

Arteterapia en las aulas de secundaria

Luis Usabiaga

El término arteterapia no se utilizó en Gran Bretaña hasta la década de 1940 y hasta 1980 no se establecieron los criterios referentes a la formación de profesional de terapeutas artísticos. La asociación británica de arteterapeutas, lo define como una forma de psicoterapia que utiliza el arte y los medios visuales como principal vía de comunicación. Dentro de este contexto, el arte no se utiliza como una herramienta de diagnóstico, sino como un medio para hacer frente a los problemas emocionales que pueden resultar confusos o angustiantes.



Marián López y Noemí Martínez (2004) señalan que se trata de una combinación de arte y psicoterapia donde cada una de las partes recibe estímulo de la otra donde lo más importante es la persona y su propio proceso; el arte es utilizado como forma de comunicación no verbal, como un medio de expresión consciente e inconsciente, al reconocer que los pensamientos se expresan con más facilidad en imágenes que en palabras. Dalley (1987:14) afirma que sin embargo, se trata de algo más complejo que la utilización del arte en un entorno terapéutico, ya que abarca desde el niño que garabatea para expresarse hasta el deficiente mental adulto que trabaja con arcilla o la mujer con una depresión profunda que se dedica a pintar cuadros.

Continúa la autora en este mismo capítulo estableciendo las diferencias entre el arte y la terapia y afirma que la mayor parte de las actividades artísticas poseen ciertas cualidades terapéuticas, por ejemplo, si un individuo se inicia en la pintura, esta puede resultar relajante, satisfactoria, frustrante e incluso suavemente terapéutica. El objetivo de este individuo será producir y lograr una “buena pintura”, lo que significa que las consideraciones estéticas tienen una importancia primordial. El producto final es un fin en sí mismo y es exhibido en cuanto obra de arte; el proceso de crearlo es secundario. En cambio, la actividad artística que se lleva a cabo en un entorno terapéutico, con propósitos de tratamiento y en presencia del terapeuta, tiene unos objetivos y unas metas diferentes.

Es sabido que la actividad artística supone un beneficio, en general para aquél o aquélla que lo practica. Ésta es una de las garantías en las que se apoyan la mayoría de los talleres de arte que generosamente se ofrecen en hospitales, centros educativos o de salud o en instituciones sociales entre otros. Quienes intervienen en ellos obtienen, un grado de satisfacción elevado por participar en una actividad en la que no se sienten juzgados y en las que se les ha dado la oportunidad y posibilidad de expresarse. (López, 2009).

Una etapa tan importante como es la adolescencia, tiene unas implicaciones sociales, culturales y psicológicas que los adolescentes experimentan en su desarrollo biológico. A dichas implicaciones deberemos enfrentarnos en nuestra labor como docentes en las aulas. Durante esta etapa los alumnos sufren grandes cambios a nivel corporal de carácter, físico y hormonal y psicológico-social que supone una transición de la niñez a la vida adulta.

Los adolescentes, que se encuentran en este período en una construcción de su identidad, necesitan saber quiénes son pero normalmente, muchos de ellos, muestran sentimientos contradictorios que les generan confusión. Es aquí donde el arte puede servir como respuesta a esas preguntas como apunta Martínez (2004) los símbolos que aparecen en las obras artísticas les pueden servir de auxilio para definir su identidad individual y la de su entorno. Con prácticas como la fototerapia o la videoterapia podemos ayudar a los alumnos a experimentar y conocerse mejor a sí mismos explorando sus capacidades y sus límites.

En este espacio terapéutico en el que se utiliza el arte como canalizador de las emociones y los sentimientos que salen a flote en cada sesión, los adolescentes encuentran un lugar donde sentirse más seguros y donde se olvidan de todas aquellas dudas que los rodean, expresan sus ansiedades o miedos y sienten reforzada su autoestima por medio de los diferentes materiales y técnicas (desde la pintura, modelado, fotografía, collage, videoanimaciónn, etc...) que tienen a su disposición en el taller o espacio en el que se desarrolla su proceso artístico.