

De la profesión y la soledad del arteterapeuta

De la profesión y la soledad del arteterapeuta

Una tarde gris y lluviosa de este largo invierno bajaba al metro para dirigirme a trabajar, iba ensimismada, hablando conmigo misma, en uno de esos días donde parece no existir nada ni nadie más en el mundo. Reaccioné al tropezarme con una chica joven que sentada en el suelo de las sucias escaleras lloraba desconsoladamente mientras hablaba por el móvil sin prestar atención a nada de lo que sucedía a su alrededor. Trataba de hacerse entender sin conseguirlo, *¡¡¡que no es eso!!! ¡¡¡que no es eso!!! ¡¡¡que no es eso, de verdad!!!*, decía una y otra vez alzando la voz desesperadamente sin parar de llorar a alguien que parecía no poder escucharla, no entenderla. Ese día me acabé de decidir, mi comunicación para el Congreso tendría algo que ver con la soledad.

Sé que puede resultar curioso que elija hablar de la soledad del arteterapeuta en unos momentos en los que se propicia un encuentro de estas características, pero sentía la necesidad de tratar sobre un sentimiento que a menudo he podido compartir con otros compañeros de profesión.

Voy a tratar de leerlos de la manera más cercana posible algunas de mis reflexiones sobre el tema que propongo:

Creo que algunos, los más afortunados, escogemos como una forma más de representación, quizás una de las más importantes, nuestra profesión.

Seguramente la mayoría de vosotros os hayáis preguntado más de una vez por qué elegisteis hacer del arteterapia vuestra profesión, ser o mejor dicho hacer de arteterapeutas.

En mi caso, no había estudiado Bellas Artes ni tenía un dominio especial sobre la plástica. Mi experiencia con el arte lo fue a través del teatro. Fue allí donde descubrí las posibilidades transformadoras de la expresión artística y a partir de mi relación con este medio surgió y creció mi interés por el arteterapia, hasta hacer de esta disciplina mi profesión. En aquellos momentos de mi vida creí que por fin había encontrado el camino que andaba buscando desde hacía tanto tiempo. Ahora lo veo diferente, pienso que persiguiendo mi propia **creatividad** creé las condiciones necesarias para que el arteterapia se presentara como una alternativa al encuentro de mí misma en la búsqueda de mi alter ego.

Pilar Orgillés (arteterapeuta Asociación Grefart)

Puede que mi experiencia os suene. Siempre he creído que entre nuestro colectivo, o entre aquellos que quieran llegar a formar parte del mismo, co-existe una cierta manera de ser en la vida. La dualidad que contiene nuestra denominación profesional **arteterapia**, donde el **arte** interroga a la **terapia**, y viceversa, se asemeja a la constante búsqueda e interrogación que se da en la mayoría de nosotros.

No obstante y aunque pueda parecer muy obvia para algunos, siguen siendo muchas las personas que continúan preguntándose que tienen en común dos conceptos, **arte y terapia** en apariencia tan dispares, y cuál es el cruce entre ambos.

El ser humano en la búsqueda de si mismo que conlleva inevitablemente dolor y sufrimiento puede encontrar en la **creatividad** la posibilidad de sobrevivirse. En esa búsqueda algunos habrán conseguido un encuentro con lo **artístico**, y unos pocos, los más dotados, o quizás los más afortunados, con el **Arte en mayúsculas** como lo nombra Maurio Navia en uno de sus artículos. Posiblemente para la mayoría de los aquí presentes fue en alguno de esos encuentros donde casi sin saberlo se produjo la motivación que nos ha conducido a estar hoy aquí reunidos.

Por cualquiera de estos caminos, **la creatividad, lo artístico y el del Arte en mayúsculas** -como veís me atrevo a formular algunas distinciones entre ellos- sumados al saber teórico y ético desarrollado en las distintas formaciones, se va gestando la “**condición arteterapeuta**” que adquieren personas de diversa procedencia que se preparan para llegar a hacer de ella una profesión. Se trata de aprender a saber generar en otros las condiciones para utilizar la creación como proceso de transformación.

Hemos elegido un trabajo delicado y complejo como lo es acompañar a personas en procesos de sufrimiento, exclusión o sencillamente ávidos de conocer un poco más de si mismos, y hemos escogido hacerlo a través de la expresión artística, comprometiéndonos así a trabajar desde un punto de vista que nos pertenece y que resume muy bien B. Capelier en esas tres premisas sobre la condición humana:

- El hombre es ese ser que se hace imagen
- El hombre es ese ser que se fabrica imágenes
- El hombre es ese ser que fabrica imágenes.

Partiendo de la base de que estas tres premisas se constituyen como pilares importantes de nuestro trabajo y que la creación artística trata de dar vida a

De la profesión y la soledad del arteterapeuta

esas imágenes, es obvio que para el desarrollo de nuestra profesión necesitamos conocimientos y habilidades técnicas específicas en el campo de lo artístico que nos permitan acoger y acompañar las producciones de los pacientes. Al mismo tiempo queda implícita la necesidad de poseer los elementos teóricos suficientes con los que poder observar y atender a los diferentes comportamientos y evoluciones que vayan surgiendo dentro del proceso terapéutico.

La suma de estas condiciones y el triángulo formado entre paciente, el terapeuta y la obra dentro del dispositivo arteterapéutico serán indispensables para que pueda tejerse el vínculo necesario que posibilite una transformación de la persona delante de sus vicisitudes.

Debemos desarrollar aquella escucha que permita atender a la persona sin dejarnos impresionar por sus síntomas y también un uso de la distancia adecuada que nos permita cotejar las dificultades transferenciales que puedan presentarse, ya que a menudo viviremos el amor, el rechazo, la agresividad y quizás el abandono de algunos pacientes como algo nuestro y debemos prepararnos para entender que esa es la disposición de espejo en la que accedemos a estar.

En la ardua tarea de acompañar a otros semejantes se producen en nosotros desencuentros que tienen una gestación interna y cuya evolución no debe ser un impedimento para nuestro trabajo, sino una llamada a la conciencia sobre la gran complejidad del psiquismo humano, llamada que debe ayudarnos a huir de estereotipos y recetas monocordes en la atención a nuestros pacientes. La conciencia y aceptación del conflicto propio se constituye como condición indispensable para el desarrollo de nuestra profesión y nos da la posibilidad de respetar las diferencias y situarnos en un plano de no saber demasiado rápido. Se trata de un no saber que es en sí mismo un saber, algo que pareciera realmente difícil.

Esta manera de hacer resultaría del todo imposible si el arteterapeuta no estuviera dispuesto a confrontarse con su propio espíritu creativo, con sus propias dificultades, en definitiva con su **soledad**, la que le pertenece, y ponerla a trabajar. Hace poco, en un seminario, leíamos un texto de Françoise Dolto donde decía que *muchas de nuestras estructuras psíquicas vienen de la necesidad de negociar la soledad en la que todos estamos y cerraba diciendo que sin duda “es de esta negociación de donde nace el psicoanálisis.*

Cuando me planteé hablar sobre la **soledad del arteterapeuta**, algunas personas creían entender que iba a hablar de algo triste. No era mi

Pilar Orgillés (arteterapeuta Asociación Grefart)

intención, jamás quise referirme a la ausencia de reconocimiento de una profesión desconocida todavía para una gran mayoría, ni a mi propia soledad. Pensaba en la soledad que debe forzosamente acompañar a una profesión que tiene en cuenta las diversas subjetividades, que tiene en cuenta al otro, como doble y radicalmente diferente de uno mismo; a una profesión que nunca nos va a proporcionar certezas absolutas si no queremos traicionar la esencia de aquello nombrado artístico, en definitiva del arte, con cuya existencia nos hemos comprometido.

Se trata de aceptar la soledad indispensable para que se produzca el encuentro con lo propio, a veces con el **vacío**, vacío que a menudo circula en paralelo con el de las personas a las que acompañamos y que debemos sostener sin dejar que nos atrape, que nos confunda con el otro.

Al vivir la experiencia terapéutica desde ese punto de vista estamos continuamente poniendo en juego nuestro estar en el mundo, y por lo tanto también nuestro **estar profesional**, lo que llamaríamos en otros ámbitos nuestro *estatus profesional* en general tan acostumbradamente acomodado y falta de cuestionamiento

En este sentido cuando hablo del punto de vista desde el que planteamos nuestro trabajo, me pregunto de que estoy hablando, y que papel tenemos dentro del amplio campo de la psicoterapia, es decir ¿en qué nos distinguimos? Y a menudo surgen en mi interior diversas dudas. Trato de pensar en las diferencias para encontrarle sentido, para encontrarme sentido, pienso por ejemplo donde halla significados una terapia convencional y donde la nuestra y cuál es la forma de examinar los síntomas en ambos casos. Es entonces cuando toma más fuerza para mí la obra, que algunas veces habla por sí sola imponiéndose a cualquier interpretación.

Después de muchos años de trabajo me pregunto que papel tiene la palabra dentro del proceso arteterapéutico y cual es el uso que debemos darle. También a los silencios. Y teniendo en cuenta que hablamos de una terapia que utiliza los lenguajes expresivos, pienso en la poesía, en la novela, en el uso de la metáfora, de la metonimia, en el verbo y en la escritura, comparándolos a los diferentes trazos o mezclas de pintura con los que el artista crea su obra o en los diferentes movimientos de un cuerpo que conforman una danza. Entonces me abro a explorar nuevas posibilidades y pienso como la **creatividad** en todos sus aspectos puede posibilitar procesos de transformación, puede propiciar desbloques y abrir canales hacia la vida.

De la profesión y la soledad del arteterapeuta

Hay quien considera que la creatividad como único potencial no es suficiente para el cambio deseado si no conduce a la creación encarnada. Seguramente sea así, pero pienso que la creación es consecuencia de la creatividad latente en cada uno de los seres humanos, y es precisamente esa potencialidad la que permitirá realizar un recorrido por el que pueda circular el proceso terapéutico. Ahora bien, ¿qué es una creación? ¿De qué hablamos al nombrar esa palabra?

La creación en el arteterapia no es un fin en sí mismo, es la persona en el acto de crear lo que nos interesa y siempre con un propósito terapéutico. En esa dirección el objeto creado (**la creación**) objetiva algo de una expresión personal que surge del interior en un intento de comunicación. Cuando esta expresión consigue atrapar el terreno de lo simbólico la persona se encuentra delante de algo suyo, desconocido hasta el momento, que puede otorgar significación a sus conflictos permitiéndole trabajar con ellos. Pero no siempre la persona está en disposición de crear, a veces la enfermedad, el dolor invade la voluntad o el deseo invalidándola para hacerlo.

En esas circunstancias apoyándonos en el potencial creativo de cada ser humano, me pregunto, cuáles serían los lenguajes más idóneos para posibilitar que esa creatividad aflore. Me pregunto también si podríamos convenir que un acto sostenido sobre lo gestual, un tono de voz adecuado, un tipo de distancia, un rodeo de las resistencias, un acogimiento adecuado de los síntomas, un estar en presencia, una elección de los ritmos y tempos, y un uso de las **palabras-arte**, como me gustaría denominarlas a partir de ahora, serían también una creación, en esta ocasión del arteterapeuta, a disposición de la persona acompañada, para invitarla a no desaparecer. Es aquí donde lo terapéutico y lo artístico se interrogan, en aras de conseguir los objetivos deseados. ¿Qué somos más, terapeutas que trabajan con el arte o artistas que trabajan con la terapia?

Pienso en una **creatividad** enquistada, en una forma de pensamiento censurada que traiciona la esencia de lo artístico, como en un reflejo de la propia existencia y apuesto por una profesión dinámica y abierta, que explore nuevos lenguajes, colores y materias, que permitan una nueva manera de crear y de hacer florecer un vínculo terapéutico previamente inexistente, que sea capaz de transitar de la creatividad al arte en un *continuum* de creaciones diversas, entre las que (por qué no) puede aparecer de manera sorpresiva la llamada “obra de arte”, en cualquiera de sus expresiones.

No tengo todas las respuestas y si muchas dudas, dudas con las que puede que todavía contribuya más a la falta de consenso generalizado sobre la

Pilar Orgillés (arteterapeuta Asociación Grefart)

validez de los objetivos clínicos del arteterapia, incluso entre nosotros, los profesionales que la ejercemos, pero creo y quiero pensar que esta diversidad de criterios puede resultar deseable para mantenernos en una tercera área de experiencia, como la de que nos hablaba Winnicott; área que no se dedica exclusivamente ni a la fantasía subjetiva ni al conocimiento objetivo, sino que se ocupa de una mezcla de ambos.

Creo que nosotros arteterapeutas hemos escogido la **soledad** de la que hablaba como un medio de revolución, de rebeldía. De toda la vida El Arte va de la mano de esa condición, y para preservar este aspecto de lo que hemos decidido convertir en una profesión, nuestra formación debe ser profunda y seria, pero a la vez sensible y debe poder diferenciarse en muchos aspectos del academicismo más clásico. De lo contrario dejaremos de hacer honor a la esencia de lo artístico que debe permanecer siempre en nuestra manera de acompañar las dificultades.

Quiero apelar a la constancia y a la creatividad de todas las personas que estamos aquí, y estoy convencida de que todos nosotros estamos dispuestos a recorrer el camino de incertidumbres y de cuestionamientos que implica el tipo de trabajo que nos proponemos realizar, a hacernos cargo de nuestros propios vacíos creativos, en definitiva de nuestras soledades, por eso hemos escogido una profesión donde el arte aparece como significante.

Y para terminar me gustaría decir que a pesar de no disponer todavía de demasiados estudios cualitativos ni cuantitativos científicamente demostrados que puedan avalar nuestra práctica, evalúo los resultados sobre mis experiencias personales y las de otros muchos compañeros que vienen trabajando profesionalmente desde hace muchos años y sigo apostando por el tipo de acompañamiento que propone el arteterapia.

Gracias por escuchar y compartir conmigo algunas de mis dudas e incertidumbres sobre como vivo esta, mi querida profesión.

Pilar Orgillés

-Arteterapeuta Asociación **Grefart**-