

ELS INFANTS I L'ART TERÀPIA

Laia Martí

RESUMEN

La expresión artística posee ciertos elementos (como la creatividad, la simbolización o el placer) que lo predisponen para ser usada como herramienta terapéutica, especialmente en niños. Se explican las particularidades de una psicoterapia a través del arte y se plantea como posibilidad en un contexto escolar.

ABSTRACT

Artistic expression has certain elements (such as creativity, symbolization or pleasure) that predispose to be used as a therapeutic tool, especially in children. It explains the particulars of a psychotherapy through art and raised as a possibility in a school context.

El Luís i jo vam compartir ben bé dos anys de les nostres vides.

Una d'aquelles èpoques que desprenen aquell gust dolç suau i un color càlid quan les recordes. Una d'aquelles memòries que es guarden com un tresor.

El Luís era un nen del Perú, que va venir a Barcelona quan acabava de complir els cinc anys. La seva mare va aconseguir portar-lo al seu costat, després de molt temps i esforç, i ell va poder recuperar aquella mare, que havia estat absent durant més de dos anys. No obstant això, va haver de deixar una germana, una àvia i aquell país que tant s'estimava.

Jo li vaig començar a fer de cangur perquè la seva mare feia guàrdies a les nits.

No el vaig poder veure fins al sisè dia. La primera nit se suposava que ja dormia, en aquella habitació minúscula que compartia amb la seva mare, mentre jo llegia asseguda al sofà del menjador. Però jo sabia del cert que el Luís no dormia. Estaria una mica espantat sabent que allà hi havia algú a qui ell no coneixia absolutament de res, assegut a l'habitació del costat?... Sentia la seva respiració irregular durant les tres hores que vaig ser allà.

Les dues nits següents van començar d'una manera semblant. No el vaig veure perquè ja era al llit. Potser em tenia por, o devia estar cansat de tanta gent estranya, o potser enyorava molt el seu país. Tampoc no dormia, i jo el sentia murmurar, com si es dirigís a algú altre... durant tota l'estona.

La quarta nit, jo no sabia què passaria, però ja tenia ganes de veure'l. La seva mare em va dir que el Luís ja era al llit i, com cada dia, em vaig asseure al sofà amb el meu llibre. Ell tornava a parlar fluixet, amb un fil de veu, talment com si li expliqués alguna cosa important a algú.

No va ser fins al cap d'una estona que em va semblar veure alguna cosa que sortia de la porta de la seva habitació. Vaig aixecar la vista i vaig descobrir el cap d'una nina despentinada i bruta que m'observava des de la porta. No vaig fer res, però de seguida ella va moure una mica el cap i em va dir: "Hola" A partir d'aquí, a poc a poc, tímidament, vaig aconseguir tenir una petita conversa amb aquell tros de plàstic. Em va preguntar com em deia i quants anys tenia. Ella es deia Luisa i tenia cinc anys. Fins que tot d'una va desaparèixer darrere la porta.

Poc després, de cop i volta, la nina va sortir volant de la seva ha-

bitació per anar a caure a terra, molt a prop d'on jo era asseguda... "Què faig? -vaig pensar- ... la deixo aquí i espero que ell vingui a recollir-la?"

Vaig notar que a la seva habitació hi havia un silenci absolut. Ben bé semblava que s'estigués aguantant la respiració.

La vaig recollir de terra i vaig començar a parlar-li.

Li preguntava com es deia el seu amic... li deia que m'agradaria molt poder-lo conèixer, sempre que ell ho volgués, es clar. I sobretot, que el saludés de part meva. La vaig agafar i amb suavitat la vaig llançar amb compte al seu llit. Aleshores va ser quan el vaig sentir riure per primer cop. Era un d'aquells riures infantils tan espontanis i agradables d'escoltar.

Era com si alguna cosa hagués canviat. Però millor no precipitar-se... s'havia d'actuar amb cautela. Seguiria relacionant-me amb ell a través d'aquella medidora tan curiosa (curiosa, però intuïva que prou important per a ell).

Vam seguir passant-nos la nina, ell des de la seva habitació, jo des del menjador, sense que ni l'un ni l'altre trepitgés el terreny que no li era seu. Només compartíem la Luisa i a través d'ella parlàvem i rèiem cada cop més.

El dia següent vaig arribar allà pensant que segurament hauríem de recomençar i tornar a trencar el gel per refer el que havíem aconseguit. Va anar una mica així, però de seguida va entrar en el joc del dia anterior. Per fi aquell vespre ens vam conèixer. Directament sense tercers. Va treure el cap per la porta i em va observar tímidament amb aquells ulls enormes, brillants i negríssims. Vam seguir amb la nina una bona estona fins que finalment ja no la vam necessitar.

Aquí va començar la nostra amistat. Jugàvem sense parar. Ell no tenia res; és a dir, no tenia tantes joguines com la majoria de nens de la seva edat, i tampoc no n'hi calien (també com la majoria de nens de la seva edat). Segurament aquesta va ser la seva sort: podia inventar tot el que volgués amb una nina, unes pinces d'estendre la roba, un parxís... i amb mi, es clar.

1. L'ART I LES SEVES POSSIBILITATS TERAPÈUTIQUES

Costa definir el que és l'art fent justícia al seu concepte en tota la seva amplitud.

Possiblement existiran tantes definicions com persones que intentin explicar-lo amb paraules, però el que està clar és que l'art no

es pot negar perquè existeix des que l'home habitava les caveres, forma part de tota cultura i m'atreveixo a dir que és i que sempre serà una necessitat humana. Segur que son molts els elements primordials que el poden definir, però en aquest context em centraré en aquells que em serveixin de punt de partida o substrat per la meua reflexió en concret.

Molts artistes conceben la seva feina, o part d'ella, com una manera d'explorar aspectes relacionats amb la pròpia vida. Per alguna raó, l'art pot ajudar a descobrir, identificar i captar aquelles parts d'un mateix de les quals n'intuïm l'existència però que en canvi, no coneixem la manera de pensar-les i expressar-les en paraules. Només aquestes possibilitats ja el fan ser especial i digne de reflexió.

Hi ha elements en tot procés artístic que el vinculen a quelcom humà, íntim i profund, fet que ja suggereix que pot ser molt útil com a eina de teràpia.

En aquest sentit l'art és un equivalent del joc.

Quins son els elements implicats en aquests processos? Em basaré en tres conceptes fonamentals: la creativitat, la simbolització i el plaer.

o Creativitat.

També hi haurà moltes maneres d'entendre aquest concepte, però més enllà de la creació artística (model o paradigma del concepte de creativitat), existeix la de la vida quotidiana, entesa com una manera de viure i percebre l'experiència.

Tot i que pot semblar que la creativitat està implícita en qualsevol procés artístic, no sempre és així, el desafiament d'un paper en blanc pot ser un estímul però també pot fer molta por. Mann la defineix com la capacitat d'experimentar canvi i això implica un moviment de quelcom conegut cap a quelcom desconegut. Aquesta transició comporta cert grau d'ansietat i segons el punt de vista d'aquest autor, l'habilitat per romandre en aquests sentiments és una part essencial de la creativitat. El deixar-se anar en el procés artístic no sempre és possible, donat que a vegades resulta difícil tolerar la incertesa, però quan es pot, l'objecte artístic es converteix en un bon dipositori de l'experiència emocional.

El Luís, el nen de la història, acabava d'arribar del Perú i es trobava lluny de casa, en un país completament nou on els paisatges i les persones eren diferents. Després de dos anys retrobava la seva mare tot i que ella algunes nits, havia de treballar. Quan era fosc arribava algú altre per cuidar-lo. Ell era petit i no es podia quedar sol. Aquest algú estava a l'altra banda de la paret de la seva habitació... d'on ell no gosava sortir, probablement perquè estava espantat.

Ell és un nen sa i amb recursos, tot i que en un moment de conflicte vital. La seva capacitat de joc, el prepararien per la trobada amb allò que li feia por, que ell esperava però que encara no coneixia.

Dies després trobava maneres de consolar-se i sostenir la situació. Dialogava amb la seva nina, explicant-li i explicant-se com se sentia davant de tanta incertesa. Jugava amb les circumstàncies, s'interrogava i segurament així es podia anar calmant i obrint el seu camp de joc. Lentament es preparava per aquesta trobada, tot era qüestió de temps. Però això sí, un temps on el patró fos jugar.

Joc i fantasia donen sentit viu a l'experiència, i ajuden a aventurar-se davant de l'inesperat.

Ell demostra la seva capacitat de ser creatiu en el moment que juga amb aquella nina, apropiant-se de la realitat pels seus propis medis i permetent-se descobrir-la al seu ritme. "Prepara't! -se li podria dir a un nen- ...que la vida està plena de sorpreses! No està programada per tu mateix, deixa't anar una miqueta, en confiança. Sí que fa por a vegades, perquè no tot és favorable. Però d'altres vegades en canvi... Mira!". Aquests "mira" son els que ens omplen de vida.

Moltes vegades, la vitalitat dependrà de tot allò que no sabem que havia de passar.

Així doncs, no és tant la naturalesa de l'experiència com la manera com un s'hi confronta i el significat que li atribueix.

A diferència del Luís, per un nen que pateixi un trastorn mental greu aquest fet pot ser motiu de molta angoixa, ja que la impossibilitat de fer front a la incertesa sovint és una de les característiques importants presents en la patologia. Un nen amb psicosis es defensa justament d'aquestes sorpreses que comporta la vida i les relacions amb els altres. La rigidesa, la necessitat d'immunitat i de control, l'encapsulament en la relació i la comunicació amb els altres, els col·loca en una falsa il·lusió d'un món on les coses mai varien i on els altres no els abandonen (perquè justament no en permeten l'entrada). Per tant a simple vista pot semblar que un infant amb autisme, visqui en un món on el patiment no hi tingui lloc i tampoc el plaer. Però no és així, aquest aïllament empobreix les possibilitats de connectar amb els aspectes vitals que enriqueixen l'individu. Entre ells, la capacitat de risc que implica el fet creatiu.

Per un infant malalt, un paper en blanc pot resultar una amenaça, sovint es fa difícil tolerar l'ansietat que implica el procés creatiu i es tendeix a la fugida, al no pensar, al sobreviure o al desfegar-se.

Donades les seves dificultats, la relació entre els infants molt malalts i l'art, també es peculiar. Sembla que el dibuix o l'expressió artística ha de ser gairebé espontània, com és el cas del Luís, el nen de la història. Però en canvi, n'hi ha d'altres que no sempre ho poden fer. Un infant que pateixi autisme pot necessitar un any per atrevir-se a agafar un llapis i potser més temps encara per fer-ne ús damunt el paper.

La falta de recursos es pot notar en el moment en que un es troba amb el paper en blanc. No surten les idees, el bloqueig és palpable així com també la sensació d'esterilitat, de manipulació sensorial sense el·laboració, de desànim o de buit. L'important és poder ajudar a promoure l'impuls de la vida que no sempre és el que abunda, i poder integrar aquests elements oposats perquè encara que ho sembli, no son excloents.

Aquesta és sobretot la mena de creativitat que ens interessa en un espai terapèutic a través de l'art on es convida a l'aventura de crear i jugar amb els significats, afrontar experiències i noves emocions o a sorprendre's d'un mateix

Ja sigui amb nens sans en situació de conflicte vital com és el cas del Luís, com amb infants amb trastorns greus de la personalitat.

o Simbolització

L'art pot tenir la categoria de símbol, element primordial si volem referir-nos a l'art com a fenomen terapèutic, donat que ofereix pos-

sibilitats de representació d'aspectes essencials de la vida íntima.

La representació artística facilita que allò sigui dit d'altres maneres, per altres vies de comunicació, i pot ajudar a clarificar emocions especialment aquelles que són difícils de posar en paraules (per perilloses o per inaccessibles). Permet crear una distància que ajuda a experimentar-les d'una manera més segura. Sempre és més fàcil i inofensiu parlar a través d'un objecte que no és un mateix sinó que en tot cas representa aspectes d'un mateix.

Quan això es dona és perquè es tracta d'una expressió simbòlica que permet crear equivalents de l'experiència. Com a símbol pot arribar a ser una forma d'expressió indirecta d'una idea inconscient, un lloc on col·locar-hi conflictes o desitjos i així permetre's reexperimentar-los d'una altra manera. El que passa amb l'expressió artística és semblant al que passa amb el joc en tant que l'un i l'altre permeten col·locar sentiments i estats interns mitjançant una forma que es pugui captar. Les experiències es poden escollir, variar o repetir a voluntat, i un conflicte o una experiència agradable es pot reviu, resoldre i integrar.

Amb aquesta distància s'amplien les possibilitats per reconstruir, diferenciar, posar fora, ordenar, donar forma, entendre i narrar. Per tant són àrees que propicien la representació i la simbolització, i que ens ajuden a obrir el camp de joc evitant que les vivències ens envaeixin massivament.

L'elaboració d'un quadre o la de successives obres, acaba sent una elaboració d'un mateix o d'una part de la seva història, i la imatge es torna un lloc on poder-hi projectar vivències i emocions, per tant per si sola ja és contenidora d'experiència emocional.

El nen de la història fa ús de la seva nina per tal de poder elaborar les dificultats d'un moment difícil que ell està vivint. Li murmura coses importants, fet que li permet anar introjectant l'experiència i poder adormir-se més tranquil. Gràcies a les possibilitats d'aquest joc simbòlic serà capaç de suavitzar l'angoixa. La seva nina es farà càrreg de tot allò que ell encara no pot contenir.

Però hi ha infants que tenen dificultats per posar aquesta distància. Si un infant percep una figura de fang, una pintura o una joguina no com un símbol sinó com un substitut d'aquest símbol, no hi haurà la distància òptima que permeti el joc o la representació, i aleshores apareixerà la confusió. L'autora A. Segal va anomenar equacions simbòliques a aquests falsos símbols. Un infant amb un trastorn greu pot tenir dificultats per imaginar i per ell, una taca de pintura vermella pot ser viscuda com la pròpia sang, i no pas representar-la.

En altres casos és possible que la fallida de la simbolització no els

permeti imaginar i en aquests casos serà difícil dibuixar objectes que representin els del món extern o intern, i menys encara jugar amb les seves possibilitats metafòriques. Les defenses d'un infant amb un trastorn autista impliquen per força un deteriorament en la comunicació i en les relacions amb els altres i això a la vegada dona lloc a un empobriment mental i a incapacitat d'utilitzar el símbol com a eina.

o Plaer

I per últim l'element bàsic, motor per poder realitzar aquesta búsqueda és el plaer.

Què passa quan un es posa a escriure, pintar, cantar, ballar, a llegir un llibre, a contemplar una pintura o a escoltar una cançó?

O el que és el mateix: què passa quan un infant juga i sembla que no pugui parar?

Connectem amb la sensació d'obertura i de llibertat perquè podem descobrir noves maneres d'adonar-nos de què és el que ens passa, i aquesta visió plàstica i rica del paisatge ajuda a obrir espais, camins i a experimentar nous ritmes. El plaer és una emoció bàsi-

ca per viure que ens fa receptius a l'atzar, a la vida, i que acompanya la capacitat de sorpresa i de projecte, característica pròpia dels infants.

La riada del Luís, el nen de la història, és de plaer en el sentit profund de la paraula, però la vivència del plaer en infants amb trastorns greus pot sobrepassar. Les seves dificultats per contenir l'emoció, ja sigui de dolor com també de gaudi, pot saturar-los o bloquejar-los.

Sigui com sigui els infants juguen per plaer en el sentit més profund de la paraula.

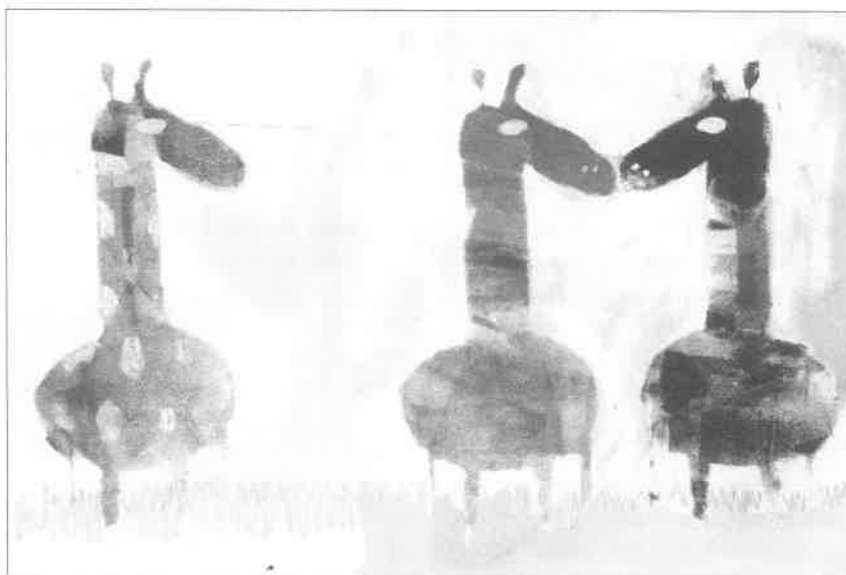
I què millor que trobar algú amb qui jugar?

2. L'ART COM A TERÀPIA

És evident que l'art posseeix certes qualitats terapèutiques, però no pot explicar per si mateix el que és la psicoteràpia a través de l'art. Cal que hi hagi aquest algú amb qui jugar.

L'art permet tenir veu pròpia, diferenciar-se en certa manera, però en tot procés terapèutic cal la presència de l'altre, cal una relació terapèutica. Aquest altre serà un terapeuta, receptiu i molt interessat en entendre aquests signes que vénen d'un, i serà qui intentarà donar sentit i qui acompanyarà durant el procés creatiu, on es mobilitzen tantes emocions. El terapeuta pressuposa un sentit al que fa l'altre i això fa que les coses es visquin d'una altra manera.

El nen de la història és capaç de fer front a les dificultats gràcies



a la seva capacitat per imaginar i inventar. Però si hi ha algú a l'altre cantó que l'acompanyi, que es pugui esperar, que respecti el seu ritme i s'abstingui de jutjar, ell podrà confiar i anar més enllà donant més sentit al seu joc.

L'art o el joc poden servir de vehicle facilitador de la relació amb l'altre, si aquest altre està realment interessat en el que el nen està expressant.

La nina del Luís és un objecte simbòlic, donat que representa aspectes del nen sense ser ell mateix. Això li posarà més fàcil el camí per iniciar una relació: "Et vull conèixer però encara no m'atreveixo. Potser la meua nina, la Luisa, podrà ajudar-me... també té cinc anys però ella és més atrevida i valenta que jo"

Les possibilitats comunicatives de l'art, faciliten la relació entre pacient i terapeuta, a la vegada que la presència mental d'aquest, afavoreix que el nen es relacioni amb els materials.

En el context de la psicoteràpia a través de l'art s'estableix una **relació triangular** on s'interrelacionen tres elements: objecte artístic, pacient i terapeuta.

1- El procés creatiu s'inicia, es realitza i es conclou a partir de la relació interpersonal, és a dir entre el **pacient** i el **terapeuta** i aquest és el valor més preuat de l'espai d'art teràpia. Dit d'una altra manera, és l'art de la relació el que permet que es donin canvis. Un art terapeuta no és un estimulador perquè les persones pintin sinó que representa el factor humà en l'establiment d'una relació terapèutica, és un dels vèrtexs del triangle que fa que tot allò no sigui només una pintura damunt un paper, sinó que pugui ajudar terapèuticament. La contenció i la confiança són bàsics en una terapia. No es tracta tant de donar solució als conflictes que apareixen sinó acompanyar confiant en les possibilitats de l'altre.

2- La relació entre el **pacient** i els materials o l'**objecte artístic** és complexa: és una relació, com totes, que requereix temps per anar-se desenvolupant. A mesura que això passa l'expressió va sortint a la superfície, i en el millor dels casos l'evolució del llenguatge simbòlic acaba donant lloc a una conversa entre l'artista i el seu art.

3- La manera com el **terapeuta** es col·loca davant un **objecte artístic** també ha de ser especial. És important que pugui oferir diversos materials i molt versàtils, per tal que hi hagi un bon ventall de possibilitats d'elecció, mantenir-se neutral mirant de no entrar en gustos personals sense incidir en la producció artística de l'infant. Cal saber esperar i no treure conclusions abans d'hora en relació al que està fent el pacient, tenint molta cura a l'hora de fer interpretacions precipitades d'una obra donat que a vegades, una imatge val més que mil paraules i la pintura pot contenir emocions que estan millor allà on són (com es dona sovint amb infants amb patologies greus). Al no ser una classe de dibuix, cal abandonar la tècnica en favor de l'espontaneïtat de cadascú, acompanyant en la búsqueda de solucions ja que la importància aquí recau en el procés, no pas el producte final.

El més important en una teràpia no és plantejar on cal arribar ni quan hi hem d'arribar sinó tenir en compte el ritme de cadascú i

les seves possibilitats.

Tota relació implica un procés, un temps per anar construint un fil narratiu, una història que permet integrar l'experiència, poc a poc. Acceptant la realitat i el ritme de l'altre es pot fer un camí de creixement (que no d'aprenentatge o adoctrinament).

Els infants més sans, potser aniran més enllà en l'exploració artística i en l'elaboració de les dificultats inherents al creixement o als conflictes de vida; amb infants afectats tot pren uns altres ritmes, més elementals, més densos... com si s'hagués de començar a construir de sota zero, amb delicadesa i paciència, un fonament que implica temps i tarda molt en veure la llum. La finalitat serà procurar que al seu ritme puguin ser capaços de confiar i jugar amb les possibilitats que té l'art per gaudir-ne el més profundament possible.

No té sentit parlar d'art sa i art malalt. El que implica art ja és emoció sigui bona o dolenta i si aquesta es perd, és quan el temps viscut es congela. Si un pacient pot expressar-se creativament de la manera que sigui està reconstruint el seu món plàsticament, i d'alguna manera desbloquejant-lo.

3. ART TERÀPIA A L'ESCOLA: ALGUNES CONSIDERACIONS FINALS

Sembla més natural dins l'Escola d'educació especial la coexistència d'espais terapèutics i educatius. I probablement així és, donat que aquests centres inclouen formes diverses de psicoteràpies ja sigui de grup o individual, que formen part de l'horari escolar i del dia a dia de la institució.

Les noves maneres d'entendre l'Escola ordinària en relació amb la inclusió de l'alumnat amb dificultats educatives especials (que en altres moments haurien cursat escola especial) implica un desplegament de professionals especialitzats, així com una nova sensibilitat per part d'un professorat que es troba amb una realitat a moments gens fàcil dins l'aula, on els infants amb necessitats especials han de poder conviure amb la resta. Possiblement els recursos, tot i haver-n'hi, a moments són insuficients.

Encaixar un espai terapèutic dins l'Escola ordinària no ha de ser fàcil, no obstant això, l'art (o la plàstica) com a teràpia resulta un element molt afí al context escolar, una expressió natural en els nens. Espais on els infants més necessitats puguin permetre's una exploració més profunda a nivell emocional pot resultar de gran ajut, afavorint que es trobin millor també dins de l'aula.

L'art teràpia en aquest context, pot proveir de noves possibilitats d'inclusió per a infants amb dificultats severes o resultar un bon recurs per altres infants amb conflictes normals propis del desenvolupament.

Agraïments: a Anna Duran i Rosa Poch, companyes de viatge en els camins dels llenguatges artístics.

Referències bibliogràfiques:

- Dalley, T. (1987) *El arte como terapia*. Barcelona: Herder.
 Dalley, T., Case, C. (2007) *Art Therapy with Children (From Infancy to Adolescence)*. Routledge.
 Dalley, T.; Case, C. (1990) *Working with children in art therapy*. Routledge.
 León Grinberg L. & Sor, D. & Tabak de Bianchedi, E. (1972) *Introducción a las ideas de Bion*. Buenos Aires: Nueva Visión.
 Winnicott, D. W. (1982) *Realidad y juego*. Barcelona: Editorial Gedisa