

Arteterapia con duende

Tania Ugena Candel

GIRASOL ARTETERAPIA EN MOVIMIENTO

1 Presentación

Comencé a realizar la investigación para la tesis doctoral que lleva por nombre *La Danza y sus Aplicaciones en el ámbito Terapéutico, Educativo y Social*, desde el deseo de compartir con los demás las grandes aportaciones a nivel físico, mental y emocional que, para mi vida, supone practicar danza.

Por esta razón hace varios años que vinculo los procesos artísticos y creativos a mi labor profesional con diferentes colectivos en situación social desfavorecida: personas afectadas por la enfermedad de Alzheimer, infancia, adolescencia, mujeres, drogodependientes, personas con discapacidad, inmigrantes...

Algunos de estos trabajos están recogidos en un proyecto que lleva por nombre GIRASOL - ARTETERAPIA EN MOVIMIENTO cuyo objetivo es investigar y dar a conocer los beneficios que reporta el arte como terapia.

2 Arteterapia en movimiento

Según Pablo Llorca (2006:9) «el arte como terapia busca indagar en el conocimiento interno del ser a través de las emociones estéticas y su expresión, especialmente cuando el ejercicio de la palabra no es suficiente».¹

Como el ARTETERAPIA permite establecer un paralelismo entre los procesos artísticos y la vida y el MOVIMIENTO trabaja la posibilidad de lo que es y también de lo que puede llegar a ser. ARTETERAPIA EN MOVIMIENTO entiende el arte como una metáfora de lo cotidiano, a través de la cual se puede dar un nuevo sentido a cada acto vital en relación con el mundo.

La Danza Movimiento Terapia (DMT), pertenece al grupo de las artes creativas en psicoterapia como el arte terapia, la musicoterapia y el psicodrama. La «American Dance Therapy Association» (ADTA) la define como: el empleo psicoterapéutico del movimiento en un proceso que posibilita la integración física, emocional, cognitiva y social del individuo.

Surgió de tres fuentes: las raíces antiguas del uso terapéutico de la danza, los aspectos creativos y de improvisación de la danza moderna y los aspectos psicológicos del movimiento.

La DMT refleja la herencia occidental urbana del siglo XX, pero puede incluir otras tradiciones. Atendiendo a los orígenes del baile flamenco, éste aparece como una forma de expresión mediante la cual el pueblo se hacía eco del amor, el dolor, las sentencias del pensamiento, las ideas políticas y sociales, la inspiración de temas históricos cercanos, lejanos o míticos, la sátira o la burla.

El baile flamenco pone pasos y movimientos al cante, cuenta historias, revive las dichas y desdichas de todo un pueblo en un ritual donde se combina el cante, el baile, el toque y la percusión.

Algunas de sus características son: la ubicación en espacios circulares, que facilitan la intercomunicación; la convivencia entre grupos intergeneracionales, facilitadora del aprendizaje; la presencia de signos comunicativos compartidos y lenguaje musical, verbal y gestual comunes; la participación colectiva e intercambio de papeles participativos.

El ritual flamenco presenta claras similitudes con la propuesta de trabajo de la pionera en Danza Movimiento Terapia, Marian Chace; quien inició su trabajo con pacientes psicóticos en el hospital St. Elizabeth de Washington en el año 1942. Su forma de desarrollar las sesiones sigue vigente hoy en día entre los profesionales de DMT y se estructura en cuatro fases importantes:

En la primera fase, la estructura inicial del grupo es un círculo y cada miembro del grupo comparte con los demás dónde está emocional, cognitiva y corporalmente.

La segunda fase consiste en *el calentamiento*, cuyo objetivo principal es movilizar la capacidad de expresión emocional de los participantes, la presencia física de cada uno de ellos y su conciencia corporal. Además de preparar y ampliar su vocabulario de movimiento.

Seguidamente, y de forma fluida, comienza *el proceso*, donde se da pie al juego, la improvisación, la libre expresión y manifestación de deseos y sentimientos a través de diferentes dinámicas e interrelaciones. La estructura inicial del grupo puede adoptar diversas formas (líneas, subgrupos, individuos solos, parejas, o cualquier otro tipo de combinaciones) que llevan al grupo a experimentar diferentes modos de comunicarse.

Por último el grupo vuelve a formar el círculo y busca una forma tanto verbal como no verbal para cerrar. En este momento la terapeuta confirma que los diferentes miembros del grupo acaban, cierran y terminan la sesión emocional y físicamente contenidos.

3 La comunidad gitana

Se entiende como comunidad gitana un grupo social que comparte un sistema de relaciones sociales realmente existentes y unas estructuras culturales básicamente compartidas².

«El gitano -escribe Françesc Botey- pertenece a esta mezcla de pueblos del norte de la India (los pueblos agrupados en la cultura *Harappa* hace aproximadamente cinco mil años) que se mantuvo al margen de la estructura social que impusieron los arios, y son las iniciales víctimas de una primera y gran segregación racial, los sin casta, los parias [...]. El progresivo endurecimiento del sistemas de castas pusieron a los gitanos en la ruta de Europa».³

El 8 de abril de 1971 se celebró en Londres el I Congreso Gitano, donde se percibió la necesidad de establecer un himno y una bandera común que unificara a las diversas comunidades gitanas dispersas por todo el planeta e históricamente perseguidas por procesos de discriminación étnica y de marginación.

4 ARTETERAPIA CON DUENDE

ARTETERAPIA CON DUENDE es el nombre del proyecto desarrollado con el grupo de adolescentes, en su mayoría, de población gitana durante el curso 2010/2011, del Aula de Compensación Educativa (ACE) de un Instituto de Educación Secundaria de la Comunidad de Madrid. Surgió con el objetivo de minimizar el absentismo escolar

de los alumnos y alumnas del ACE a través del lenguaje flamenco, muy arraigado en la cultura gitana.

El grupo lo formaban ocho alumnos del taller de mantenimiento de edificios y siete alumnas del taller de peluquería, con edades comprendidas entre los catorce y los dieciséis años.

A fin de concretar las potencialidades y las limitaciones del grupo de alumnos y alumnas, a mi llegada al centro realicé una observación naturalista para obtener la línea base, con el propósito de registrar su comportamiento sin ningún tipo de actuación por mi parte. Así como una observación semi-estructurada, más sistematizada, en la que introduje sencillas instrucciones de postura corporal, comentarios, actividades y diferentes técnicas y objetos en los talleres.

Presentaban las siguientes necesidades: absentismo escolar, falta de atención, desmotivación, apatía, baja autoestima, límites difusos, nivel elemental de lecto-escritura, dificultad para identificar sus emociones y reducido vocabulario emocional, presión grupal, riesgo de exclusión social y percepción de la figura de autoridad desde la violencia.

La focalización hacia lo negativo que ha significado la psicología durante mucho tiempo, ha llevado a asumir un modelo de la existencia humana que ha dejado de lado las características positivas del ser humano y ha contribuido a adoptar una visión pesimista de la naturaleza humana.⁴

Este proyecto se apoya en la psicología positiva como base para el crecimiento, la salud, el bienestar, la resiliencia, la plenitud, la satisfacción, el bienestar y el desarrollo de las potencialidades de cada uno de los alumnos y alumnas del ACE. Generando un espacio donde desarrollar las cualidades internas (seguridad y libertad psicológicas) que dan lugar a la creatividad.

4.1 ARCO IRIS FLAMENCO

ARCO IRIS FLAMENCO agrupa en siete módulos diferentes propuestas de acción. A cada módulo le corresponde un color, una cita poética, una obra plástica y un palo flamenco característico de cada una de las etapas de formación de lo que hoy en día se conoce como arte flamenco.

De este modo el flamenco entró en el ACE tres horas a la semana, desde muchos campos de conocimiento: la lengua y la literatura, la historia del arte, la música, las matemáticas, las artes plásticas, la danza... constituyendo un aprendizaje relacional y significativo.

Este planteamiento interdisciplinar resulta necesario dada la problemática que aborda, relacionada por un lado, con la vertiente terapéutica, educativa y social y por otro, con la diversidad de formas y géneros artísticos que tienen relación con el cuerpo y la imagen visual.⁵

Mediante registros diseñados al efecto evalué el desarrollo de cada actividad, la aceptación y los grados de respuesta de cada alumno y alumna. Pude introducir modificaciones y ajustes en las actividades que así lo requirieron al considerar los resultados obtenidos y comprobar el nivel de mantenimiento de las habilidades adquiridas o aprendizaje cuando se repitió alguna actividad.

Cada indicador de observación tiene una escala de medición del uno al cinco, donde el uno corresponde a una menor frecuencia o intensidad y el cinco a una mayor.

| | | | | | |
|---|-------------------------|----------|----------|----------|----------|
| ALUMNO/A: | Día: | | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Registro fotográfico/audiovisual: SI | Música: Alegrías | | | | |
| CON RESPECTO A SU OBRA: | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| <ul style="list-style-type: none"> • Actitud corporal | | | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Motivación | | | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Ejecución | | | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Implicación | | | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Tolerancia a la frustración | | | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Autoestima | | | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Respeta su obra | | | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Respiración | | | | | |
| <u>Observaciones:</u> | | | | | |
| CON RESPECTO A LOS OTROS Y SU OBRA: | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| <ul style="list-style-type: none"> • Respeto a los demás | | | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Actitud corporal | | | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Ayuda a recoger | | | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Le influye la obra de los demás | | | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Escucha | | | | | |
| <u>Observaciones:</u> | | | | | |
| CON RESPECTO A LA TERAPEUTA: | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| <ul style="list-style-type: none"> • Actitud corporal | | | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Mirada | | | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Busca el refuerzo, la «» aprobación | | | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Independencia | | | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Pide ayuda, opinión, consejo | | | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Acepta las muestras de afecto | | | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Muestra confianza | | | | | |

| | | | | | |
|------------------------------|--|--|--|--|--|
| • Escucha | | | | | |
| <u>Observaciones:</u> | | | | | |

El registro sistemático de estas variables a lo largo del curso me permitió validar la eficacia del proyecto. Siempre dentro de un plan de acción a la vez riguroso y flexible, en el que la evaluación continuada, tanto del proceso de cada alumno y alumna, como de mi propia acción investigadora permitió verificar la consecución de los objetivos definidos al comienzo de la actuación. De igual modo, el cuaderno de campo me ayudó a reflexionar acerca de lo acontecido antes, durante y después de las sesiones.

El registro audiovisual de las sesiones resulta de gran interés, ya que la visualización repetida, posibilita discriminar y matizar los detalles que han podido pasar desapercibidos; así como introducir las correcciones y modificaciones que sean pertinentes para la planificación y desarrollo de las futuras sesiones. Acogiéndome a la Ley de Protección de Datos, no muestro estas imágenes a fin de proteger la privacidad de los alumnos y alumnas, y asegurar el taller como un espacio de protección, generador de libertad.

5 MATRIZ DE REFLEXIONES

Este proyecto de investigación es el resultado de la aplicación de una serie de talleres específicos desarrollados durante tres horas semanales, a lo largo del curso 2010/2011.

Durante las sesiones utilicé diferentes imágenes para explicar las propuestas de acción y motivar la participación. No solo valoré que el grupo de alumnos y alumnas aprendiera a encadenar movimientos, elaborar una forma, escuchar el compás o seguir el ritmo, importaba que percibieran la metáfora corporal que representan los estados internos a través de la danza y el movimiento. Pues, los movimientos y las posiciones transmiten información sobre emociones y actitudes ante la vida.

Por tanto, es importante crear una postura corporal que favorezca la comunicación y la obtención de una respuesta emocional de los participantes. Siendo consciente, de igual modo, de los propios cambios posturales y de cómo estos pueden afectar la comunicación y el humor del grupo.

Bajo la premisa de que cualquier proceso creativo se ve facilitado en un contexto emocional positivo y desde un planteamiento constructor, que entiende que toda realidad está constituida por el lenguaje, el movimiento permite investigar el cuerpo como lugar de conocimiento y de inscripción de relatos cotidianos.

A través del lenguaje (oral, plástico, corporal, musical) emergieron narrativas creativas en la *historia oficial* de los alumnos y alumnas del taller. Desde el respeto acompañé ese diálogo, escuchando atentamente y formulando preguntas que dieran paso a nuevos interrogantes sobre su discurso, generando nuevas posibilidades, nuevos significados que permitieran crear un planteamiento alternativo. Dentro de un proceso terciario de pensamiento, propio de los procesos creadores tal y como postula Héctor Fiorini.

Comparto con Fernández Bennássar y Pastor Homs⁶ la idea de que los sentimientos han de ser educados durante toda la vida, puesto que la manifestación de los mismos puede repercutir positiva o negativamente sobre las personas desde perspectivas psicológicas, conductuales, sociales e incluso sobre la propia salud global y sobre los demás a través de las relaciones humanas y las conductas. Las emociones, los sentimientos y la comunicación de los mismos, forman parte de la vida personal y social.

Los objetivos fueron conseguidos en mayor o menor grado por los participantes en cada sesión. Las actividades artísticas propuestas en el taller resultaron positivas en lo referente a la participación, la motivación y las relaciones de grupo, estimularon los procesos cognitivos y emocionales, así como una postura más abierta y un eje corporal más equilibrado de los alumnos y alumnas. Por tanto, es posible verificar su reacción positiva hacia la actividad artística, así como hacia la relación establecida en el espacio de creación.

En junio, al finalizar el séptimo módulo, los alumnos y alumnas del taller realizaron una performance en el aula de peluquería que recogió elementos que habían sido trabajados y otros que surgieron improvisadamente. Se eligió este espacio por ser el lugar donde se habían desarrollado la mayor parte de las sesiones a lo largo del curso.

Asistió el equipo educativo del ACE al completo, cuya valoración del proyecto, así como la del grupo de alumnos, alumnas y sus familias fue muy positiva. Pudiendo comprobar el alto grado de aceptación con que han recibido este proyecto; calificándolo de optimista, novedoso, original y con variados recursos para minimizar el absentismo escolar.

¹ LÓPEZ, M. y MARTÍNEZ, N. *Arteterapia. Conocimiento interior a través de la expresión artística*, Madrid, Tutor, 2006.

² LAPARRA, M. (coord.). «*Situación social y tendencias de cambio en la Comunidad Gitana*», Grupo de Investigación ALTER, de la Universidad Pública de Navarra, 2006

³ GRANDE, F. *Persecución*, disco de Juan Peña "El Lebrijano". (1976)

⁴ VERA, B. «Psicología Positiva: Una Nueva Forma de Entender la Psicología», *Papeles del Psicólogo*, 27-1 (2006), pp 3-8.

⁵ NAVAJAS, R. y RIGO, C. «Arteterapia: Arte y Expresión Corporal: una fusión para contribuir en la formación del docente», *Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social* (Madrid), 3 (2008), pp. 189-202.

⁶ FERNÁNDEZ y PASTOR. «La educación emocional en los ámbitos formal y no formal. Propuesta aplicable a una visita museística», *Revista Complutense de Educación* (Madrid), 19-2 (2008).

FIORINI, H. *Formaciones de Procesos Terciarios. Una Tópica del Psiquismo Creador*, Argentina. Disponible en: [http:// www. hectorfiorini.com.ar](http://www.hectorfiorini.com.ar) [Consulta 10/01/2011]