

Universidad Nacional
Autónoma de México

Facultad de
Psicología

Tesina

Título: “Psicoterapia infantil a través del dibujo y la pintura”

Que para obtener el grado de licenciatura, presenta:
David Mota De La Parra

Director de la tesina:
Dr. José de Jesús González Núñez

Asesores:
Mtra. Fayne Esquivel Ancona
Lic. Guadalupe Santaella Hidalgo
Dr. Samuel Jurado Cárdenas
Lic. Yolanda Olguín García



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

A todos aquellas personas que quiero y he querido.
Gracias por iluminar mis días

A la UNAM por que a lo largo de 7 años
me ha permitido ser un coyote,
longhorn y puma

A todos mis maestros en la vida
por su tiempo, consejos y
enseñanzas

David
XXX

Agradecimientos:

A mi director del proyecto Dr. José de Jesús González Núñez,
Por su dirección, asesoría, ejemplo y ayuda en la realización de
este trabajo

A mis asesores:

Mtra. Fayne Esquivel Ancona,
Lic. Yolanda Olguin García,
Lic. Guadalupe Santaella Hidalgo,
y Dr. Samuel Jurado Cardenas
por su tiempo y valiosos consejos que permitieron llevar a
termino este esfuerzo.

Índice

Introducción.....	1
Justificación	3
Capítulo 1. Antecedentes sobre psicoterapia del arte.....	7
Estudiosos del arte	8
Terapia a través del arte	11
En las artes plásticas	13
Tipos de terapia	15
La psicoterapia de apoyo.....	16
Psicoterapias reeducativas.....	17
Terapias reconstructivas.....	18
Capítulo 2. Desarrollo del dibujo infantil	20
El dibujo	22
Etapa de garabateo	23
Etapa preesquemática	24
Etapa esquemática	25
Etapa de la edad de la pandilla	26
Etapa pseudo naturalista	27
El desarrollo del dibujo y el desarrollo del niño	28
Algunas consideraciones sobre el dibujo y la pintura infantil	29
Capítulo 3. La Creatividad como factor de curación	32
El self creativo	35
La autorrealización	38
Creatividad: Consideraciones adicionales	40
Capítulo 4. Fundamentos de la psicoterapia a través de la pintura	43
Comunicación preverbal	44
Proyección	45
Sublimación	48
Confrontación	50
Capítulo 5. Investigaciones previas	53

Capítulo 6. Propuesta de modelo de terapia a través de la pintura y el dibujo	64
Cuestiones prácticas en la terapia a través de la pintura	68
Conclusiones	71
Referencias	77

Introducción

En el mundo moderno es difícil tener espacios apropiados para la expresión de los sentimientos. Sin embargo un factor fundamental para conservar la salud psíquica es ser capaz de expresar aquello que se encuentra en nuestro interior. Es ahí donde la creación de arte puede ser una herramienta de gran ayuda.

En el caso de los niños, el dibujo y la pintura son actividades que realizan de manera natural durante su desarrollo. La creatividad y espontaneidad de esta etapa de la vida se ven reflejados en las producciones de los niños y son un potenciador de su desarrollo mental. Aprovechando esta condición tan especial del dibujo y la pintura en la infancia podemos fomentar la comunicación a través del arte favoreciendo así el desarrollo psicológico sano del niño. También al ser el dibujo y la pintura actividades placenteras y no amenazantes ofrecen un espacio de acercamiento por parte de los adultos al mundo infantil.

El objetivo principal de este trabajo es documentar el uso de la pintura y el dibujo como herramienta terapéutica. Así, se pretende proponer un modelo de psicoterapia a través de la pintura y el dibujo enfocado a los niños que puede ser utilizado como medio terapéutico para ayudarlos en la solución de angustias, miedos, temores y resolución de conflictos y todos aquellos problemas de índole emocional, así como favorecer su desarrollo psicológico. La información bibliográfica encontrada será organizada como tesina para intentar despertar la inquietud de investigar más sobre la terapia del arte como un método alternativo o incluso complementario a las técnicas terapéuticas ya existentes y difundir su uso.

En América del Norte, Australia y diversos países de Europa el uso de la psicoterapia a través del arte tiene una larga historia y amplio reconocimiento. Existen organizaciones encargadas de regular y dar los lineamientos necesarios para considerarse un terapeuta del arte. Existen publicaciones internacionales que realizan investigación respecto a este tópico. Así este documento pretende dar a conocer la existencia de este método para fomentar su utilización en México.

La búsqueda de información para el desarrollo de este proyecto se realizará en libros, revistas y artículos de internet. La información obtenida por medio de libros tendrá como función principal el desarrollo de un marco teórico adecuado para la

comprensión de algunos de los aspectos mas importantes a partir de los cuales podemos realizar una propuesta de psicoterapia para niños a través del dibujo y la pintura.

Las revistas consultadas son documentos especializados en el estudio de temas relacionados con psicología. Los artículos conseguidos a través de internet están relacionados con organismos especializados en el estudio de la psicología y el arte. Esto con el fin de que en ambos casos las publicaciones consultadas sean lo más fidedignas posible y que aporten datos recientes sobre las investigaciones realizadas en este campo. Otro criterio para la selección de los artículos de revistas e internet es su actualidad.

Justificación

En muchas ocasiones es muy difícil o demasiado doloroso comunicar con palabras determinados conflictos, sentimientos o traumas del pasado. Otras veces no se encuentran las palabras apropiadas; quizás se trate de un estado interno desagradable, una angustia que no se sabe con certeza de donde viene, una sensación de desasosiego, de insatisfacción, de temor, incertidumbre... o una amalgama de sentimientos confusos cuya expresión resulta sumamente complicada y que confunden al niño. Sin embargo es difícil cerrar "las heridas de la vida" si se mantienen ocultas, sin prestarles atención, tratando de correr un tupido velo sobre ellas. Cualquier conflicto de tipo psicológico sólo puede resolverse de forma efectiva trabajando en él, sacando por completo a la conciencia sus aspectos más escondidos y dolorosos; los mismos que quedan atrapados en algún lugar de nuestra mente luchando por salir mientras gastamos una gran cantidad de energía en mantenerlos a raya para no saber nada de ellos ni del dolor que pueden llegar a provocar. Sin embargo, esto apenas se consigue, pues esos contenidos que necesitan ser elaborados aparecen cada vez que tienen ocasión, a través de los sueños, en las pesadillas, en problemas físicos como dolores, cansancio o en forma de una sensación de malestar casi inefable. Pero no es aconsejable empujar a una persona a tratar dichos conflictos o traumas si no se siente preparada, así como tampoco es aconsejable provocarle un sufrimiento innecesario al hacerle recordar acontecimientos tan dolorosos.

A veces el tiempo es suficiente para conseguir la fuerza necesaria para empezar a hacer frente a los problemas, pero en otras ocasiones podemos recurrir a una forma más suave y sencilla de hacerlo: el arte. El arte supone una forma fácil y cómoda de buscar en el interior de nuestra psique, sacar los conflictos al exterior y manejarlos de un modo indirecto, transformándolos de manera creativa.

No son sólo los artistas los que pueden valerse de esta valiosa herramienta terapéutica. Todos tenemos la capacidad de crear, lo único que tenemos que hacer es encontrar la forma más apropiada para cada uno. No se trata de hacer una genial obra de arte, ni de atenerse a determinadas reglas o normas a la hora de hacer las cosas, y tampoco es necesario que guste a los demás. Lo que importa es el simple hecho de crear, y sobre todo, de hacerlo con sinceridad y espontaneidad, dejando que afloren nuestros sentimientos y emociones, que nuestra creación tenga significado y

contenido y sea un reflejo de lo que está sucediendo en nuestro interior. Se pueden usar formas abstractas, líneas, colores, plastilina, recortes para hacer collages, escritura, poesía, pintura, dibujo, escultura o cualquier otra cosa que resulte agradable de hacer e implique algún tipo de proceso creativo y para los niños el dibujo y la pintura resultan un medio idóneo.

Los niños dibujan de manera espontánea y la pintura se presenta como una continuación natural de esta actividad. Es por ello que en el caso específico de los infantes estas actividades se presentan como las opciones más naturales a aplicar dentro del contexto de la terapia a través del arte. Además la capacidad de lenguaje no esta completamente desarrollada en ellos por lo que un método de expresión alterna permite una comprensión mucho más clara de aquello que sucede en su mundo interno. En palabras de Dolto (p.136,1974) “por el dibujo, penetramos en lo vivo de las representaciones imaginativas del sujeto, de su afectividad, de su comportamiento interior y de su simbolismo. Este nos sirve, una vez que lo hemos comprendido tácticamente, para la orientación de las “conversaciones” con el niño, para elucidar el sentido de sus representaciones cuando son aberrantes”.

Existe una marcada diferencia (Boenheim, 1968) entre el tratamiento de una personalidad madura, en la cual las reacciones habituales se han convertido en características fijas, y el de un niño, porque esta continuamente ampliando su horizonte y sus actitudes están permanente en estado de modificación.

Las características de la psiquis de un niño, es decir la variabilidad y el carácter transitorio de sus manifestaciones (ambas basadas en el principio de desarrollo), están además asociadas a otros factores típicos que son de importancia fundamental en relación con la terapia.

En el niño, el método de asociaciones libres no es posible (Boenheim, 1968), por lo que se emplea en los análisis el método del juego, del dibujo espontáneo, de la conversación entendida como la provocación de las variadas ocurrencias del niño. Estas actividades les permiten liberar tensiones internas a través de la fantasía y de este modo manejar situaciones que les resultan traumáticas de un modo más fácil y efectivo.

En el arte (Castillejo 1984) a diferencia de lo que en el juego, se exige al niño un rendimiento que representa un esfuerzo para las funciones del yo, por ejemplo la capacidad vivencial, la imaginación, la comprensión intelectual y la habilidad manual. Se trata de un método representativo de la imaginación que encuentra su origen o

continuación en la fantasía, el sueño y el ensueño. En el dibujo y la pintura el niño se revela, se atreve a ser él mismo y se permite expresarse.

Debido (O'Connor 1988) a que en el trabajo artístico existe un producto final definitivo, trabajar en un ambiente artístico significa un proceso activo, creativo e intuitivo que permitan surjan sentimientos de dominio y competencia.

El dibujo (Esquivel, 1994) tiene la estructura de un sueño por lo que podría ser una analogía de la técnica de asociación libre. Puesto que inventar una historia partiendo del dibujo realizado proporciona el puente verbal que funge como intermediario entre la fantasía productora y el esclarecimiento (necesario para la comprensión) de la transferencia.

Esto permite comprender como el individuo estructura su mundo a partir de sus deseos y sus motivaciones internas, las reacciones que se generan por una situación conflictiva inconsciente y como se manifiestan en el comportamiento.

El dibujo es la imagen del objeto y constituye una de las modalidades de la función semiótica, dibujar es expresar con marcas, imágenes u otros signos lo que a veces no se puede decir con palabras. El dibujo tiene entonces, también, una función de comunicación. No es sorprendente, por lo tanto, que la producción gráfica llame la atención del psicólogo.

Es por todas estas razones que se propone la psicoterapia a través del dibujo y la pintura como un método sumamente efectivo para acercarnos a la psique de los individuos; haciendo un énfasis particular en el uso de estas técnicas con los niños pues especialmente con ellos esta forma de comunicación preverbal nos permite la cercanía y comprensión a su mundo interno.

La estructura del trabajo es la siguiente, para comenzar se dará una brevísima reseña sobre los antecedentes de la psicoterapia a través del arte, haciendo un énfasis especial en la utilización de la pintura y el dibujo, pues sobre estos versa este documento.

El siguiente capítulo a realizar mencionará aspectos relevantes del desarrollo infantil que nos sirvan para comprender las pautas a seguir al trabajar con niños en la psicoterapia a través de la pintura y el dibujo.

En otro capítulo se abordará el tema de la creatividad desde diferentes perspectivas, recalcando la importancia de la actividad creadora como medio de expresión y como acto que permite vivir una vida plena.

En un capítulo más se abordarán algunos temas que nos permitan comprender los mecanismos subyacentes a la terapia a través de la pintura como son: La comunicación preverbal y diversos mecanismos inconscientes que se hacen presentes al momento de crear.

Posteriormente se mencionarán algunas investigaciones realizadas en otros países sobre este tema.

Finalmente se propondrá un modelo de contención de problemas de índole emocional a través de la pintura.

Capítulo I. Antecedentes sobre psicoterapia del arte

El arte ocupa un lugar importante en la vida espiritual del hombre, ya que contribuye al proceso de ampliación de la conciencia humana, considerando no solo al hombre como sujeto creador de bienes estéticos sino además, como sujeto capaz de apreciar los valores artísticos y estéticos implícitos en la obra de arte. Tras estos procesos de creación artística y estética aparecen un conjunto de elementos subjetivos que no pueden ser observados directamente. Se hace entonces necesario una aproximación más amplia y diversificada a estos procesos utilizando los estudios que brinda la Psicología para poder entender las motivaciones, necesidades, y otros procesos que se ponen en juego cuando el artista crea una obra y aquellos que se ponen de manifiesto cuando el público contempla la obra artística. Se trata de fundamentar la relación existente entre la Psicología, la Psicoterapia y el Arte, ya sea en su expresión individual como social.

La palabra arte proviene de un antiguo vocablo de origen pre -helénico “artao”, que podría llegar a significar “aquello que debe ser juntado, unido” o bien “algo que une”. De este modo originalmente Arte sería todo aquello que tiende a unificar, a unir partes separadas. En este sentido la palabra Arte está profundamente ligada al “Símbolo”, ya que éste en su etimología también estaría vinculado a vincular, “ligar partes separadas”, pero con un amplio y profundo sentido.

El problema sería a que tipo de partes nos referiríamos. En un principio, el Arte une al creador de su obra, consigo mismo y con el resto del mundo que accede a la misma. En este sentido podemos conceptualizar al arte como un modo de comunicación que sigue pautas muy específicas y singulares.

El Arte, por medio de su realizador, aquel que hace realidad su fantasías interna, es un testigo que, valga la redundancia testimonia y da cuenta de las diferentes épocas de la vida del ser humano.

Estudiosos del arte

El estudio del arte se inicia de manera formal con los griegos: El estudio sistemático sería llamado “estética” siendo su campo de estudio el descubrimiento y entendimiento de las formas perfectas. Sin embargo el estudio del arte desde una perspectiva científica fue prácticamente inexistente como en la mayoría de las disciplinas humanísticas. Los intentos de aproximaciones científicas como la de Lucrecio fueron neutralizadas una y otra vez. Esta negación puede tener sus orígenes en la extendida creencia primitiva en el poder y la inspiración sobrenaturales del artista. En el siglo XVIII se intenta iniciar una nueva forma de estudio del arte a través de la introspección.

Sin embargo el primero en estudiar las motivaciones intrínsecas del artista; aquello que lo lleva a escoger el camino del arte fue Sigmund Freud.

Las primeras obras de Freud (citado por Hogg, 1969) fueron clínicas y se ocuparon de los tipos neuróticos de personalidad. Describían al artista como una persona propensa a la neurosis, pero a menudo capaz de escapar de ella y compensar sus frustraciones mediante el éxito y el descubrimiento del “rodeo de la realidad”. Conseguía esto expresando en formas satisfactorias para los demás.

En sus últimas obras, Freud asignó un papel más constructivo y normal a los artistas y se ocupó más extensamente de los fenómenos artísticos relacionados con el folklore, la religión primitiva y la eterna lucha entre las fuerzas constructivas y destructivas de la civilización. Sostenía que existen determinados impulsos inconscientes y casi universales que surgen en el hombre en su más temprana infancia casi siempre a causa de un enfrentamiento entre sus impulsos sexuales básicos y las inhibiciones morales propuestas por la civilización. Algunos individuos los resuelven y subliman de un modo que consideramos normal; el arte es uno de los grandes medios para lograrlo; otros individuos fracasan y recurren a la neurosis, el crimen u otros medios que a sociedad desaprueba.

En las palabras de Freud (citado por Hogg p.86, 1969): “El arte da lugar a una reconciliación peculiar entre los dos principios (el principio del placer y el principio de realidad). Un artista es originalmente un hombre que se aleja de la realidad porque no puede aceptar la renuncia a la satisfacción de los instintos que ésta exige al principio y un hombre que permite a sus deseos eróticos y ambiciosos que actúen plenamente en la vida fantástica. Sin embargo, encuentra el modo de regresar de ese mundo de

fantasía a la realidad utilizando unas dotes especiales para moldear sus fantasías como verdades de un género nuevo que los hombres aprecian como valiosos efectos de la realidad.”

También nos indica la relevancia del arte a nivel social (citado por Hogg p.87, 1969) “Solamente hay una rama de nuestra civilización en la que se ha conservado la omnipotencia de los pensamientos y esa rama es el arte. Únicamente en el arte sigue ocurriendo que un hombre consumido por los deseos realice algo parecido a la satisfacción de esos deseos, algo que, gracias a la ilusión artística, produce efectos emocionales como si fuera real.”

Finalmente nos parece propicio citar lo que Freud (citado por Hogg p.87, 1969) considera la función terapéutica del arte: “El arte es una actividad destinada a calmar los deseos insatisfechos, primero en el propio artista creador y después en sus oyentes o espectadores. El primer objetivo del artista es liberarse a si mismo y mediante la comunicación de sus obras a otras personas que sufren los mismos deseos retenidos, ofrecerles idéntica liberación.”

Sin embargo no solo Freud dedicó su tiempo al estudio de las motivaciones del artista. Vygotsky, uno de los psicólogos rusos más reconocidos escribió una obra llamada psicología del arte (1972), donde hace una aproximación interesante al fenómeno artístico. En ella hace un profundo análisis de “La tragedia de Hamlet, príncipe de Dinamarca”. También hace una severa crítica a Freud mencionando que el subestima los factores socio-culturales en el desarrollo de la personalidad del artista y dando excesiva importancia a los factores individuales e inconscientes.

Skinner (1971) también aporta a la psicología del arte una serie de reflexiones recopiladas en su libro registro acumulativo. Una escuela de la psicología que estuvo muy interesada en el fenómeno artístico fue la Gestalt, que abordó sobre todo las artes visuales.

Ernest Kris (1964, citado en Tavira) propone la noción de que una de las funciones fundamentales del arte es la de puentear una experiencia traumática sufrida pasivamente a una experiencia activa como modo de expresión.

Zinker (1995) menciona que hacer arte es una forma de concretar nuestra necesidad de una forma de vida más amplia y más profunda. En el proceso de creación

extendemos nuestra psiquis, tocando aspectos de nuestros orígenes, tanto personales como arquetípicos.

Heartber Read (citado en Gutiérrez, 1998) considera que la educación artística tiene como alcance una de las principales funciones de los procesos mentales. Considerando como funciones, la sensación, dedicada a la conservación de la intensidad natural de todos los modos de percepción y sensación; la intuición o la coordinación de los diversos modos de expresión y sensación entre sí y en comunicación con el ambiente; el sentimiento o la expresión del sentimiento en forma comunicable y el pensamiento como la expresión, en forma comunicable, de los modos de experiencia mental que, si no fuera así, permanecerían parcial o totalmente inconscientes.

Para Heller (citado en Raya, 2000) la construcción de la individualidad en la persona implica tener autonomía, elegir los propios valores, tomar distancia de lo socialmente establecido, seleccionar libremente las normas que le regirán y desarrollar una postura crítica. En este sentido afirma que el arte participa y es esencial en la formación y el enriquecimiento del ser humano. Es en el espacio artístico donde la persona se dirige cada vez más hacia una individualización creciente. Así es la obra de arte es un espacio idóneo donde el sujeto tendrá la oportunidad de desarrollarse.

Por otro lado Mukarowski (citado en Raya 2000) planteó que el arte:

1. Activa la unidad emocional e intelectual en la actividad humana. Reorganiza y crea una nueva armonía entre las potencialidades humanas como pensamiento, sentimiento y voluntad.
2. Contribuye a hacer más intensas las experiencias humanas debido a que concentra los elementos presentes de manera aislada, y nos sitúa de manera nueva frente a lo conocido, es decir, en el arte se le da una dimensión extraordinaria a lo cotidiano o bien se hace cotidiano lo extraordinario; el proceso de objetivación en el arte lleva a que se fije lo fugaz y lo efímero de las reacciones humanas.
3. Permite tener acceso a la personalidad a través del trabajo artístico. Esto es posible debido al doble proceso presente en el arte: por una parte, existe una apropiación de lo real, y por otra hay una exteriorización del sujeto. La

persona para crear una obra se apoya en los elementos de su realidad y los transforma de acuerdo a sus propias finalidades e intereses, la obra entonces contendrá la mirada del creador en donde el plasma sus características personales.

Recientemente Hargreaves (1997) expresó el amplio acuerdo entre investigadores, profesores y educadores sobre la importancia vital de las actividades artísticas, afirmó que las artes proporcionan ocasiones únicas para el desarrollo de cualidades personales como la expresión creativa natural, los valores sociales y morales y la autoestima.

Terapia a través del arte

El arte ha estado presente en la vida del hombre a lo largo de la mayor parte de la filogenia de la especie.

El arte surge de manera clara desde el paleolítico superior. Sin embargo su existencia no cumplía una función puramente estética. El arte era usado principalmente de manera ritual y a través de él se buscaba ejercer cierto control sobre la naturaleza así como la sanación física y espiritual. Así desde el inicio de su historia podemos ver al arte relacionado con la curación.

Al finalizar la segunda guerra mundial muchas personas que tuvieron parte de ella ya fueran soldados o sobrevivientes de guerra sufrieron de diversos trastornos emocionales que posteriormente fueron conocidos como stress post- traumático. La terapia psicoanalítica clásica intentó ayudar a muchas de estas personas sin embargo ellos no eran capaces de verbalizar sus emociones pues no deseaban revivir los horrores vividos durante la guerra. Por otro lado los gobiernos contrataron a personas de diversos ámbitos para que ayudaran a los soldados “a distraer su mente”. Entre estas personas se encontraban artistas que comenzaron a dar clases a los soldados y se encontró que a través del arte muchas de estas personas mejoraban su condición emocional. Es a partir de este momento que surge un gran interés en la capacidad curativa del arte.

La psicoterapia por el arte o arte terapia no es una terapia ocupacional ni una forma sofisticada de educación artística. El usuario de arte terapia no necesita poseer

aptitudes artísticas para beneficiarse de esta modalidad de tratamiento. El arte terapia es un conjunto integrativo de varias formas de trabajo psicoterapéutico que según el contexto y el tipo de usuario toma una forma u otra.

La persona, inmersa en el proceso de transformación, responde a los artefactos (obras) creados a través de una reflexión e *insight* que incrementan su desarrollo personal y apuntan a la superación de conflictos emocionales de muy diversos orígenes.

Las terapias orientadas en el arte son formas terapéuticas que se determinan con el uso de medios artísticos y de expresión, como la pintura, la escultura, la danza y el movimiento, el teatro, la música, la poesía,... El trabajo intermedial incluye todas las artes. Arte-Terapia integra la expresión artística verbal y no verbal. Sin embargo se ha de hacer una diferenciación entre estas; pues sin duda la expresión artística no verbal nos lleva a un medio de comunicación diferente al usual.

La Asociación Americana de Terapia Artística la define como "una profesión que utiliza el arte, el proceso creativo y las respuestas del paciente/cliente ante sus creaciones como reflejos del desarrollo, habilidades, personalidad, intereses, preocupaciones y conflictos del individuo"

En las artes plásticas

Como ya se ha mencionado antes, la terapia a través de la pintura es de gran ayuda cuando, sea por razones biológicas, intra-psíquicas o sociales, se ve reducido el funcionamiento normal del individuo. Su aplicación está especialmente indicada para aquellas personas que debido a la enfermedad que padecen o por otras razones encuentran difícil la articulación verbal de sus conflictos.

En la terapia a través de la pintura (Millar, 1972) se pueden interpretar los dibujos y las pinturas o también se pueden utilizar estos, simplemente, como una expresión de los sentimientos, expresión que, ya de por sí, se considera terapéutica.

La utilización de la pintura como una modalidad terapéutica vino a hacerse en la década de los años cuarenta, siendo pionera en este campo Margaret Naumburg (citado en Junge, 1994). Ella, apoyándose en la teoría psicoanalítica, pedía a sus pacientes que realizaran dibujos, de manera espontánea y asociaran libremente sus obras.

En la década de los años cincuenta, Edith Kramer (1985) continuó con el uso de esta técnica con los niños. Señaló las prioridades de integración y curativas del proceso creativo que no requieren verbalización de la reflexión e insight.

Al trabajar con niños el dibujo se ha utilizado cada vez más como medio terapéutico o en combinación con otras modalidades expresivas incluyendo el juego.

Según Ehrenzweig (1962) la exploración inconsciente (unconscious scanning) está ligada al término "sincrético" de Piaget, o la capacidad de captar algo como un todo: Esta clase de percepción es esencial pues permite una observación más allá de la simple visión.

La complejidad de cualquier obra de arte, por muy simple que sea, supera por mucho el nivel de la atención consciente que solo puede atender a una cosa a la vez. El artista que debe controlar el difuso impacto de cada pincelada sobre la estructura global de su obra, ha de confiar en su sensibilidad inconsciente para registrar las complejas interrelaciones ocultas en la estructura de cualquier obra de arte.

La terapia a través de la pintura llena el espacio donde no se sitúa la palabra. En ese sentido, es preverbal. Incluso puede expresarse en imágenes, lo que no es posible

pensar. La expresión artística no es un proceso que necesite seguir las reglas de la sintaxis, gramática o de la lógica. Puede expresar muchas complejidades simultáneamente.

En la terapia a través de la pintura 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 le 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.

El arte terapia se puede ofrecer como única modalidad de tratamiento o en conjunción con otras intervenciones terapéuticas. En este último caso, estudios recientes demuestran que los tratamientos médicos y psicológicos convencionales se ven considerablemente reforzados si se utilizan a la vez que el arte terapia, de supervisión clínica o educacional para profesionales de la salud y la educación.

Dos formas de terapia a través de la pintura

Existen dos maneras de hacer este tipo de terapia: libre y estructurada. La primera consiste en dejarnos llevar y crear lo primero que aparezca en nuestra mente, sin saber si quiera qué es lo que estamos haciendo hasta que lo hemos terminado. En este caso lo que hacemos es abrir las puertas de nuestro subconsciente y dejar que afloren sus contenidos a la conciencia. También sirve para incrementar la expresión de la creatividad.

En la terapia estructurada el terapeuta le pide al paciente que haga un trabajo determinado o utilice materiales específicos, con el fin de trabajar ciertos aspectos de la problemática del individuo en cuestión o de profundizar más en ellos. Puede pedirle, por ejemplo, que haga varias pinturas que reflejen diversas facetas de su personalidad; que dibuje los sentimientos que experimenta ante una determinada enfermedad, un recuerdo importante, la propia familia, etc.

Una vez creada la obra, cuando ya hemos entrado en nuestro subconsciente y nos hemos traído algo de allí, es conveniente empezar a trabajar en ella de otra manera: observándola, analizándola, tratando de decir ahora con palabras lo que ya hemos dicho con imágenes y hacerlo del todo consciente en vez de dejarlo en ese lugar intermedio entre el consciente y el subconsciente en el que el arte suele situarse

muchas veces. Es aquí donde la persona encargada de un taller de este tipo pasa de ser un profesor de dibujo, escultura, etc. para convertirse en el psicoterapeuta que nos guía y nos ayuda a movernos a través del complejo e intrincado mundo de nuestras imágenes y representaciones mentales.

Sin embargo, no siempre es necesaria la ayuda de un terapeuta ni la interpretación o discusión del trabajo artístico. Muchos autores defienden la creación artística como curativa en sí misma. Los niños y adolescentes suelen usar el arte de forma espontánea. Antes de aprender a hablar correctamente, un niño puede estar transmitiendo mucha información acerca de sus estados internos mediante los dibujos que realiza.

Tipos de Terapia

Existen muchos y diversos tipos de terapia infantil, hay tantos de ellos como formas de entender al ser humano. En una revisión de los métodos terapéuticos utilizados con niños se consultó a Boenheim (1968) Castillejo (1984) y O'Connor (1988).

Las autoras concuerdan en que una de las formas más ampliamente utilizadas en el tratamiento infantil es la terapia de juego ya sea con un enfoque psicoanalítico, centrado en el cliente, familiar, de juego razonable o humanista. Una de las ventajas de esta forma terapéutica es la naturalidad con la que los niños realizan esta actividad así como la capacidad de adaptar esta actividad a una gran variedad de enfoques terapéuticos.

Otros métodos terapéuticos aplicados en la práctica con niños son: psicoanálisis de niños, descanso y relajación, ejercitación antagónica y condicionamiento de impulsos, psicodrama, fantasía guiada, psicoterapia de grupo, medios expresivos corporales y finalmente terapia por el arte. Esta última tiene ventajas similares a la terapia de juego aunque existen diferencias que permiten considerarla como una forma terapéutica diferente.

Existen tantos tipos de terapia que resulta mucho mas efectivo mencionar los tipos de terapia que engloban a todas las terapias existentes pues en ellos se hace mención de los efectos a nivel mental que estas provocan sin importar a la corriente a la que pertenezcan. La función de cada tipo de terapia tiene efectos similares tanto en los niños como en los adultos.

La psicoterapia de apoyo

La psicoterapia de apoyo surgió como una necesidad de brindar soporte de manera rápida y concreta a aquellos pacientes que por el contexto en el que se encontraban, era difícil proporcionarles un tratamiento más prolongado (Bellak citado en González Núñez, 1999).

La psicoterapia de apoyo constituye una aproximación tradicional a los problemas de naturaleza emocional, puede llegar a ser aparentemente aplicada por amigos, casi como una respuesta automática para ayudar a otro. Sus técnicas son utilizadas de manera más estructurada por profesionales no entrenados tales como sacerdotes, enfermeras, maestros y en general cualquier practicante al que se le consulte.

El objetivo es llevar al paciente a un equilibrio emocional tan rápidamente como sea posible, minimizando o eliminando los síntomas para establecer un nivel propicio de funcionamiento. Se hace un esfuerzo para fortalecer las defensas existentes, a la vez que para elaborar mejores “mecanismos de control”. En coordinación con lo anterior, se pretende remover o reducir los factores externos perjudiciales que actúan como fuentes de estrés. No se hacen intentos para cambiar la estructura de la personalidad, aunque pueden desarrollarse cambios constructivos en la misma, como consecuencia del tratamiento cuando el control ya ha sido restaurado en el individuo.

La comunicación del paciente se centra en los síntomas y disturbios ambientales. La terapia de apoyo se maneja en el campo de los problemas conscientes ya que el paciente sabe cual es el problema que tiene y busca ayuda en ese momento, razón por la cual las sesiones se centran en el presente inmediato.

Los individuos sensibles a la terapia de apoyo son aquellos que poseen una adecuada fuerza yoica (González Núñez, 1999) y que habían logrado una adaptación satisfactoria hasta la enfermedad actual, pero que se abatieron bajo el impacto de presiones medioambientales severas y estrés excesivo. Dichas personas son capacitadas con medidas de sostén, soporte, sustento, para renovar en si mismas el equilibrio que existían antes de su trastorno. Sin embargo, la terapia de apoyo también esta indicada en personas con estructuras yoicas débiles, cuyas capacidades para un cambio real son mínimas y quienes son incapaces de tolerar las ansiedades, inevitablemente asociadas a la terapia de insight. Por otra parte los objetivos del tratamiento son parciales, no permiten una rehabilitación completa de la personalidad;

la adaptación a la neurosis existente mediante la utilización de los propios recursos disponibles para el cumplimiento y la disminución de las obligaciones personales, puede ser todo lo que el paciente quiere o necesita por el momento.

Psicoterapias reeducativas

La terapia de insight con metas reeducativas es aquella cuyos objetivos consisten en promover el conocimiento de los conflictos más conscientes del individuo mediante un esfuerzo deliberado que lo conduzca a lograr un esfuerzo deliberado que lo conduzca a lograr un reajuste, una modificación de sus metas y un estilo de vida que satisfaga sus necesidades, permitiéndole de este modo descubrir y desarrollar sus potencialidades. Busca corregir patrones de conducta alterados y desordenados, con el objeto de ayudar al paciente a utilizar sus recursos para obtener mayores satisfacciones en el trabajo, en sus relaciones interpersonales y en su ajuste social, brindándole explicaciones de su conducta e indicándole cuales son sus hábitos.

El papel del terapeuta consiste en guiar al paciente a través del insight para mostrarle la manera en que participa en sus conflictos emocionales. Juntos analizan las actitudes del paciente, sus desórdenes conductuales y algunos de los conflictos que los originan, para determinar como y porqué se generaron y provocaron esa desadaptación en él. De esta manera, la persona se vuelve capaz de reorganizar sus valores y patrones de conducta; de promover cambios en sus relaciones interpersonales, de lograr una definición más exacta y racional de sus metas, de adquirir nuevos modelos de actuación, al suprimir las conductas indeseables, conseguir un ajuste emocional en las situaciones que no pueden ser modificadas, así como de establecer y consolidar defensas adaptativas.

La transferencia positiva promueve la mejoría del individuo (González Núñez, 1999). Cuando se produce una transferencia negativa esta se analiza e interpreta

Terapias reconstructivas

Este tipo de terapia es empleada en pacientes que poseen mejores recursos de personalidad y pronósticos más favorables de cambio. Es recomendable para problemas resultantes de distorsiones severas en las relaciones individuales con los padres, y otras personas significativas.

El elemento más importante de esta terapia es el énfasis que se pone en la interacción personal y en la relación paciente-terapeuta, ya que en este contexto se acentúan y utilizan con mayor frecuencia. Cabe mencionar que durante la terapia se interpretan los sentimientos y los comportamientos del paciente hacia el terapeuta, para que éste conozca sus motivaciones.

Los objetivos de este tipo de psicoterapia son:

- a) Que el paciente logre una autocrítica de sus problemas junto con la reorganización de su personalidad.
- b) La modificación de la personalidad supone descubrir o explorar el material reprimido; el paciente, al ahondar en los factores causantes de sus síntomas obtiene cambios en su comportamiento que se traducen en una mejoría terapéutica significativa.
- c) Trascender la sola mejoría de los síntomas, al descubrir las causas o raíces de las dificultades de la personalidad del individuo, logrando de esta forma el autoconocimiento.
- d) Suscitar un cambio profundo en la personalidad, mediante el conocimiento de las motivaciones y conflictos inconscientes (González Núñez, 1999).

Como podemos ver, la psicoterapia a través de la pintura puede ser una técnica útil en cualquiera de los niveles. Incluso el nivel inconsciente como al que se llega en las terapias reconstructivas puede ser alcanzado a través de los símbolos y proyecciones representados en el papel.

En el caso de este proyecto se propone la utilización de la terapia infantil a través del dibujo y la pintura a nivel de terapia reconstructiva. En este nivel además de ayudar al paciente a dominar sus síntomas, tolerar la tensión y la ansiedad, reprimir los impulsos y promover la autoconfianza; se logra, a través de la reconstrucción de cada dibujo

una reconstrucción por parte del propio sujeto. Llegando a un cambio profundo en su personalidad y lograr el autoconocimiento.

Capítulo II. Desarrollo del dibujo infantil

Todo niño tiene tendencias creativas que, si se favorecen en un ambiente de libertad controlada, pueden significar mayor crecimiento, satisfacción, alegría y autoestima. El solo hecho de hacer algo activo y creativo en este mundo de creciente mecanización y pasividad ya es, en sí mismo, terapéutico. Nuestros niños están demasiado acostumbrados a observar y escuchar en lugar de expresar en forma constructiva, sus pensamientos, sentimiento y sueños. La pintura les da la oportunidad de expresar sus pensamientos y sentimientos en forma organizada y en un ambiente de serenidad. (Kramer, 1985)

El niño a lo largo de su desarrollo va teniendo diferentes estadios. Cada uno de estos con cualidades específicas que nos sirven como marco de referencia para entender las posibilidades del niño de acuerdo con su edad y etapa de desarrollo. Estas normas específicas acerca de lo que un niño es capaz y no es capaz de realizar de acuerdo a su nivel de maduración se aplican de igual manera a las capacidades pictóricas de los pequeños. Es por ello que es fundamental conocer los límites y posibilidades de la expresión creativa del niño y pedirle en la terapia a través del dibujo, solo aquello que esta dentro de sus límites y no convertir la experiencia en un área más donde el niño no llega a realizar las tareas solicitadas por los adultos.

Los dibujos nos proporcionan muy buenas indicaciones sobre el desarrollo del niño, que se mueve desde un punto de vista egocéntrico hacia una gradual conciencia de sí mismo, como parte integrante de un ambiente mayor (Lowenfield,1980). Incluso los rasgos indefinidos de los garabatos de un niño pequeño pueden representar esencialmente los sentimientos del yo. Posiblemente, el primer dibujo de una figura humana no signifique realmente un hombre, sino que sea una representación del yo que lentamente comienza a tomar forma en el discernimiento de cualquier persona.

De suma importancia fue el descubrimiento de que el arte de los niños se desarrolla en una secuencia típica y predecible (Kramer, 1985). Las líneas y las configuraciones, la representación de las figuras humanas, de los objetos y del espacio, todo se origina de acuerdo con leyes internas que no deben ser perturbadas.

Aunque los niños severamente trastornados pueden producir un trabajo excelente, su estilo y su forma indicarán con gran precisión, no solamente el talento, sino también la

edad mental, la personalidad y, sobre todo, la capacidad del ego para su integración y la naturaleza de la relación del niño con el mundo material.

Un dibujo puede ser estático o pletórico de ritmo y movimiento, rico o empobrecido; la forma puede dominar al color, o éste dominar a aquella; puede estar fragmentado o bien integrado, original o insulso, etcétera. Estas cualidades nos muestran la personalidad del niño artista. La manera como represente a la gente o el modo como muestre el espacio, por otra parte, serán típicos de algún grupo de edad, el cual, naturalmente puede coincidir o no con la edad cronológica del niño.

Víctor Lowenfeld (1980) ha descrito vividamente la interdependencia entre la vitalidad y el poder evocativo del arte infantil y su sentido de identidad, y usó hábilmente el arte, como un medio para reforzar ese sentido de identidad. Obtuvo un trabajo artístico notable al ayudar a los niños a que sintieran y supieran quienes eran, que podían hacer y a donde pertenecían. Florence Cane (citado en Kramer, 1985) fue una de las primeras maestras de arte que desarrolló técnicas para combatir bloqueos y estereotipos, estableciendo situaciones que impedían la planeación intelectual y facilitaban la relajación de las defensas. Favoreció los movimientos que ocupan todo el cuerpo en el acto de dibujar, la proyección de imágenes, la concentración e los recuerdos en las experiencias interiores.

Para Piaget (1969) dibujar es una forma de la función semiótica que debe ser considerada como si estuviera a la mitad del camino entre el juego simbólico y la imagen mental. Es como el juego simbólico en su placer funcional y autotélico y como la imagen mental en su esfuerzo por imitar lo real.

Piaget recurre mucho a los informes de Lucquet sobre el dibujo: El concepto de realismo intelectual es compatible con la teoría piagetiana, por cuanto incluye la interacción entre esquemas internos y acomodamientos imitativos. Dicho en un lenguaje más práctico, a los psicólogos del desarrollo les interesan enormemente los dibujos de los niños por cuanto éstos les proporcionan acceso directo a la visión que los niños tienen del mundo a través de sus intentos por reproducirlo.

Los pedagogos y psicólogos pronto notan la importancia del dibujo en la apreciación de la psicología del niño. "Gesto cristalizado", como la escritura, según la define Delacroix culminación de un equilibrio sensoriomotor el dibujo como la expresión de la personalidad del niño (Debbienne, 1977).

El dibujo

El estudio del dibujo de los niños tiene una larga historia, y a través de los años se ha reunido una gran cantidad de datos normativos al respecto. Durante la última década aproximadamente, se ha incrementado el interés y la investigación en este campo, en particular dentro de la psicología cognitiva. Esto resultó en una tendencia lejos de lo que podría llamarse “orientada al producto” y hacia una orientación del dibujo “orientada al proceso”.

Los primeros estudios normativos dieron origen a varios informes sobre las etapas evolutivas en los dibujos espontáneos de los niños que, si bien difieren en detalles, en esencia son bastante parecidos. Vale la pena resaltar que Winnicott utiliza el dibujo espontáneo como una manera de acercamiento y seguimiento con los niños que atiende. En su libro clínica psicoanalítica infantil (1971) encontramos un trabajo sumamente completo en el que se describe los casos de niños de las más diversas edades y con diversos padecimientos y la evolución de estos casos reflejada en los dibujos. Hay consenso general en cuanto a que los garabatos de los niños pequeños se vuelven más articulados y controlados aproximadamente a los tres o cuatro años de edad y que los garabatos dan lugar a lo que podríamos llamar dibujos preesquemáticos en los primeros años de la escolaridad.

Los dibujos preesquemáticos se caracterizan por lo que Lucquet (1927) llamó realismo intelectual: el niño, aparentemente “no dibuja lo que ve sino lo que conoce”. Esto genera fenómenos tales como las transparencias -cuando se pueden ver dos elementos que en la realidad no se podrían ver pues uno cubre o impide la visión del otro, o el volcado, cuando dos perspectivas visuales se combinan incongruentemente en el mismo dibujo. Los dibujos esquemáticos aparecen más o menos a los diez años y manifiestan un grado creciente de organización interna, aunque retienen ciertos rasgos no realistas.

Los dibujos esquemáticos dan lugar gradualmente a los dibujos visualmente realistas (Hargreaves, 1998). A medida que los niños cambian varía su expresión creativa. Los niños dibujan en una forma predecible, atravesando etapas bastante definidas que parten de los primeros trazos en el papel y van progresando hasta los trabajos de la adolescencia. Estas etapas se suceden ordenadamente una después de otra y la descripción de cada uno de estos elementos es valioso para comprender las

características del niño y su capacidad artística en un momento determinado. A continuación se realiza una descripción más detallada de cada uno de estos estadios.

Etapas de garabateo

El niño muy pequeño comienza a dibujar haciendo trazos desordenados en un papel. Esta etapa se suele denominar de garabateo o garabato (Lowenfield,1980). Estos trazos hechos al azar se van organizando y controlando con el tiempo, pero solo a los cuatro años el niño logra dibujar objetos reconocibles. Por lo tanto, podemos afirmar que la etapa de garabateo dura normalmente de los dos a los cuatro años. También los garabatos sufren diferentes estadios o etapas de desarrollo, desde los trazos totalmente desordenados y al azar hasta los garabatos organizados. A veces, los padres tratan de enseñar a los niños de ese estadio a dibujar algo. Esta puede ser una experiencia frustrante tanto para el padre como para el niño para quien la actividad de garabateo es en sí placentera; tener cerca un adulto que se interese por sus garabatos hace, generalmente, que el niño se sienta más satisfecho aún.

Aparentemente (Rodulfo, 1992), el interés que se manifiesta por la actividad del niño, la oportunidad que tiene de poder dibujar y de contar con los materiales necesarios son factores que pueden acelerar el proceso de desarrollo, pero no mucho.

Para comprender al niño es muy importante considerar al garabateo como parte de las pautas totales de desarrollo. Durante esta etapa, el niño reflejará en su trabajo creador su desarrollo intelectual y emocional. Se dedicará a sus dibujos vigorosamente, y sin embargo, será lo suficientemente flexible como para cambiar sus movimientos cuando nuevas experiencias exijan esa variación. El niño disfrutará con su desarrollo kinestésico a través de sus garabatos e irá gradualmente logrando el control visual sobre esos trazos. Desde un punto de vista creador, será independiente de influencias perturbadoras.

Los niños muy pequeños necesitan explorar el mundo material por medio del manejo físico de los objetos. Por consiguiente, la exploración de muchos medios es valiosa en esta edad.

Etapa preesquemática

El estadio siguiente se conoce como la etapa preesquemática, en la cual el niño hace sus primeros intentos de representación. Esta etapa comienza, generalmente, alrededor de los cuatro años y dura hasta los siete aproximadamente. Los niños ya no dibujan los objetos de manera aleatoria, sino que ahora comienzan a organizarlos generalmente con relación a un horizonte o algún otro rasgo que funcione como limitador. En conclusión podría decirse que a esta edad “el niño tiene ya una comprensión de “primer esbozo” acerca de cómo componer y elaborar una imagen” (May en Hagreaves, 1991 p.48). Aquí, el niño realiza el dibujo típico de un hombre que solo tiene cabeza y pies, y comienza a dibujar una cantidad de objetos de su ambiente con los que siempre ha tenido contacto.

Estas figuras y esos objetos aparecen ubicados, casi siempre, sin orden alguno y pueden variar de tamaño considerablemente. Estos primeros intentos de representación (Lowenfield,1980) ofrecen a los adultos la oportunidad para conversar con los niños acerca de los dibujos que estos ejecutan, y generalmente los niños a esta edad se sienten muy impacientes por mostrar y explicar lo que han hecho.

Las motivaciones artísticas para esta edad particular se concentran alrededor de las propias experiencias del niño – ya sea con respecto a su yo físico o su fantasía- o de las experiencias ajenas que de alguna manera se han transmitido.

El niño pequeño explorará libremente su ambiente a través de toda una variedad de sensaciones y algunas de esas experiencias aparecerán en sus dibujos cuando comience a asignarles nombre. Los dibujos, por su parte, ofrecerán una saludable variación, desde una serie de trazos al azar hechos alrededor de los dos años, que se transforman en movimientos continuos o controlados seis meses mas tarde, hasta convertirse en movimientos mucho más complicados, cuando el niño comienza a asignarles nombre. Al trabajar con pintura en vez de hacerlo con colores las etapas se cumplen paralelamente.

Este periodo de la vida es sumamente importante para el desarrollo de actitudes respecto del propio yo y para el convencimiento de que el mundo es un lugar interesante y atractivo (Rodulfo, 1992). Por medio de la experiencia artística se le puede ayudar a crear un sentimiento de confianza y la sensibilidad imprescindible para

la autoexpresión y para ofrecerle toda una variedad de materiales y el ambiente adecuado para las actividades creadoras.

Etapa esquemática

El próximo estadio es la etapa esquemática, que se inicia alrededor de los siete años y se extiende hasta los nueve, mas o menos (Lowenfield,1980). Aquí, el niño desarrolla un concepto definido de la forma. Sus dibujos simbolizan partes de su ambiente en forma descriptiva; por regla general, repite, una y otra vez, el esquema que ha utilizado para representar a un hombre. En este momento aparece una interesante característica de los dibujos infantiles; el niño dispone los objetos o las personas que esta dibujando en línea recta, al pie del papel y siguiendo el ancho del mismo. Así, por ejemplo, a la casa sigue el árbol, después del cual esta una flor, que queda cerca de la persona que esta inmediatamente antes del perro, que es la figura final del dibujo. Estos trabajos suelen ser bastante decorativos.

Durante esta etapa evolutiva hay una fuerte presión sobre el niño para que se adapte, no solo a los deseos de los adultos sino también a las exigencias del grupo. Sin embargo, para actuar en forma creadora, uno debe hacerlo individualmente (Rodulfo, 1992). Esto significa evitar en el niño el conformismo que se produce con el uso de moldes impuestos y la imitación. En este sentido, es vital favorecer los intentos propios e individuales del niño para resolver problemas. Hasta que punto el niño es creador a esta edad, se verá por el deseo que demuestre por experimentar, explorar e inventar. Un niño que es rígido y no utiliza el material en formas nuevas, necesita que se lo estimule a ser más flexible.

Durante este periodo, la motivación se debe orientar a que el niño acentúe el sentido de independencia social que recientemente ha descubierto, a fin de que logre un sentimiento de autovaloración. Una experiencia artística debe ofrecerle la oportunidad para que exprese su progresiva conciencia del sexo, para que desarrolle un mayor conocimiento del yo y satisfaga su nueva curiosidad hacia el ambiente. También debe inspirarlo para que utilice los métodos de cooperación grupal que acaba de descubrir como medio para alcanzar resultados.

Durante la primera parte de la etapa esquemática los niños necesitan repetir el mismo símbolo una y otra vez. Luego, en cambio, la repetición va desapareciendo gradualmente y aparecen nuevas formas que no se repiten constantemente.

Etapa de la edad de la pandilla

Cuando el niño alcanza la edad de nueve años, inicia una etapa de naciente realismo que dura hasta los once años. En esta época sus compañeros pasan a ser algo muy importante, por cuya razón esta época suele llamarse edad de la pandilla.

Los dibujos de estos niños aún simbolizan objetos más bien que los representan. El niño tiene mas conciencia de sí mismo, y esto se revela en sus dibujos; son mucho más detallados que antes y ya no están colocados en fila a lo ancho del papel. El niño se interesa más por los detalles y ya no hace dibujos grandes y francos que ejecutaba cuando era más pequeño. Comienza, en cambio, a dibujar en menores dimensiones y ya no esta ansioso por mostrar sus dibujos y explicarlos, sino que los oculta de la observación de los adultos (Lowenfield,1980). Durante los periodos de estado latente, mas o menos entre los seis y diez años, los niños son capaces de usar los materiales artísticos en la expresión y comunicación simbólicas. Esta capacidad se desarrolla mejor mediante la concentración en los medios básicos: papel, lápices de colores, pintura y arcilla.

Podría considerarse la etapa de la pandilla como una fase de cambio en la que se pasa del dibujo plenamente subjetivo del niño pequeño a buscar la representación más precisa posible del niño más grande y más consciente de su entorno.

Etapa pseudo naturalista

En algún momento entre los once y los doce años, el niño toma rápidamente mayor conciencia del ambiente que lo rodea y empieza a preocuparse por cosas tales como las proporciones y la profundidad de los dibujos. Esta etapa o estadio se llama pseudo naturalista, la etapa del razonamiento. Hay una gran dosis de autocrítica y entonces esconde los dibujos que hace dentro de cuadernos o intenta ensayos en grandes hojas. El dibujo de la figura humana presenta muchos detalles y como era de esperar, revela un mayor conocimiento de las características sexuales. También se aprecian más las diferencias y gradientes de color, aunque algunos niños no pueden desarrollar esa capacidad visual. Para algunos, esta edad marca el fin de su desarrollo artístico, y muy a menudo encontramos adultos que cuando son requeridos para dibujar algo hacen un dibujo típico de los doce años.

Los investigadores todavía están indecisos en cuanto si un cambio a la estética realista es un desarrollo natural, producido ampliamente por la cultura o espoleado por los educadores, los compañeros y los alumnos mayores (May en Hagreaves, 1991)

Alrededor de los catorce años, o aún después, los niños se encuentran en un punto de su desarrollo en el cual puede aparecer un verdadero interés por las artes visuales. Desarrollan un conocimiento consciente del arte y frecuentemente se interesan en perfeccionar sus técnicas artísticas. Algunos estudiantes de nivel secundario adquieren gran competencia en la imitación de formas o estilos artísticos o bien el desarrollo de un estilo propio que conserva su gran capacidad expresiva (Lowenfield, 1980).

Cuando a un joven se le estimula para que invente o imagine formas fuera de lo común su imaginación puede mejorar notablemente (Kincaid, 1964). Las actitudes que los jóvenes de esta edad desarrollen bajo influencia de un programa artístico determinan su interés y su participación en el futuro terreno de las artes.

De esta etapa en adelante para que el adolescente trabaje en un proyecto es indispensable que lo controle, que se identifique con él, y que lo haya elegido por propia voluntad (Rodulfo, 1992). Desde la primera concepción de la idea, a través e la solución de los diversos problemas y del dominio técnico, hasta el resultado final estrictamente personal.

En la prepubertad, mas o menos entre los once y los trece años, existe una mayor necesidad de ampliar el campo de las experiencias. Pero los nuevos medios no deben

nunca reemplazar los materiales básicos que, precisamente porque son sencillos y conocidos, exigen más de la iniciativa y de la creatividad artística del niño.

El desarrollo del dibujo y el desarrollo del niño

Piaget (1959), al estudiar el raciocinio de los niños, descubrió que hay estadios en el desarrollo estrechamente paralelos a las etapas mencionadas anteriormente. La primera etapa estudiada por él dura hasta los años y ha recibido el nombre de “periodo sensoriomotor”; Este es seguido por un “periodo preoperacional”, que se prolonga hasta cerca de los siete años, y que luego es seguido por la etapa de las “operaciones concretas”, que se extiende, mas o menos, desde los siete hasta los once años. A la edad de once o doce años comienza otra etapa, habitualmente llamada de las “operaciones formales”. Piaget y sus colaboradores muestran una gran cantidad de material que apoya la afirmación de que el niño piensa en forma enteramente distinta del adulto (Lowenfield,1980).

Aunque las etapas de Piaget se refieren al desarrollo intelectual, no es de extrañar que se encuentren las mismas en el arte. Un ejemplo de ello son los principios o el egocentrismo que se refleja en todas las áreas de la vida del niño.

El niño de poca edad dibuja todo en relación consigo mismo. Pareciera que el niño casi no tuviese concepto el espacio fuera de sí mismo; es decir, es egocéntrico e incapaz de adoptar otro punto de vista que no sea el propio, aunque a su alrededor haya habido fotografías y dibujos tridimensionales empleando la perspectiva (Lowenfield,1980). Es solamente a la “edad de la pandilla”, alrededor de los nueve años, que hallamos dibujos que empiezan a tener vida propia; es decir, la acción puede tener lugar dentro del dibujo y las personas pueden mirarse unas a otras, entrar en la casa o contemplar el paisaje sin tener que estar prestando atención al que observa.

Algunas consideraciones sobre el dibujo y la pintura infantil.

Todos los niños dibujan; si se les da la oportunidad, a todos los niños les encanta pintar. Para los niños pequeños no es, necesaria ninguna motivación; parece ser una forma natural de aprender y no algo que debe aprenderse. El problema para el niño consiste en hallar un motivo y como pintarlo, las relaciones de forma y color, el uso y calidad de la línea, todo ello y más forma parte de la experiencia artística. La expresión se vuelve en la configuración concreta de la emoción y en las experiencias que un individuo ha tenido al interactuar con su ambiente.

Es posible considerar el desarrollo artístico del niño como un proceso de organización del pensamiento y de representación del medio en tal forma que nos permita comprender el desarrollo mental (Lowenfield,1980). Parece claro, por lo tanto, que esas etapas del desarrollo no son simplemente etapas del desarrollo artístico sino que son etapas del esquema de desarrollo total y que la producción artística es un mero índice del mismo. En realidad, la actividad artística puede ser por sí misma “desarrollo”.

Por medio del desarrollo creador se logran características de flexibilidad, pensamiento imaginativo, originalidad y fluidez de pensamiento; también mediante el desarrollo afectivo, se alcanza la capacidad de enfrentar situaciones nuevas, de expresar sentimientos agradables como desagradables

Los grados de autoidentificación varían desde un nivel bajo de compenetración, con repeticiones estereotipadas, hasta un nivel alto donde el creador se entrega totalmente a la tarea de representar cosas que son significativas e importantes para él y donde el mismo aparece en el dibujo (especialmente en el caso de niños pequeños). Es aquí donde se encuentran las mejores oportunidades para el desahogo emocional. (Lowenfield, 1980).

El niño dibuja su experiencia subjetiva de lo que es importante para él en el momento en que dibuja, lo que en ese momento esta en su mente de forma activa. Por lo tanto, tenemos así un excelente informe de las cosas que revisten importancia para el niño durante el proceso de dibujo.

Lowenfeld (1957) llegó a algunas consideraba que cada ajuste a una nueva situación implicaba flexibilidad de imaginación y flexibilidad de acción. En el grave caso de inadaptación emocional había una verdadera dificultad para ajustarse a nuevas

situaciones y esto se repite en sus dibujos, en los cuales, se sentirá más seguro al repetir un esquema estereotipado y sin sentido. Solo cuando los dibujos comienzan a tener sentido para el niño, la inflexibilidad comienza a disminuir gradualmente. Los niños que padecen desajustes afectivos frecuentemente se evaden hacia una representación rígida. Tales repeticiones estereotipadas representan un tipo inferior de estado afectivo.

Sin embargo debemos tener precaución con este tipo de aseveraciones y ponerlas en contexto. Por ejemplo, en ciertas etapas del desarrollo el niño puede repetir espontáneamente ciertas formas para asegurar su dominio sobre ellas. Sin embargo una repetición estereotipada no presenta ninguna variación, mientras que el uso flexible del símbolo se refleja por ciertos cambios y modificaciones.

La evasión hacia un molde o modelo es una protección contra el mundo de las experiencias. Las frecuentes repeticiones estereotipadas se encuentran generalmente solo en los dibujos de niños que han desarrollado sistemas rígidos de pensamiento. Así un niño incapaz de responder afectivamente puede expresar el aislamiento de sus sentimientos no incluyendo nada personal en su trabajo de creación.

A la mayoría de los niños les gusta el arte. La elaboración de imágenes visuales se diferencia de la experimentación en forma de juego que la precede, mas o menos entre las edades de tres a cinco años. Desde ese punto en adelante, durante la latencia y la prepubertad hasta los once o trece años de edad, el arte es accesible y emocionalmente satisfactorio para mucho mayor número de personas que en cualquier otra época de la vida y parece tener un valor especial.

El arte de los niños nos proporciona no solamente la oportunidad de comprender a las criaturas sino que además nos brinda la ocasión de influir en el desarrollo a través de la educación artística. Esto significa, por supuesto, mucho más que cambiar la experiencia externa de los dibujos; estamos interesados en el proceso total de creación. El cambio del producto se debe producir a través de la evolución del pensamiento, los sentimientos y la percepción del niño. En este proceso se evidencian variaciones en el comportamiento o en las pautas de desarrollo: De la misma manera cambia el producto artístico.

Es importante comprender que la manera en que el sujeto se relaciona con la pintura y el dibujo durante su infancia dejara huella perenne en él. Como se ha mencionado en las etapas mas tempranas de la infancia el dibujo resulta una manera natural de

aprender y se realiza de manera espontánea. Conforme el niño crece las expectativas, exigencias y actitudes de los adultos definen, en gran medida, si el sujeto encontrará en la experiencia artística una fuente de placer y un espacio de expresión de sus emociones o por el contrario otra área de su vida llena de frustraciones. Estas exigencias externas son interiorizadas por él hasta definir su propia actitud y sentimientos hacia el dibujo, la pintura y en general, la experiencia creadora.

De esta manera el fomentar los aspectos más positivos de la experiencia artística durante la infancia le permitirá al sujeto utilizar el dibujo y la pintura como un medio de expresión durante el resto de su vida ayudándole a la solución de angustias, miedos, temores y resolución de conflictos y todos aquellos problemas de índole emocional. Esta herramienta es sumamente útil pues permite enfrentarse a los conflictos de manera simbólica y es muy probable que esta habilidad permanezca con el sujeto por el resto de su vida ayudándolo a mejorar la calidad de esta y sentirse mejor consigo mismo y el ambiente que lo rodea.

Capítulo III. La Creatividad como factor de curación

La creatividad como proceso mental puede concebirse desde diversos marcos teóricos y metodológicos. Los niveles de aproximación, en un gradiente mayor o menor de científicidad al fenómeno humano se originan en el conocimiento empírico, objetivo, observable y cuantificable, el cual permite (Tavira, 1996) una aproximación descriptiva del mundo psíquico con relación a la realidad concreta.

Desde una perspectiva altamente funcional la creatividad se define como (Vigotskii, 1996) toda aquella actividad humana que no se limite a reproducir hechos o impresiones vividas, sino que cree nuevas imágenes, nuevas acciones a partir de una nueva combinación de los elementos ya conocidos.

Grinberg (citado en Tavira, 1996) define la creatividad como la habilidad de traer algo nuevo al individuo que sea satisfactor del Yo; de manera general, la creatividad es una gratificación de carácter emocional.

Gonzales Núñez (citado en Tavira, 1996) menciona que partiendo del enfoque cognoscitivo el proceso creativo consta de un periodo preparatorio destinado a la observación y al aprendizaje. Este es seguido por un periodo de incubación, caracterizado por una aparente inactividad, sin embargo, es una especie de espera de la inspiración en la que el artista juega con sus ideas e intenta darles un sentido y orden. Durante esta etapa se produce un gran trabajo mental inconsciente.

La siguiente fase es llamada periodo de inspiración. En ella el artista se siente súbitamente iluminado y logra plasmar su obra.

Algunos autores proponen la existencia de un cuarto periodo denominado verificativo en el que se expone lo creado al mundo.

Desde esta perspectiva se ha mencionado que el proceso terapéutico es un proceso creativo por antonomasia. En su desarrollo se crean nuevas conexiones y relaciones con el material existente, que encuentran su expresión en nuevas experiencias (Landau, 1987), en unas relaciones humanas distintas o en un cambio en la visión de la vida.

En la fase preparatoria tiene lugar la formulación del problema mediante un cuidadoso análisis de las partes sanas y de las problemáticas, de las capacidades patentes y

ocultas. El marco de relación de esta fase es el mundo experimental interno del paciente; en otras palabras, la comunicación es intrapersonal. Es la fase en que el paciente produce la materia bruta en forma de sueños y ensoñaciones y en la que mediante las preguntas alentadoras del terapeuta se ausculta a sí mismo de una manera cada vez mas profunda. Esta fase viene facilitada por la empatía, la sensibilidad y la identificación con el problema por parte del terapeuta; es decir, por una comunicación interpersonal.

La siguiente fase o fase incubatoria el paciente se siente solo e incomprendido porque no se entiende a si mismo. La comunicación es puramente intrapersonal. El terapeuta solo puede alentar cautamente, aunque en esta fase es cuando se alcanza la empatía más alta. Esta fase resulta muy complicada pues no se ven avances claros, si esta fase no se sobrepasa nunca se realiza ningún cambio en el paciente y por lo tanto en el proceso creativo que ella implica.

La fase de inspiración o descubrimiento a menudo se presenta de repente, cuando algún suceso coincide con algo sentido o dicho anteriormente o se toma conciencia de una reacción repetitiva. La nueva idea puede ir acompañada de sentimientos muy fuertes que pueden asustar al paciente hasta el punto en que se retraiga o crea que la existencia de una idea será lo que le lleve a resolver todos sus problemas. Una función del terapeuta en esta etapa es enfrentar al paciente a la realidad y juntos trabajar en la construcción de una nueva experiencia que sea incorporada poco a poco a la realidad.

En la fase de verificación se comprueba si la vivencia subjetiva encaja con el marco relacional objetivo, al formular unos sentimientos y unas ideas. El paciente activa sus potenciales cognitivos, emocionales y comunicativos, mientras que el terapeuta alienta, señala las lagunas y repite las formulaciones para corregir, afianzar o completar las ideas. Aquí llega el paciente a una capacidad de comunicación, traduciendo su experiencia subjetiva interna en formulaciones objetivas referidas a la realidad. Aquí se llega a un verdadero proceso de comunicación que se realiza bipolarmente, es decir, de un modo intrapersonal a la vez que interpersonal.

En el campo de la psicología social culturalista-humanista, Fromm (citado en Tavira, 1996) asevera dogmáticamente que las personas creativas con frecuencia dan respuestas espontáneas y en sus experiencias personales tienen la capacidad de

abstracción, así mismo, poseen la sensibilidad para percibir el presente como algo único y el poder de concentrarse profundamente en una experiencia creativa.

Según Torrance (citado en Tavira, 1996) la creatividad consiste en aquel proceso mediante el cual se perciben y conciben diversos elementos que dan lugar a hipótesis e ideas, que a su vez se ponen a prueba, modificándolas si es necesario para después comunicarlas. Al hablar de talento creativo opina que el sistema educativo lo ignora, con la responsabilidad e importancia que esto reviste.

Rogers (citado en Tavira, 1996) menciona que uno de los principios implícitos en el proceso creativo es la no racionalidad, pues la creatividad no obedece a las reglas de relación lógico causales; además, algunos científicos de la psicología aceptan la intervención de procesos inconscientes que dan lugar a la fusión dentro del desarrollo de la creatividad innovadora. El principio de “autorrealización” el cual se basa en la categoría de cambio de motivación como fuente energética de salud mental, es una meta del crecimiento personal.

En la psicología existencialista de Frankl (citado en Tavira, 1996) se implica, dentro del proceso creativo, la vivencia de la angustia existencial. La conciencia de que la vida tiene un límite permite entender porque que la actividad fecunda del hombre creativo que da lugar a productos vitales da sentido a la existencia.

De acuerdo con Winnicott (1983), si existe algo capaz de darle al individuo la sensación de que la vida vale la pena vivirse, es la apercepción creadora. Es decir, la certeza de que se vive menos por acatamiento y más a través de un enfoque creador de la realidad, es capaz de darle a individuo el gozo de estar vivo y a cargo del timón conductor de su propia vida. La tarea de la aceptación de la realidad nunca queda terminada. Ningún ser humano se encuentra libre de la tensión de vincular la realidad interna con la exterior, y que el alivio de esta tensión lo proporciona una zona intermedia de experiencia o zona de transición que no es objeto de ataques como es el caso del arte. El individuo descubre su persona sólo cuando se muestra creador. Creando no como defensa contra la ansiedad sino como expresión del yo soy.

El proceso creativo es terapéutico por si mismo (Zinker, 1995), porque nos permite experimentar y examinar el contenido de las dimensiones de nuestra vida interior. Vivimos una vida plena en la medida en que disponemos de una serie completa de

instrumentos que concreten, simbolicen y expresen de algún modo nuestras experiencias.

La profundidad, duración y alcance con el que se cultiva cada medio de expresión es uno de los factores significativos que definen la plenitud de la vida.

Una vida expuesta limitadamente al mundo y a sus experiencias potenciales tiene poca posibilidad de creatividad. El acto de creación es una necesidad tan básica como a la de respirar. Nos sentimos impulsados a crear.

Sobre esta postura concuerdan dos de las grandes corrientes de la psicología, la perspectiva humanística y la psicodinámica. Representando a estas posturas tenemos a Abraham Maslow y Alfred Adler respectivamente. A continuación se revisarán las ideas de estos dos autores respecto a la creatividad con más profundidad.

El self creativo

La base de todas las teorías psicoanalíticas sobre la creatividad es el concepto freudiano de sublimación(Landau, 1987).

Freud y otros autores que se inspiraron en él, consideraron que la creación artística es una parte de la actividad mental que esta muy vinculada con la formación de sueños. Ellos explicaron de que manera la creación artística, como el sueño, esta saturada por la elaboración inconsciente de los residuos de las experiencias cotidianas, especialmente de aquellas que son reprimidas en el inconsciente. El enfoque kleiniano (Stokes, 1967) del arte ha tendido a poner de relieve un proceso autoterapéutico más sistemático de elaboración y reelaboración de los conflictos infantiles básicos que tienen lugar en las profundidades, en relación con objetos internos.

Una de las teorías que propone una explicación a la necesidad creativa es la de “experiencias traumáticas de conversión” (Hargreaves 1998). Esta contiene cuatro elementos 1) la concentración de la atención (percepción total de un objeto artístico); 2) sensación de revelación (reacción emocional); 3) inarticulación (incapacidad de expresar con palabras la propia experiencia a otros); 4) despertar del apetito (motivación para repetir una experiencia y para elaborarla).

Esta idea de la experiencia creativa como factor facilitador de la salud mental es compartido por Adler (citado en Cueli, 1975) que menciona el estilo de vida mejora a partir del el self creativo

Adler nos dice que todo intento de dar solución a un problema cualquiera pone en función la fantasía, puesto que se trata de lo desconocido, de lo por venir (Adler, 1973). Gracias a su mundo fantástico interior el individuo se forja una realidad nueva.

La fuerza creadora que atribuimos a la infancia (Adler, 1973), y a cargo de la cual corre a nuestro ver la formación del estilo de vida, sigue actuando. Los reflejos condicionados, sobre cuyas manifestaciones polifacéticas siempre influyen el estilo de vida, no pueden ser empleados sino como materiales de construcción.

No pueden ser utilizados de manera automática para la creación de una obra enteramente nueva. Pero la energía creadora sigue ahora los cauces del estilo de vida por ella creados. De este modo, también la fantasía se orienta según el estilo de vida. En sus producciones, independientemente de que el individuo las conozca en conjunto o las desconozca en absoluto, suele observarse la expresión del estilo de vida y pueden ser, por tanto, utilizadas como puerta de entrada que permitirá echar una ojeada a la fábrica del espíritu humano. Pero, procediendo lógicamente, tropezaremos siempre con el yo.

Toda gran idea, toda gran obra de arte, debe su origen al espíritu humano, infatigablemente creador. Tal vez la mayoría de los hombres contribuyan, por poco que sea, a su creación, por lo menos en cuanto la asimilación y su conservación, a la utilización de los nuevos resultados de la misma.

Artistas y genios son, sin duda alguna, los conductores de la humanidad. Gracias a los pintores hoy vemos mejor los colores, las formas, las líneas. Nuestra capacidad auditiva, notablemente mejorada, y las modulaciones mas refinadas de nuestro órgano vocal, se las debemos a los músicos. Los poetas nos han enseñado a pensar, a hablar y a sentir.

El artista lucha con exacerbada ambición contra la angosta realidad con la noble pretensión de ampliarla tanto para sí como para los demás.

Hall y Lindzey (citados en Hergenhahn pag.74, 1996) mencionan que el concepto de Adler de self creativo es su máximo logro como teórico de la personalidad. Ellos mencionan “Por fin, aquí, se encuentra la piedra filosófica, el elixir de vida, la primera causa de todo lo que Adler había estado buscando”.

Con el concepto de self creativo Adler esta diciendo que los seres humanos no somos simplemente receptores pasivos de las influencias genéticas y ambientales. En realidad, cada individuo desde la infancia es libre de actuar sobre estas influencias y combinarlas como mejor le convenga. Por lo tanto, no hay personas que sean exactamente las mismas aún si los ingredientes de su personalidad son similares. Desde la perspectiva adleriana los sujetos tienen la capacidad de sobreponerse a su inferioridad física y convertirse en personas útiles para la sociedad. Otros desarrollarán un complejo de inferioridad y no lograrán nada. Para Adler la diferencia entre estas personas es una cuestión de elección. La herencia y el medio ambiente proporcionan los materiales básicos a partir de los cuales la personalidad se conforma gracias al self creativo (Hergenhahn, 1996).

La idea de elegir el propio destino está enclavada en la filosofía existencialista. Con este nuevo componente de la teoría de Adler tenemos a la persona escogiendo, desde temprana edad, un estilo de vida y una meta última.

Adler fue el primer teórico de la personalidad en sugerir que la conducta humana no estaba completamente determinada. Él insistía en que cada persona es libre para elegir su vida. La vida tiene un amplio marco de interpretación y es tarea del individuo elegir el más efectivo (Hergenhahn, 1996). A través de la pintura el sujeto es capaz de ampliar este marco de interpretación de la vida, pues a través de esta actividad tiene un espacio para desarrollar su creatividad así como experimentar nuevas realidades. El facilitar que este entrenamiento se realice desde la infancia ayudará a su utilización a lo largo de toda la vida y le dará al individuo una herramienta para ampliar la perspectiva de las opciones que tiene y lo ayudará a escoger una vida más sana.

El proceso creativo es una realización de las emociones estancadas, y se desarrolla mediante asociaciones libres que se alimentan de la fantasía, de los ensueños y de los juegos infantiles. El individuo creativo (Landau, 1987) acepta y reelabora esas asociaciones mientras el no creativo las rechaza.

La autorrealización

Maslow (1983) nos dice que el concepto de creatividad y el de persona sana, autorrealizada y plenamente humana están cada vez más cerca el uno del otro y quizá resulten ser lo mismo.

El menciona que: “La creatividad es una característica de todas las personas autoactualizadas. Esta creatividad no se refleja en formas usuales como escribir libros, componer música o producir objetos artísticos sino que puede ser mucho más humilde. Esta creatividad que es una expresión de una persona sana, se proyecta en toda actividad en la que el sujeto realiza” (citado en Hergenhahn pag.325, 1996).

Esta creatividad se debe a que los sujetos autoactualizados están mas abiertos a la experiencia y son más espontáneos con sus sentimientos.

La persona creativa esta totalmente ahí, totalmente inmersa, fascinada y absorta en el presente, en la situación actual, en el aquí y el ahora.

Él nos dice que la fuente del tipo de creatividad que realmente interesa, es decir, la gestación de ideas realmente nuevas, se encuentra en lo profundo de la naturaleza humana. Todavía no se dispone siquiera del vocabulario adecuado para referirse a ello. Si se desea, podríamos hablar en términos freudianos, es decir, hablar del inconsciente (Maslow, 1983). Esta posición resulta muy interesante pues reúne las dos perspectivas sobre la creatividad para su mejor entendimiento.

La creatividad proporciona fortaleza y coraje. Este aspecto de la creatividad se comprende mejor si se ve como una parte del síndrome de olvido de sí y de los otros. Este estado implica, intrínsecamente, una disminución del miedo, las inhibiciones, la necesidad de artificialidad, menos temor al ridículo, a la humillación o al fracaso. De igual manera entre las virtudes de la creatividad esta la disminución de las inhibiciones y de las defensas, en el sentido freudiano de la palabra.

Todos los hechos anteriores implican una confianza en si mismo y en el mundo que permite renunciar temporalmente a la tensión y proporcionan un espacio para la confrontación consciente. Dejarse determinar por la naturaleza del momento entraña necesariamente relajación, espera, aceptación.

Maslow (1983 p.101) menciona: “Cuando leo la bibliografía sobre creatividad, me impresiona muchísimo que su relación con la salud psiquiátrica o psicológica sea tan decisiva, profunda, enormemente importante y evidente, que, sin embargo, no se le use como cimiento sobre el cual construir”

Una tabla del libro de Torrance, “Guiding Creative Talent”, en la cual reunió y resumió los datos sobre las características de personalidad que, según se ha demostrado, se correlacionan con la creatividad. La superposición era casi perfecta. Así se puede decir que las características de las personas creativas se constituyen en un síndrome de salud psicológica y autorrealización (Maslow, 1983).

La investigación de Maslow (citado en Landau, 1987) sobre el individuo que se actualiza a sí mismo fue realizada exclusivamente por él. Aunque es consciente de las propias proyecciones y de los fallos y deficiencias en esa investigación de “un hombre”, cree no obstante, que los resultados pueden utilizarse, ya que coinciden con los obtenidos por muchos otros autores.

Creer todos ellos en el impulso creativo, que conduce a la autorrealización en una dirección determinada; es el crecimiento, la salud psíquica. Maslow está convencido asimismo de que sólo del individuo sano podemos aprender lo que el individuo necesita para su autorrealización y aunque el concepto de autorrealización lo entienden de manera diferente los distintos investigadores, en una cosa coinciden: en que se trata del desarrollo de toda la personalidad.

A través del dibujo y la pintura se fomenta la capacidad creadora de manera especial y es por ello que resulta un excelente medio para desarrollar características como fortaleza, espontaneidad respecto a los propios sentimientos y disminución de los miedos y temores. Todas estas virtudes hacen de estas expresiones artísticas un medio idóneo para fomentar el desarrollo de los niños para que en su edad adulta sean individuos creativos, sanos y autorrealizados.

Todos los hechos anteriores implican una confianza en sí mismo y en el mundo que permite renunciar temporalmente a la tensión y proporcionan un espacio para la confrontación consciente

Creatividad: Consideraciones adicionales

Es importante mencionar como el proceso creativo, sin importar el tipo de producto a obtener, requiere de un tipo de proceso relativamente similar en el cual se generan ideas, se juega con ellas, se encuentran soluciones, se prueban y se obtiene un producto. Esto es cierto tanto para el arte como para la ciencia.

Sin embargo existe una diferencia muy importante y es el tipo de información que se tiene que estar manejando constantemente, en esa perspectiva el trabajo del artista es mucho más personal pues a través de su obra explora constantemente sus emociones. La creatividad artística implica una gran observación y participación en la vida misma.

En una investigación realizada por Cawelti (1992) se preguntó a un grupo de artistas altamente reconocidos cuales eran los elementos que consideraban esenciales para el proceso creativo siendo algunos de los más significativos:

1. Estar centrado en uno mismo pero al mismo tiempo en el mundo.
2. Sentir empatía por la vida.
3. Sentirse lleno por la promesa de la experiencia de “desdoblamiento” o “apertura”.
4. Construir basándose en las experiencias del pasado.
5. Sentir, ver, oír, oler y hasta gustar.
6. Seleccionar y planear cuales son las mejores opciones.
7. Arriesgarse al fracaso y empezar de nuevo.
8. Dejarse llevar por el momento.
9. Aumentar la percepción, estar consciente.
10. Aceptar nuevos retos.
11. Aceptar el fracaso.
12. Renunciar a lo analítico para confiar en lo intuitivo.
13. Entrar en un profundo estado de conciencia alterada.
14. Necesitar tiempo para digerir la experiencia y poder cambiar.
15. Imaginar el trabajo desde diferentes perspectivas, ser capaz de desarrollar opciones.

Observando estas características necesarias para el proceso creativo del artista podemos decir que son similares a aquellas necesarias para lograr el cambio terapéutico y una vivencia más plena de la vida.

Los mejores sujetos para estudiar la fase de inspiración de la creatividad son los niños, cuya inventiva y creatividad no puede definirse, a menudo, en función del producto (Maslow, 1983) sino del proceso. En este proceso de creación y manipulación de una imagen u objeto artístico, los niños expresan de forma literal y a la vez simbólica sus temores y esperanzas por lo que este resulta un medio idóneo para acercarse a ellos, trabajar sobre sus temores y fomentar su maduración emocional.

Creatividad (Landau, 1987) significa riesgo; todo lo nuevo resulta incierto, y es inconformista. Es necesaria la libertad interior del individuo y la protección y seguridad de su entorno para avanzar desde él círculo familiar y seguro hacia lo desconocido. Así pues, cuando no podemos ser creativos es que nos falta conocimiento o libertad interior o la seguridad de las circunstancias externas.

Creatividad también significa comunicación. El individuo está en contacto permanente con su mundo interior y su mundo exterior. La apertura con que vive su entorno le permite conocer y aceptar la existencia de los problemas. La relación con su mundo interior proporciona asociaciones con lo consciente y lo inconsciente que conducen a una solución de conflictos. El nuevo descubrimiento, que al principio es meramente subjetivo, se convierte después en una forma objetiva y comprensible del mundo exterior. Cuando no podemos ser creativos es que nos falta libertad y nos faltan medios para comunicarnos con nuestro mundo exterior e interior.

Para los creadores (citado en Tavira, 1996) lo esencial de su obra es que esta les permite expresarse significativamente. O sea, que a través de los pensamientos y los afectos plasmados en su obra son capaces de vincularse a profundidad con el otro y con ellos mismos. Son capaces de explorarse y conocerse mejor así como ver con otra perspectiva el mundo que les rodea.

Una educación en la creatividad debería contribuir a crear un tipo de persona mejor, ayudar a que la persona crezca mas, sea más sabia y perceptiva; una persona que, dicho sea de paso, sería de hecho más creativa en todas las circunstancias de su vida. La educación artística creativa (Maslow, 1983) puede ser especialmente importante no tanto para producir artistas u objetos de arte, sino más bien para obtener personas autorealizadas.

Podemos decir que fomentar la expresión creativa en los niños a través del dibujo y la pintura nos permite acercarnos a su mundo interno; ayudarlos a enfrentar sus miedos mediante la expresión pictórica, favorecer su autoestima y fomentar su desarrollo psicológico sano.

Capítulo IV. Fundamentos de la psicoterapia a través de la pintura

Fue al realzar los elementos irracionales del arte (Hogg, 1969) que el romanticismo llamo la atención de los teóricos a lo que más tarde se llamaría inconsciente. Esto nos habla de la profunda interacción que existe entre aquellos mecanismos inconscientes que tienen lugar mientras se realiza el acto artístico y el típico carácter irracional del arte y el acto creativo.

El carácter expresivo del arte es también una de sus propiedades fundamentales, por esta característica se constituye en un medio de comunicación privilegiado y diferente al verbal. Los niños representan los sentimientos y preocupaciones que los afligen pero que no entienden completamente y que comentan de manera indirecta con el terapeuta mediante garabatos, dibujos, pinturas y dactilopintura.

A través de la pintura el niño entrega su mundo interior a la mirada de los demás; mundo desconocido, inexpresable, de lo que siente, de lo que se imagina, de lo que sueña y esa óptica relacional sigue siendo, sin duda, la única actitud psicológica válida para quien quiere servirse del dibujo (Debienne 1977). Este constituye un sistema semiológico, proyección de la vida psíquica inconsciente por medio de una plástica dinámica, cuya belleza formal es a veces innegable, el dibujo del niño es ante todo un método de aproximación, un posible diálogo, una confianza.

Un dibujo que surge del inconsciente contiene una enorme cantidad de información psíquica. A través del dibujo podemos observar la evolución de la psique y determinar donde se encuentra en el momento en que se dibuja.

Kramer (1985) concibe a la terapia del arte como un medio de apoyo para el ego, favoreciendo el desarrollo de un sentido de identidad y promoviendo en general la maduración

Comunicación preverbal

Según Copi (1962 citado en Tavira) existen tanto por su contenido como por su intención, tres maneras distintas de comunicación. La que en mayor medida nos atañe en este momento es el lenguaje expresivo. Este se caracteriza por transmitir sentimientos y emociones, es subjetivo en su contenido y responde a necesidades personales, este tipo de lenguaje no se ciñe, necesariamente, a la lógica convencional. Aquí se asume que el lenguaje expresivo abarca al mundo de lo no verbal pues este se encarga de transmitir mensajes del mundo emocional de otros. El lenguaje no verbal implica un 70% de nuestra comunicación. En un sentido epigenético, el lenguaje expresivo no verbal es el punto clave de arranque para el surgimiento de del pensamiento y de la relación de objeto, así como la estructuración del aparato psíquico.

La creatividad es una forma de comunicarse y relacionarse con los demás. El arte fue desarrollado para llenar la necesidad de preservar el medio a través del cual la experiencia humana pudiera ser comunicada. Berber (1984 citado en Tavira) señala que, a través del arte, se pueden exponer básicamente emociones y sentimientos, los cuales no podrían ser expresados ni experimentados de otra forma. Una teoría desarrollada por Weisenberg (citado en Hargreaves, 1991) indica que las respuestas emocionales negativas pueden interferir con la habilidad para manipular y explorar ideas de manera verbal por lo que medios de expresión no verbales resultan medios ideales para lograr este cometido.

Al igual que el lenguaje de los sueños, el lenguaje de las imágenes es el lenguaje del inconsciente, y se hace oír cuando la voz de la conciencia no puede expresarse (Furth, 1992). Los dibujos permiten que se produzca un intercambio de información entre los aspectos manifiestos o reprimidos de la psique individual. El analista establece una relación con el paciente que supera la interacción consciente y que abarca también un diálogo entre su intuición y el lenguaje inconsciente de los dibujos. El símbolo representado en la pintura y el dibujo permite que el contenido de la psique pase de un nivel inconsciente a nivel consciente. Un símbolo se refiere a un elemento tan profundo y tan complejo que la conciencia, por ser limitada, no puede captarlo en su totalidad de inmediato. Por lo tanto, el símbolo siempre contiene un elemento desconocido e inexplicable, aquello que no puede expresarse con palabras y que encuentra en la pintura un medio para ser revelado.

El dibujo y la pintura proporcionan al niño una oportunidad natural, sencilla y no amenazante para revelar sus temores, esperanzas y fantasías, esto se representa en forma simbólica o representacional.

A través de las actividades del arte, el niño exterioriza sus preocupaciones con mayor facilidad que en el proceso común de terapia verbal. Acaso sea precisamente por su carácter no verbal, mas bien intuitivo, desordenado y poco convencional, en donde pueden ubicarse mejor las ventajas de la comunicación a través del arte.

El arte es una forma de comunicación simbólica que ofrece una oportunidad para la representación terapéutica y su solución

Proyección

Cuando se da forma a algún material sin adherirse estrictamente a los patrones establecidos, este inevitablemente toma la imagen de su creador. En un sentido psicodinámico clásico (Gonzales Núñez, 1992) el sujeto pone en el exterior sentimientos o características que el mismo tiene.

La interpretación psicoanalítica no desconoce los poderes expresivos y proyectivos del dibujo. Le confiere un sentido suplementario al enlazarlo con una actividad psíquica inconsciente

De acuerdo con Adler y Jung (citados en Debienne 1977) el significado dinámico del cuerpo, no asimilado al esquema corporal encuentra en la expresión plástica un lugar privilegiado de proyección y no se reduce a lo que ha sentido sino que incluye lo que el sujeto ha adquirido simbólicamente.

En consecuencia, sea cual sea el tipo de dibujos (Debienne 1977), todos poseen una inmensa riqueza proyectiva; su contenido adopta una clara semejanza con los mitos arcaicos, los cuentos, las ensoñaciones imaginativas y son a menudo portadores de arquetipos.

A través del dibujo el niño nos ofrece su visión del mundo, la manera en que lo percibe y expresa con todo su ser. Este "acto perceptivo" proyectado nos permite, en cierto

modo, definir los rasgos del niño, resultando de su constitución psicofisiológica y de su experiencia vivida.

En realidad, el objetivo del análisis formal, tan particular por su precisión, consiste en mostrar hasta que punto el toque, el color, el relieve del trazo se hallan estrechamente ligados a la personalidad del autor y a su visión del mundo (Minkowska citado en Debiene 1977). Analizar el espacio gráfico y su organización es entrar, por lo tanto, en el mundo del inconsciente del niño.

Sabemos que los trastornos en los sentimientos de identidad y de integridad personal se revelan invariablemente por medio de distorsiones y fragmentaciones de las imágenes visuales que produce el niño. En tanto que el objeto puede ser creado para satisfacer un deseo, la capacidad del niño para hacer que ese objeto satisfaga su deseo está limitada por su patología, el estado de su ego, su habilidad manual, su "talento" y muchos otros factores. El producto terminado nunca representa simplemente la fantasía sino más bien expresa la relación del niño con su fantasía.

En un caso reportado en libro de Kramer (1985) se menciona como a pesar de las grandiosas fantasías de uno de sus pacientes este no era capaz de llevarlas a cabo. Su dibujo era tan insustancial como el se sentía en la realidad y nadie podía darle la facultad para pintar el gigante fuerte, lleno de colorido de sus sueños pues esta imagen no esta interiorizada en él.

Generalmente consideramos que el mundo es el responsable por nuestras cualidades, en lugar de mirar hacia adentro para lograr un insight de su naturaleza en nosotros mismos. Cada uno colorea el mundo con su propia vida interna.

La diferencia entre las proyecciones patológicas que tanto tememos y las proyecciones creativas de Miguel Angel, Waterhouse, Monet y Chagall, radica en la relación del creador con su entorno y su poder sobre él. La psicoterapia permite al individuo dialogar con proyecciones atemorizantes y adueñarse de ellas, transformándolas en creativas.

En este sentido la proyección consiste en un mecanismo que permite utilizar las percepciones de los procesos internos ideacionales y emocionales para modelar el mundo exterior. La proyección creativa implica un diálogo con el propio si mismo que luego se concreta en un concepto, pintura, una escultura o un comportamiento.

La proyección se vuelve creativa en tres pasos. Primero el individuo aprende a poseer, a reconocer en sí mismo, aquello que teme del mundo. Segundo, comienza un diálogo interno con la propiedad que acaba de reconocer. Finalmente el individuo transforma su dilema en un producto o acto concreto.

El que proyecta creativamente pone la energía de su conflicto al servicio de una comprensión más profunda de sí mismo y de una relación más activa con sus semejantes (Zinker, 1995). La terapia creativa no suprime los conflictos sino que posibilita a la persona tomar contacto con la energía congelada en el conflicto y convertirla en disponible para la propia realización. No importa si el sujeto es niño o adulto la proyección creativa resulta de gran utilidad.

El nuevo movimiento de la educación por el arte, con su énfasis en la subjetividad, propone que el niño puede dejar de preocuparse por lo correcto y lo incorrecto, y por consiguiente, puede enfrentarse consigo mismo, con su propio valor o ansiedad, sus estereotipos su espontaneidad (Maslow, 1983). Un buen modo de expresarlo es que, cuando se aparta la realidad, se obtiene una buena situación de test proyectivo y por ende una buena situación terapéutica y de crecimiento. Entendiendo como test proyectivo (Rapaport citado en Robles 1960) aquellas situaciones en las cuales los sujetos, activa y espontáneamente, estructuran un material no estructurado, y así revelan los principios que guían su actividad y que son también los principios de su misma estructura individual.

La aproximación proyectiva, aspecto fundamental de la aproximación psicoclínica, abarca técnicas que permiten una personalidad concreta revele su estructura y sus contenidos al organizar los materiales inestructurados o débilmente estructurados.

Es evidente que con dichas características la proyección en el dibujo y la pintura se presenta como un elemento sumamente funcional al momento de ser utilizados en la terapia.

Sublimación

El ego (Kramer, 1985) no podría cumplir con sus múltiples y contradictorias tareas de controlar los impulsos, evitar los peligros, prevenir la angustia y obtener placer sin la ayuda de la represión simple, así como de otros mecanismos más complejos. Entre estos últimos, la sublimación constituye uno de los medios más eficientes para manejar las amenazas de peligros que se derivan de los impulsos, y para hacer uso constructivo de su poder potencialmente destructivo. El niño es especialmente propenso a desarrollar esta habilidad.

En este proceso, la energía impulsiva es desviada de su objetivo original y desplazada hacia algún otro logro como la pintura en nuestro caso, altamente estimado por el yo, y que en la mayoría de los casos es socialmente productivo. La calidad perentoria fija una sola meta que caracteriza a los impulsos en su forma original, se modifica mediante la sublimación, de manera que las energías quedan liberadas para la acción más allá del círculo estrecho del conflicto infantil y de las necesidades primitivas. Debido a que la fuerza y la autonomía del yo se incrementan en el proceso, suponemos que ocurre un desplazamiento de energía del id hacia el yo y que la energía agresiva de la libido se neutraliza. Una característica esencial de la sublimación es la gran cantidad de placer genuino que proporciona la actividad sustituta. (Kramer, 1985). La sublimación incrementa el poder del yo, en tanto que las defensas neuróticas conducen a la disminución de las energías disponibles.

En la sublimación esperamos un cambio del objeto en el que se centra el interés, de la meta y de la clase de energía mediante la cual se logra el objetivo.

Los placeres de la sublimación son más perdurables y a menudo más exquisitos, pero no pueden ser tan intensos. La sublimación depende de una renuncia parcial por que no se dispone, en ninguna actividad modificada, de una pulsión que se consuma mediante la satisfacción total.

La neutralización de la energía agresiva y sexual, características de la sublimación, ocurre en el área de la ejecución artística. No importa que emoción exprese hacia el acto de pintar y hacia su medio, el pintor ha de conservar el sentimiento positivo, igualmente apartado de excitación sexual y de la furia agresiva. No es fácil mantener este estado ya que se ve amenazado constantemente por la pulsión incontrolada por una parte y por otro la tendencia el yo a aplicar mecanismos de defensa radicales y asfixiantes. Un niño que sufre de dificultades internas persistentes tiene tendencia a

pintar muchos cuadros semejantes que expresan su estado mental (Kramer, 1985). La dificultad de una nueva tarea es tan abrumadora que por mucho tiempo el niño es incapaz de dominarla, pero cada creación constituye un nuevo intento de resolver el conflicto o de encontrar una manera de soportarlo.

Lo que la interpretación simbólica (Debienne,1977) de los sueños permite en el inconsciente adulto, el desciframiento del juego, de los dibujos, de los relatos imaginarios lo permitirá en el niño. Pero a diferencia del juego, que realiza de inmediato las tendencias pulsionales en un plano simbólico, el dibujo, como la obra de arte en el adulto, cumplirá una función sublimatoria.

A través del arte (Kramer, 1985) el material inconsciente puede aproximarse a la superficie y encontrar expresión simbólica sin poner en peligro las defensas necesarias del niño, transformado una experiencia potencialmente turbadora en una aventura creativa. El propósito del arte es la creación de un objeto simbólico que contenga y comunique esta idea. Esta última depende en gran parte de los deseos y fantasías del niño, pero la elaboración del objeto es una función compleja del ego que emplea sus facultades manuales, intelectuales y emocionales en un esfuerzo supremo.

La rehabilitación da principio con el reforzamiento del yo, la cimentación de las relaciones, la promoción de la identificación y la internalización de los valores (Kramer, 1985). El descubrimiento del material inconsciente tiene que ser manejado con precaución y lentitud.

La terapia del arte resulta sumamente útil pues les permite crear arte a partir del mismo material que desorganiza sus vidas. El arte creativo entonces los absorbe en una lucha intensa enfocada a un tema que ha adquirido una importancia abrumadora.

La pintura permite la acción simbólica en un punto donde no existe posibilidad de cambio de la vida real. Además la sustitución que canaliza las acciones y las emociones sin cambiar su naturaleza, continua siendo una válvula de seguridad para niños, adolescentes y adultos a través de la vida.

Confrontación

La confrontación que induce el arte creativo se asemeja, en ciertos aspectos a la confrontación en la terapia psicoanalítica. La condición amorfa del material artístico y la falta de instrucciones específicas para darle forma son análogas a la calidad neutra de la relación terapéutica.

Esta libertad induce al niño a formar el material artístico, o la relación a su propia imagen. En ambas situaciones se confronta al niño, en el curso del tiempo, con muchos aspectos de sí mismo. Aprende a conocer quien es él, como se siente y que puede hacer.

Las actividades artísticas invitan a la creación de un mundo que está organizado egocéntricamente (Kramer, 1985). Cada elemento en el trabajo del niño contiene parte de él mismo. La amenaza que constituye la confrontación consigo mismo y su patología esta mitigada por la satisfacción narcisista. Esto facilita la movilización de una gran energía al servicio de una actividad que implica el riesgo del fracaso y la confrontación con el conflicto.

Muchos niños son capaces de soportar grandes tensiones en el arte en un momento en que no están preparados para hacer esfuerzos semejantes en otras áreas de la vida o arriesgarse mucho en la psicoterapia.

Como el incremento en la fuerza del ego en un área conduce a la maduración general, la terapia artística puede producir cambio en la personalidad. Cuando el trastorno ha sido causado por algún evento traumático (Kramer, 1985), la expresión simbólica en el arte puede ayudar al niño a dominar la experiencia aún sin la intervención psicoterapéutica.

La terapia artística prepara al niño para el intercambio simbólico de la psicoterapia. A su vez, los niños que están bajo tratamiento son capaces de producir un arte que tiene un significado personal e impacto emocional, porque la psicoterapia los ha hecho más conscientes de sí mismos. Por lo tanto, el arte llega a ser con frecuencia, un área preferida para volver a actuar las tensiones internas y los cambios engendrados en la psicoterapia.

Este carácter confrontativo del dibujo y la pintura (Debienne, 1977) tiene valor como lenguaje, de transferencia a los demás, de un mensaje con efecto catártico. Este efecto ha sido demostrado ya por varios investigadores. El placer de logro o una especie de necesidad interna inconsciente sugiere la fuerza del mundo interno revelado. La catarsis permite que el símbolo representado en la pintura ponga en movimiento la energía psíquica interna e inicie el proceso curativo.

En el plano estrictamente terapéutico hasta un niño fragmentado (Kramer, 1985), cuyo arte permanece desarticulado, puede producir casi cualquier cosa, si está capacitado para seguir instrucciones y esto puede ser muy tranquilizante para él, indicando que aun para aquellos sujetos incapaces de llegar a un insight este tipo de experiencia puede tener efectos positivos.

El arte de conducir una psicoterapia infantil (Debienne 1977) no es interpretar los dibujos, sino apreciar en la conducta del niño, y en parte a través de sus dibujos, las señales de la experiencia vivida en la relación terapéutica y emplearlas en el sentido deseado teniendo en cuenta que la forma de expresión escogida influye en la forma misma de la expresión del material inconsciente.

En otro método de aproximación al conocimiento de la naturaleza humana (Tavira, 1996). Reconoce que a través del bagaje emocional y afectivo se posibilita la intuición y el insight, dando lugar a una concepción más profunda basada en la empatía y en la contratransferencia; y es la única vía de acceso al mundo subjetivo y vivencial para el conocimiento de las motivaciones inconscientes.

La sucesión de los dibujos es de gran ayuda para el terapeuta, que enfoca mucho mejor el tema evolutivo proyectado y a veces precisa el tema que no se sospechaba en el discurso oral. Parece finalmente que la sucesión de los sueños también se apoya, mientras evoluciona, en la aportación positiva que constituye el dibujo. En cierta medida es un potenciador del sueño por un mejor grafismo y mejor evolutividad. (Debienne 1977) En una investigación realizada por Schredl (1995) se reportó que las personas creativas recuerdan con más facilidad sus sueños, en especial aquellas que realizan actividades como el dibujo y pintura. Provocando una interacción profunda entre los temas de los sueños y los de las pinturas.

También puede tratarse de entrar en relación con el niño por intermedio de su expresión gráfica: relación en forma de diálogo, interpretación racional de los

elementos dibujados, considerados como la adaptación del niño a la realidad que lo rodea.

En palabras de Debiene (1977) permitir con actitud acogedora, que el niño exteriorice dibujando todo lo que le perturba o desea; esta catarsis, por si sola, produce cierto aplacamiento respecto del adulto, ya que proporciona una satisfacción narcisista.

Capítulo V. Investigaciones previas

En una investigación de Hirst (1992) se describió cuales eran los métodos más comunes que usaban los pintores para superar un bloqueo creativo. Una de las respuestas más frecuentes fue enfrentarse al bloqueo y atacarlo en un plano simbólico o real, pues mencionaban que en muchas ocasiones los bloqueos creativos son causados por el material inconsciente revelado al pintar que resulta imposible de tolerar. Así los artistas demuestran que la pintura es un excelente medio para establecer un dialogo consigo mismo al igual que uno de los medios para resolver los conflictos en un plano simbólico.

Desde la perspectiva más simple, nuestras ideas inconscientes se nos revelan a través del lenguaje simbólico de los sueños, las pinturas y los dibujos (Furth, 1992). La combinación de estas formas de comunicación simbólica amplia nuestro autoconocimiento. A través de estas expresiones aprendemos a reconocer nuestras debilidades, nuestros temores y nuestras características negativas, como también nuestras capacidades, nuestros logros y el potencial no explotado, lo que nos permite comprender quienes somos. Este proceso se puede iniciar desde la infancia fomentando el desarrollo psicológico al poner a andar todos los mecanismos inconscientes que suceden al momento de crear un dibujo o pintura.

El interés por la terapia a través del arte tiene una larga tradición, especialmente importante en el caso de la pintura. La terapia a través de la pintura surge en la época de los años cincuenta, con el tratamiento de aquellos sujetos que sufrían estrés postraumático a causa de su participación en la segunda guerra mundial. Sin embargo, no es sino hasta los setentas que esta perspectiva toma fuerza y cuando se empiezan a realizar estudios sistemáticos acerca de las posibilidades de la terapia a través del arte.

En el artículo "Terapia a través del arte: Una aproximación adleriana" (1976) se describe el uso de la terapia a través de la pintura en un grupo con aproximación adleriana. En él se menciona que esta técnica en la que se utiliza el desarrollo del self creativo como medio para orientar su estilo de vida, gracias al desarrollo del mundo interior el individuo aprende a cambiar su mundo exterior. En el taller se ayuda a los participantes a descubrir un nuevo sentido de pertenencia y aumenta su capacidad

para cooperar. Aquí también nos indican algunos de los retos de este tipo de situaciones terapéuticas por ejemplo, que el terapeuta logre despojarse de su rol como autoridad, esta perspectiva es sumamente coherente con el énfasis que se tenía en aquella época en lograr situaciones terapéuticas más igualitarias. Sin embargo aquello que en mayor medida nos concierne son sus resultados pues menciona que a través de la pintura el paciente desarrolla confianza y logra una gran mejoría. Esta técnica se utilizó exitosamente tanto en pacientes con trastornos profundos como aquellos que buscan su desarrollo personal.

El estudio de la terapia a través de la pintura, el dibujo y las artes en general continua en Europa y América durante los ochenta y los noventa fomentando el desarrollo de una práctica consistente aplicada a los más diversos contextos. Un claro ejemplo de ello es la investigación llevada a cabo en Suiza denominada “Terapia en pareja, pintando juntos desde el inconsciente” (1994). En ella se menciona el concepto junguiano de inconsciente y como dentro de este se sugiere la posibilidad de la terapia a través de la pintura. El autor sugiere que la pintura es una forma de terapia valiosa pues le da al diálogo analítico libertad al mismo tiempo que estructura. Ya en el plano práctico la interpretación de las pinturas debe tomar en consideración que esta se llevó a cabo por los dos miembros de la pareja sin que estos pudieran hablar el uno con el otro. Así el lienzo se convierte una alegoría del espacio vital dentro de la pareja. En el proceso cierta transferencia y contratransferencia se vuelve más visible que en una sesión de terapia común; las fantasías y sentimientos que reflejan algo sobre la relación se vuelven evidentes. Concluyendo que la pintura es un excelente medio para promover e desarrollo tanto de la relación como de los individuos.

El interés por la utilización de la pintura como medio terapéutico es compartido por las grandes corrientes en psicología; sin embargo es desde la perspectiva humanista que esta herramienta tiene una mejor acogida y se integra con facilidad a este tipo de terapia. Joseph Zinker (1995) defiende la utilización de la pintura como medio terapéutico e incluso propone un ejercicio que él denomina “Movimiento ritmo y cimentación”. El autor menciona (p.188) “Toda actividad creativa empieza por un movimiento. El cuerpo tiende a surcar el espacio, a estar en transición continua con el medio. Se debe ser capaz de entrar en contacto con el cuerpo pues a partir de la energía por este producido brota una imaginería mental. Utilizando esta energía interna se permite que el cuerpo externalice esta emoción expresándola en una imagen. Las líneas permitirán dar forma a lo que será la obra; permiten que surjan los

colores y las formas. Ahora las líneas se expanden audazmente a masas de color ricas y sólidas que invaden el espacio. Este resulta en un acto de afirmación. Afirmación de mi presencia y de aquello que está contenido dentro de mí. Esa pintura resulta en una proyección de sí mismo, una parte de la vida interior del individuo superpuesta sobre una superficie”. Una vez finalizado esta primera parte del ejercicio en la que lo único que se pedía es que los sujetos se dejaran llevar, se pasa a la segunda fase que tiene lugar aproximadamente media hora después de la primera. En esta etapa se les da la siguiente instrucción (p.193) “Ahora pueden trazar de manera deliberada y consciente formas que los hagan sentir que su obra está completa. No tengan miedo de explorar. No se preocupen por estropear sus pinturas. Esta imagen en cualquier momento podrá estar terminada o ustedes podrán comenzar otra nueva. Piensen en un sentimiento que hay dentro de ustedes. Imaginen que formas, colores, configuraciones y texturas contienen este sentimiento y empiecen a ejecutar una obra que refleje esta sensación interior.”

Otros investigadores como Violet Oaklander (1996) mencionan que la utilización del arte es sumamente efectivo al tratarse de terapia infantil y sugiere algunas técnicas de dibujo que ella ha encontrado sumamente útiles al momento de tratar a infantes. Algunas de estas son:

- a) Tu mundo en colores, líneas y formas: Esta técnica les da la oportunidad a los niños de crear su propio mundo en un papel, usando solo formas, líneas, curvas, colores y evitando la utilización de objetos concretos de la realidad con el fin de evitar la estereotipia. Las instrucciones para esta actividad dicen (P.21) “Cierren los ojos y vayan a su espacio. Vean su mundo ¿Qué les parece?, ¿Cómo mostrarían su mundo en el papel usando nada más que líneas, curvas y formas?. Piensen en los colores de su mundo. ¿Cuánto espacio ocuparía cada cosa en su papel? ¿Dónde se ubicarían ustedes en el cuadro?”

- b) El Rosal: En esta actividad se pide a los niños que cierren los ojos, vayan a su espacio e imaginen que son rosales y se les empiezan a dar opciones “¿Qué tipo de rosal eres tú? ¿Eres pequeño? ¿Eres grande? ¿Eres grueso? ¿Eres alto? ¿Tienes flores? Si es así, ¿De qué variedad? ¿De qué color son tus flores? ¿Tienes muchas o pocas? ¿Están en plena floración o solo tienen capullos? ¿Tienes hojas? ¿De qué tipo? ¿Cómo son tu tronco y tus ramas?,

¿Cómo son tus raíces? ¿Dónde estas? ¿Qué hay a tu alrededor? ¿Cómo sobrevives? ¿Hay alguien que te cuide?...”. Posteriormente se les pide que abran los ojos y dibujen sus rosales, se les pide que expliquen sus dibujos en tiempo presente.

La autora explica que estas actividades ayudan a los niños a comprender mejor sus sentimientos al tiempo que forman parte del proceso de curación. Como podemos observar la vigencia de la terapia a través del dibujo y la pintura es cada vez mayor.

Así llegamos hasta la época actual en la que la que la terapia a través del arte sigue llamando la atención de los investigadores por su grado de efectividad y por ello una nueva generación se empeña en demostrar los beneficios de usar medios de expresión como el dibujo y la pintura dentro del contexto terapéutico buscando que estas herramientas sean reconocidas y aplicadas por un mayor numero de terapeutas.

Las últimas investigaciones dedicadas a investigar la terapia y el arte versan sobre temas ya conocidos y sin embargo nunca completamente comprendidos. Por ejemplo, en la actualidad se siguen discutiendo temas como el origen de la inspiración artística pues para entender plenamente como funciona la curación a través del arte debemos comprender como es que este se origina.

En la investigación “Integración y trabajo a través de la terapia del arte” (2001) se discute la naturaleza del proceso de curación en la terapia del arte. La fuente de la inspiración creativa reside en los impulsos y fantasías reprimidas en el inconsciente. La consistencia y la flexibilidad para expresarse a través del arte lleva a trabajar con estos impulsos y fantasías. Es un encuentro sistemático con el ego a través del redescubrimiento de todo aquello que permanecía reprimido. Estas actividades, se ha demostrado, sirven para reducir la ansiedad, enfrentar los miedos, reconocer las emociones y fomentar el desarrollo.

Los beneficios de la terapia a través del arte podrían ser mayores de lo esperado pues, como se reporta en el estudio “El dibujo de los niños sobre el concepto de muerte y su relación con el nivel de desarrollo cognitivo”(2001) Se encontraron resultados sorprendentes. El propósito original del estudio era explorar el concepto de la muerte para los niños tal y como es reflejado en sus dibujos. El marco teórico utilizado es la teoría Piagetiana desde la perspectiva de la terapia a

través de la pintura. El estudio se llevó a cabo con 25 niños de 7 a 12 años en la Universidad de Texas en Austin. Se les pedía a los niños que dibujaran aquello que les venía a la mente después de escuchar la palabra “muerte”. Todos los participantes habían sufrido la muerte de uno de los padres. Después del análisis se descubrió que el desarrollo cognitivo de los niños estaba retrasado por 2 a 4 años respecto a su edad cronológica. Los dibujos reflejaban tristeza, sensación de vacío y soledad. Después de esta fase inicial se siguió trabajando con los niños a través de sus dibujos y se encontró que en los siguientes meses estos tenían una gran mejoría en el manejo de sus emociones y un nivel considerable de recuperación en relación con su retraso respecto a su desarrollo psicológico.

Otro estudio que nos menciona el gran campo de acción que tiene la pintura como terapia es el estudio “Sobre el significado del autorretrato en el proceso de terapia a través del arte en la psiquiatría infantil y adolescente”(2001), que como su nombre lo indica, discute el uso del autorretrato como una parte importante de la psicoterapia a través del arte en niños y jóvenes pacientes en un hospital psiquiátrico. Resulta pues que en el contexto psiquiátrico la pintura también nos sirve como medio terapéutico. En el artículo el autorretrato se describe como una herramienta especial para la aproximación con el individuo, sus emociones y la manera en que este se concibe a sí mismo. La autora describe el uso sistemático de dibujos de autorretrato como una dimensión terapéutica especial para jóvenes y niños con trastornos de auto percepción y un comportamiento social conflictivo. El dibujo se usa como un espacio esquemático que posteriormente debe ser coloreado. Esta actividad parece ayudar al paciente a trabajar con su autoconcepto y proporcionarle mayor confianza en sí mismo. La complejidad del trabajo con el conflicto se reconoce a través de diversas estructuras simbólicas de los dibujos así como en la interacción con el terapeuta. Así vemos otro de los campos de aplicación de la terapia a través de la pintura.

Por la gran utilidad de este tipo de terapia se intenta, incluso, desarrollar algunas técnicas para romper las inhibiciones de los niños al momento de pintar ya que esto resulta más sencillo que intentar romper sus resistencias en el marco de una terapia convencional.

La Galería del arte tonto (2001) es un ejemplo de estos intentos. Esta actividad está diseñada para que los niños no se preocupen tanto al momento de dibujar. El dibujo es

una herramienta terapéutica sumamente útil y para poderla utilizar el niño no debe tener miedo a explorar las actividades relacionadas con el dibujo. Algunos niños se resisten a dibujar arguyendo “No puedo dibujar”, otros tantos están demasiado preocupados por la calidad estética de su trabajo final. La galería del arte tonto les permite la experiencia de realizar un dibujo sin importar el resultado y experimentar el proceso sin preocuparse por el objeto final. Una vez que los niños se dejan de preocupar por el dibujo final pueden aprender a valerse de esta experiencia terapéutica.

Los artículos publicados en el 2002 nos revelan una gama, incluso más amplia, de las posibilidades de la terapia a través de la pintura y una investigación más detallada de los diversos tópicos relacionados con ella. Un ejemplo lo constituye el artículo “¿En qué consiste la terapia del arte?”(2002). En el se menciona que la terapia a través de la pintura se reducen los síntomas de estrés experimentados después de una experiencia desagradable y la existencia de la terapia a través de la pintura le permite a los sujetos discutir sus experiencias traumáticas. La cualidad no verbal de este tipo de aproximación permite que esta expresión sea más profunda y que a través de los objetos resultantes del proceso, como pinturas y dibujos, se observen problemáticas de las cuales el sujeto ni siquiera esta consciente. Estos beneficios han sido demostrados en varias ocasiones por diferentes investigadores.

Siguiendo esta perspectiva los investigadores se empeñan en demostrar la amplia gama de situaciones en las que la terapia del arte resulta efectiva así como proponiendo modelos para su aplicación. En “El estado del arte”(2002) se propone un modelo que combina la terapia a través de la pintura con la terapia de grupo. En ella todos los sujetos incluido el propio terapeuta producen dibujos representándose a sí mismos. La colección e pinturas resultante es discutida por el grupo e interpretada en términos de la psicodinámica del este. La forma de trabajo anteriormente descrita ha sido probada en el “Arbours Crisis Centre” con resultados sumamente favorables.

En el artículo intitulado “Actividades de juego y arte como terapia para niños con algún trauma”(2000) se demuestra como a través del juego y del arte se puede ayudar a los niños a manejar perdidas que no desean expresar verbalmente. Para muchos niños esta modalidad de tratamiento es mucho más mucho más fácil y efectiva que intentar hacer que expresen sus emociones de manera verbal. El apoyo de los coetáneos es muy importante para los niños pues en la interacción con estos y a través del juego y el arte encuentran un espacio para compartir. Primero sobre su cultura de origen y

sentirse cada vez más en confianza hasta decidirse por compartir algo sobre sus pérdidas personales. Los autores proponen que proveer a los niños con la libertad para expresar a través del juego y el arte sus conflictos y alegrías es un camino para solucionar su problemática. Me parece importante recalcar que en este artículo se menciona que a través de las actividades artísticas nos podemos acercar al mundo interno de los individuos, incluido su contexto cultural. Esto resulta sumamente útil pues en un mundo global en que las migraciones son cada vez más frecuentes el tener una herramienta que nos permita comunicarnos más allá del lenguaje verbal amplía el rango de acción del terapeuta.

Como muestra de la utilidad de un medio multicultural de terapia tenemos el artículo "Una búsqueda por casa: El rol de la terapia a través del arte como medio para entender las experiencias de refugiados originarios de Bosnia"(2002) Cuyo propósito era evaluar el valor potencial del uso del arte como un modo de intervención apropiado para los refugiados. Se exploró la experiencia de 12 mujeres Bosnianas que actualmente viven en Australia. La pintura resultó ser un medio muy efectivo pues les permitía comunicarse incluso a pesar de la barrera idiomática. A través del estudio de las pinturas realizadas por las participantes varios temas y símbolos relacionados con su éxodo fueron explorados. El marco teórico usado era el resultado de una combinación de las teorías existencial, psicodinámica y el uso de arquetipos. El resultado de este estudio indica que el arte es una forma apropiada para lidiar con las experiencias de guerra, opresión, exilio y adaptación a un nuevo estilo de vida por parte de los refugiados. Se demostró que la pintura dentro de un contexto terapéutico puede proporcionar una arma poderosa para recordar, llevar luto y finalmente reconstruir la experiencia traumática.

La pintura también nos permite explorar las emociones de los individuos de una manera exhaustiva y confiable. Incluso cuando a nivel verbal se ha reportado cierta emoción esta puede ser confirmada o negada por aquello que es expresado en la pintura y el dibujo.

En la investigación "Terapeutas a través del arte recolectan dibujos de niños relacionados con el 11 de septiembre"(2002) se pidió a los estudiantes de maestría que recolectaran los dibujos de niños de 4 a 14 años para así examinar aquello que estaban expresando en sus creaciones después del ataque a EUA del 11 de septiembre. Se descubrió, a través de este análisis, que los niños habían engañado a sus consejeros escolares al decirles que el ataque no los había afectado. Los dibujos

de los niños revelaban su dolor y angustia. Se observó que después de expresar estas emociones a través de la pintura los niños fueron capaces de reconocer sus sentimientos y a partir de ahí trabajar con las emociones negativas que ellos les causaban.

Un área en que se ha demostrado que la terapia a través de la pintura es especialmente útil es en el caso de sobrevivientes al abuso sexual. En la investigación "Extrayendo las espinas: Terapia a través del arte con niños y adolescentes sobrevivientes al abuso sexual"(2002) se examina una aproximación en la que se integra a la terapia a través del arte y el proceso terapéutico de grupo como medio para trabajar con jóvenes y niños de los cuales se ha abusado sexualmente. Los grupos terapéuticos fueron divididos de acuerdo con la edad de los individuos pues los tópicos tratados variaban en cuanto a su profundidad. La pintura resultó en extremo útil como medio para que los jóvenes y niños comentaran esta experiencia pues era un medio no verbal que les permitía exteriorizar sus emociones. Se encontró en extremo útil el ser capaces de expresar sin la necesidad de luchar por que los demás les creyeran y los aceptaran, siendo las dos anteriores, las causas más importantes de malestar en los sobrevivientes de abuso sexual. Esto junto con el apoyo del grupo terapéutico llevó a una gran mejora de los sujetos; reportada a través de un instrumento usado comúnmente en centros de atención para personas que han sufrido traumas sexuales.

La pintura y el dibujo resultan medios idóneos para que las personas se vuelvan conscientes de sus emociones y comiencen a trabajar con ellas. La expresión plástica se torna en un espacio para la experimentación y conscientización. En el artículo "Desarrollo de un manual para facilitar la creación grupos de terapia a través del arte con niñas en su adolescencia temprana"(2002) esto es fácilmente observable. Cuando las niñas comienzan su adolescencia experimentan cambios físicos, emocionales, cognitivos, hormonales y contextuales. Muchas de estas niñas enfrentan los problemas que sufren para convertirse en mujeres realizando comportamientos de riesgo. El arte les da una oportunidad para explorar sus vidas y expandir su percepción de sus opciones. Las actividades relacionadas con el arte les ayudan a comprometerse consigo mismas, externar problemas que son difíciles de discutir, ayudarlas a entender que ellas están en control y son responsables por las decisiones que tomen en la vida y ampliar su perspectiva. En esta revisión se hace énfasis en el uso de la pintura como medio para un primer acercamiento con las jóvenes.

En el artículo “El arte como una herramienta terapéutica a la psicodiana mia del adolescente en crisis”(2002) se menciona que en la época de las crisis adolescentes es muy común y natural que se despierte una inquietud creativa que en muchas ocasiones toma la forma de desarrollo artístico. Los adolescentes que aprenden a usar esta herramienta adquieren una cierta sensación de dominio sobre lo que pasa en sus vidas. En la expresión creativa ya sea escritura o pintura o cualquier otra se realiza una introspección para buscar el origen de aquello que ocasiona el conflicto, sus consecuencias y posibles métodos de solución. Este conocimiento podría ser denominado como un “asistente interno para el desarrollo” que da orientación a través de la introspección. Esta “autoterapia a través del arte” es estimulada por el artista que todos llevamos dentro. Los resultados encontrados en este estudio concuerdan con el modelo de desarrollo de personalidad propuesto por Jung.

Como podemos observar en varias de las investigaciones anteriores las poblaciones tratadas incluyen adolescentes y adultos. Esto resulta sumamente interesante pues se demuestra que los procesos curativos que subyacen a la terapia a través de la pintura siguen siendo vigentes en otras etapas de la vida. Con tal alcance no es de extrañar que se hagan esfuerzos por popularizar esta forma de terapia en los más diversos ámbitos.

En el estudio denominado “Introducción de un programa de terapia a través del arte en un hospital”(2002) se exploró la posibilidad de usar la terapia a través del arte como un medio para tratar a los veteranos de guerra que eran pacientes regulares en una clínica. Los objetivos específicos de este programa eran servir como una forma terapéutica alterna usando las pinturas realizadas por los pacientes como un medio diferente a la expresión verbal y desarrollar interés y habilidades en la pintura aprendiendo los aspectos técnicos de esta técnica. Estos objetivos se realizaron a través de sesiones de pintura no directivas y la visita guiada a diversos museos y exposiciones. Los pacientes expresaron sus emociones a través de la pintura, la terapia les ayudó a desarrollar un nuevo sentido de independencia y una mayor capacidad para tomar decisiones.

Sus logros los ayudaron a alcanzar un sentido de valía más realista, también el desarrollo del aspecto práctico de la pintura permitía que esta fuera una actividad más placentera.

La terapia a través del arte esta llegando más lejos. Cada vez los estudios relacionados con ella encuentran más formas en que el arte puede ser utilizado de una manera más sistemática y holística dentro de los ambientes clínicos.

En el documento “Aproximación dinámica a la interpretación del arte de pacientes psiquiátricos basado en la teoría estética de Rudolph Arnheim”(2002) se pretende demostrar la utilidad de un método para interpretar el trabajo artístico del paciente psiquiátrico. Para lograr una interpretación apropiada de un dibujo se requiere información obtenida tanto del producto final como del momento en que la obra se realizaba. Esta perspectiva esta basada en algunos de los factores propuestos por Rudolph Arnheim para explorar las propiedades psicológicas y estéticas inherentes e inseparables al arte. Entre estos factores se encuentran: Diferentes aproximaciones al interpretar las imágenes, el rol de la intuición al momento de ver el arte, la dinámica que existe en toda obra, la implicación semántica del arte y el rol del lenguaje al momento de interpretarlo. Con este estudio se demuestra que con este tipo de aproximación permite un acercamiento al mundo psíquico del paciente de un modo más global que otros métodos que igualan ciertas expresiones con ciertas patologías. Este método más complejo permite un mayor acercamiento a la psicodinámica profunda del sujeto. Así en este tipo de aproximación se pone atención a los elementos formales del dibujo así como en la temática y proceso. A partir de estos componentes se pueden hacer suposiciones para entender el consciente y el inconsciente del paciente.

Es tal el impacto que ha logrado la psicología a través de la pintura y el dibujo que incluso la perspectiva cognitiva esta comenzando a estudiar a través de sus instrumentos y bajo el contexto de sus propios constructos, la efectividad de esta herramienta.

En un estudio experimental realizado por Jennifer Cristal (2002) se pretendía investigar la eficacia de la terapia existencial a través del arte respecto al locus de control, autoeficacia, autoestima y cognición de sujetos diagnosticados con trastorno de pánico. Para realizar esta investigación trece participantes que asistieron a 8 semanas de terapia existencial a través del arte decidieron ser voluntarios para este estudio. Ellos contestaron 6 instrumentos antes de iniciar el tratamiento y después de que este concluyó con el fin de realizar un pretest y posttest. Los instrumentos incluían Cuestionario sobre las cogniciones, Escala de autoeficacia, Escala de autoestima de Rosemberg, Creencias sobre el control personal, Cuestionario de movilidad para

agorafóbicos y un breve cuestionario sociodemográfico. Los resultados, analizados a través de análisis estadísticos, indican que la terapia les sirvió a los sujetos para poder enfrentar la mayoría de sus miedos de una manera sumamente efectiva y aumentó su autoestima.

Capítulo VI. Propuesta de modelo de terapia a través de la pintura y el dibujo

A la mayoría de los niños les gusta el arte. Este es un principio simple en el que se fundamenta toda esta propuesta. A través de la revisión bibliográfica se ha observado que el dibujo y la pintura son actividades que los niños realizan de manera natural a lo largo de su desarrollo. También es una actividad que resulta sumamente reconfortante y facilita el desarrollo cognitivo y la madurez emocional. La elaboración de imágenes visuales se diferencia de la experimentación con materiales artísticos en forma de juego, más o menos entre las edades de tres a cinco años. Desde ese punto en adelante, durante la latencia y la prepubertad hasta los once o trece años de edad, el arte es accesible y emocionalmente satisfactorio para mucho mayor número de personas que en cualquier otra época de la vida y parece tener un valor especial. En el niño ya mayor es posible la comunicación verbal. Esta sin duda, es una herramienta terapéutica sumamente funcional y no es despreciable. Sin embargo como se ha observado la pintura y el dibujo continúan siendo herramientas terapéuticas de gran utilidad incluso en la vida adulta.

Muchos de los niños en periodo prepuberal (Debienne,1977) que han participado en terapia a través de la pintura al término de la psicoterapia se comunican de manera verbal con gran libertad. Esta habilidad de comunicarse la ganaron a través de la comunicación por medio del dibujo y la pintura que al fomentar un sentimiento de seguridad en los niños permite que estos se atrevan a comunicarse no solo con los dibujos sino también con las palabras. Sin embargo si el niño traduce más fácilmente sus fantasmas por medio del dibujo que por medio de la palabra, ello no se debe a inmadurez de sus posibilidades lingüísticas sino a que la adquisición del lenguaje es reciente y el dominio de este no es tan grande como las capacidades comunicativas de la pintura per se. Es por ello que se debe fomentar la continuidad de la comunicación pictórica así como fomentar el desarrollo de la comunicación verbal.

Una pregunta fundamental al momento de aplicar la psicoterapia a través del dibujo y la pintura es la manera adecuada para realizar esta actividad. Cuestiones como la importancia del producto final versus el proceso de creación siguen causando grandes divergencias entre los terapeutas a través de la pintura. Algunos autores afirman que la calidad estética del producto final es un indicador importante del estado psicológico del sujeto. Para otros autores la evaluación en el campo de las artes es rotundamente indeseable. Ross (en Hargreaves, 1991) afirma que someter a las artes a los

procedimientos convencionales de evaluación, pone en peligro sus cualidades esenciales como la imaginación, libertad, imparcialidad, pasión, encanto, entretenimiento y sensibilidad; esto amenaza el concepto de educación equilibrada, integral. La actividad artística es por placer, puesto que es intrínseca y autoevidentemente buena. Como podemos ver cada una de estas perspectivas tiene un punto válido por lo que no podemos hablar de reglas absolutas al momento de llevar a cabo la psicoterapia a través del dibujo y la pintura.

A pesar de todas estas diferencias existe un punto en el que los terapeutas llegan a un consenso; sin considerar los objetivos terapéuticos ni la orientación teórica, la mayoría de los terapeutas concuerdan con la necesidad de ciertos rasgos estructurales como en las dimensiones claramente definidas del tiempo y el espacio sin las que el crecimiento interno no ocurre.

Antes que nada la terapia del arte necesita un espacio. Los niños sabrán que este es un espacio seguro y constante para el desarrollo de sus obras pictóricas donde no se verán amenazados por la crítica. En este espacio la función comunicativa del dibujo y la pintura es el factor más importante por lo que un lugar en el que los niños se sientan seguros permitirá una ejecución más libre en la que realmente se estén reflejando sus emociones. En este espacio también se permite la expresión verbal ya sea para hablar directamente sobre alguno de sus problemas o bien para discutir las emociones y contenidos reflejados en las obras artísticas sin embargo esta actividad no es lo más importante.

El salón para la terapia artística debe tener agua corriente, un gran lavabo y amplio espacio para almacenar los materiales, el trabajo en proceso y el trabajo terminado. También debe tener una buena iluminación y ser un sitio cómodo para la realización de dibujos y pinturas.

Las sesiones de arte (Rodulfo, 1992) han de ser programadas en tal forma que los niños puedan concentrarse intensamente en la actividad para la mayoría de los niños, sesiones de una hora u hora y media realizadas cuando menos una vez por semana. Este tiempo resulta suficiente para que los sujetos estén totalmente inmersos en la actividad. Es suficiente como para terminar un trabajo sencillo y sin embargo no tan extenso como para que la concentración se dificulte. La realización de algunas de las obras puede estar programada para dos o más sesiones.

El horario y espacio fijo y apropiado forman parte del marco terapéutico en cualquier terapia y la terapia del arte no es la excepción (Pain 1995). Además el espacio debe cumplir todas los requerimientos físicos y materiales necesarios para una apropiada realización de las actividades artísticas. A través de estos elementos se conforma el encuadre clínico.

El terapeuta del arte conduce las sesiones de un modo no directivo. Esto permite que los mecanismos inconscientes se pongan a trabajar y se reflejen de la manera directa tanto en el proceso creativo como en la obra terminada. La libertad con que se lleva a cabo la sesión es muy similar a la neutralidad característica de una sesión psicoanalítica permitiendo la máxima expresión de símbolos inconscientes, facilitando un acercamiento de estos hacia el consciente del sujeto.

Sin embargo, los proyectos y las tareas asignadas pueden ser útiles a veces, por ejemplo para hacer que los niños inicien su trabajo, para devolverles la inspiración cuando la hayan perdido, para establecer un ambiente mas disciplinado cuando las sesiones se han vuelto demasiado caóticas, o para enseñar algunas técnicas específicas. Podemos decir que una tarea asignada reestablece algunos de los límites para evitar el acting-out y poder continuar con el proceso terapéutico.

La autora Sara Pain (1995) nos indica algunas de las características fundamentales que debe tener un psicoterapeuta del arte. En primer lugar el psicoterapeuta por el arte ha sido educado para comprender las complejidades de los lenguajes no-verbales, especialmente su habilidad para decodificar la expresión visual puede ser de gran utilidad al equipo psicopedagógico para ayudar a una mayor comprensión de la realidad interna del usuario y consecuentemente optimizar en beneficio de este los recursos terapéuticos. Para hacer una interpretación apropiada de la pintura y el dibujo el terapeuta debe estar familiarizado con la situación específica del paciente incluidos su cultura y su historia personal; así como tener conocimiento de los símbolos que aparecen con frecuencia en mitos, sueños y cuentos y cuya tendencia es universal.

Se debe tener cuidado (Rodulfo, 1992) con reducir la terapia a lo ya escuchado en las entrevistas con los padres, a las asociaciones verbales del niño o a una simbólica rígida y preestablecida que no tome en cuenta el caso particular del individuo. Este es el factor más importante para la comprensión y la actitud abierta es la que permite el acercamiento con el individuo y fomenta la relación de confianza indispensable para el éxito de la terapia.

En cuanto a la actitud que el terapeuta debe tener en caso de que el niño lo rechace o sea desafiante no es ni una santa disposición a sufrir todos los insultos ni una invulnerabilidad total. El mensaje que hay que comunicar es de una seguridad interior que no se turba fácilmente, porque esta es la cualidad que esperamos adquiera el niño.

Otra tarea que deben aprender es mantenerse en una posición neutral para permitir la transferencia. La observación de un dibujo sin ideas preconcebidas puede ser una tarea difícil. Sin embargo cuando observamos un dibujo con actitud abierta, no proyectamos nuestra propia psicología en los demás tan fácilmente. El mayor peligro al que nos enfrentamos es esa proyección (Furth, 1992); es decir el observar un dibujo con ideas preconcebidas que en realidad pertenecen al que interpreta y no al autor de la obra. Ser consciente de la propia problemática y la manera en que puede afectar la relación terapéutica es un factor fundamental en cualquier tipo de terapia y la terapia a través del dibujo y la pintura no es la excepción. Por ello es recomendable que el terapeuta se haya sometido a un proceso terapéutico y, de manera idónea, que esta también haya sido una forma de terapia a través del arte para que el terapeuta tenga una experiencia de primera mano de la manera en que esta se desarrolla.

De igual manera los terapeutas a través de la pintura deben tener un entrenamiento artístico en las actividades mismas que ellos desean proponer. Deben conocer los materiales y sus características pues no es sino hasta haber manipulado los materiales y realizado las técnicas que se comprende de verdad algunos de los problemas a los que se pueden enfrentar los pacientes al manipular las materias. El manejo de estas permite al terapeuta una experiencia de primera mano de la “ley de la materia” que al dar un factor de realidad es fundamental en el proceso terapéutico.

Esta formación mixta como artista y como psicoterapeuta le permite conocer “el camino del artista” lo que le ayudara a descifrar la intención. También le permite prestar una mayor intención a los símbolos y ser capaz de prestar mas atención al proceso de construcción que al resultado final.

El terapeuta también debe tener una amplia cultura artística pues muchas veces los pacientes se inspiran en corrientes ya existentes para desempeñar su trabajo y se debe evitar confundir un cierto estilo con una algún tipo de psicopatología (sin dejar de considerar el proceso que subyace a la elección de dicho estilo).

Cuestiones prácticas en la terapia a través de la pintura

Kramer afirma en "El arte como terapia infantil" (1985) que el simple hecho de crear de manera activa es ya terapéutico, dado que permite que el niño exprese sus pensamientos, sentimientos y sueños. El arte puede ayudar a ampliar el conocimiento del propio medio y a desarrollar la autoestima. El arte promueve el desarrollo de funciones cognitivas, emocionales y sociales, siendo sin duda un excelente elemento para fomentar el desarrollo integral del individuo.

El objetivo principal del arte es comunicar y la sola intención de comunicar es ya terapéutica. El arte posee un lenguaje más rico y complejo, incluso que el verbal y en comparación a este, menos estructurado o rígido, en cuanto a que el arte posee una característica polisemántica y que por lo tanto constituye una fuente infinita de significados y si consideramos, que terapéuticamente intentas comunicar algo que existe en tu interior, el arte con su capacidad de comunicar sin definiciones concretas resulta un medio idóneo para ello.

La razón por la cual dibujar o pintar puede resultar terapéutico (Zinker, 1995) reside en que, cuando se experimenta tal actividad como proceso, permite al artista conocerse a sí mismo como persona total dentro de un lapso relativamente breve. No sólo adquiere conciencia del movimiento interno hacia una totalidad experiencial; además, recibe de los dibujos que realiza la confirmación visual de ese movimiento.

Aun cuando el acto creativo es curativo intrínsecamente es importante tener algunos criterios para evaluar como terapeuta al momento de aplicar la terapia a través del dibujo y la pintura. Sara Pain (1995) nos menciona algunos momentos importantes a analizar en este tipo de terapia:

- 1) La forma en que el niño se relaciona con el taller, la primera entrada del sujeto a este espacio y sus primeras reacciones.
- 2) El encuentro con el terapeuta y la manera en que realizan sus acercamientos iniciales.
- 3) La organización de la tarea. Al indicársele lo que se espera realice el debe organizar todo su espacio y tener una primera aproximación a la tarea que nos indicara mucho de su organización intrapsíquica.

- 4) La realización de la tarea. El tipo de efectos que da a su obra al igual que los colores y tipos de pinceladas. La distribución de los elementos en ella representados.
- 5) El momento en el que el sujeto considera que su tarea esta terminada prestando especial atención al estado de la obra, la firma y el titulo. Este momento representa una diferenciación entre el sujeto y su obra.
- 6) La separación que implica la capacidad del sujeto para tolerar que su obra sea criticada como un elemento diferenciado a su propia persona.

La autora también nos menciona que al analizar la obra existen tres códigos fundamentales que deben ser considerados para la interpretación:

- Código morfológico: La forma de aquello que esta siendo representado
- Código simbólico: Al ser el sujeto parte de un grupo cultural la influencia de este se ve reflejada en la obra.
- Código subjetivo: Aquello en la obra que representa de manera directa al individuo. Un reflejo de sus emociones

De tal suerte que ningún trazo ni mancha pueden interpretarse por si solos (Rodulfo, 1992), sin una ficha clínica que muestre la historia del niño, su familia y su contexto social.

El tema no es realmente importante en los dibujos de los niños; lo que importa es como se reproduce o se trata ese tema. El conocimiento de las variaciones que aparecen en los dibujos para distintos niveles de desarrollo, y las relaciones subjetivas entre el niño y su medio, son elementos necesarios para interpretar el desarrollo de las actividades artísticas o creativas.

Una posibilidad de interpretación del dibujo que constituye uno de los descubrimientos más interesantes de Rodulfo (1992) es una jerarquización de la producción gráfica considerando a la negatividad de lo figural; esto es, aquellos dibujos donde lo esencial reside en lo que se omite, en el vacío que los articula. Un dibujo que representa solo a un animal que usualmente es gregario es un buen ejemplo de esto. Así nos indica que debemos considerar todo lo que nos expresan las pinturas tanto los elementos representados como aquellos que han sido omitidos.

De igual manera al evaluar las pinturas y dibujos debemos de tener cuidado e distinguir la clase estéril de representación que llamamos estereotipia de la repetición

que permanece viva y productiva. Para los niños de cinco o seis años el arte es esquemático. Habrá bastante variedad de organización, color y temas aún cuando los patrones básicos permanezcan iguales. Tampoco se debe subestimar la función estabilizadora y tranquilizante de la repetición y se debe tener cuidado con no presionar a los niños hacia un cambio prematuro.

El individuo sano esta en condiciones de experimentar y diferenciar claramente, en todo lo que se le presenta en primer plano, algo que lo interesa y lo cautiva, a diferencia de aquello que no le interesa. En los individuos perturbados hay una confusión entre figura y fondo

Conclusiones

En función del recorrido bibliográfico podemos decir que algunos de los mayores beneficios de la terapia infantil a través del dibujo y la pintura son:

1. Expresión de conflictos. Al dibujar el niño nos permite una visión a todo aquello que se encuentra en su interior, tanto lo positivo como lo negativo. El expresar aquellos aspectos positivos de su vida estos se ven reafirmados y los negativos al ser expresados se comienzan a elaborar. El descubrimiento de las verdaderas emociones es el primer paso en el proceso que conllevará a un entendimiento de si mismo, a una mayor conciencia y con el paso del tiempo al desarrollo de conductas nuevas y más funcionales.
2. Catarsis. El simple hecho de expresar aquellas cosas que se encuentran en el interior del individuo resulta en una sensación de bienestar pues permite librarse de la tensión emocional. La mera expresión de aspectos del self de los que el individuo se siente avergonzado o atemorizado, le ayuda a desarrollar una actitud más constructiva hacia ellos.
3. Fomenta el desarrollo. La actividad plástica al retar al individuo constantemente a entrar en contacto con sus emociones y a idear formas para expresarse promueve el desarrollo tanto emocional como cognitivo. El dibujo y la pintura son un espacio en el que se permite jugar con la realidad y de esta manera experimentar opciones de conducta así como comprender e integrar la realidad externa. Incluso sin la acción terapéutica el dibujo se ha reconocido como un medio natural que los niños utilizan para comprender el mundo y gracias al cual se desarrollan psicológicamente.
4. Desarrolla la creatividad. La actividad artística le plantea al individuo un gran número de posibilidades respecto a sus opciones a desarrollar. Esta libertad incentiva la creatividad del individuo al exigirle que de soluciones posibles a un problema, sin embargo al no haber soluciones correctas lo único que el individuo debe hacer es conectarse con su interior y encontrar la emoción que desea expresar y la manera para realizarlo. De tal suerte el individuo se encuentra continuamente con la posibilidad de crear acercándolo a la autorrealización.

Es importante considerar que en la terapia a través del dibujo y la pintura se requieren de condiciones similares para realizar el proceso terapéutico y que se dan reacciones emocionales similares a las que ocurren que en otro tipo de terapias.

Al iniciar cualquier tipo de tratamiento se requiere de un contrato terapéutico en el que se indiquen los términos, condiciones y objetivos de la terapia. Estas aclaraciones iniciales permiten al paciente saber en que tipo de situación se encontrará, cuales son las cláusulas de su tratamiento terapéutico y las cosas que puede esperar como resultado de la terapia. Este primer paso también inicia el encuadre terapéutico facilitando la reconstrucción de la personalidad a partir de la existencia de una estructura externa que le dé seguridad.

El terapeuta a través del dibujo y la pintura debe realizar o haber realizado las actividades que solicita que sus pacientes ejecuten para así tener una mejor comprensión del proceso que el individuo vive al igual que de los problemas prácticos en la ejecución de la obra. También debe tener un amplio entrenamiento como psicoterapeuta para poder manejar las situaciones que se presenten. Una tarea ardua e importante es la capacidad de fomentar la contratransferencia positiva. Un terapeuta capaz de sublimar y reparar, que puede empatizar positivamente con sus pacientes, gratificar y ayudarlos a resolver sus problemas esta estimulando la contratransferencia positiva (González Núñez, 1999) y promoviendo el desarrollo de los individuos.

Los efectos terapéuticos de la obra de arte siguen siendo discutidos e incluso aquellos que los aceptan no los acaban de comprender plenamente. Cualquier actividad inocua y centrada en un objeto, como los oficios manuales, pueden tener un efecto terapéutico al liberar las ansiedades internas y para ello tal vez lo que menos importe es la calidad del producto. El intento de crear una obra de arte puede ayudar a la liberación de algunos aspectos pero también puede ser una fuente de tensiones y ansiedad. De hecho, ha contribuido al desfallecimiento mental de muchos artistas.

Digo todo esto como una llamada a la cautela para no hacer parecer a la terapia a través del dibujo y la pintura como la panacea de los problemas psicológicos de todos los seres humanos. Sin embargo no hay duda de que el arte puede ser muy valioso en psicología para fines terapéuticos y diagnósticos. La clase de material artístico y de actividad utilizados, así como sus modos de empleo, tendrán que variar en función del caso en cuestión. En general, el arte ofrece un medio prometedor de ayudar a que el

paciente perturbado cobre cada vez mas conciencia de sus conflictos inconscientes y por tanto de capacitarlo para ajustarlos de una manera realmente inteligente.

Los efectos de la utilización de la capacidad cognitiva, la expresión emocional y la creatividad puestos en marcha al realizar una obra de arte son sin lugar a dudas los efectos más benéficos de la terapia a través del dibujo y la pintura por lo que les debería prestar mas atención y realizar investigación al respecto.

Los ejercicios de la terapia a través del dibujo y la pintura tienen un contenido emocional muy fuerte por lo que podemos considerar que tienen una fuerza propia y por tanto deben ser realizados por profesionales. La capacidad de evocación emocional puede resultar tan fuerte que un individuo no preparado probablemente no sea capaz de controlar y manejar la emoción del paciente, llevándolo a luchar con una emoción que no era capaz de enfrentar y por ello mantenía reprimida.

En la terapia a través del dibujo y la pintura se fomenta mucho la improvisación y espontaneidad actividades que remiten a estructuras del pensamiento unimodales. En ellas de una unidad de pensamiento se pasa inmediatamente a la otra y no es sino hasta estar ahí que se toma la siguiente decisión. Esta modelo es sin duda sumamente útil para ayudar a personas muy rígidas, así como para el libre afloramiento del inconsciente; sin embargo sería cuestionable su utilidad para tratar disfunciones como la impulsividad. Modelos diferentes que fomenten tipos de pensamiento diferentes deben ser planteados para cada tipo de problemática.

Hemos afirmado anteriormente que se debe diferenciar el dibujo de imágenes simbólicas de la experimentación a través del juego que lo precede, mas o menos entre las edades de tres a cinco años. Se entiende que los niños que no han madurado más allá de este estado primario o han regresado al mismo, pueden beneficiarse con el manejo de materiales de arte (Rodulfo, 1992). Por ello el tratamiento a través del dibujo y la pintura esta contraindicado para los niños con lesiones cerebrales, quienes se encuentran invalidados neurológicamente que son abrumados por la profusión de estímulos y la libertad del arte y frustrados por las exigencias que no pueden satisfacer.

Otra de las limitantes para la utilización de la terapia a través del dibujo y la pintura es la disposición del sujeto a realizar este tipo de actividades pues el interés debe ser auténtico y espontáneo. El arte es esencialmente una expresión del yo y es por ello

que no hay respuestas infalibles en los problemas artísticos y las obras de arte no se pueden producir bajo un esquema de recompensa y amenaza.

Sin embargo una de las grandes ventajas de este medio terapéutico es que desde un nivel filogenético y ontogenético el arte y en especial el dibujo y la pintura, resultan actividades sumamente naturales y placenteras para el ser humano evitando las resistencias comunes de un proceso psicoterapéutico. Este hecho ha sido comprobado por la psicología en los últimos años pero no podemos decir que es un método nuevo pues ha sido utilizado por mucho tiempo como un medio para acercarse a los sujetos y que estos sean capaces de expresar sus experiencias.

En el caso de los niños esto es especialmente cierto ya que al ser una actividad que realizan de manera espontánea. Aún sin la intervención del adulto los niños encuentran en el dibujo ese espacio para entender mejor el mundo y que les produce gran placer. Esta característica ha sido estudiada y aprovechada por diversos sectores con los más diversos fines; ya sea para fomentar el aprendizaje, como medio de evaluación, como sistema diagnóstico, etc.

Al fomentar en el niño el uso del dibujo y la pintura le estamos abriendo puertas. El arte resulta un espacio idóneo para el desarrollo de la creatividad y todas las ventajas que esta acarrea. En la expresión pictórica encuentra un espacio para experimentar sin ponerse en riesgo, para atreverse a jugar con su mundo y considerar nuevas opciones, para ser retado e impulsado al crecimiento, para conocerse mejor. En resumen para ser un ser humano más completo y realizado.

Sería importante mencionar el alcance que la terapia a través del dibujo y la pintura pueden tener. Como se observó en las investigaciones previas el uso de esta forma terapéutica no esta restringida a los niños sino a todo sujeto que tenga necesidad de expresarse, siendo que en muchas ocasiones las emociones representadas en los dibujos son más fidedignas que aquellas reportadas de manera verbal. Como pudimos observar esta técnica fue utilizada con los más diversos grupos, entre ellos los de inmigrantes permitiendo vencer la barrera idiomática. Tal vez una acción similar podría ser utilizada con los grupos indígenas mexicanos permitiendo un acercamiento a estos sin los problemas ocasionados por las diferencias culturales y de lenguaje.

La propuesta aquí realizada sitúa a la terapia a través del dibujo y la pintura a nivel de psicoterapia reconstructiva pues además de ayudar al paciente a dominar sus

síntomas, tolerar la tensión y la ansiedad, reprimir los impulsos y promover la autoconfianza permite una interacción y movimiento de las estructuras intrapsíquicas. Al analizar todos los mecanismos inconscientes involucrados en la concepción y ejecución de una obra pictórica podemos afirmar que los alcances de la terapia a través del dibujo y la pintura no son superficiales sino que involucran los elementos más profundos constituyentes de la personalidad. Sin embargo esta técnica puede ser usada en todos los niveles de psicoterapia dependiendo del tipo de entrenamiento y enfoque que tenga el terapeuta. También parece ser útil para un gran rango de edades siempre y cuando el paciente se sienta cómodo realizando este tipo de expresiones artísticas. Sin embargo se requiere más investigación en esta área antes de poder extender el modelo hacia horizontes más amplios.

Finalmente reconocemos que el arte es una forma muy valiosa de expresión y lo que se debe fomentar es la capacidad de los individuos para expresarse por diversos medios ya sean estos la pintura, la danza, la música, la escritura o simplemente la conversación. La capacidad de comunicarse efectivamente de forma verbal y no verbal redundara en una mayor sensación de bienestar en el individuo. Al tener una mayor capacidad comunicativa, tanto es su variedad como en su profundidad, el individuo puede explorar de una manera más efectiva sus pensamientos y emociones.

Como terapeuta es importante tener en cuenta que la creación también puede ser un estímulo que desate angustias y que no se debe perder la capacidad de expresar sentimientos de manera verbal. El tener tantos medios posibles para expresarse como sea posible hará la vida del sujeto más rica y satisfactoria.

Podemos concluir que la terapia infantil a través del dibujo y la pintura es una herramienta optima para ayudar a la solución de angustias, miedos, temores, resolución de conflictos y todos aquellos problemas de índole emocional, así como favorecer su desarrollo psicológico profundo.

Sin embargo las ventajas de esta forma terapéutica pueden ser útiles no solo para tratamiento infantil sino para cualquier individuo que este dispuesto a realizar un acto creativo comprometido. Recordando que todos tenemos la capacidad de crear, lo único que tenemos que hacer es encontrar la forma más apropiada para cada uno. Lo que importa es el simple hecho de crear, y sobre todo, de hacerlo con sinceridad y espontaneidad, dejando que afloren nuestros sentimientos y emociones, que nuestra

creación tenga significado y contenido y sea un reflejo de lo que está sucediendo en nuestro interior

Referencias

Acosta, Ikuko (2002). "A dynamic approach to the interpretation of artwork by psychiatric patients based upon the aesthetic theories of Rudolph Arnheim". Dissertation Abstracts International. Vol 62(7-A), 2317, US: University Microfilms International.

Adams, Paul (1974). A primer of child psychotherapy. USA: Little & Brown

Adler, Alfred. (1973). El sentido de la vida. Barcelona: Ed. Miracle

American Art Therapy Association <http://www.arttherapy.org/>

Boenheim Curt (1968). Prácticas psicoterapéuticas de niños. Buenos Aires: Ed. Horme

Castillejo Gonzáles A. (1984). Compendio de psicoterapia infantil (compilación). Guadalajara: Universidad Autónoma de Guadalajara

Cawelti, S et all. (1992) "Modeling Artistic creativity: An empirical study" Journal of creative behavior. Vol.26, 83-93

Crystal, Jennifer Page (2002). "The effectiveness of existential art therapy on locus of control, self-efficacy, and self-esteem on the mobility and cognitions of individuals diagnosed with panic disorder". Dissertation Abstracts International. Vol 62(12-A), 4070, US

Cueli, José. (1975). Teorías de la personalidad. México: Ed. Trillas.

De Taviara, Federico. (1996). Introducción al psicoanálisis del arte. México: Plaza y Valdez.

Deaver, Sarah P (2002) "What constitutes art therapy research?: Reply". Art Therapy. Vol 19(2), 52. US: American Art Therapy.

Debienne, Marie. (1977). El dibujo en el niño. España: Ed. Planeta.

- Dolto, Françoise (1974). Psicoanálisis y pediatría. Madrid: S.XXI Ed.
- Dreikurs, Sadie (1976). "Art therapy: An Adlerian group approach". Journal of Individual Psychology. Vol 32(1) May, 69-80. US: University of Texas at Austin.
- Ehrenzweig, A. (1962). "A new psychoanalytical approach to aesthetics". British Journal of Aesthetics. Vol.2 pp. 301-317
- Esquivel Fayne et al. (1994). Psicodiagnóstico clínico del niño. México: Manual Moderno.
- Feurer, Walter (1994) "Couples in therapy painting together from the unconscious". Analytische Psychologie. Vol 25(2) May, 100-119. Switzerland: S Karger AG.
- Fitzpatrick, Fiona (2002). "A search for home: The role of art therapy in understanding the experiences of Bosnian refugees in Western Australia". Art Therapy. Vol 19(4), 151-158. US: American Art Therapy.
- Fleischman, Emily Elizabeth (2002). "Creation of a manual to facilitate art groups with girls in early adolescence" Dissertation Abstracts International. Vol 63(5-B), Dec, 2581, US.
- Furth Gregg (1992). El secreto mundo de los dibujos. Barcelona: Ed.Lucerna.
- Gantt, L. M. (1998). "A discussion of art therapy as a science". Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association. 15(1), 3-12.
- González Núñez J.J. (1992). Interacción grupal. México: Ed. Planeta.
- González Núñez J.J (1999). Psicoterapia de grupos. México: Manual Moderno.
- Gutiérrez Labastida, Alejandra. (1998) Psicología y arte: La relación entre educación artística y terapia de juego. México: Tesis UNAM.

Hampe, Ruth (2001). "Zur Bedeutung des Selbstportraets im kunsttherapeutischen Prozess an der Kinder-und Jugendpsychiatrie" Musik-, Tanz- und Kunsttherapie. Vol 12(4), 188-196. Germany: Hogrefe.

Hargreaves, David. (1991). Infancia y educación artística. Madrid: Ed. Morata.

Hargreaves, David. (1998). Música y desarrollo psicológico. Barcelona: Ed. Grao.

Hergenhahn B.R. (1996) Theories of personality Harvard Press, USA p.63-80, 289-311

Hirst, B. (1992) "How artist overcome creative blocks". Journal of creative behaviour. Vol.26, p.p. 81-83

Hogg J. (1969) Psicología y artes visuales. Colección Comunicación Visual. Barcelona

Hubnik, Melody Anita (2001) "Children's drawings of concepts of death as related to cognitive developmental level". Dissertation Abstracts International: Vol 62(4-B), Oct, 2086, US

Junge, M. B. & Asawa, P. P. (1994). A history of art therapy in the United States. Mundelein. US: American Art Therapy Association.

Kramer, Edith. (1985). El arte como terapia infantil. México: Ed. Litho.

Kris, Ernst. (1955). Psicoanálisis y Arte. Buenos Aires: Ed. Paidos.

Landau, Erika. (1987). El vivir creativo Barcelona: Ed. Herder.

Linesch, Debra (2002) "Art therapy students collect children's drawings: Parallel responses to September 11" Arts in Psychotherapy. Vol 29(3), 155-157. US: Elsevier Science/Pergamon.

Lowenfeld & Brittain. (1980). El desarrollo de la capacidad creadora. Colombia: Ed. Kapelusz.

Lucas, Xenia (2002) "The introduction of group art therapy in a day-hospital" Psychiatria Hungarica. Vol 17(1), 24-29. Hungary: Magyar Pszichiatricai Tarsasag.

Luquet, Georges. (1913). Les dessins d'un enfant. Paris: Ed. Alcan.

Maslow, Abraham. (1983). La personalidad creadora. Barcelona: Ed. Kairos.

McMurray, Motty et al. (2001) "Integration and working through in art therapy". Arts in Psychotherapy. Vol 28(5), 311-318. US: Elsevier Science/Pergamon.

Millar, E. (1972). Psicología del juego infantil. España: Ed. Fontanella.

Munro T. (1963) "The psychology of art: Past, present and future" Journal of Aesthetics and Art. Vol. 21 pp. 264-268.

Oaklander, Violet. (1996). Ventanas a nuestros niños. Terapia gestáltica para niños y adolescentes. Chile: Ed. Cuatro vientos.

O'Connor (1988) Manual de terapia de juego. México: Manual Moderno

Piaget, Jean. (1969). Psicología de la inteligencia. Buenos Aires: Ed Psique.

Pifalo, Terry (2002) "Pulling out the thorns: Art therapy with sexually abused children and adolescents". Art Therapy. Vol 19(1), 12-22. US: American Art Therapy.

Pain, Sara. (1995). Una psicoterapia por el arte. Buenos Aires: Nueva Visión.

Raya Gutiérrez, Rocío. (2000) Psicología y Arte. Análisis del proceso de creación en escritores. México: Tesis, UNAM.

Reiter, Alfons (2002). "Art therapeutic access to the psychodynamics of adolescent crises: Theoretical discussion and case studies". Musik-, Tanz- und Kunsttherapie. Vol 13(1), 30-41. Germany : Hogrefe.

Robles, Oswaldo. (1960). Símbolo y deseo. México: Ed. Jus.

- Rodulfo, Marisa. (1992). El niño del dibujo. Argentina: Ed. Paidos.
- Saltiel, Julia. (2002). "State of the art". Beyond madness. US: Jessica Kingsley Publishers.
- Schredl, M. (1995) "Creativity and dream recall". Journal of creative behavior. Vol.29, p.p. 16-24
- Skinner. (1971). Beyond freedom and dignity. New York: A.Knopf
- St. Thomas, Bruce; Johnson, Paul. (2002) "In their own voices: Play activities and art with traumatised children" Groupwork. Vol 13(2), 34-48. United Kingdom: Whiting & Birch.
- Stokes, Adrian. (1967). La pintura y el mundo interior. Buenos Aires: Ed.Paidos.
- VanFleet, Rise. (2001). "The gallery of goofy art". Jason Aronson techniques. US: Inc. XIX.
- Vigorskii, L.S. (1996). La imaginación y el arte en la infancia. México: Ed. Fontamara.
- Wadeson, H. (1987). An eclectic approach to art therapy. In Approaches to art therapy: theory and technique. New York: Brunner/Mazel.
- Winnicott D.W. (1971). Clínica psicoanalítica infantil. Buenos Aires: Paidos.
- Winnicott D.W. (1983). Realidad y juego. Barcelona: Ed.Gedisa.
- Zalce, Acevedo. (1993). La expresión a través de la pintura como medio terapéutico. México: Tesis UNAM.
- Zinker, Joseph. (1995). El proceso creativo en la terapia gestáltica. México: Ed. Paidos.