



Secretaría de Cultura
Gobierno de Salta

Beneficios cognitivos de los recursos artísticos en niños y adolescentes

Araceli Vázquez

2023

**Tus ideas
tienen fondo**

Fondo Ciudadano de Desarrollo Cultural

Índice

<i>Introducción</i>	3
<i>Recursos Artísticos</i>	5
Recursos o Instrumentos de Stevens.....	17
<i>Niñez y adolescencia</i>	23
<i>Metodología</i>	26
Fundamentación	27
Objetivos	27
Contexto	27
Instrumentos	27
Población	28
Tipo de Investigación	28
<i>Análisis de casos</i>	29
Resultados	29
Caso A.....	29
Caso B.....	29
Caso C	29
Caso D.....	30
<i>Conclusiones</i>	32
<i>Referencias Bibliográficas</i>	33
<i>Anexo</i>	37

Introducción

La Salud Pública es definida por la Organización Mundial de la Salud (1973) como las actividades vinculadas con la salud y la enfermedad de una población o comunidad.

El estado sanitario y ecológico, permite la organización y funcionamiento de los servicios de salud y enfermedad, su planificación, gestión y la educación para la salud (OMS, 1973).

Para González (2013) la perspectiva de Lalonde acerca de la salud engloba la biología humana, es decir genética y el envejecimiento; el medio ambiente en base a la contaminación física, química, biológica, psicosocial y sociocultural; la salud como estilo de vida con sus respectivos comportamientos. De manera que la salud pública apunta al bienestar bio psico-social de la población, como una disciplina de las ciencias aplicadas a partir de un conjunto de acciones que realiza en pro de la salud de los ciudadanos. La salud pública como método tiene un abordaje científico positivista, experimental, y pensamiento crítico.

El término Arteterapia se acuñó por primera vez en 1942, pero no fue hasta 1980 que se reconoció oficialmente como profesión en el Reino Unido. En 1997 se aprobó el Registro Estatal de Terapeutas Artísticos Profesionales del HCPC (Consejo de Profesiones Sanitarias y Asistenciales), otorgando a la arteterapia la categoría de

tratamiento psicoterapéutico y definiendo la naturaleza y alcance del trabajo desarrollado por sus profesionales (García, 2020).

El arte terapia consiste en recursos artísticos que utilizan la psicología como herramienta para la psicoterapia proceden de diferentes fuentes o ramas artísticas como ser el dibujo y la pintura, la escultura, la música, las danzas o el teatro. Para Domato (2007) “La creatividad es soltar” (p.117). Es decir, que por medio de estos recursos el sujeto va a experimentar y tomar conciencia, son una herramienta más para la psicoterapia y para que el sujeto pueda encontrarse consigo mismo.

La estimulación motriz y cognitiva resulta beneficioso en menores de edad, ya que se encuentran en pleno crecimiento físico por ende neuronal. Para la incorporación de buenos hábitos saludables no solo el deporte es primordial en la vida del ser humano sino fisiológicamente también lo es el arte y la cultura para estimulación cognitiva.

Recursos Artísticos

Los recursos artísticos se utilizan para indagar las necesidades, emociones, sentimientos; estos recursos justamente son unas de las herramientas que se encuentran dentro de las técnicas expresivas.

En terapia gestáltica, las técnicas expresivas podrían ser consideradas como instancias de alguno de estos tres grandes principios: la iniciación a las acciones, el completar acciones, la búsqueda de lo directo. O en otras palabras: expresar lo inexpressado, completar la expresión, hacer que la expresión sea directa. (Naranjo, 2001, p.85)

Esta técnica apunta no solo a la expresión sino a que al sujeto tome conciencia. “Nosotros nos percatamos de nuestros “si mismos” en gran medida mediante nuestra expresión”. (Naranjo, 2001, p.83)

Al trabajar con recursos artísticos, los pacientes conectan más con su hemisferio cerebral derecho, que está asociado al pensamiento intuitivo, lo sensible y lo creativo. Cuando como terapeutas proponemos procesos de la creación artística, se posibilita en el paciente una vivencia más completa de sus potencialidades como seres humanos: les proponemos manejarse con una mente racional e intuitiva, ser conscientes y responsables de lo que piensan, sienten y hacen; como también integrar sus opuestos aspectos en la luz y en sombra. (Carabelli, 2013, p.220)

Por lo tanto, los recursos artísticos sirven para que el sujeto exprese y quizás dimensione

aspectos que no solía ver anteriormente, ayuda a la toma de conciencia. Para Zinker (2003):

La razón por la cual dibujar o pintar puede resultar terapéutico, 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 solo adquiere conciencia del movimiento interno hacia la totalidad experiencial además, recibe de los dibujo que ejecuta la confirmación visual de ese movimiento (p. 185).

Para Carabelli a partir de los recursos artísticos (2013):

Acompañamos al paciente tanto en el proceso de creación como en la obra producida. En el cómo, es vivenciando el proceso y lo que se le hace presente en cada momento: sensaciones, emociones, recuerdos, pensamientos, etc. Y también, en los significados y contenidos que emergen una vez que la obra fue terminada. En cada momento del proceso, el paciente podrá arribar al darse cuenta a través del contacto con el material (arcilla, témperas, pasteles, collage, títeres, máscaras, etc.), la expresión o la dificultad de expresarse, la simbolización, el personaje encarnado o cualquier emoción que aparezca, tanto en el recorrido como al observar su obra. Si bien la experiencia nos ha brindado amplios conocimientos acerca de cómo y cuándo utilizar los recursos artísticos, es importante aclarar que no existen recetas predeterminadas. Lo más importante será que el terapeuta las haya experimentado lo suficiente y también lo será su actitud: presente y abierta (p.221).

Los recursos artísticos pueden provenir de diferentes fuentes artísticas Carabelli (2013) los medios más utilizados y comunes son: la escritura, la plástica (incluye dibujo, pintura, modelado o escultura), lo teatral que incluye la dramaturgia también la utilización de títeres, y algo muy común en esta psicoterapia son las visualizaciones. En estos últimos periodos el medio más utilizado dentro de mi trabajo fue el de recursos artísticos plásticos.

Para la Gestalt el arte resulta ser una herramienta para que el sujeto se exprese o de alguna manera proyecte sus sentimientos, emociones o necesidades. Pero, Sinay & Blasberg (2003) afirma:

No debe confundirse la proyección patológica (de lo cual la paranoia es un caso extremo) con las suposiciones basadas en la observación de realidad. Esto es normal y sano. También lo es la proyección del artista al crear personajes e historias. (p.108)

Por lo que este tipo de proyección haciendo uso del arte es saludable “La proyección que hacen los psicóticos por la palabra llamada delirante, por alucinaciones o por comportamientos “excéntricos” a veces también por producciones artísticas “locas”, los protegería del ataque psicosomático”. (Delacroix, 2009, p. 156)

El arte se puede utilizar de manera terapéutica en sujeto con afecciones. “En términos generales, el color es un instrumento para influir directamente sobre el alma”. (Kandinsky, 2013, p.67). Es decir, el arte es utilizado como herramienta en los pacientes de diferentes abordajes terapéuticos. Para Zinker (2003):

La terapia es el proceso de cambiar la toma de conciencia y la conducta. La condición sine qua non del proceso creativo es el cambio: la transmutación de una forma a otra, de un símbolo en un insight, de un gesto en un nuevo conjunto de comportamientos, de un sueño a una representación dramática. De este modo la creatividad y la psicoterapia se interconectan en un nivel fundamental: la transformación, la metamorfosis, el cambio. (p. 11)

Como se dijo anteriormente todas las personas tienen la capacidad de dibujar, de hecho todos pasamos en la niñez por la etapa de garabateo por ejemplo, claro que la evolución del mismo dependerá de la práctica; para algunas personas dibujar

genera de alguna manera vergüenza ya que está pensando en el acabado, en qué pensará la persona que vea el dibujo, etc. Perls, Hefferline & Goodman (2002):

La timidez a ser creativo tiene dos fuentes: el dolor de la excitación creciente en sí mismo (originalmente, el miedo del instinto) y el miedo a rechazar o ser rechazado, a destruir, a hacer cambios; estas dos fuentes se refuerzan mutuamente y en el fondo son lo mismo. Aferrándose al statu quo, a los ajustes realizados en el pasado, se vive, por el contrario, una sensación de seguridad. (p. 240)

Por otra parte, las pinturas ayudan a entender de alguna manera la psique de la persona, que es lo que le está aconteciendo. Zinker (2003):

Cada encuentro creativo es una búsqueda y una resolución parcial de un problema, en el más amplio sentido estético del término. Si hago un manchón redondo rojo, en el centro de un lienzo blanco, y luego deseo continuar pintando, más allá de esa masa inicial de color tengo un problema que resolver. (p.14)

No solo el sujeto puede utilizar el arte para crear un artefacto sino también hace uso del arte para contemplar el mismo. Kandinsky (2013) "...los tonos de colores, como los musicales, están fuertemente matizados, engendran vibraciones anímicas mucho más sutiles que las que se pueden con palabras". (p. 104). Por lo tanto el arte remueve emociones dentro la persona humana tanto al crear como contemplar arte. Delacroix (2009) también dice "Todo placer estético completo es la síntesis de un placer sensorial, de un placer propiamente afectivo. La sensación es el comienzo del arte. Esta verdad concede fuerza al sensualismo estético". (p. 443). Inclusive muchas ideas, que luego serán cuadros, canciones, esculturas, versos, etc., surgen de percepciones de observar, vivenciar y hacer uso de cada uno de nuestros sentidos. Todos los sentimientos propios son transmitidos en la pieza artística, Kandinsky

(2013) “El artista no tiene como fin la reproducción de la naturaleza, aunque esta sea artística, sino la manifestación de su mundo interior.” (p. 59). “Es preciso que el pintor cultive su alma y no solo su sentido visual.” (Kandinsky, 2013, p.112).

Sin embargo para ello el cuerpo fija la atención en determinada situación objeto, paisaje o persona, por la cual se inspiraré y realizará la obra. “La manera como construyo una percepción, elijo y <<hago figura>> lo percibido entre todo lo potencialmente perceptible, determina mi cosmovisión (la forma de entenderme y entender el mundo y las interrelaciones”. (Vázquez, 2011, p.26).

La forma bella es la que se destaca con claridad, precisión y vivacidad sobre un fondo dado, como un cuadro de Van Gogh o una escultura de Brancusi en la pared de un museo, que ofrecen a los espectadores una visión que podrá llenarlos de emoción, dejarlos en un estado interior de contemplación y silencio.
(Delacroix, 2009, p. 443)

Es decir, para la Gestalt al crear estamos haciendo figura, en aquello que se pinta, fotografía, escribe o compone; y dentro de la curva de la experiencia se puede llegar al contacto por medio de esta creación, si no acontecen bloqueos en el proceso.

La parte esencial de la psicología del arte no se encuentra ni en el sueño ni en la consciencia crítica; se sitúa (donde los psicoanalistas no la buscan) en la sensación concentrada y en la manipulación lúdica del material de expresión. Con la sensación vivida y el juego en los medios de expresión como actos principales, el artista acepta entonces su sueño y utiliza su intencionalidad crítica, y concibe una forma objetiva. El artista es completamente consciente (aware) de lo que está haciendo; cuando ha terminado puede explicar las etapas con detalles. (Perls, Hefferline & Goodman, 2002, p. 29)

Los recursos artísticos que utiliza la Gestalt proceden de diferentes fuentes o ramas artísticas como ser el dibujo y la pintura, la escultura, la música, las danzas o el teatro. Para Domato (2007) “La creatividad es soltar”. (p.117). Es decir, que por medio de estos recursos el sujeto va a experimentar y tomar conciencia, son una herramienta más para la psicoterapia y para que el sujeto pueda encontrarse consigo mismo.

Domato (2007) sostiene que “...los alumnos o pacientes tienden a relacionar la obra con algún objeto conocido (creo que es más tranquilizador ir hacia algo conocido que encontrarse con la incertidumbre de lo que aparece)”. (p. 139). Aquí el acto creativo resulta ser un medio para que el sujeto pueda expresar situación o emociones de sí misma.

En el caso de la Psicología Gestalt la utilización de recursos artísticos o recursos provenientes de diferentes artes sería una forma útil para que el sujeto proyecte pero más aún para que pueda darse cuenta, que es a lo que apunta esta psicoterapia.

Carranza (2011) dice “En las obras de arte. La sombra es una gran proveedora de imágenes e inspiración, aún para quienes ignoran el fenómeno. En el arte, el consciente el inconsciente se pone en comunicación para dar a luz nuevas cosas. (p.106). En Gestalt se suele utilizar la palabra sombra para hacer referencia a aquello personal, intangible, que no se ve, es la impronta psíquica de todo ser humano desarrollada en la temprana infancia; el hombre puede proyectar estas sombras a través de chistes, síntomas físicos, lapsus, pensamientos repetitivos o inclusive a través del arte, entre otras cosas, puede recurrir a estos mecanismos de proyección de manera inconsciente o consciente.

Para Carabelli (2013) en su libro Entrenamiento Gestáltico sostiene que “Conectar la riqueza de las artes con el ámbito terapéutico va más allá del valor artístico de las obras producidas, para contribuirse en una senda de autoconocimiento” (p.219). Con esto quiere decir que el arte es una herramienta más para el autodescubrimiento de la persona, lo que ayuda a que el sujeto entre en contacto consigo mismo en situación presente, por lo que resulta ser tan útil para la Psicología de la Gestalt.

La creatividad es una virtud que trae consigo la especie humana, y de la cual no todos hacemos uso de ella, quizás porque la ignoramos, o por falta de tiempo porque no nos permitimos experimentar debido a obligaciones, sin embargo la creatividad está a la orden del día en cada accionar del sujeto humano, creo q desde cuando decidimos como vestirnos o que cocinarnos hasta cuando tenemos algún hobby en particular ya sea tocar algún instrumento, dibujar o pintar, etc. Domato (2007) sostiene “Somos artesanos y el uso de creatividad como herramienta, es relevante en nuestra tarea cotidiana”. (p. 201).

Al trabajar con recursos artísticos, los pacientes conectan más con su hemisferio cerebral derecho, que está asociado al pensamiento intuitivo, lo sensible y lo creativo. Cuando como terapeutas proponemos procesos de la creación artística, posibilitamos en el paciente una vivencia más completa de sus potencialidades como seres humanos: les proponemos manejarse con una mente racional e intuitiva, ser conscientes y responsables de lo que piensan, sienten y hacen; como también integrar sus opuestos aspectos en la luz y en sombra. (Carabelli, 2013, p.220)

Por lo tanto los recursos artísticos sirven para que el sujeto exprese y quizás dimensione aspectos que no solía ver anteriormente, ayuda a la toma de conciencia.

Para Zinker (2003):

La razón por la cual dibujar o pintar puede resultar terapéutico, 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 solo adquiere conciencia del movimiento interno hacia la totalidad experiencial además, recibe de los dibujo que ejecuta la confirmación visual de ese movimiento. (p. 185)

Por ejemplo Kandinsky fue un pintor que puso énfasis en la utilidad del arte como un medio de expresión para el ser humano, Gottero (2015) menciona:

Dejar volar la imaginación y no atarla a las convenciones de la realidad-atreviéndose a experimentar otras impresiones y permitiendo que cada uno sienta lo que pueda y lo que quiera, en pos de una libertad mediante el arte no materialista, ejercido por artistas no competitivos y que no solo pintan para ganar dinero-: esa es la propuesta central de Kandisky, que, dicho sea de paso, nunca experimentó la carencia de dinero y podía dedicar por completo su espíritu al arte, gracias a su cuna. Sin embargo, sus preceptos van más allá de la situación socioeconómica particular que le tocó en su suerte, y fueron la base de una nueva pedagogía artística y de una fuerte interconexión entre todas las disciplinas del arte, en especial entre música y pintura, siguiendo las impresiones de sus ojos cuando era niño. (p.11)

Para Carabelli a partir de los recursos artísticos (2013):

Acompañamos al paciente tanto en el proceso de creación como en la obra producida. En el *cómo*, es vivenciando el proceso y lo que se le hace presente

en cada momento: sensaciones, emociones, recuerdos, pensamientos, etc. Y también, en los significados y contenidos que emergen una vez que la obra fue terminada.

En cada momento del proceso, el paciente podrá arribar al *darse cuenta* a través del contacto con el material (arcilla, témperas, pasteles, *collage*, títeres, máscaras, etc.), la expresión o la dificultad de expresarse, la simbolización, el personaje encarnado o cualquier emoción que aparezca, tanto en el recorrido como al observar su obra.

Si bien la experiencia nos ha brindado amplios conocimientos acerca de cómo y cuándo utilizar los recursos artísticos, es importante aclarar que no existen recetas predeterminadas. Lo más importante será que el terapeuta las haya experimentado lo suficiente y también lo será su actitud: presente y abierta.
(p.221)

Los recursos artísticos pueden provenir de diferentes fuentes artísticas Carabelli (2013) los medios más utilizados y comunes son: la escritura, la plástica (incluye dibujo, pintura, modelado o escultura), lo teatral que incluye la dramaturgia también la utilización de títeres, y algo muy común en esta psicoterapia son las visualizaciones. En estos últimos periodos el medio más utilizado dentro de mi trabajo fue el de recursos artísticos plásticos.

Existen investigaciones Gestálticas interesantes relacionadas con el arte, las cuales contribuyen al buen manejo de los recursos artísticos. Por ejemplo la Tesis Doctoral presentada por Nuria Gonzalo Vegas. (2012). *La educación artística y el arte como terapia. Un camino para construir la identidad adolescente*. Universidad Complutense de Madrid. Facultad de Bellas Artes. El trabajo de Vegas (2012), posee un amplio marco teórico es interesante porque aborda diferentes técnicas expresivas

entre ellas visualizaciones, y propone otras para el marco educacional; demuestra amplia experiencia en las técnicas artísticas ya que puede observarse la aplicación y funcionamiento de las mismas, utilizadas como complemento en una terapia, donde la palabra es reemplazada por momentos por imágenes con el fin de que el sujeto exprese sentimientos. Por mi parte considero el empleo de estas técnicas un eficaz instrumento en instituciones educativas ya que no solo permiten la interacción con el alumno por medio de la expresión libre y lúdica sino una herramienta para el desarrollo cultural de los establecimientos.

Otra investigación acerca del empleo del arte como terapia es la elaborada por Ojeda M. (2011). *“La búsqueda de lo que somos”*. Madrid: Servicio de Publicaciones UCM. Aborda el Arte como terapia desde la Psicología de la Gestalt, es decir habla de arte terapia en vez de recursos artísticos, afirma que el arte terapia es una forma de acceder a la subjetividad de la persona, en la creación artística sostiene que aparecen situaciones inconclusas pertenecientes al presente, como los deseos más primitivos de cada ser humano. En las técnicas expresivas de la Gestalt, el proceso creativo ocurre en el “aquí y ahora”, y allí es donde afloran los sentimientos, las necesidades, los deseos del sujeto, etc.; que permiten darse cuenta de aquellas situaciones o ciclos de experiencias inconclusos.

La tesina realizada por Gutierrez M. (2016). *Terapia con Mediadores Artísticos*. Asociación Española de Terapia Gestáltica; versa sobre la relación de la Psicología gestáltica en las técnicas del clown y el trabajo corporal, para la integración de las personas y la toma de conciencia. Gutiérrez hace hincapié en los mecanismos de expresión para alcanzar el estado de salud o bienestar en el sujeto en este caso con recursos artísticos teatrales como ser el clown, resulta de interés ya que toma otro recurso artístico no el plástico pero si el teatral que no deja de ser otra técnica

expresiva que proporciona la Gestalt versándose en proyecciones con su respectiva toma de conciencia. Carabelli (2013) habla de los recursos artísticos y menciona diversas áreas como la música, la escultura, la pintura, el dibujo y el teatro, donde en este último encontramos al clown; si bien esta investigación se centra solo en los plásticos (dibujo, pintura y escultura), todos los anteriores son fuentes artísticas de modo que comparten en común el proceso creativo, y forman parte de las técnicas de expresión de la Gestalt por lo que el abordaje y la finalidad tiene similitudes.

Las técnicas expresivas que ofrece la Gestalt con recursos artísticos, para abordar al sujeto terapéuticamente es un tema escasamente estudiado, si bien algunos autores pertenecientes a la Escuela Gestalt describen técnicas donde el arte es un medio para que el sujeto logre expresarse, estas no están trabajadas en profundidad en nuevas investigaciones, es decir que no perduran en el tiempo, en pos de una mejor estructuración; de lo contrario a las técnicas que propone Stevens (1992), que las aplica reiterada veces, las cuáles son más formales a continuación desarrollo algunas de ellas junto con técnicas aplicadas en mi espacio de terapia del arte para jóvenes con capacidades diferentes, enfermedades crónicas y terminales.

Resulta de importancia realizar un primer acercamiento con los participantes antes de aplicar las técnicas expresivas de la Gestalt, para conocer aspectos esenciales en ellos, datos personales y aquellos relacionados con el tema a abordar, es de relevancia conocer características para prever futuros fracasos en la aplicación de las técnicas. Se debe indagar sobre los materiales artísticos de mayor agrado y prever los que se utilizarían en la aplicación de las técnicas expresivas; por ejemplo en la técnica “Imagen de sí mismo” se utiliza arcilla para modelar, en la técnica “Dialogo dibujado” se utilizan crayones o pasteles de colores para dibujar y pintar ambas con el fin de establecer awareness en el sujeto; de manera que con estas

preguntas acerca de la empatía con los materiales en entrevista se dispone otras alternativas plastilina y porcelana de manera opcional.

Las necesidades más relevantes que emergieron en la mayoría de los de los pacientes son las necesidades de aprobación o aceptación. Monreau (2009), autor gestáltico, mencionaba la necesidad de amar y ser amado, entendido como la necesidad de amor de Dios, del prójimo, amor paterno, amor sexual; necesidad de ser estimado y querido, necesidad de recibir o dar ternura; esto está relacionado con la necesidad de aceptación porque su finalidad o búsqueda es el amor del otro. De forma que existe un rasgo general, el deseo de ser querido, también las construcciones creativas que realizan muchos de los pacientes valga la redundancia son de carácter visual, es decir buscan la mirada o la atención del otro, pero en este mostrarse por medio de la obra en la mayoría de los casos apuntan al perfeccionismo, las obras que realizan aspiran a un excelente acabado, intentan mostrarse perfectos; interpretándose como una mayor exposición inclusive quizás a sus imperfecciones o aspectos rechazados de ellos mismos, cuando lo que quieren mostrar constantemente es perfección en su búsqueda de aceptación o necesidad de ser querido o amado, para ello dejando de lado la consideración de que son seres humanos imperfectos e inacabados; finalmente hay falta de aceptación de sí mismos de los participantes. En el caso de artistas plásticas se optaron por llevarse la escultura creada, en la técnica "Imagen de sí mismo", puede interpretarse como agrado hacia el material utilizado u obra culminada, o como una herramienta para no exponerse, sentirse evaluados u observados, también se observa un cierre y retirada cuando se aplican las técnicas es atípico ver procesos inacabados solo en patologías como TDA trastornos en déficit de atención o trastornos en la conducta, y depresión.

Recursos o Instrumentos de Stevens

-Técnicas expresivas de la Gestalt con recursos artísticos

Tres técnicas propuestas por Stevens (1992):

- ✓ Escultura de uno mismo
- ✓ Diálogo dibujando

- Dos Entrevistas Semidirigidas

Recursos artísticos de la Gestalt

Carabelli (2013) coloca los recursos artísticos dentro de las técnicas expresivas de la Gestalt, es decir que son recursos que utiliza el terapeuta gestáltico para que el sujeto exprese sentimientos, deseos y emociones. Para Carabelli (2013), a partir de los recursos artísticos el paciente “podrá arribar al *darse cuenta* a través del contacto con el material... la expresión o la dificultad de expresarse, la simbolización, el personaje encarnado o cualquier emoción que aparezca, tanto en el recorrido como al observar su obra”. (p.221)

Los instrumentos utilizados serán técnicas con recursos artísticos propuestos por Stevens (1992) en su libro *Darse Cuenta*. Las técnicas de Stevens se encargan de observar los aspectos que proyecta el sujeto, emociones, sentimientos, necesidades y percepciones; estas técnicas permiten a la persona identificarse con

lo creado por medio de los recursos plásticos, para que la persona se ponga en contacto consigo misma y con el entorno que le rodea, a fin de que pueda darse cuenta de lo que siente y expresa.

Sólo las siguientes técnicas expresivas propuestas por Stevens (1992), se aplicarán en los estudiantes avanzados del Profesorado de Artes Visuales de la Provincia de Salta.

- Escultura de uno mismo

Objetivos: Técnica Expresiva para el autoconocimiento

Materiales:

Disponga de 2,5 a 5 kilos de arcilla para moldear y un pedazo de cartón o madera terciaria de 50x50 cm., por persona. Puede utilizar pedazos grandes de papel para no manchar de arcilla una alfombra o piso.

Tiempo: 30 min. aproximadamente

Consigna:

Quiero que cada uno tome una buena cantidad de arcilla con las manos juntas. Tomen un cartón o pedazo de madera para apoyar la arcilla y busquen un lugar cómodo donde sentarse, con cierto espacio a su alrededor... Ahora empleen unos pocos minutos para familiarizarse con la arcilla... Perciban su textura y peso... Sientan como cambia de forma de forma mientras la exploran con sus dedos... Prueben distintas maneras de darle forma: apretándola, golpeándola, empujando o tirándola

con los dedos, acariciándola, haciéndola rodar, etc... Descubran como es esta arcilla y de que es capaz...

Ahora que han explorado la arcilla, hagan una bola bastante redondeada y pónganla suavemente sobre el cartón, delante de ustedes. Cierren los ojos, siéntense en una posición cómoda, y dirijan su atención sobre sus manos... ahora concéntrense más aun y permitan que su atención fluya dentro de las diferentes zonas del cuerpo... tomen conciencia de lo que sienten en cada parte del cuerpo...

Ahora visualicen una imagen de la bola de arcilla e imaginen que lentamente cambiará de forma y formará por sí misma una imagen de usted mismo. Esta imagen puede ser una representación bastante realista o completamente abstracta. No intenten cambiar esta bola de arcilla imaginada, déjenla cambiar por sí sola, lentamente, hasta convertirse en una representación de usted mismo... Pase lo que pasare, observen atentamente mientras eso se desarrolla sin interferencias tuyas...

Ahora mantengan los ojos cerrados y extiendan las manos hacia la bola de arcilla ubicada frente a ustedes, tómenla cuidadosamente por un momento... Dirijan su atención sobre sus dedos y manos y déjenlos empezar a moverse y familiarizarse con la arcilla...comiencen a crear una imagen de ustedes mismos a ojos cerrados. Mientras lo hacen, dense cuenta de todos los detalles del *proceso* de modelar la arcilla: como la sienten, como se mueven sus dedos, las imágenes que tienen mientras la arcilla va cambiando de forma, etc.... En la medida de lo posible, permitan que la arcilla y dedos los guíen a ustedes en el modelado. Vean que surge de este proceso de modelarse a ustedes mismos con arcilla... Dispondrán de unos quince minutos para hacerlo.

(Antes que finalice el plazo, advierta brevemente que resta poco tiempo).

Ahora abran los ojos lentamente y vean lo que han hecho con la arcilla.. Continúen trabajando un rato si así lo desean pero no hagan cambios importantes...Miren su trabajo detenidamente y dense cuenta de cómo es: todas sus propiedades y características... ¿Cómo se sienten hacia esta imagen de ustedes mismos?...Identifíquese con esta escultura. Conviértase en ella y descríbase... ¿Cómo es usted? ¿Cómo se siente siendo esa escultura? ¿Cómo es su vida? Exploren todos los detalles de ser esa escultura...

Ahora, cada persona a su turno empleará algunos minutos en describir su auto escultura. Identifíquense con ella y hablen de ustedes mismos en detalle: como son, como se sienten, como es su vida, etc. Hagan todo esto en primera persona del presente.

Una vez que todos hayan hecho esto, empleen otros cinco o diez minutos en comunicarse las opiniones sobre las esculturas de cada uno, las diferencias y similitudes que encuentran, que les expresan a ustedes, etc... (Stevens, 1992, pp.256-257).

- Diálogo dibujado

Objetivos: Técnica proyectiva para la expresión de sentimientos, emociones y necesidades. Su finalidad es el darse cuenta.

Materiales: Hojas, pasteles y lápices

Tiempo: Hasta 40 min.

Consigna:

Quiero que cada uno de ustedes vaya hacia la caja de pinturas al pastel y tranquilamente elija un color que exprese algún aspecto importante de ustedes mismos... Ahora, en silencio, reúnanse con alguien que tenga un color diferente al elegido por ustedes. Cada par tome una hoja grande de papel en medio de ustedes dos y siéntense a ambos lados del papel. No dividan el papel ni hagan dibujos separados, y no planifiquen, ni discutan, ni decidan que dibujaran juntos. Empiecen simplemente a dibujar con lentitud y dirijan su atención al proceso de dibujar y a cómo se sienten mientras interactúan con su compañero. Dejen que su conciencia y sentimientos fluyan dentro del proceso de dibujar. Pueden alternarse dibujando o dibujar al mismo tiempo, o hasta mover amablemente la mano de su compañero durante un breve instante y dibujar con su color si él accede a esto. Comience a hacer esto ahora y empleen diez o quince minutos para interactuar con su compañero mientras se desarrolla este dibujo entre ustedes...

Ahora cuéntense qué experimentaron mientras trabajaron en este dibujo junto. Expresen que se daban cuenta mientras interactuaban y cómo se sintieron durante este dialogo silencioso ¿Cómo expresa el tipo de relación que usted tiene con su compañero este dibujo y el proceso de hacerlo? Empleen unos cinco minutos en esto...



(Stevens, 1992, pp.251-252)

Entrevista Semiestructurada

Hernández Sampieri, Fernández Collado & Baptista Lucio (2010) explican “Las entrevistas semiestructuradas...se basan en una guía de asuntos o preguntas y el investigador tiene la libertad de introducir preguntas adicionales para precisar conceptos u obtener mayor información sobre los temas deseados” (p. 597).

Se utilizarán dos entrevistas, la primera antes de que se apliquen las técnicas y la segunda luego de que se hayan realizado las tres técnicas para indagar y analizar mejor los resultados obtenidos.

Niñez y adolescencia

El arte se encuentra presente desde que somos pequeños. Arnheim (2007) sostiene:

El niño necesita mucho movimiento, y por lo tanto el dibujo empieza siendo un jugueteo sobre el papel. La forma, el alcance y la orientación de los trazos vienen determinados por la construcción mecánica del brazo y de la mano, así como por el temperamento y humor del niño. (p. 183)

Las emociones juegan un papel importante en la creación artística, y estas pueden ser de todo tipo: angustia, tristeza, piedad, simpatía, horror, entre otras, estas se pueden a su vez transmitir al observante, es decir a quien contempla lo creado; aquí también deviene la descarga, ya que se puede utilizar al arte como distensión o esparcimiento. Vygotsky (1971) explica “No es la simple liberación de tremendas atracciones afectivas, que mediante el arte se desprenderían cualidades negativas; más bien es la resolución de cierto conflicto estrictamente personal, la revelación de una verdad humana más elevada, más general, en los fenómenos de la existencia”. (p.17)

Entonces el arte no solo es beneficioso para quien lo crea sino también para quien lo observa o contempla. Zinker (2003) sostiene “Hacer arte es una forma de concretar nuestra necesidad de un tipo de vida más amplia y más profunda. En el proceso de creación extendemos nuestra psique, tocando aspectos de nuestros

orígenes, tanto personales como arquetípicos". (p 14). Por lo tanto queda claro que es netamente expresivo el mecanismo de crear.

"Producir arte es embriagador, es uno de los grandes goces de la vida. En el proceso creativo, lo mismo que al enamorarnos, tomamos contacto con nuestra dulzura, nuestro deseo, nuestra intensión poderosa y nuestra profunda meditación. Arthur Rubinstein dijo "Tocar el piano es como hacer el amor, me llena de alegría" (Zinker, 2003, p. 11-12)

Arnheim en su libro *Arte y percepción visual. Psicología el ojo creador* sostiene que:

El psicoterapeuta al recurrir a obras artísticas está ante un conjunto de estímulos conscientes e inconscientes proyectados por el sujeto que ha trabajado. Realizar obras de arte no solo implica hacer uso de la percepción sino también es una manera de simbolizar, transferir emociones, sentimientos, deseos, etc. Los primeros garabatos del niño no pretenden representar nada: son una forma de la detectable actividad motora con la que el niño ejercita sus miembros, con placer adicional de que la vigorosa acción de los brazos hacia adelante y hacia atrás deje rastros visibles. Hacer visible algo que antes no estaba allí es algo emocionante. Este interés por el producto en si se observa inclusive en el chimpancé, cuando blanquean su jaula con terrones de arcilla blanca y manejan una brocha. Es un placer sensorial simple, que se conserva en toda su integridad en el artista adulto. (2007, p.182)

En muchas épocas se pudo notar que quienes producen vuelcan aspectos de la realidad en el arte ya sea en un cuadro, una canción, una película, etc.; Kandinsky (2013) "Toda creación de arte es gestada por su tiempo y, muchas veces, gesta nuestras propias sensaciones" (p.29). En nuestro país por ejemplo en los años de

dictadura muchos contenidos eran censurados, ya que las mismas obras musicales o teatrales hablaban acerca de creencias u opiniones acerca del proceso. “En cada época, el estilo personal y temporal produce formas materiales.” (Kandinsky, 2013, p. 83).

Por otro lado, además, las modas que son actuales también suelen manifestarse por medio de las obras de arte, esto puede ser visto en la psicología del color, tan utilizado en Marketing. “La energía psicológica del color produce movimiento en el ánimo”. (Kandinsky, 2003, p. 64). Los colores que utilizan los publicistas tienen el objetivo de impactar al consumidor, a fin de que estos se dirijan al producto.

Arnheim (2007) perteneciente a la escuela psicológica gestáltica se interesó por la percepción del arte, sostiene que hay condiciones y emociones que pueden ser vistas en una obra pero que cuestan ser expresadas en palabras. Cuando un sujeto produce se ve empapado por la percepción directa, que es lo que la persona observa en si a partir del sentido de la vista y la percepción indirecta que son las imágenes o significados que tenemos de este estímulo visual.

Pineda y Aliño sostienen lo siguiente con respecto a la edad evolutiva del adolecer:

La adolescencia es una etapa entre la niñez y la edad adulta, que cronológicamente se inicia por los cambios puberales y se caracteriza por profundas transformaciones biológicas, psicológicas y sociales, muchas de ellas generadoras de crisis, conflictos y contradicciones, pero esencialmente positivos. (2014, p.2).

Mientras que “La juventud comienza durante la adolescencia y culmina con la madurez o ingreso a la vida adulta. Durante este periodo los sujetos sufren grandes

cambios físicos, psicológicos, emocionales y de personalidad que van tendiendo al desarrollo pleno de las personas”. (Urcola, 2003, p. 41). La juventud es la etapa que le sigue a la adolescencia por eso es necesario conceptualizar lo que ocurre previo a esta etapa evolutiva.

Por otro lado, es común en la actualidad ver la disminución de la tasa de natalidad, caracterizándose hoy en día la población por ser adulta; cabe destacar que los jóvenes son los que menos exhiben enfermedades, en todo caso la causa de muerte se da por accidentes, homicidios, o suicidios en esta edad evolutiva.

Metodología

Fundamentación

La investigación aportó a niños y adolescentes por medio del arte para la aplicación de herramientas para abordaje de conflictos socio comunitarios.

Objetivos

General

- Conocer los beneficios cognitivos de los recursos artísticos en adolescentes y niños

Específicos

- Identificar avances progresivos cognitivos en niños y adolescentes luego de hacer usos de recursos artísticos
- Describir las emociones proyectadas en niños y adolescentes por medio de los recursos artísticos
- Analizar los conceptos adquiridos matemático lógicos y lingüísticos verbales en niños y adolescentes por medio de los recursos artísticos

Contexto

Argentina, Salta capital

Se consideraron condiciones éticas y legales según Fepra - Aspra para no afectar a los participantes.

Instrumentos

Se aplicó Test de Raven para CI (coeficiente intelectual).

Durante 6 meses se aplicaron recursos artísticos para estimulación cognitiva, también para expresión y manejo de emociones.

Posteriormente aproximadamente mes 8 ,se volvió a evaluar el Coeficiente intelectual del participante, ya que el test de CI se recomienda aplicarlo una vez al año.

Población

Muestra aleatoria y voluntaria

Niños y adolescentes

Rango etario 7 a 18 años ambos sexos

Tipo de Investigación

El nivel y tipo de Investigación mixto cualitativo (estudio de caso) y cuantitativo experimental en un antes y después, aplicación del test de coeficiente intelectual RAVEN.

Análisis de casos

Resultados

Caso A

Adolescente con Trastorno de Personalidad

ANTES : Coeficiente Intelectual Termino Medio percentil 50

Se trabajaron con recursos artísticos para manejo de emociones , verbalización y trabajo de distorsiones cognitivas, dibujos anímicos, comics, listados , etc.

DESPUES : Coeficiente Intelectual Termino Medio percentil 75

Caso B

Infante con Trastorno de alimentación (anorexia infantil)

ANTES : Coeficiente Intelectual Termino Medio percentil 50

Se trabajaron con recursos artísticos para manejo de emociones , verbalización y trabajo de distorsiones cognitivas, dibujos anímicos, comics, listados , juegos de plástico de comidas, elaboración de comidas en cartulinas, y collage etc.

DESPUES : Coeficiente Intelectual Termino Medio percentil 85

Caso C

Infante con Trastorno de conducta

ANTES : Coeficiente Intelectual Termino Medio percentil 50

Se trabajaron con recursos artísticos para manejo de ansiedad e inquietud, técnicas de relajación por medio de modelado y descarga de pasteles sobre papel etc.

DESPUES : Coeficiente Intelectual Termino Medio percentil 75

Caso D

Adolescente Trastorno de ansiedad generalizada

ANTES : Coeficiente Intelectual Termino Medio percentil 50

Se trabajaron con recursos artísticos para manejo de emociones , verbalización y trabajo de distorsiones cognitivas, dibujos anímicos, comics, listados , etc.

DESPUES : Coeficiente Intelectual Termino Medio percentil 75

Conclusiones

El estudio demostró los beneficios psicológicos y cognitivos de emplear el arte terapia en menores a modo de estimulación motriz y manejo de emociones.

Explicar la causa y el efecto de la utilización del arte terapia en niños y adolescentes; comprobó que a mayor CI mayores habilidades sensoriales, creativas y expresivas.

La mayoría de los participantes registraron aumento en el Coeficiente Intelectual transcurridos los meses de aplicación de técnicas arte terapéuticas.

El arte terapia permite la verbalización, la motricidad, la expresión de necesidades , emociones y su toma de conciencia lo que incrementa la inteligencia y capacidades creativas de resolución de conflictos en los sujetos.

Sería oportuno en próximas investigaciones indagar inteligencia emocional de Daniel Goleman para mejor regulación de niños y adolescentes en le redimiendo académico y en sus habilidades sociales con grupos de pares , superiores y familia.

Se demostró que por medio de recursos artísticos se pueden realizar abordaje de psicopatologías correspondiente al CIE 10, es decir que el arte contribuye a la salud mental del sujeto.

Referencias Bibliográficas

Allerand M. (1992). *Piedra libre. Terapia Gestáltica*. Buenos Aires: Ed. Planeta.

Arnheim R. (2007). *Arte y percepción visual. Psicología el ojo creador* (3ra Ed.) España Madrid: Nueva Alianza.

Bock A. (2014). *Psicologias. Uma introdução ao estudo de psicologia*. São Paulo: Saraiva. Recuperado de:
<https://chasqueweb.ufrgs.br/~slomp/gestalt/gestalt-poligrafo.pdf>

Cabrera M. (s/f). *El desarrollo de la creatividad: un empeño insoslayable*. Cuba, Habana: Instituto Superior Pedagógico “Enrique José Verón”. Recuperado de:
rieoei.org/deloslectores/1207Macias.pdf

Carranza M. & Ciarlante S. (2011). *¿Qué es la Gestalt Transaccional?* Buenos Aires: Ed. Devas.

Delacroix J. (2009). *Encuentro con la Psicoterapia. Una visión antropológica de la relación y el sentido de la enfermedad en la paradoja de la vida*. Santiago de Chile: Ed. Cuatro Vientos.

Domato M. (2007). *Somos cuerpo. Morada de lo inconcluso*. Buenos Aires: Ed. Omeba.

Gutierrez M. (2016). *Terapia con Mediadores Artísticos*. España: Asociación Española de Terapia Gestaltica. Recuperado de: <http://www.aetg.es/tecnicas/terapia-mediadores-artisticos>

Gottero L. (2013). *Análisis de contexto e introducción a la obra*. (5ta Ed.) Argentina: Andrómeda.

Jongeward J. (1971). *Nacidos para triunfar. Análisis transaccional con experimentos Gestalt*. Argentina: Marymar Ediciones S.A.

Kandinsky V. (2013). *Sobre lo espiritual en el arte*. (5ta Ed.) Andrómeda.

Larrinaga M. (2006). *Psicología del Desarrollo. Aspectos biológicos, psicológicos y sociales. Adulterez*. Argentina: Ed. Brujas.

Levy N. (2005) *Aprendices del amor. Las emociones y la mente*. Argentina: Ed. Grijalbo
Moreau A. (2009). *Ejercicios y técnicas creativas de gestaltterapia*. (4ta Ed.) Barcelona: Ed. Sirio.

Lavy N. (2006). *La sabiduría de las emociones*. Argentina: Ed. Bolsillo.

Martorell C. & Lotufo M. (2005). *Vida Plástica Salteña*. Argentina: Fondo Ed. Secretaria de la Cultura de la Provincia de Salta. Dirección General de Acción Cultural.

Naranjo C. (2011). *La vieja y novísima Gestalt: Actitud y práctica de un experiencialismo ateórico*. (11va Ed.) Santiago de Chile: Ed. Cuatro vientos.

Ojeda M. (2011). *Arte terapia Gestalt: "La búsqueda de lo que somos"*. Madrid: Servicio de Publicaciones UCM. Recuperado de: <https://revistas.ucm.es/index.php/ARTE/article/viewFile/37091/35896>

Perls F. (2011). *Sueños y existencia. Terapia Gestáltica*. (21va Ed.) Santiago de Chile: Cuatro Vientos.

Perls, Hefferline & Goodman (2002). *Terapia Gestalt. Excitación y crecimiento de la personalidad humana*. España: Ed. con la colaboración de: Centro de Terapia Gestalt:

Peñarrubia (2014). *Terapia Gestalt. La vía del vacío fértil*. (4ta Ed.). Madrid: Ed. Alianza Editorial.

Pineda S. y Aliño M. (2014) *El concepto de adolescencia*. Recuperado de: http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/prevemi/capitulo_i_el_concepto_de_adolescencia.pdf.

Sampieri R., Collado C. & Pilar B. (2010). *Metodología de la investigación*. (5ta Ed). Mc Graw Hill.

Sinay S.& Blasberg P. (2003) *Gestalt para principiantes*. Argentina: Ed. Era Naciente S.R.L.

Taragano F. (1974). *Psicoanálisis Gestáltico. Teoría de la personalidad. Teoría de la enfermedad psíquica*. Buenos Aires. Ed. Paidós

Urcola M. (2003). *Algunas apreciaciones sobre el concepto sociológico de juventud*. Recuperado de:<http://www.redalyc.org/pdf/877/87761105.pdf>

Vázquez M. (2011). *Tolerando la Confusión*. Salta, Argentina: Ed. Universidad Católica de Salta.

Vygotsky L. (2008) *Psicología del Arte*. Buenos Aires: Ed. Paidós.

W. kohler, K. Koffka, F. Sander (1969) *Psicología de la Forma*. (2da Ed.)Buenos Aires: Ed Paidós.

Zinker J. (2003) *El proceso creativo en la Terapia Guealtica*. (2da Ed.) México: Ed. Paidós.

Anexo



Pintura acuarela y pasteles de Caso A (Expresiva) ADOLESCENTE



Pintura acuarela y pasteles de Caso A (Expresiva) ADOLESCENTE



Dibujo de trastorno alimenticio, registros de alimentos saludables INFANTE , Caso B



Tramas, motricidad fina y gruesa , INFANTE , Caso C



Pintura acuarela y pasteles de Caso D (Expresiva) ADOLESCENTE