastante en este tiempo, le agregó recortes a los brazos que decía: maquillaje, dormir y parque, busco por mucho tiempo una mano que le sirviera finalmente opto por la más parecida a la otra que se le había perdido, luego el tronco lo compuso de palabras recortadas de revistas puso en el centro la palabra Aries y alrededor otras como viaje, vuela, comer, deportivos, disfrutar el día, fotogénica, entre otros. Luego le agrego algunas imágenes alrededor como un búho, unos globos de colores, y una pintura de una niña con los ojos cerrados, muy colorida. En un momento mientras le echaba pegamento a los globos de colores se le rompió la imagen en dos partes y esta sonó fuertemente y me mira con los ojos bien abiertos y se pone a reír diciendo ¡nooo que mal! Luego lo solucionó pegándolo sobre el papel. Debido a la lentitud de su trabajo no alcanzo a hacer las piernas y pies pero no se hace problemas por ello.

Al finalizar su trabajo plástico le pregunte si quería comentar sobre su él, comenzó diciendo que esa imagen era ella, que había puesto cada parte de su cuerpo con la imagen que más se parecía, puso los ojos cafés más parecidos a ella, luego busco una nariz y una boca grande como la de ella. Menciona que le había costado encontrar imágenes que se parecieran o que fueran del mismo tamaño entonces había sido un poco más difícil este trabajo que el anterior, le comente que podía combinar técnicas si ella quería, pero ella dijo que se le hacía más fácil usar recortes de revistas, pero que al final cuando le quedaba menos tiempo se había hecho menos problemas y había elegido más rápido las imágenes. Le pregunté qué había pasado con su primer trabajo del autorretrato por qué lo había desechado, ella se ríe diciendo que estaba horrible y que había intentado dibujar y le había quedado muy feo, entonces por eso decidió hacer otro en el reverso de la hoja, le recordé que su trabajo no necesariamente tenía que ser bonito estéticamente, pero ella insistió que no le había gustado el anterior, pero que estaba más conforme con el nuevo autorretrato, le pregunté qué había pasado con las piernas, ella me dice que no alcanzo a hacerlas, pero que no importaba. Le pregunté que significaban todas esas palabras que estaban en el centro de su cuerpo, dice que puso la palabra Aries, porque ella es de ese signo entonces yo le pregunté ¿Cómo son los Aries? Dice ella que

tienen una personalidad muy explosiva, que pueden estar muy serenos pero a veces cuando la hacen enojar explota sin pensarlo y sin querer pasa a llevar a las personas, entonces le pregunte cual había sido su ultima “explosión” me dijo que en realidad siempre le pasa con su hermano y que se enoja con el por cualquier cosa cotidiana y que su hermano no le dice nada, dice que su hermano por lo general es muy distinto a ella, que es muy sereno y que se guarda las cosas, en cambio ella explota de inmediato, le pregunte si alguien de su familia tenía esa personalidad, dice que su papá también es así, muy explosivo y que su mamá le contaba que cuando estaban juntos se llevaban mal por eso, que su papá se enojaba por cualquier pequeñez, pero que con ella no le resultaba mucho porque él hacia lo que ella quería y que siempre le pedía la opinión a ella y la escuchaba más que a su hermano y que eso a ella le daba un poco de pena pero que a su hermano pareciera no importarle mucho, y que su mamá era más parecida a su hermano que ambos eran personas serenas, pero que entre ellos existían mas roces.

Le dije que me sorprendía que hablara de sí misma con tanta autocritica, sonrió y me dijo que ella era así pero intentaba no hacer daño a su hermano pero que le costaba manejar su ira. Luego habló del resto de las palabras que había puesto dice que también se identifica con ellas, como por ejemplo que dormir y comer eran cosas que le encantaban, al igual que los deportes, pasear por el parque con sus amigas, las palabras vuela y viaje porque le encantaba volar, le pregunte si era metafóricamente o había volado alguna vez, entonces dice que ha volado en avión hartas veces por los campeonatos de esgrima había ido al norte de Chile, le dije si podía comentarme más sobre eso y me dijo que sí, que había viajado por primera vez cuando tenía alrededor de 12 años y que había ido sola porque su mama tenía que trabajar que al comienzo estaba un poco nerviosa pero que iba a cargo de la azafata, y que las demás veces había ido de viaje a la casa de una amiga que vive en Iquique.

La frase disfrutar el día dice que tiene que ver con su forma de ver las cosas porque ella utiliza su día al máximo y hace muchas cosas para disfrutarlo.

En esta sesión quede realmente sorprendida con la cantidad de cosas que ella me contó sobre sí misma, al parecer el trabajo de autorretrato realmente dio resultados, hablo de sus intereses, historias pasadas, experiencias que la habían marcado como sus viajes, intimidades de su familia, y sobre si misma que era lo más difícil de lograr, esto me alegra muchísimo, además la vi reír y disfrutar mucho más su trabajo eso me transmite a mí la misma energía, siento que en esta sesión dimos otro gran paso adelante, recuerdo cuando su mamá en la entrevista me dijo que “N” no estaba dispuesta a hablar nada sobre ella pero aquí veo lo contrario, veo una chica con una mirada distinta, alegre y muy dispuesta a manifestar su mundo interno.

Fase intermedia (5-7)

Durante esta etapa se realizaron sesiones directivas y se utilizaron materiales de desecho para crear nuevos objetos a partir de estos y las pinturas como la témpera y las acuarelas con el objetivo que “N” explorara con nuevos materiales, saliera un poco de los materiales controlados y se conectara emocionalmente a través de los materiales fluidos.

Durante esta etapa “N” me cuenta que desde un comienzo no sentía ánimos de asistir al taller de arteterapia, pero que al pasar un tiempo le comenzó a entusiasmar la idea de venir. Esto me causó confusiones, ya que su expresión facial y gestual no demostraba entusiasmo por estar en el taller. Debido a lo anterior, dudé realmente sobre la veracidad de sus palabras, recordando la descripción dada por su madre, quien la caracterizaba como una niña complaciente. Esta paradoja, entre su expresión corporal y sus palabras, comenzó a confundirme, pues no sabía si tomar como evidencia lo que me decía o su comportamiento. En cierta forma, sentía una identificación de por medio, pues en sus rasgos de complacencia reconocía rasgos propios que a menudo practico en mi vida diaria, rasgos que tuve que hacer conscientes para delimitar con claridad donde terminaba “N” y dónde comenzaba yo, pues sólo a través de esta consciencia pude empoderarme de mi rol como arteterapeuta.

5.- “Porta medallas”

Quinta sesión



Imagen N°6. Proceso del “porta medallas”

Quinta sesión

Antes de comenzar le pregunté a “N” si trajo su objeto preciado, ella me mira con los ojos bien abiertos y me dice: “se me olvidó traerlo” entonces le pedí que buscara otro objeto que fuera significativo para ella, comenzó a buscar en su bolso por un momento y dice: solo encontré esto... ¿sirve?” (Mostrándome su celular), le dije que si para ella era preciado estaba bien, y le pregunté ¿Cuál era realmente tu objeto preciado? Dice que era una medalla que había ganado hace poco, le pregunte si quería trabajar en base a ese objeto o el celular, entonces ella me responde: prefiero trabajar con la medalla.

Invité a “N” a sentarse y a reflexionar con los ojos cerrados sobre la colchoneta con algún objeto en sus manos que sea similar a la medalla en su forma y tamaño. Se sienta y mientras se pone en contacto con los recuerdos que la medalla trae a ella, yo la encamino en aquellos momentos pasados. Después de recordar y reflexionar en cuanto a su medalla le pido que con los materiales realice un lugar o espacio donde le gustaría colocar ese objeto

preciado, ella me pide ejemplos y después de esto comienza a recortar una tela amarilla, luego forma sobre ella un rectángulo hecho de palitos de helado, sobre el coloca otro trozo de género, luego una cinta simulando unas manillas, finalmente le agrega plumas de colores, corazones de género color blanco para decorar.

Al finalizar su trabajo le dije a “N”: cuéntame un poco acerca de tu trabajo, ella me dice que lo que hizo es para colgar su medalla y le pregunté: ¿en qué parte lo pondrías? contesta que en su casa hay un lugar donde se colocan todas sus medallas entonces ahí pondría su objeto. Le pregunté mas detalles acerca de materiales o los colores que ella utilizó, me dice que solo le gustaron los colores y trato de decorarlo para que no quedara tan “fome”.

En esta sesión me habló de su mamá, papá y hermano, comentando que su mamá y hermano siempre la acompañan a los torneos y que si no fuera por su mamá ella jamás habría llegado a estar donde está actualmente. Me di cuenta que durante esta sesión me sentí muy incómoda con las respuestas de “N”, ella no demuestra ganas de hablar en esta sesión y eso me hace sentir mal y sobretodo responsable, siento que pese al esfuerzo que puse para que pudiera trabajar a gusto no se logró conectar con el objeto, partiendo porque no era el objetopreciado que ella tenía en mente originalmente.

Ya pasada esta sesión reflexione en cuanto a lo que me ocurrió y pude concluir que debí haber tenido un segundo plan para esta situación emergente y las próximas que puedan ocurrir, además creo que estoy siendo muy ambiciosa en querer que “N” me cuente más cosas sobre ella, pero creo que lo mejor por ahora es abandonar esa ambición y dejar que las cosas vayan ocurriendo poco a poco a través del tiempo y la confianza que logremos. Lo positivo de esta sesión es que aparece la mamá y su hermano como personas fundamentales en sus actividades deportivas, ya que reconoce que sin su mamá difícilmente estaría donde está (seleccionada nacional) la medalla es un símbolo que fue más allá de su ambición deportiva; la importancia de las personas quienes la han apoyado en este camino (su familia).



Imagen N°7. Porta medallas elaborado con materiales de desecho

6.- “Exploración con témpera sobre el muro”

Sexta sesión



Imagen N°8. Proceso de la experimentación sobre papel (muro)

Sexta sesión

Al inicio de esta sesión conversamos sobre el “para qué” de la terapia de arte y sobre los objetivos que “N” persigue asistiendo todos los días lunes, ella me dice que en realidad al comienzo no tenía ganas de asistir pero con el tiempo le comenzó a gustar y que le parece divertido, pero que se compara con las demás chicas que asisten a la terapia grupal y considera que ellas tienen más problemas, “N” dice tener conflictos comunes como todo el mundo, ante esto le pregunto: ¿Cuáles serían esos problemas comunes? Y me contesta: no se, por ejemplo a veces discutir con los papás y los hermanos, cosas así.

Durante el trabajo con materiales pegamos entre las dos los pliegos de papel formando un pliego grande para pintar y le pregunto dónde quiere pintar, ella me dijo que en la pared, lo pegamos y le indiqué los materiales diciendo que puede utilizarlos como quiera, me quedó mirando (pienso que quiere más consejos para hacerlo) le di distintas ideas: puedes pintar con las manos, con pinceles, puedes chorrear la pintura, manchar, mezclar, estampar sobre ella (le señalo ideas de como hacerlo) entonces observó atentamente el papel en blanco (percibo un poco de temor a dar el primer paso) una vez tomando la iniciativa comenzó a mezclar colores, formando un verde claro y me pregunta: ¿puedo hacer figuras? Le digo que si, entonces comenzó a hacer figuras abstractas por toda la hoja, también usó acuarela, le sugerí probar otras formas de pintar como el chorreo pero la descartó y comenzó a hacer lluvia con el pincel, luego a estampar objetos circulares, al comienzo lo hace con temor y tímidamente, pero al final lo hace más con más decisión. Cuando ya estaba finalizado se fue a lavar las manos y regresó para comentar su obra.

Observé temor y timidez ante el trabajo de pintura, me di cuenta que no se quería manchar, al parecer le cuesta improvisar y sobretodo atreverse a cruzar los limites, sus trabajos anteriores denotaban lo estructurada que suele ser (sobre todo con materiales tan controlados como los ya utilizados), es por ello que sentí tanta satisfacción al verla meter sus manos a la pintura y mancharse, corporalmente se veía feliz y curiosa, cada vez que intentaba pintar de una manera distinta. Al finalizar la pintura nos sentamos observándola de frente y le sugerí que me comentara que veía en su pintura, demoró un momento y me dice: “algo como naturaleza, por lo colores lo digo” y se queda en silencio, aproveche para complementarla y di mi propia percepción diciendo: yo vi una especie de pentagrama musical, le explique por qué y ella asentó y dijo que también lo parecía. Entonces le pregunté que sensaciones tuvo durante su obra y me dice que al comienzo le costó decidirse a pintar pero que después le comenzó a gustar, le pregunté por qué le costó y me contesta que pensaba que le podía quedar feo, entonces comenzamos a hablar de los limites que muchas veces uno mismo se pone, le recordé que en las sesiones no se evalúan los trabajos según su estética, que lo importante es

que lo haya disfrutado, le pregunté si alguna vez le han criticado algún trabajo y me dice que realmente no, pero que le daría lata echarlo a perder.

“N” manifiesta mucho temor en equivocarse, me doy cuenta que no se quiere ver enfrentada a alguna situación que la frustre o la haga sentir mal, por lo que esta oportunidad fue un gran desafío para ella, lo bueno es que ella dijo haber quedado conforme con el resultado final y terminó reflexionando sobre sus propios límites y quedamos en ser aún más osadas la próxima sesión donde pretendo participar junto a ella en la próxima pintura. Me voy muy contenta con la sensación ya que “N” está poniendo mucho de su parte en enfrentar su temor a equivocarse, a explorar materiales y técnicas nuevas.

Ahora que comienzo a conocerla más no me perturba su lentitud ni su inseguridad al trabajar, descubrí que mi ansiedad anteriormente expresada no me permitía comprenderla, ahora que la conozco más y la comprendo sentí una reconciliación conmigo, ya que también soy insegura de mis propias capacidades pero lo expreso de otra manera.

7.- *“Exploración con témpera sobre el piso”*

Septima sesión



Imagen N°9. Exploración con témperas sobre papel (piso)

Séptima sesión

En esta oportunidad invité a “N” a hojear un libro de arte con la intención de que observara distintas técnicas y estilos artísticos para que perdiera el temor de improvisar y manchar. Ella se vio muy interesada en las ilustraciones, se informó leyendo, me realizó algunas preguntas, le mostré obras abstractas similares a lo que ella había hecho anteriormente para que se motivara.

Le sugerí a “N” experimentar manchando la hoja con las pinturas, me preguntó cómo hacerlo así que le di algunas ideas para hacerlo, al verla insegura le pregunte si quería que la acompañara y me dijo que sí, entonces trabajamos juntas durante la sesión.

Le pregunté como quería utilizar el papel esta vez y me contesto que quería, usarlo en el piso, me miró y pregunto cómo lo podía hacer, le di sugerencias e ideas, pero al parecer no quería tomar la iniciativa, ella observaba el papel en el piso y no se atrevía a comenzar, imaginé lo difícil que debe ser para ella comenzar a manchar aquel formato nuevo, ya había visto anteriormente que lo evitaba, entonces le pregunté si quería que la acompañara en la pintura, como me contestó que si le dije que eligiera un color, ella tomó el azul y yo el amarillo y comencé a contar: uno, dos y tres y comenzamos a chorrear las temperas por el formato al mismo tiempo, ella me miraba y reía nerviosa, después me agache y comencé a pintar con los dedos, ella también se agachó y comenzó a dibujar con el pincel, luego buscó un recipiente grande pero como no encontró tomó un pedazo de cartón y lo utilizó como mezclador, estampó las manos con color rojo y comenzó a repetir figuras que había experimentado la sesión anterior con diferentes colores, después la vi más concentrada que preocupada, disfrutando del proceso sin preocuparse tanto por el resultado.

Observé la misma actitud de la sesión anterior, muy complicada, le costó mucho tomar la iniciativa y comenzar, la deje un momento para que lo intentara, pero al ver su rostro nervioso y su actitud temerosa pensé que podría

necesitar apoyo entonces comenzamos a pintar simultáneamente el papel (ambas en silencio) aunque en momentos ella reía cuando algo no salía como esperaba. Me daba gusto verla sentada en el piso pintando con las manos, sentía que lo estaba disfrutando porque la veía reír y sin que le pidiera ella estaba pintando con las manos muy concentrada en lo que iba apareciendo, la note mas involucrada con el proceso creativo que en trabajos anteriores donde sentía que hacia las cosas más que nada por cumplir. También noté que repitió algunas formas y técnicas anteriores, pero independientemente de eso creo que dio un gran paso en tolerar la frustración de que algo no le resulte con una sonrisa en la cara, logro mancharse sin poner ningún problema y solucionó problemas emergentes de manera creativa, eso me pone muy contenta.

Fase final (8-10)

Entre la sesión 8 y 9 de esta etapa recibí el llamado de la madre de “N” quien me preguntó cuantas sesiones le quedan a “N” para finalizar la terapia de arte, después de sostener una larga conversación con ella me comenta que “N” está cansada de ir y venir en las tardes, además desde que terminaron sus clases en el colegio “N” solo piensa en salir de vacaciones con su mejor amiga, lo cual es totalmente comprensible, le comenté a la madre que sería importante conversar con “N” y llegar a algún acuerdo para cerrar con una última sesión. Luego de sostener esta conversación con la madre sentí que había fallado, que algo había hecho mal, razón por la cual “N” quería desertar de la terapia de arte. Pensé que era demasiado pronto para finalizar esta etapa, sentí que faltaba tiempo y mas encuentros, pero pronto recordé mi propia adolescencia y mis intereses durante esa etapa de mi vida y me pude dar cuenta que lo que decidió es totalmente comprensible. Sentí empatía y aceptación.

En la etapa final de este proceso “N” jugó con las cartas ilustradas que llevé y trabajó explorando con acuarela sobre cartillas de papel Tiziano.

En esta etapa “N” menciona que le gustaría ser menos impulsiva con su hermano y su madre, ya que, con ellos pierde la paciencia y discute, así que fijamos esto como un propósito dentro de la terapia de arte.



Imagen N°10. Cartas ilustradas con las cuales jugó “N”

8.- “Juego con tarjetas ilustradas”

Octava sesión



Imagen N°11. Juego de cartas utilizado durante la octava sesión

Octava sesión

Al inicio de la sesión le pregunto a “N” si durante este periodo ha pensado para qué asiste al taller de arteterapia, motivaciones o metas personales, ella contesta que no ha pensado en ello, le sugiero que piense y me lo diga, ella piensa y comenta que le gustaría ser menos impulsiva, porque eso le trae problemas con su hermano y su mamá algunas veces, “discuten por cualquier tontera”.

Debido al retraso de su llegada a la sesión solo quedaban veinte minutos para trabajar así que no trabajamos con materiales (acuarela), si no que con un juego de tarjetas donde al azar debía escoger una de ellas y finalizar la frase que ahí aparecía. Algunas de las observaciones fueron las siguientes:

La primera tarjeta que sacó decía “no entiendo por qué...” se detuvo mucho tiempo y me miró diciendo: “no sé qué decir, no se me ocurre”... traté de orientarla le di ejemplos pero aseguró no saber qué decir.

“Me gustaría aprender...” Idiomas, como el francés y el portugués.

“Lo mejor que podría pasarme es...” cumplir mis metas.

“En el futuro”... quiero ser exitosa en lo que haga.

“La paso muy bien”... con mis amigas, a ellas le puedo contar cosas que a mi familia no.

“Lo mejor que me ha pasado...”llegar a esgrima y conocer mis amigas acá en el colegio

“Siento vergüenza cuando...” me equivoco, a veces cuando he participado en clases y me he equivocado me hace sentir vergüenza.

“Lo peor sería...” que le pasara algo a mi familia o cercanos sobre todo a mi mamá o mi hermano, principalmente a mi mamá ella es muy importante para mi, mi papá también aunque vivamos separados.

“Me dan ganas de llorar...” (Mantuvo un largo silencio) “no soy muy buena para llorar en realidad”, le sugiero que recuerde la última vez que lloró y

contesta: “cuando pierdo en esgrima lloro, pero no por pena sino que de rabia porque me equivoqué en tonteras que yo sé que soy capaz de hacer bien”.

“Mi familia...” es lo más importante, es mi apoyo.

“a veces me siento”(mantuvo un largo silencio) dice no saber que responder entonces le sugiero que se apoye de las imágenes (máscaras de teatro una feliz y una triste) contesta en un volumen bajo: molesta, le pido que me hable sobre su molestia y me comenta que a veces se enoja sobretodo con su hermano, en ocasiones con su mamá y muy poco con su papá, dice que en su familia suelen ser “explosivos”, me molesta y enoja que mi hermano sea tan desordenado, yo a veces dejo la casa ordenada y el a los minutos deja todo tirado, eso me molesta, le pido que me diga de uno a diez cuanto se molesta con su hermano a la semana, contesta cinco, con su mamá tres y con su papá uno.

“Me siento segura...” cuando estoy en mi casa o con mi mamá ella me hace sentir segura.

En esta sesión “N” se pudo expresar verbalmente gracias al juego con tarjetas, demuestra algunos sentimientos sobre su familia y amistades, reconoce en si poco control de sus impulsos, sobretodo sobre su hermano con quien discute a menudo, en general le cuesta conectarse con sus emociones pero logra verbalizarlo gracias a las imágenes de las tarjetas, hay un tema que se repite que es la baja tolerancia a la frustración, donde llora por sus fracasos en torneos de esgrima, a través de una tarjeta dice avergonzarse cuando se equivoca en clases y también lo dijo durante el trabajo plástico pasado donde reconoció tener miedo a equivocarse, debido a esto sería beneficioso seguir trabajando con pinturas y fluidos, tener menos control de los materiales y reflexionar sobre el “equivocarse” y extraer de esas experiencias elementos positivos y de aprendizaje .

Me sentí tranquila y a gusto en esta sesión, pese a su retraso se logró un clima agradable y aunque no pudo trabajar con los materiales, vi un avance al verla expresar sus afectos, siento que cada vez que pasa el tiempo hay más

confianza, esto me alegra y da energías para seguir trabajando la próxima sesión.

9.- “El cumpleaños”

Novena sesión



Imagen N°12. Proceso del uso de acuarelas

Novena sesión

En esta sesión “N” llegó temprano dado el acuerdo de la sesión anterior donde llegó muy atrasada y conversamos un momento y le pregunto si está cansada de venir al taller, ella comenta que sí, que está un poco cansada de los viajes en micro, el calor y que está ansiosa de salir de vacaciones lo cual es muy comprensible. Ante esto le propongo realizar dos sesiones por semana para finalizar a tiempo siempre haciendo alusión a la importancia de cerrar este ciclo como corresponde, ella asienta con la cabeza diciendo que le parece bien, “N” tiende a ser muy complaciente y me parece muy bien que sea capaz de decir que está cansada y no quiere venir, aunque le costó decirlo, agradecí su honestidad. Mientras hablábamos de esto ella tenía un gesto de molestia en su cara aunque no lo verbaliza se notaba en su rostro que ya no quiere seguir asistiendo, por otro lado esto me trae sentimientos encontrados, por una parte un poco dolida, ya que sentí que no está apreciando el valor de este taller y por otro lado comprensión, ya que poniéndome en el lugar de ella también estaría

ansiosa por salir de vacaciones e ir a la playa con mis amigas a relajarme. Luego de esta conversación le di la sugerencia de trabajar con acuarelas y que experimentara con formas y colores con en la diferentes planillas de papel. Ella me ayuda a cortar las cartillas según el tamaño que le agrada y comenzó a pintar con el pincel más delgado que encontró, mientras pintaba yo la acompañe pintando también cuando me comenzó a hablar durante el trabajo diciendo: ha hecho calor hoy día y eso que dijeron que harían solo veintinueve grados, le comento que yo también tengo mucho calor, y comenzó a conversar otros temas (como percibí que quería conversar lo hice y me extrañó ya que siempre trabaja en silencio) le pregunté por ella, el colegio, su familia y amigos, y me comento que su hermano estaría de cumpleaños mañana y que no quería celebrar nada, antes lo hacía, pero ahora estaba más “fome”. Le pregunto por qué, me dice que no sabe por qué está así, quizás está cansado, dice ella.

Luego observando lo que ella estaba pintando me percate que eran globos, algo similar a una fiesta de cumpleaños, Luego de finalizar sus trabajos le sugerí que los observáramos, ella los miró y comentó que durante el primer trabajo no pensó ni meditó mucho lo que haría “improvisé más” comentó, pero el segundo fue más pensado: hice unos globos, un ojo, y unas figuras” le pregunté si recordaba lo que me estaba contando recién y me dice que no, cuando repentinamente dice: ¡del cumpleaños de mi hermano! Se sorprende al mirar su pintura riendo cuando se da cuenta de la relación entre ambas cosas diciendo: estaba en mi inconsciente, no me di cuenta, le pregunté si quería quedarse con ellos o si quería dárselo a su hermano y me dijo que no, que los guardara yo.



Imagen N°13. Experimentación con acuarela sobre cartillas de papel.

Décima sesión - “Exposición de las obras”

Cuando llegó “N” se dio cuenta de inmediato que algo había ocurrido (habían entrado a robar a la escuela el día anterior) comentamos la situación luego comenzamos la sesión, en la sala yo había instalado sus trabajos por las paredes de la sala y cuando entró ella los miró con curiosidad con expresión de sorpresa, dejé que los observara y luego destacué lo positivo de que esté presente en su última sesión y cierre de la terapia. Ella afirma diciendo que por eso mismo vino al colegio.

Luego de una breve conversación le pido a “N” que recuerde cuales fueron sus trabajos a través del tiempo desde el primero al último y después que realice algunas observaciones que le hayan parecido importantes de cada trabajo o en cada sesión. Ella recuerda con rapidez y comienza a apuntar cada trabajo en orden, incluso recuerda las directrices de cada trabajo comenta cuales les costaron mas y cuales menos, cuáles fueron las dificultades que tuvo, entre ellas menciona lo que le cuesta trabajar en formatos grandes y sobretodo experimentar, agradece que le haya acompañado en esos trabajos, le pregunté: ¿por qué fue importante para ti que te acompañara? Me contestó: “no me atrevía a comenzar, me sentía insegura y tú me ayudaste a superar ese temor mostrándome que no era tan terrible equivocarse”.

Luego le pregunté si recordaba los temas que habían emergido con cada trabajo, ella mencionó las derrotas de sus competencias y lo mal que la hacía sentir, pero que ahora lo tomaba de otra manera, sin enojarse tanto, le pregunté: ¿cómo llegaste a ese cambio? Me dice que de las cosas malas también se aprende. Aproveché de mostrarle un ejemplo entre sus trabajos del primero al último, donde evidentemente eran muy diferentes y cada uno trajo sus dificultades hasta que logró enfrentar los formatos grandes. Ella comenta sorprendida: ¡oh verdad! me había costado mucho pero al final igual aprendí a hacerlo y después no me costaba nada, de hecho el último fue el que menos me costó. Le digo: ¿será algo parecido a lo que me dijiste sobre los torneos?, ella contesta que sí. Luego retomamos el último trabajo donde había aparecido el cumpleaños de su hermano y le pregunto: ¿te acuerdas de este trabajo? Ella dice que sí, que había aparecido el cumpleaños de su hermano (ríe) y le pregunté ¿por qué crees que apareció él? contestó: para mi igual es importante, al igual que toda mi familia, pese a que a veces discutamos. Entonces le dije: en tus otros trabajos también aparecieron otros integrantes... (Ella comenzó a nombrar a su mamá, hermano, papá, abuelo y una amiga mientras apuntaba sus trabajos) entonces le pregunté: que me podrías decir en relación a esto? Y contesta: ellos también son importantes para mí, los quiero aunque a veces soy media pesada con ellos en el fondo están siempre cuando los necesito. Le pregunto: ¿entonces habrá que mejorar algo? Sí, que tengo que ser mas cariñosa con ellos, aunque con mi mamá soy más demostrativa, pero con mi hermano me cuesta un poco más, pero voy a hacer el intento” (ríe)

Luego le pido que me hable sobre su autorretrato. ¿Qué aprendiste con este trabajo? se queda pensando y me responde: aprendí a ser más autocrítica aunque me cuesta sé que no tengo el mejor carácter del mundo y que tengo que mejorar, no ser tan explosiva y aguantarme un poco.

Aprendí también que me pongo mis propias barreras y que me cuesta romperlas, pero tengo que hacerlo y atreverme. En ese momento me emocioné mucho porque nunca pensé que diría algo así, es más, pensé que no se daba cuenta de estas cosas que pasaban, me alegró que lo viera y que lo hiciera consciente en esta conversación.

Para mí fue muy importante esta conversación y le agradecí su constancia y participación en el taller, le comenté que aprendí mucho también gracias a ella y que esperaba que le haya ayudado en algo, ella solo sonrió y nos despedimos con un abrazo deseándole unas buenas vacaciones y le hago entrega de sus trabajos, ella me ayudó a sacarlos de los muros y a doblarlos para meterlos dentro de una carpeta.

Estoy muy sorprendida porque la escuche reflexionar, pese a que yo sentía que no lo estaba haciendo, o que solo cumplía con venir, me siento un poco avergonzada por haber pensado eso de ella, me equivoqué y qué bueno que fue así.

“N” pudo relacionar los procesos creativos con sus propios límites y fortalezas y se da cuenta de la importancia de contar con otros en las dificultades (pedir ayuda) y fue capaz de auto conocerse y hacer una autocrítica en cuanto a su persona, de reconocer la importancia de su familia y de los afectos que siente hacia ellos, también pudo reconocer sus propios límites y a motivarse en relación a romperlos e ir avanzando en lo que quiera hacer, sus propias metas.



Imagen N°14. Fin del taller, “N” se lleva todas sus obras.

Conclusiones

A través de esta monografía presento mi estudio de caso realizado en una escuela municipal durante un periodo de tres meses en el cual trabajé con una adolescente de trece años a quien llamé “N”, la cual presentaba principalmente dificultades para comunicar y expresar su mundo interno. Estas dificultades las vi reflejadas en sus extensos silencios, en sus respuestas tajantes y breves y su expresión de seriedad en cada sesión.

Gracias de su peculiar forma de expresarse y comunicar pude rescatar temas que la inquietaban y que se hacían presente en reiteradas oportunidades y en diferentes encuentros, los que luego se convirtieron en temas que consideré como relevantes dentro de mi escrito, como por ejemplo las dinámicas familiares, la complacencia y el hermetismo como parte de su personalidad, la pasión por el deporte, entre otros.

Esta experiencia como arteterapeuta fue enriquecedora y compleja durante la fase inicial de este proceso, específicamente en dos puntos: la dificultad que se presentó para abordar a “N” y la fragilidad de mi rol como arteterapeuta. Cuando me refiero a dificultad, quiero decir que desde las primeras sesiones “N” llegaba con una expresión de seriedad en su semblante, contestaba de manera cortante y breve (utilizando muchos monosílabos como respuestas), y una forma de relacionarse fría y distante. Todas estas formas que tenía “N” para expresarse me impulsaron a cuestionar mis prácticas como arteterapeuta y me hicieron reflexionar acerca de mis propios comportamientos.

En segundo lugar, fue difícil tener claridad durante mi desempeño como arteterapeuta, ya que al pasar el tiempo me sentí reflejada no solamente con ella en sí, sino que también con su complaciente forma de actuar y su hermética forma de relacionarse con los demás. Esta identificación con “N” dificultó mi rol como arteterapeuta poniéndolo a prueba durante muchos encuentros, llegando a sentir que en algunos momentos estábamos fusionadas

de cierta forma, lo cual obstaculizó la mirada neutral hacia este caso, perdiendo la objetividad ante lo que ocurría dentro de las sesiones y sacándome fuera de mi rol como arteterapeuta. Estas dificultades, actualmente conscientes en mi, fueron muy difíciles de vislumbrar desde el comienzo, pero gracias a la relectura y el análisis detenido que realicé de manera constante a las bitácoras pude dar cuenta finalmente de mi error, aceptarlo como parte de la experiencia y finalmente considerarlo como parte de mi propio aprendizaje.

A pesar de todas las dificultades que se presentaron durante este proceso la terapia de arte se efectuó en diez sesiones, donde busqué como punto de partida establecer un clima adecuado para que “N” se sintiera cómoda y segura. Este punto fue fundamental para fortalecer nuestro vínculo terapéutico para que la terapia fluyera con naturalidad, sin presiones ni cuestionamientos. Para ello, me adentré en el tema de adolescencia y me enfoqué en las temáticas que tuvieran relación con sus intereses como joven, por ejemplo, le di la libertad de utilizar música en las sesiones, trabajar sobre sus gustos y el auto imagen. Siempre respeté su decisión de compartir o no compartir verbalmente su experiencia en el taller (a pesar de que para mí fue completamente difícil aceptar interiormente sus silencios) tuve que dejar de lado las preguntas, como lo hacía en mi rol de profesora, y respetar sus tiempos en pos de entregarle la libertad que necesitaba para que pudiera desarrollar sus obras y se pudiera expresar y comunicar a través de las actividades de arte, tal como perseguía en uno de los objetivos de la intervención.

Poniendo en práctica las acciones anteriormente nombradas, pude conocer realmente como era “N” y gracias a la experiencia de poder observarla, escucharla e involucrarme con ella en el contexto sensible de la terapia, pude comprobar que el arteterapia es una herramienta muy efectiva para trabajar con una adolescente, más aún, si tiene dificultades para expresarse verbalmente, ya que esta técnica facilitó a “N” la posibilidad de expresarse de diversas maneras a través del arte y comunicarla espontáneamente. A través de sus obras “N” fue capaz de narrar y comunicarme parte de su historia y yo

de la misma forma, comunicarme con “N” a través de la misma, tal como si esta obra fuera un puente que nos conectaba, donde nos juntábamos para conversar un momento acerca de su pasión por el deporte, la importancia de sus amistades y su familia y donde pudo descubrir y comentar sus potencialidades, reconocer la importancia de sus seres queridos y lo más importante: tomar consciencia de sus propias dificultades para expresarse con su entorno.

Me siento muy orgullosa de decir que a pesar de ser la última sesión, “N” pudo reconocer su dificultad de expresar sus emociones hacia los demás, a pesar de que esta actitud fuera inherente en ella y pretendiera esforzarse por mejorar. Frente a esto, me siento contenta de que “N” haya logrado comunicar de forma verbal lo que le ocurría, y en el caso contrario también pude concluir que gracias a esta experiencia que “N” fue capaz de expresarse constantemente, aunque de una manera distinta a lo usual, lo hizo en todo momento, ya sea gestualmente, a través de sus palabras cortantes, su rostro serio o a través de sus obras, siempre lo hizo, el problema era que yo no era capaz de verlo.

Estos elementos vitales de la comunicación fueron los materiales con los que tanto “N” como yo, pudimos construir aquella conexión inexistente que le dificultaba la expresión de sus ideas y sentimientos, fueron los materiales que forjamos con nuestras manos para la edificación de tan significativo puente que nos llevó a ambas a encontrarnos con aquello que desconocíamos.

Agradezco enormemente, pese a todo, que las circunstancias me hayan puesto en una situación difícil, ya que sólo gracias a estas pude comprender realmente cual era mi rol, un rol en el que gracias a mis errores y la reflexión posterior pude despertar y darme cuenta de que tenía en frente las respuestas que estaba buscando.

Para finalizar debo mencionar la importancia de que estos espacios existan dentro de los establecimientos educacionales, ya que actualmente me

desempeño como profesora y he podido visualizar en los estudiantes la necesidad de participar de nuevos espacios de libre expresión y contención que los encamine a resolver sus problemáticas emocionales y de convivencia, es por ello que tomé la decisión de aventurarme a realizar mi práctica en el contexto educativo y donde gracias a este escrito, a través de las revisiones bibliográficas, la lectura y la experiencia he podido conocer los beneficios y facultades de esta técnica aplicada en las escuelas mas de cerca.

Bibliografía

Asociación Chilena de arteterapia ACAT <<http://www.arteterapia-chile.blogspot.com>> consulta [18 de mayo del 2014]

Amigó,E., Barangé, J.,Dura,J., Gallardet,J., Ibañez,M., Gonzalez,J., Albert,S., Puig,J y Casasa,J. (2004). Adolescencia y deporte. Barcelona: INDE.

Baztán, A (1994). Psicología de la adolescencia. Barcelona: Boixareu.

Británica de Arte Terapeutas BAAT. What is art therapy? [en línea]. <www.baat.org>. Consulta [13 de mayo de 2014].

Hawkins, D (2008). Cuando complacer al otro le hace daño, Michigan: Portavoz

Marxen,E (2011) Diálogos entre arte y terapia. Barcelona: Gedisa. Monroy, A (2004.) Salud y sexualidad en la adolescencia y juventud. México DF: Paz México.

Morales, P., Jarpa, J. Elementos de Arteterapia como medio de comunicación y elaboración en psicoterapia con adolescentes. [en línea]. Arteterapia: Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social. 2010. 137-152. Vol.5
<<http://revistas.ucm.es/index.php/ARTE/article/viewFile/ARTE1010110137A/8728>> consulta [24 de julio del 2014].

López,E., Jiménez,T., Musitu,G.(2007) Relaciones entre padres e hijos. Valencia: Nau Llibres.

Lopez,R(2012).La gestión del tiempo personal y colectivo. Barcelona: Graó

Oster GD, Gould P. (1987) Using Drawings in Assessment and Therapy. New York: Brunner/Mazel

Omenat, M. (2002) El sentido del arte terapia en la escuela: Una experiencia multicultural. *Primeras jornadas de arte, terapia y educación*. Barcelona
Rice,F (2009). Estudio del ciclo vital: Pearson.

Paramo,M (2009), Adolescencia y psicoterapia: análisis de significado través de grupos de discusión. España: Universidad de Salamanca.

Papalia, D Wendkos,O., Duskin, S (2004). Desarrollo Humano. Novena Hill, México: MC Graw

Riley, S (2004). Contemporary art therapy with adolescents. Great Britain: Athenaeum Press

Rondon, A.,Otarola I, Salamanca, Y. Grupo de Investigación Clínica y Salud. Factores que influyen en la deserción terapéutica de los consultantes de un centro universitario de atención psicológica. [en línea] Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia International Journal of Psychological Research2009. Vo.2. No.2. < <http://www.redalyc.org/pdf/2990/299023513007.pdf>> consulta [03 de junio del 2014].

Serrano,P.Papeles de Arteterapia para la inclusión social(2008). Revistas Universidad Complutense de Madrid. Vol. 3. <<http://revistas.ucm.es/edu/18866190/articulos/ARTE0808110017A.PDF>>. Consulta [05 de mayo de 2014]

Anexos

Consentimiento informado

Postítulo de Especialización en Terapias de Arte, mención Arteterapia
Facultad de Artes, Universidad de Chile
Arteterapia y Educación I / Práctica inicial

Autorización para participar del Taller de creatividad a través del arte Consentimiento Informado

Yo, el padre de suscrito o el guardian legal, por la presente doy mi consentimiento para que mi niño, _____, participe del Taller de Creatividad a través del arte con enfoque terapéutico, que se realizará durante 8 semanas dentro del establecimiento educativo y que estará a cargo de la(él) estudiante en práctica del Postítulo de Especialización en Terapias de Arte, mención Arteterapia, de la Universidad de Chile Sr.(ita) Maria Luz Jaraola.

Autorizo además a registrar las obras del niño con fines educativos para la elaboración del informe final del ramo Arteterapia y Educación I, entiendo que la identidad de mi niño será protegida y que la información que conduciría a la identificación de mi niño o su/su familia no será revelada en dicho informe.

Las imágenes y observaciones solo serán utilizadas con fines educativos para la asignatura y formación indicadas anteriormente.

Firma de Padre/Guardian legal

Fecha: 2/Sept/2013

Firma del estudiante en práctica

Fotografías del proceso de práctica



