



UNIVERSIDAD
DE LA REPÚBLICA
URUGUAY



Universidad de la República
Facultad de Psicología

Trabajo Final de Grado: Proyecto de Intervención

Desear la Vida

Taller de Arteterapia para Adultos en Minas-Lavalleja

Febrero 2024

Montevideo

Estudiante:

Valentina Blanco 5.436.592-3

Tutora: Prof. Adj.Mag. Daniela Díaz

Revisora: Prof.Ag.Dra. Gabriela Etcheverry

Índice

•	Contextualización. Construcción del Problema	2
•	Pertinencia	3
•	¿Por qué un taller grupal de Arteterapia?	5
•	Antecedentes	7
•	Marco Conceptual. El taller: espacio de posibilidades	10
•	Taller en el tiempo del devenir	11
•	Consideraciones sobre lo grupal	14
•	Nociones sobre arte	15
•	Sobre Arteterapia	18
•	Adultez	20
•	Objetivos del Proyecto.	23
•	Metodología	25
•	Análisis de la Implicación	26
•	Consideraciones éticas	27
•	Resultados esperados	29
•	Referencias	31
•	Agradecimientos	34

Contextualización

Este trabajo presenta un proyecto de intervención de un taller de arteterapia para adultos, a llevar a cabo en la ciudad de Minas, Lavalleja. Este espacio buscará promocionar la salud y el bienestar de un grupo etario que no cuenta con suficientes lugares de esparcimiento y autocuidado. Existe un vacío a la hora de encontrar propuestas que no estén dedicadas a las infancias o hacia el adulto mayor. El adulto que se encuentra en el periodo evolutivo de la adultez media, quien muchas veces es quien está a cargo de tareas de cuidado, crianza y en plena actividad de producción se encuentra desprovisto de espacios de sostén y apoyo, así como de cuidado de su salud mental. El taller se dirigirá a personas comprendidas dentro de la franja etaria de adultez media, desde los 35 a los 55 años de edad aproximadamente, con cierto margen de flexibilidad; los encuentros sucederán una vez por semana. La duración del mismo puede oscilar de 2 a 3 horas, sujeto a las necesidades y requerimientos de los sujetos involucrados y a las diferentes eventualidades que se puedan presentar.

Pienso en el taller de arteterapia como vinculador y tejedor de redes, como un espacio de despliegue de la potencia creativa en pos de la salud individual y comunitaria. Tomaré de Jacob L. Moreno su concepción de salud entendiendo que un ser humano sano es aquel que no queda atrapado en las conservas culturales, sino que es capaz de adaptarse a lo social desarrollando respuestas creativas que respetan sus necesidades. Según Moreno, el lenguaje gramatical estructurado con sus símbolos comunes, ricos en significado, no logra adentrarse lo suficiente en las capas más profundas del desarrollo psíquico y en las partes silenciosas del sufrimiento. "Ninguna persona existe de manera separada de su cuerpo vivo, a través del cual tiene su ser y se relaciona con el mundo que la rodea." (p.28). En este contexto, la arteterapia se enfoca no solo en el individuo como sujeto cognitivo, sino también se centra en los aspectos corporales y afectivos, buscando promover la acción, la espontaneidad y la creatividad como formas saludables de vivir. (Reyes, G. 2005).

Construcción del Problema

Partiendo de la pregunta que se hace Spinoza sobre "¿Qué puede un cuerpo?" (en Deleuze, G. 2011, p. 39) propongo pensar en ¿Qué puede un taller de arteterapia? Nos invito a pensar juntos la dimensión del encuentro, en cómo este se relaciona con el deseo y

la potencia que despliega el espacio del grupo y el taller. Partiendo de la premisa de que no hay escritura que no sea experimental este trabajo buscará trazar líneas para pensar a la psicología en su relación con el arte. El taller de arteterapia buscará captar y trabajar con fuerzas caóticas imperceptibles vueltas sensibles en el acto de creación (Deleuze, G. 1987). Propuesto este como un espacio que crea redes, fortalece nuestros vínculos y promueve la salud; en la medida que los participantes comparten y exploran sus experiencias a través del arte, se convierte en un catalizador para la comprensión mutua y la construcción de un sentido colectivo de pertenencia.

El taller de arteterapia se revela como un espacio donde las fuerzas caóticas encuentran expresión, las redes se entrelazan y los vínculos se fortalecen. Al encontrar la psicología con el arte, este enfoque experimental abre nuevas perspectivas para abordar la complejidad de la experiencia humana y promover la salud integral. En última instancia, el taller de arteterapia se erige como un terreno fértil donde la creatividad y la expresión convergen para potenciar el "poder hacer" de cada individuo y del grupo en su conjunto.

Pertinencia

Es necesario rescatar y dar un lugar de importancia a los procesos de creación y expresión tan dejados de lado en la vida adulta por ser considerados improductivos en términos del capitalismo, por ser una pérdida de tiempo. Considero pertinente analizar la dimensión política y afectiva del taller, hablar sobre qué tipo de encuentros y composiciones produce o tiene potencia de producir, y visualizar el espacio de taller como un espacio promotor de salud mental en tanto se convierte en un contrapeso esencial a la dinámica deshumanizadora de una sociedad orientada exclusivamente hacia la productividad y la eficiencia. Al rescatar y otorgar relevancia a los procesos creativos y expresivos, el taller de arteterapia desafía la narrativa utilitarista que subestima la riqueza de la experiencia humana en favor de criterios puramente económicos. Visualizar el espacio del taller como un promotor de la salud mental implica reconocer su capacidad para ofrecer un respiro en medio de las exigencias diarias, un refugio donde la autenticidad y la expresión son prioritarias. Dicho proyecto, propuesto a realizarse en Minas, ciudad del interior del país, significa un movimiento de descentralización, al no existir antecedentes de un espacio similar en la ciudad. Es importante que los espacios promotores de salud puedan alcanzar un mayor alcance y no sean accesibles únicamente a quienes viven en la capital del país.

Nuestro mundo hoy es liderado por lógicas neoliberales de consumo, donde la hiperproducción de bienes materiales y objetos que exceden por completo nuestras necesidades no hace más que distanciar a los humanos del acto creativo. Estamos paralizados frente a la posibilidad de creación, nos sentimos impotentes, y resulta casi imposible habitar espacios de los cuales no consigamos beneficios en pos de la productividad. El adulto de nuestro tiempo se encuentra con la dificultad de no poder colocarse en un tiempo que no responda a la inmediatez y que requiera de procesos de construcción y reconstrucción distintos (Nadal de Badaró, 1998). En este contexto, el taller convocará a un espacio donde se facilitará reencontrarse con el acto de creación y de expresión. Trabajar con objetos significantes, que estén impregnados con las propias inseguridades, temores, necesidades y la potencia de elaboración y transformación. El taller significa un espacio de resguardo y de respeto por los ritmos singulares, de no apuro, de no exigencia.

Corremos a todas partes, desbordados por las exigencias de la empresa, del negocio, de la competencia, del hogar. Al decir de Teles (2009) estos sentires se relacionan a una organización neoliberal global, que produce soledades y tristezas; tramas de impotencia que nos aíslan, nos individualizan y nos producen cansancio. Nuestras formas de individualismo no nos permiten conectar con la existencia de redes colectivas de afecto que pueden sostenernos y contagiarnos de pasiones alegres. La idea de este taller asume así un posicionamiento ético-político en tanto favorece la apropiación y la expansión de la potencia singular y colectiva y una militancia por aumentar nuestra potencia.

Byung Chul-Han (2021), nos habla de que la crisis temporal de hoy no pasa por la aceleración, si no que la aceleración es solo uno de los síntomas de la *dispersión temporal*. El tiempo hoy día carece de un ritmo ordenador, padece de una disincronía. La disincronía se debe a una atomización del tiempo, produciendo así la sensación de que el tiempo pasa mucho más rápido que antes. Ya no hay nada que rija al tiempo y uno tiende a identificarse más con la fugacidad y lo efímero, convirtiéndose uno en algo radicalmente pasajero, comprometiendo así nuestra propia identidad. Se desmoronan cada día más estructuras sociales que antes proporcionaban continuidad y duración. Las prácticas sociales como la promesa, la fidelidad o el compromiso son prácticas temporales que crean lazos con el futuro y delinean un porvenir, que crean duración, y que hoy en día han perdido importancia significativamente. Nuestra sensación de aceleración del tiempo es consecuencia de este tiempo que se ha quedado sin sostén, sin gravitación que lo rija.

En este contexto es que entiendo que no es posible la libertad, ni desplegar nuestra

potencia creativa, es necesario detenerse a sentir *el aroma del tiempo*. “Las prisas, el ajetreo, la inquietud, los nervios y una angustia difusa caracterizan la vida actual. En vez de pasear tranquilamente, la gente se apremia de un acontecimiento a otro, de una información a otra, de una imagen a otra.” (Byung Chul-Han, 2021, p.53).

Ya no somos capaces de demorarnos, y pareciera que se nos exige constantemente ser eficaces, aprovechar el tiempo, ejercitarnos, cocinar saludable, meditar, estudiar, trabajar, cuidar los hijos, regar las plantas, cuidar las amistades, cuidar, cuidar. Pero en este tiempo de no tiempo, ¿cuándo hay tiempo?. Es interesante plantear el taller como ese espacio nuestro, habitado por esos sentires que nos devuelven a lo esencial. Aroma a pintura en el aire, a arcilla, música sonando, cuerpos que se encuentran y se disfrutan. El taller es el lugar de los bellos encuentros.

El «goce inmediato» no da lugar a lo bello, puesto que la belleza de una cosa se manifiesta mucho después, a la luz de otra, por la significatividad de una reminiscencia. Lo bello responde a la duración, a una síntesis contemplativa. Lo bello no es el resplandor o la atracción fugaz, sino una persistencia, una fosforescencia de las cosas ... Solo cuando uno se detiene a contemplar, desde el recogimiento estético, las cosas revelan su belleza, su esencia aromática. Se compone de sedimentos temporales que fosforecen. (Byung Chul-Han, 2021, p.75).

¿Por qué un taller grupal de Arteterapia?

Mi propuesta parte de experiencias personales como alumna de formación en Arteterapia, Expresión Plástica y en Psicodrama, y de haber habitado espacios de creación artística concurrendo a un taller de cerámica en la Sociedad Civil Amigos del Arte en Minas. Espacios con finalidades diferentes pero que han tenido como punto de encuentro y fortaleza el trabajar desde la grupalidad con todo lo que ello conlleva. Siempre el trabajo en grupo me confirma su enorme potencia como lugar de emergentes nuevos, de reedición de viejos patrones, lugar de des-anudamientos de conflictos personales y vinculares. El grupo como espacio de confianza, de construcción de vínculos y de redes de confianza y respeto; ese espacio seguro, de uno mismo y a la vez de los otros, donde lo uno y lo múltiple se entrecruzan y juegan juntos. Un lugar donde nos vemos en el otro y pulimos la tolerancia hacia la diferencia, convivimos con lo diverso y lo hacemos parte. Nos sentimos parte, nos hacemos partes y nos partimos en pedacitos, nos desmenuzamos, hilamos fino,

recorremos nuestra historia y escuchamos tantas otras, muy ajenas o tan cercanas que parecen propias.

El grupo terapéutico que utiliza lo artístico como mediador es un dispositivo que trabaja con lo que la persona trae y dispone, tanto con sus temores y frustraciones como con sus fortalezas y habilidades más trabajadas. Lejos de ser limitante, buscará emplear materiales de fácil maleabilidad y no apunta al desempeño perfecto de ninguna técnica, sino que busca habilitar nuevos modos de comunicar, nuevas formas de lenguaje que se adapten mejor a nuestras posibilidades y sentires.

Puesto que los objetos de arte son expresivos, constituyen un lenguaje. En realidad son muchos los lenguajes, pues cada arte tiene su propio medio y este medio es especialmente adecuado para una clase de comunicación. Cada medio dice algo que no puede ser dicho bien y completamente en otra lengua. (Dewey, 2008, p.119).

Cuando digo nuevas formas de lenguaje me refiero a que vivimos en un exceso de comunicación, la era de los mass-media, Tiktok, Twitch, Twitter, Instagram, WhatsApp, Telegram, LinkedIn, infinidad de plataformas que hacen que estemos “atravesados de palabras inútiles, de una cantidad demente de palabras e imágenes” (Deleuze.G, 1995, p.275.). Es por eso que reivindico la apertura a un espacio donde también reinen los silencios, donde otros flujos de energía y de mensajes sean posibles.

...uno de los problemas que se presentan con el lenguaje es que restringe la posibilidad de significación a un conjunto de significantes, mientras que una enorme cantidad de huellas persisten como no significables. Yo pienso, cada vez más, que el malestar reside ahí, en lo indecible. El malestar en la cultura se manifiesta en el hecho de que el lenguaje es una forma de captura de lo real -que incluye también a los afectos-, pero al mismo tiempo existe una imposibilidad de captura total, con lo cual siempre habrá un plus irreproducible, incapturable, impronunciable, intransmisible, que es el que nos corta la respiración todo el tiempo. (Bleichmar, S, 2011, p.37).

El taller de arteterapia plantea alejarse de patrones y modos de resolución hegemónicos, mediados solamente por la palabra que sabemos no alcanza a abarcar la totalidad de sentires y vivencias que nos atraviesan en el diario vivir. Se buscará que los mediadores artísticos sean un puente entre lo que ya habita en las personas y las nuevas modalidades del ser que se verán posibilitadas.

Chocamos con un mundo interpretado, pero ¿cómo nombra el lenguaje eso que está más allá o fuera de lo que nombra? En esas burbujas de significaciones, sin embargo, el sentido traspasa los límites del lenguaje a través de la risa, el sueño, el arte, el amor, la amistad. (Percia, M. 2014, p.163).

Las creaciones artísticas son productoras de nuevas subjetividades y nos van moldeando-creando a medida que creamos y moldeamos los diferentes objetos. Es en las distintas formas del arte donde encontré la capacidad de hacer audibles y visibles fuerzas que antes permanecían ocultas, acalladas. El arte es entendido como un gesto que funda un pensamiento y un hacer lanzado al amor y a la transformación del mundo. El trabajo en el taller busca significar un movimiento sensible, un espacio donde surjan preguntas, un lugar seguro donde desconocer-se y reconocer-se.

La experiencia perceptiva de un grupo se modula a través de la sucesión de intercambios con los otros. Las discusiones, los aprendizajes específicos, modifican o afinan las percepciones, que se hayan siempre abiertas a la experiencia y ligadas a una relación presente al mundo. A cada momento es posible deshacerse de las rutinas sensoriales para emprender otros aprendizajes, aumentar la agudeza de la mirada, las percepciones cromáticas, la capacidad gustativa, el tacto, abrirse a otras músicas, otras sonoridades, etc. (Le Breton, D. 2010. p, 42).

Un taller que dibuje nuevos límites entre lo visible y lo invisible, entre lo audible y lo inaudible. Vivimos en un mundo de fuerzas intensivas que todo el tiempo escapan a lo por nosotros perceptible, por lo menos cognitivamente, pero a las cuales no somos ajenos ni permanecemos inamovibles. “Vivimos inmersos en ondas invisibles” (Percia, M. 2014, p.178). De aquí mi teoría de la importancia de entrar en un mundo donde la nitidez de los contornos se disipe, donde la solidez de los cuerpos se ablande. La forma y la materia dejan de lado su primacía en favor de los afectos que afirman el mundo de la relacionalidad intensiva pura del cual nos habla Teles (2007). Un espacio donde lo imperceptible deviene percibido, dibujado, coloreado, moldeado.

Antecedentes

La exploración de la capacidad humana para crear y expresarse ha sido un tema central en la psicología a lo largo de la historia. Desde el comienzo la observación de estos

fenómenos estaba centrada en entornos como la escuela y los hospitales psiquiátricos, donde la producción artística fue ganando progresivamente importancia en los programas de atención, inicialmente con propósitos recreativos y luego como parte de diagnósticos y terapias.

Casas, M (2011), marca como un hito significativo la fundación de la "Sociedad Internacional de Psicopatología de la Expresión" (SIPE, 1959) durante el Primer Congreso Internacional de Psicopatología de la Expresión en Verona, Italia. La creación de la American Art Therapy Association (AATA) data de 1963 en los Estados Unidos, donde figuras destacadas como Edith Kramer, Elinor Ulman y Janie Rhyne fueron pioneros de una importante labor clínica desde distintos marcos teóricos, contribuyendo al crecimiento de la integración de actividades expresivas y creativas en diversos campos de la psicología.

En Brasil, los pioneros en la utilización del arte como medio para promover la salud mental fueron la Dra. Nise da Silveira en Río de Janeiro, Osorio César en São Paulo y Ulyses Pernambucano en Recife. Da Silveira inició su labor como psiquiatra en 1946 en el Centro Psiquiátrico que actualmente lleva su nombre en Río de Janeiro, donde introdujo una forma de rehabilitación que incorporaba estrategias para movilizar a los pacientes mediante actividades expresivas como música, danza, pintura y teatro. Convencida de que la creatividad permitiría a los pacientes expresar conflictos, organizando emociones, acciones y pensamientos. En Buenos Aires el precursor fue Fidel Moccio (1980), llevando adelante su Taller de Terapias Expresivas a partir de la década de 1960; lugar donde integró diversas formas expresivas (corporales, dramáticas y plásticas) con el objetivo de acortar las distancias que muchas personas presentan entre pensamiento, sentimiento y acción, buscando lograr una mayor armonía al aumentar su coherencia por la disminución de sus disociaciones. Sostuvo que el desarrollo de la capacidad expresiva era posible en el dispositivo del "taller" integrando al proceso de producción técnicas corporales de relajación que estimulaban la producción de imágenes.

(Casas, 2011) En Uruguay, en 1956, los psicólogos Juan Carlos Carrasco y Mauricio Fernández establecieron el Primer Instituto de Formación Preescolar como el primer paso para implementar un Plan de Higiene Mental y Desarrollo de la Comunidad. Este plan incluía Talleres de Expresión y Terapia, así como la organización de actividades recreativas. El "Taller de Expresión" destacó como un dispositivo de intervención de gran potencial debido a los resultados y posibilidades que ofrecía, especialmente con el uso de la pintura como mediador. En un contexto de creciente profesionalización de la psicología en Uruguay en la década de 1960, este grupo de psicólogos legitimó intervenciones en promoción y

prevención de la salud, prácticas diagnósticas y psicoterapéuticas, introduciendo la integración de técnicas expresivas en su desarrollo, hasta fundar en 1963 la Asociación Uruguaya de Psicología y Psicopatología de la Expresión (AUPPE). La AUPPE desarrolló talleres de expresión plástica para niños, adolescentes y adultos con diversas problemáticas, siempre enfocándose en la modalidad de libre expresión y trabajo grupal. Haciendo hincapié en la necesidad de que estos talleres fueran coordinados por un profesional con formación psicológica y a través de una metodología específica, resaltando así la función terapéutica de dichos espacios.

Actualmente, en Uruguay, las oportunidades de formación en arteterapia no están vinculadas al ámbito formal y académico del país, el tipo de acreditación de la formación no presenta un nivel alto de institucionalización y/o formalización y no hay acreditación universitaria para la misma. Los lugares para formarse incluyen instituciones privadas que principalmente se especializan en diferentes técnicas, ya sean plásticas, corporales, o una integración de varias. El Taller Malvín lleva adelante desde 1962 actividades dirigidas a la Formación, Investigación y Desarrollo de propuestas en el ámbito de la Expresión Plástica y la Educación Artística, con un equipo de trabajo formado por artistas, talleristas, docentes y psicólogos. Por otra parte, La Escuela de Expresión, desde 1994 forma talleristas en Arteterapia y cuenta con un espacio de atención para usuarios donde utilizan el arte como herramienta terapéutica, de autoconocimiento, resolución y elaboración de nuevos sentidos.

No obstante ,en la ciudad de Minas no encontré antecedentes alguno de un espacio de trabajo con finalidad terapéutica que utilice los mediadores artísticos como herramienta. También existe un vacío enorme de propuestas para adultos desde espacios que trabajen con expresión, juego, plástica, la totalidad de ellos están destinados al trabajo con niños o adultos mayores. La adultez media es una franja etaria que sin duda no está comprendida en ningún dispositivo en la zona, y de ahí parte mi iniciativa de llevar adelante este proyecto de intervención. El adulto, siendo responsable de tareas de cuidado, crianza y en plena actividad productiva, aparece privado de espacios que le brinden apoyo, sostén y atención a su salud mental. Es en este contexto que considero que un taller de Arteterapia podría desempeñar un papel fundamental al conectar y fortalecer redes de cuidado, ofreciendo un espacio para expresar la potencia creativa en beneficio de la salud individual y comunitaria.

Marco Conceptual

El taller: espacio de posibilidades.

Es pertinente a este trabajo conversar con las dimensiones, los trazos, las líneas que hacen y componen al espacio de taller, y no a cualquier taller, si no a uno propuesto como recurso terapéutico y de desarrollo de nuestra potencia creativa y expresiva. Pienso al taller como recorrido y conformado por lo uno y por lo múltiple; un espacio físico particular, con cierta temperatura, varios aromas mezclados, como un lugar de partida a nuevos viajes, una especie de puerto con muchos barcos que zarpan a mundos desconocidos. También lo pienso como un jardín silencioso, calmo, un lugar cálido y bien propio, de una soledad anhelada; y, a la vez, es también un espacio compartido, de risas, de encuentro con otros, a veces iguales, muy diferentes, parecidos; un rincón de historias enredadas entre sí, como ovillos de lana de diferentes colores, que tejen red y nudos en algunas partes, y caen ligeros en otras.

En palabras de Stern (1977) el taller se parece a “un hervidero de cultivo de la creatividad; es también un cálido invernadero dónde la expresión se encuentra al abrigo. Hace germinar la creatividad.” (p.47). Para dicho autor, el taller significa un lugar fuera del espacio y del tiempo, donde nos es permitido crear un universo de recambio, de compensación, un antimundo, donde no hay competencia ni apuro, un espacio construido en base a emociones y deseos. Nos encontramos allí con un mundo que se va moldeando según las necesidades, a cada pincelada, al contrario del mundo real que exige de nosotros una constante adaptación y esfuerzo, situados entre el paisaje interior y el universo que nos rodea, continente y contenido. Si bien encuentro esas palabras un tanto idílicas, también comparto la ideal de taller como ese lugar seguro que permite y abre a la posibilidad, posibilidad de acción, de deseo, de expresión. Expresión como eco de nuestras vibraciones del organismo, como movimiento hacia el exterior de memorias y recuerdos que no pueden encontrar significado a través del lenguaje, que no admiten figuras y juicios, ni bueno ni malo, ni lindo ni feo.

Este acto que no está realizado por el provecho que se saque de sus observaciones, sino porque saca al exterior de su cuerpo, sobre la superficie del papel, las pulsaciones de su organismo y porque alumbraba aguas en la memoria secreta de sus sensaciones. (Stern, A. 1977. p.100).

Por otro lado, Moccio (1980), define al taller de varias maneras, como lugar donde se

enseñan y practican diferentes técnicas, así como al estilo de la actividad que busca la creatividad y la expresión. También éste podrá ser visto como la concentración de estímulos cuya respuesta es la expresión. Los estímulos serían la propuesta y los materiales que proporcionamos, pinceles, tijeras, papel, pintura, para que el paciente-alumno se comunique consigo mismo y comunique algo de lo que hemos provocado en él. Trabajó integrando la expresión artística y la terapia, afirmando que las tareas de un taller traen al sujeto a un aquí y ahora, logrando una mayor comprensión del presente y de su producción actual. El taller de expresión propicia condiciones de juego con las cosas y con los materiales disponibles, donde cada uno se puede proyectar y “llegar a conocer versiones inéditas de nosotros mismos”. (p.22). Es un medio para recuperar la capacidad creativa, la capacidad de gozar creando, de vivir creando.

Winnicott nos habla de una actividad vital, creadora, activa, y de una actitud de acatamiento, pasiva. Nos da la clave para comprender que en el taller buscamos una zona libre de las pasiones de un sistema que nos exige acatamiento y productividad. Por eso es que un taller expresivo implica restaurar un lugar donde volvemos a encontrarnos con actividades creadoras, eslabones claves en la vida del hombre que quedaron sueltos, dividiendo al mundo en espectadores y protagonistas. (Moccio, F. 1980. p.22).

Taller en el tiempo del devenir.

El taller funciona como bulbo o tubérculo de un rizoma (Deleuze y Guattari, 2002) social y a la vez personal, es un espacio de encuentro con nuestras emociones, nuestras zonas oscuras o de poca luz, nuestras sombras y nuestras diferentes paletas de colores, en continua transformación. El encuentro es con uno pero nunca es con lo Uno, cada creación está marcada por múltiples imágenes que nos pueden resultar muy propias o totalmente ajenas, en un movimiento de deseo y de producción inmanente.

Para conceptualizar esta dimensión y articularla con el taller propongo un diálogo con Deleuze y Parnet (1980) y con el pensamiento de Anabel Lee Teles (2007), quien entiende el mundo como un juego de relaciones en movimiento continuo y destaca el carácter inmanente y el potencial productivo del mismo. Teles (2007), dirá que los acontecimientos son cúmulos vibracionales, singularidades intensivas pertenecientes al devenir que se encarnan en situaciones. Son virtualidades que mediante un proceso de

actualización se efectúan en los hechos, en estados vividos, en los cuerpos, donde lo virtual no es aquello que no existe, sino que es proceso continuo y constante de actualización. Se genera así un juego de relaciones donde lo virtual es proceso de producción de lo actual y lo actual es actualización de lo virtual. Hablamos así del acontecimiento como una composición temporal, como virtualidades en continuo proceso de actualización.

En el acontecimiento algo sucede, se da algo del orden de lo nuevo y de lo intempestivo, de lo misterioso que marca un quiebre en el devenir. En palabras de Teles (2007): "Puede que nada cambie o parezca cambiar en la historia, pero todo cambia en el acontecimiento, y nosotros cambiamos en el acontecimiento" (p.62).

Propongo al taller de arteterapia como ese espacio que da lugar al acontecimiento, como espacio de apertura a lo nuevo y al cruce del pasado, el futuro y el presente. Concebir el tiempo de forma lineal no nos permitiría salir del ritmo de la vertiginosidad en el que estamos inmersos, donde parece que corremos todo el tiempo para alcanzar el éxito, llegar a fin de mes, a la licencia, o al final de semana.

Hacer pensable la temporalidad del acontecimiento o del devenir significa entonces la posibilidad de esa otra lectura del tiempo, asegurando así la posibilidad de habitar esas líneas de fuga del "ahora" propio de la cronometría histórica. Pensar en un "tiempo intempestivo" implica un compromiso en reforzar las virtualidades que permiten una interrupción de esa temporalidad dominante. (Pardo.J.L, en Deleuze, 2007).

Encontrarse en un plano de inmanencia nos enfrenta a un plano relacional que produce y al producir se produce (Teles, 2013). Algo de lo novedoso se hace presente mediante una diferencia singularizada, mediante un corte, algo nuevo surge, la diferencia se presenta en vibración, en intensidades afectivas que se pliegan y despliegan. Cúmulos intensivos, pliegues de relaciones que se encuentran y que hacen al acontecimiento. El tiempo del acontecimiento es el devenir, tiempo en constante configurabilidad, en mutación, donde se experimenta lo nuevo y lo pasado simultáneamente, virtualidades actualizándose en un campo de fuerzas visto con otros ojos, sentido con otra velocidad.

Las "fuerzas" que se trata de hacer pensables y que ocupan el "reverso" de la representación son algo así como los latidos inaudibles de ese tiempo excéntrico con respecto al "ahora" que solamente anida en los intersticios del pulso crónico del

tiempo del mundo y de la historia universal, un tiempo que sólo puede sentirse precisamente a contratiempo o a destiempo, sólo como intempestivo o heterocrono. (Pardo.J.L, en Deleuze, 2007 p.26).

Teles (2007) propone una ontología del devenir que abandona la lógica del ente y el ser, para conceptualizar un pensamiento de las relaciones y multiplicidades, donde el tiempo se nos presenta como cambio constante y movilidad vibrante. El tiempo del devenir es un tiempo en el cual tienen lugar distintos procesos de subjetivación, donde importa ver cómo, cuándo y qué condiciones permiten producir modos de existencia, alejados de una concepción identitaria inmutable. No somos seres fijos e inmutables, no nos definimos por nuestro estado actual de las cosas, nuestras circunstancias actuales pueden parecer una dificultad para poder configurar nuevas formas de ver y hacer. Al decir de la autora, “Las singularidades intensivas al configurarse subjetivamente gracias a los juegos relacionales del acontecer realizan procesos de subjetivación capaces de desplegar la potencia creadora como ejercicio de libertad.” (p. 43).

Pensar el tiempo resulta difícil, no estamos acostumbrados a ver, a oír sus signos, lo hemos subordinado al curso de la historia, a la regencia de los relojes; lo hemos sojuzgado al transcurrir y a la sucesión, a un tipo específico de movimiento. Sin embargo, el devenir constantemente brinda sus signos, nos hace señas. Los encuentros, las conexiones no causales nos sorprenden y nos hunden en un mar relacional, en un mar de visiones inusitadas y de sonidos inaudibles que constituyen un universo temporal capaz de estimular experiencias formidables, emergencias intempestivas que muestran una trama dinámica de afecciones, una temporalidad ritmada: eterno retornar que es el ser mismo del devenir. (Teles, 2007, p.61).

El espacio de taller es también ese universo capaz de estimular experiencias formidables, donde ese mar de relaciones habilitan nuevas formas de ser y estar, con los otros y en el mundo. La experiencia grupal es transformadora en tanto habilita a la reconfiguración de las llamadas conservas culturales, ya que operan diferentes rupturas a referencias instaladas en nosotros desde lógicas de poder o desde distintos dispositivos de control social.

Consideraciones sobre lo grupal.

Considero pertinente sentar las bases desde donde elijo pensar lo grupal. Ana María Fernández (1989) dirá sobre el vocablo grupo que este reconoce su origen en el término italiano *groppo* o *gruppo*. Groppo refería un conjunto de personas esculpidas o pintadas, y fue recién hacia el siglo XVIII que pasó a significar una reunión de personas. El groppo scultórico era una forma artística propia del Renacimiento y se caracterizaba porque sus figuras cobran sentido cuando eran observadas como conjunto, más que aisladamente. Curiosamente una de las primeras acepciones del término groppo, antes de llegar a ser reunión o conjunto de personas era *nudo*, que derivaría del provenzal *grop*=nudo; éste a su vez derivaría del germano *Kruppa* = masa redondeada, aludiendo a su forma circular. Abriendo reflexiones sobre el nudo en lo grupal y sus significaciones, la figura nudo abre en Fernández (1989) la siguiente pregunta: “¿qué anudamientos-desanudamientos se organizan dentro de un conjunto reducido de personas?”. (p.23). Por otro lado, la masa redonda, se relaciona con la idea de círculo y la distribución circular en los grupos, disposición que se dice acentúa la igualdad jerárquica o generaría horizontalidad en las relaciones de poder de los grupos, la autora discutirá con esto y dirá que el mero sentarse en círculo no determinará igualdades jerárquicas ni atenúa los juegos de poder, pero sí permite una distribución abierta de las miradas.

El groppo aparece con el Renacimiento, momento de tránsito de las redes feudales a la familia nuclear moderna, y del culto de Dios al interés por el individuo y el libre mercado. Es decir, el vocablo grupo surge en el momento de constitución de la subjetividad moderna.

La preocupación por pensar las relaciones y diferencias entre individuos y sociedades es, sin duda, una característica fundante en las ciencias humanas, las filosofías y las ciencias y prácticas políticas de la Modernidad. Existe una antinomia clásica *Individuo-Sociedad* que se encuentra implícita en toda concepción sobre lo grupal y que opera como verdadero a priori conceptual, una premisa implícita desde donde no sólo se piensa la articulación de lo singular y lo colectivo sino que se leen los acontecimientos grupales. Fernández (1989) enuncia la necesidad de un paradigma que no sea reduccionista y permita sostener la tensión singular-colectivo, y es por esto que la autora insiste en la figura de *nudo*.

“En el intento de desdibujar el sentido antinómico de la tensión entre lo singular y lo colectivo, es que resulta pertinente repensar críticamente aquella noción por la cual los grupos constituyen un campo de mediaciones entre individuos y sociedades.” (Fernández, A. 1989,

p.38).

Con el avance de la modernidad fueron adquiriendo visibilidad los conflictos humanos en la producción económica, en la salud, en la educación, en la familia y las instancias organizativas de la sociedad, lo que llevó a que se exijan en estos ámbitos otras formas de intervención y de especialistas afines a poder resolver dichas problemáticas. Será a partir de 1930 - 1940 aproximadamente que se inventa una nueva tecnología: el Dispositivo de los Grupos, y con él aparece también un nuevo técnico: el coordinador de grupos. Los abordajes grupales funcionarán como espacios de resolución de los nuevos problemas de la modernidad y posteriormente de las secuelas dejadas por las guerras mundiales. En tiempos de posguerra surgió la urgencia de brindar atención psicológica a grandes números de personas a la vez, momento en que las terapias grupales tuvieron su auge alrededor del mundo. Impulsando la creación de las primeras asociaciones de terapia en grupo en Estados Unidos: la Asociación de Psicoterapia y Psicodrama de Jacob L. Moreno (1889-1974) y la Asociación de Psicoterapia de Grupo de Samuel R. Slavson (1890-1981).

La historia y genealogía del grupo y las grupalidades sería por completo muy extensa para desarrollar aquí y desbordaría lo que puede llegar a comprenderse en este trabajo. En tanto, tomo la idea de grupo como campo de problemáticas atravesado por múltiples inscripciones: deseantes, históricas, institucionales, políticas, económicas, etc. Un nudo formado y atravesado por múltiples hilos, donde aparece lo Uno y lo Múltiple a la vez. (Fernández, A. 1989). El grupo, concebido como un nudo intrincado, refleja las tensiones y negociaciones constantes presentes en las interacciones grupales. Desde una perspectiva psicosocial, el grupo se convierte en un terreno fértil para explorar las relaciones de poder y los conflictos de identidad y pertenencia; a la vez que ofrece un espacio propicio para la exploración y comprensión de nosotros mismos y de las intrincadas interrelaciones que dan forma a nuestras vidas.

Nociones sobre arte.

A lo largo de la historia, el concepto de arte ha experimentado transformaciones significativas, reflejando las cambiantes perspectivas culturales, sociales y filosóficas de cada época. El vocablo *Arte* proviene del latín *Ars* que deriva del griego *Téchne*, es decir, técnica; términos utilizados para referirse a poseer destreza. En la antigüedad no se concebía el arte sin reglas, para Aristóteles el arte debía ser una producción consciente basada en el conocimiento. El artista era alguien que poseía cierta habilidad, quién

respetando ciertas técnicas tenía la disposición de crear. El arte abarcaba un ámbito mayor que hoy en día, comprendiendo no solo las bellas artes sino también los oficios manuales, desde la pintura hasta la confección de vestimentas. (Taterkiewicz, W. 1975).

Durante la Edad Media el arte no estaba definido por la búsqueda de belleza, si no que estaba fuertemente ligado a lo divino, visto como una expresión de lo sagrado y trascendental. A la vez, significaba una forma de afirmación de la riqueza y del poder, siendo los reyes y emperadores quienes financiaban las grandes obras de culto religioso. El Renacimiento marcó un cambio crucial al poner énfasis en el individuo creativo. Surgió la noción del artista como un genio capaz de manifestar su originalidad y visión única. Con el tiempo, esta idea evolucionó hacia movimientos artísticos como el Barroco y el Rococó, cada uno con su interpretación particular de la estética y la expresión.

La Era Moderna introdujo desafíos radicales a las convenciones artísticas. La revolución industrial, el surgimiento de una nueva clase social (la burguesía), la nuclearización de la familia y el desarrollo acelerado de la ciencia son algunos de los cambios que marcaron ésta época. Se acentúa la individualización, el uso de las identidades personales, así como la idea de intimidad. (Fernández, A. 1989). El positivismo como teoría dominante sustituye a la religión y legitima a la ciencia como modo de comprensión y explicación del mundo. El arte acompaña este cambio dejando de estar al servicio de la religión y de la moral para ir entrando en una dimensión estética y de búsqueda de lo bello. Corrientes como el impresionismo, por ejemplo, que buscó capturar la impresión instantánea de la luz en lugar de representar la realidad de manera precisa. El cubismo, por su parte, fragmentó la realidad en formas geométricas, desafiando las representaciones convencionales.

En el siglo XX, el arte conceptual propuso que la idea detrás de la obra era más importante que la ejecución técnica. Movimientos como el expresionismo abstracto y el pop-art exploraron nuevas formas de expresión y crítica social. Hoy en día, las concepciones del arte son increíblemente diversas, desde la exploración personal y la experimentación formal hasta la provocación de reflexiones sobre cuestiones sociales y políticas.

El arte denota un proceso de hacer o elaborar. Esto es cierto tanto para las bellas artes como para el arte tecnológico. El arte comprende modelar el barro, esculpir el mármol, colar el bronce, aplicar pigmentos, construir edificios, cantar canciones, tocar instrumentos, representar papeles en el escenario, realizar movimientos rítmicos con la

danza. Cada arte hace algo con algún material físico, el cuerpo o algo fuera del cuerpo, con o sin el uso de herramientas, y con la mira de producir algo visible, audible o tangible. (Dewey, 2008, p.52).

Para trabajar utilizando el arte como mediador considero esencial explorar las fundamentales conexiones entre el arte y la experiencia humana. John Dewey (2008), filósofo y educador estadounidense, proporciona una perspectiva valiosa en su obra "El arte como experiencia". Este texto no solo ofrece una comprensión profunda del arte, sino que también aborda la experiencia estética como un proceso vital en el desarrollo humano. Dewey destaca la necesidad de superar la dicotomía entre el arte como expresión individual y como objeto contemplativo. Propone una visión integral del arte que se centra en la experiencia estética como una fusión de emoción, pensamiento y acción. Explora cómo la estética y la creatividad están arraigadas en la forma en que interactuamos con el mundo, desafiando la noción tradicional de arte como algo exclusivo de museos o galerías. Dewey aboga por una apreciación del arte que no se limite al disfrute pasivo, sino que involucre al espectador en un proceso activo y participativo. Más bien se refiere a un arte que nos vuelva más inteligentes y más sensibles, más listos para la acción.

Dewey (2008), dirá que las experiencias estéticas son el logro de un organismo en sus luchas y realizaciones dentro de un mundo de cosas, el mismo arte en germen. La experiencia estética en tanto es experiencia, es vitalidad elevada. Lo estético en la experiencia refiere a que la experiencia es estimulante, perceptora y gozosa, significa un intercambio activo y atento frente al mundo.

El arte rompe el caparazón que oculta la expresividad de las cosas experimentadas; nos sacude la pereza de la rutina y nos permite olvidarnos de nosotros mismos para reencontrarnos en el deleite del mundo experimentado en sus variadas cualidades y formas. Intercepta toda sombra de expresividad que se encuentra en los objetos y los ordena en una nueva experiencia de vida. (Dewey, J. 2008, p.118).

Me pliego a esta idea de arte como ese lugar no-lugar, como posibilidad de salirse de uno y abrirse a la transformación del nosotros y de nuestro mundo circundante, dando paso al devenir, devenir pintor, devenir animal, devenir niño. Percia (2014), en su libro Sujeto Fabulado, dialoga con el concepto de devenir de Deleuze (1980), y nos presenta esta idea del devenir como fuga de lo que nos aprisiona en nuestro ser humanos. Un taller de arte nos permite eso mismo, descomponer los modos rígidos de organización de la corporalidad dando

así lugar a otras intensidades en nuestro cuerpo, "...como salida del territorio de dominio, posibilidad de vivir intensidades secuestradas o no conocidas." (p.184). Devenir como apertura y tendencia, como transcurrir a través de lo estable hacia lo inestable y viceversa, devenir viejo, joven, niño, viento, mar, gato, miserable, extasiado, loco, feliz, moribundo. Deslizándose como sensibilidad de pasaje, abriendo camino a las formas sin adherirse y fijarse a las mismas. Escabullirse, salir a hurtadillas, irse de la idea de uno o de otro; descansar.

Sobre Arteterapia.

La noción de arteterapia incluye generalmente a todo tipo de tratamiento psicoterapéutico que utilice como mediador la expresión artística (danza, pintura, teatro, música, modelado, títeres, etc). Sara Pain (2008) dirá que para hablar de arteterapia debemos pensar en una concepción del arte como metáfora, un "como sí" en el cual se le exige al arte un servicio útil, el terapéutico. El *-artistant-* es quien en el taller, en la puesta en acto de sus intenciones estéticas y exploración de su imaginación, acepta la ficción de hacer arte. A través del trabajo con el arte el sujeto no solo se abre a interactuar con compañeros y nuevos materiales, si no que se dispone al encuentro con obstáculos inconscientes y resistencias, así como a la posibilidad de descubrir cosas de sí que antes desconocía.

Pain (2008), sostiene que la arteterapia es posible porque el arte se liberó de sus formas rígidas de definición y de toda obligación que escape a las reglas del juego que el mismo artista propone. La actividad artística aparece como representación dramática de la intención creativa del sujeto, y es allí donde encontramos la eficacia terapéutica de esta modalidad clínica. El taller se vuelve la escena dramática que alberga la realidad social e histórica a la que el sujeto logra integrarse ejercitando su imaginación y produciendo la obra. En las dificultades para llevar a cabo las consignas es que pueden advertirse los obstáculos inconscientes que producen resistencia a captar la armonía de la imagen o de la emotividad que de ella se desprende, aunque esto pueda aparecer bajo la forma de un caos de líneas y trazos, o de la percepción de un aspecto de fealdad. En el taller, será importante observar cómo cada sujeto se enfrenta a las situación aleatoria, si se sirve de ella, si la evita, si se enoja o se angustia. En la actividad gestual el sentido se va construyendo in situ, sin preverlo, y se capta a posteriori, como es la norma en cualquier proceso terapéutico donde la espera debe estar presente y exenta de cualquier expectativa.

La consideración del uso del arte con propósitos terapéuticos tiene lugar debido a que la clínica psicoterapéutica ha experimentado cambios significativos. Este cambio, a su vez, está vinculado a una transformación en la percepción que la sociedad tiene de la salud mental. La convergencia entre el arte y la terapia ha sido factible gracias al desarrollo de una teoría semiológica que examina el funcionamiento mental de manera inmanente y es capaz de abordar la naturaleza dramática del aparato simbólico.

Nuestra cultura, atomizada por las exigencias de eficacia y de éxito en todo ámbito, se enfoca en la afirmación del disfrute en el presente y en la urgencia de vivir la vida plenamente. Debemos estar sanos, ir a terapia, comer bien, irnos de vacaciones, hacer feng shui, estar informados, hacer militancia, estar bien, ser felices. Pain (2008), dirá que este deber ser genera un estado narcisista de frustración y reivindicación constante, una inquietud neurótica cuyos síntomas demandan atención, comprensión y tratamiento. La búsqueda de las causas de la angustia se presentan como una necesidad constante y se habita un malestar generalizado, afectando a todos. La autora propone el pensar este estado social e individual bajo el término de “desasosiego”. Ahora bien, en nuestro contexto actual, ¿qué sentido tiene la arteterapia y cuáles son sus posibilidades?

El sentido de la terapia a través del arte es devolverle al cuerpo el derecho a emocionarse y a sentir el mundo, de llegar a ser sujeto de la pasión. Porque las necesidades psíquicas son siempre las mismas, sólo que, con sus prohibiciones y mandatos, cada momento de la historia abre ciertas posibilidades y cierra otras provocando, así, las distintas descompensaciones que constituyen los síntomas de cada época. (Pain, S. 2008. p.53)

Retomando la pregunta disparadora de este trabajo, ¿qué puede un taller de arteterapia?. Puede poner al sujeto en actividad para descubrir en sí mismo una posibilidad que desconocía. Se puede ir al taller para cambiar algo, para pasar el tiempo, para divertirse, para estar acompañado, todas las motivaciones son pertinentes. Lo importante es que se pueda asumir el rol del artista a quien todo está permitido, dentro de las limitaciones propias de los materiales y normas de convivencia. El taller permite el convivir, y esto nos aporta a la transformación de nosotros mismos, a adquirir nuevas creencias, a tomar del otro lo que nos conviene y aumenta nuestra potencia. El lenguaje artístico nos permite ampliar nuestro mundo sensible. “Hacer arte exige volver consciente, visible, esa sensibilidad, ponerla en

imágenes, tomar posición, elegir entre sus posibilidades y variaciones y, finalmente, corporizarla en el trabajo con la materia.” (Pain, S. 2008. p.39).

La arteterapia y la práctica en grupo de las artes tienden a ubicar el cuerpo en el centro de lo imaginario para permitirle al sujeto redescubrir esos gestos que se han vuelto inútiles, pero que están cargados de significación. Le dan al sujeto la posibilidad de reanudar el diálogo con su cuerpo y su entorno. (Pain, S. 2008, p.54).

Un lugar donde los cuerpos se encuentren, se despierten nuevas sensaciones físicas, táctiles, nuevos aromas, donde reine la escucha y otros flujos de energía y de mensajes sean posibles.

Adulthood.

Amorín (2015), en su libro “Apuntes para una posible Psicología Evolutiva” analiza y trabaja el concepto de adultez no desde una cosmovisión universal del mismo, sino buscando que el término comprenda a las diferentes etnias y grupos humanos. Considerando que son innumerables las variables socioeconómicas, educativas, laborales, se centrará en algunas ubicables dentro de lo considerado como “normalidad”, “...entendida esta última como conjunto de comportamientos cuya ocurrencia es significativa y frecuente en un determinado grupo etario cohesionado por determinantes socio-culturales. Queda claro que esta acepción de “normalidad” se desmarca del concepto de “salud”, dando por entendido que no necesariamente lo “normal” es “saludable”. ” (p.129).

Si bien este proyecto de taller refirió más arriba que comprenderá a personas dentro de la etapa de adultez media no quiero tener una perspectiva rígida sobre a qué edades comprende esta franja etaria, entendiendo que la edad de los individuos es siempre relativa, en tanto estar sujetos a ciertos dinamismos psicosociales (que sí son determinantes a este respecto) no siempre dependen de una fecha específica de cumpleaños. En Amorín (2015), se ubica a la adultez media entre los 35 y los 55 años, sin embargo, los límites a este respecto serán fluctuantes y dinámicos en tanto entiendo que quien se acerque a este espacio será movido por deseo y necesidad, muchas veces, de un espacio de contención y cuidado.

Siguiendo a Amorín (2015), buscaré trazar algunas líneas que dibujen parte de las

consideraciones y las variables que se han tenido en cuenta a lo largo del tiempo para abordar esta etapa de la vida. Por su parte, desde los comienzos del psicoanálisis, el comportamiento adulto se definía por éste como forjado por los avatares estructurantes e inconscientes que las pulsiones imprimían sobre los cuerpos erógenos y los afectos, desde el nacimiento hasta la adolescencia. En aquel tiempo el ser adulto se asociaba mucho más con la afirmación de ciertos estereotipos fuertemente consolidados e inamovibles, que no dejaban margen ninguno para la transformación, la innovación y el cambio, siendo mucho más restrictivos en comparación con la diversidad y flexibilidad que observamos hoy día. Estos estereotipos limitaban significativamente la capacidad para abrazar lo innovador, lo transformador y el cambio. Es evidente que en la cultura que sirvió de cimiento para los principios fundamentales del psicoanálisis, la vida adulta se desenvolvía en medio de complejas interacciones de dinámicas biopsicosociales y mecanismos de construcción de subjetividad. Estos elementos presentaban obstáculos para el ejercicio crítico de la autonomía, impidiendo la promoción de resoluciones radicales ante las crisis inherentes a la vida. Además, debido a las complejidades del universo inter, intra y trans-subjetivo, la capacidad para una reestructuración potencial era inferior a la que experimentamos en la actualidad. El cambio en nuestro tiempo ha devenido una verdadera mutación civilizatoria, donde los cambios en las representaciones, mitos, figuras de referencia, instituciones han sido por completo vertiginosos.

La cultura posmoderna, promotora del modelo juvenil y adolescente, donde pareciera que deberemos permanecer para siempre, define una estética que propone como hermoso todo lo joven. Dejando de lado al cuerpo del adulto, pasando sin transición de la adolescencia a la vejez, donde parecer viejo resulta vergonzante, una especie de fracaso. El adulto medio se encuentra en el limbo entre lo que ya no es y ahora perder, y lo que inevitablemente le espera y se niega a asumir. Burin, H.(2000), en Amorín (2015), dirá que el adulto medio se debate entre los dinamismos de la juventud pasada y la vejez temida.

La adultez contemporánea nos coloca a todos, hombres y mujeres por igual, en un período de transformaciones y ajustes fundamentales, marcado por la necesidad de definición, diferenciación y juicio, los cuales constituyen una auténtica crisis evolutiva. Para comprender y definir a la adultez diversos elementos se vuelven relevantes: la relación con los padres y las figuras de autoridad; la conexión con los hijos y las generaciones más jóvenes; la percepción y relación con el propio cuerpo; las dinámicas de género, incluyendo el poder y el empoderamiento, así como los ideales de género; la sexualidad y las complejidades de las pulsiones; las características de la vida emocional y afectiva; la integración en el ámbito laboral

y profesional; la concepción de un proyecto personal y colectivo; el proceso de construcción y deconstrucción de la identidad; la vivencia subjetiva del tiempo y su percepción; la actitud frente a la inevitabilidad de la muerte.

Estos aspectos son fundamentales para comprender la complejidad y la diversidad de la experiencia adulta en la sociedad contemporánea. En una época teñida por el cambio permanente y la incertidumbre, nos toca el desafío de intentar generar puentes que disminuyan la tensión entre el pasado y el futuro, entre hijos y padres, el poder y la deslegitimación, la tradición y la innovación, la autoridad y la omnipotencia, la ilusión y la desesperanza. La búsqueda es la de contribuir hacia la construcción de una adultez menos amenazada y más sana, ya que son varios los mecanismos de sometimiento y el aumento abrumador en adicciones, entre ellas a los medicamentos, que se utilizan para afrontar las diferentes crisis de ansiedad y agotamiento que se padecen por los derroteros de la vida adulta.

En esta línea creo pertinente el abrir espacio a pensar y trabajar desde la noción de Identidad. Iacub (2011), en su libro "Identidad y Envejecimiento" nos acerca a pensar la identidad como movimiento, como diálogo a la permanente confrontación entre lo mismo y lo distinto. El pensar la identidad en la adultez y en etapas de envejecimiento permite reflexionar sobre las narrativas y sentires que las personas tienen de su propia vida a lo largo del tiempo y la posibilidad de transformación de las mismas. A lo largo de la vida las personas integran múltiples roles y funciones en sus identidades, pueden ser padres, cónyuges, profesionales, estudiantes, cuidadores, jubilados. La forma en que estas identidades se entrelazan y se priorizan puede influir en el bienestar psicológico y emocional, ya que entiendo que un sinónimo de buena salud sería el poder adaptarse creativamente a los cambios de identidad que puedan ir sucediendo a lo largo de la vida, así como el adaptarse a ciertas renunciaciones y cambios físicos que puede acarrear el mismo proceso del envejecimiento.

McAdams, 1985, y Ricoeur, 1991, son tomados por Iacub (2011) para pensar la identidad como una narrativa a la que denominaron *Identidad Narrativa*, que aparece "...en un movimiento pendular y dialéctico entre lo discordante y lo concordante, lo incoherente y lo coherente, cuyo resultado son relatos variables en el tiempo y que no remiten a una identidad estática, sino a una reflexión sobre la misma..." (p.28). Dichos autores sostienen que su función tiene la importancia de organizar y dar coherencia al conjunto de la vida, que de otra manera se nos presentaría de forma segmentada y poco clara. Integrar las diferentes significaciones y versiones del sí mismo posibilita un sentimiento de unidad y de coherencia

personal en tiempo y espacio. El sujeto necesita ligarse a una trama que lo defina y le otorgue contornos precisos y una sensación de bienestar subjetivo. La relectura de las narrativas sucede a lo largo de toda la vida, y está envuelta de múltiples búsquedas de sentido, con rupturas que requieren permanentes reelaboraciones identitarias. En este sentido, destaco el enorme potencial del taller de arteterapia como lugar de creación de redes y nuevas conexiones, donde se fortalecen los lazos sociales entre participantes, promoviendo un espacio seguro de reflexión e integración. Emergiendo como un impulsor para la comprensión mutua y la construcción de un sentido colectivo de pertenencia donde nuevas elaboraciones son posibles. “Imaginar un sí mismo o imaginar un nosotros, apacigua; las ficciones inclusivas, a veces, contienen y dan paz.” (Percia, M, 2014, p.117).

Objetivos del Proyecto

Objetivo General:

Generar un espacio enriquecedor para la salud mental de adultos que se encuentran evolutivamente en el período de adultez media en una ciudad del interior (Minas-Lavalleja). A través del trabajo con diferentes mediadores y formas del arte se busca crear un entorno propicio para el cuidado y disfrute de los participantes, permitiéndoles explorar y expresar sus emociones, conflictos, temores, creando redes vinculares de sostén y trabajo en conjunto en pos del bienestar y la salud de los mismos. La visión es de un espacio que sirva para habilitar otros ritmos y formas de estar que no sean vertiginosos ni autoexigentes, sino que signifiquen un lugar de demora y de ejercicio de la libertad, donde se multipliquen las pasiones alegres y la potencia de la vida.

Objetivos Específicos:

1- Favorecer procesos de creación y expresión:

- Proporcionar herramientas artísticas que estimulen la creatividad y la expresión individual y colectiva.
- Facilitar actividades que promuevan la autenticidad y la exploración de diversas formas de comunicación a través del arte.

- Reconocer y validar las diferentes experiencias y perspectivas de los participantes mediante la creación artística.
- Promover la libertad de habitar un espacio de ocio y de disfrute.

2- Promover intercambios y reflexiones acerca de las complejidades de la vida adulta:

- Fomentar la comunicación sobre los desafíos y experiencias comunes en la vida adulta.
- Utilizar el arte como medio para explorar temas como la identidad, la responsabilidad y la adaptabilidad en el contexto de la vida cotidiana.
- Facilitar la reflexión individual y colectiva sobre el significado y propósito en la etapa adulta a través de las expresiones artísticas.
- Proponer un espacio de debate y de revisión de roles que se asumen como figuras a cargo del cuidado de otros.

3- Propiciar vínculos de confianza, respeto y apoyo mutuo:

- Establecer un ambiente seguro y acogedor que fomente la confianza y la apertura entre los participantes.
- Implementar dinámicas grupales que fortalezcan el respeto hacia las experiencias individuales, construyendo así una comunidad de apoyo.
- Contribuir a la construcción de un espacio tanto de silencios y escucha como a un lugar que invite al movimiento y al juego.
- Brindar oportunidades para compartir logros y desafíos, fortaleciendo los lazos emocionales y promoviendo un sentido de pertenencia en el grupo.

Este proyecto surge de la convicción de que la arteterapia puede ser una herramienta valiosa para abordar los aspectos psicológicos y emocionales de la vida adulta. Al crear un espacio donde la creatividad se entrelaza con la reflexión y el diálogo, buscando impactar positivamente en la salud mental de los participantes, promoviendo un enfoque integral hacia el cuidado de su bienestar emocional y psicológico.

Metodología

Este trabajo presenta un proyecto de intervención de un taller de arteterapia para adultos, a llevar a cabo en la ciudad de Minas, Lavalleja. El taller se dirige a quienes están en la franja etaria de adultez media, desde los 35 a los 55 años de edad aproximadamente, con cierto margen de flexibilidad, en tanto quienes se acerquen a este espacio lo harán impulsados por el deseo y, en muchas ocasiones, la necesidad de encontrar un lugar que les brinde contención y cuidado. Los encuentros sucederán una vez por semana, en un horario y día fijo, dibujando así los lineamientos de un encuadre que se piensa necesario. La duración del taller puede oscilar de 2 a 3 horas, sujeto a las necesidades y requerimientos de los participantes y a las diferentes eventualidades que se puedan presentar.

En cuánto a la consideración del espacio será importante el contar con un lugar físico de trabajo amplio e iluminado, lo ideal sería con ventanas o salida a un espacio verde, con abundante luz natural. Será necesario tener privacidad, por lo tanto es crucial no coincidir con otras actividades que se puedan estar sucediendo en simultáneo, lo que atentaría como distractor o disparando posibles ansiedades paranoides por la pérdida de intimidad. Se necesitará disponer de mobiliarios tales como mesas y sillas que puedan hacerse a un lado en caso de llevarse adelante una propuesta de movimiento y expresión corporal. Es interesante manejar la posibilidad de que los encuentros puedan ser itinerantes, es decir, proponer la movilidad en los espacios, poder habitar espacios públicos tales como la represa, la rambla, que son espacios naturales propios de la ciudad. Por supuesto éstas instancias serán propuestas y puestas a consideración por los participantes del taller, según su disposición y posibilidades.

Al comenzar los encuentros, las propuestas buscarán promover la integración grupal y la confianza entre los participantes. Pienso en un taller que transite por diferentes momentos bien marcados. Primero, un tiempo para llegar al espacio, colocarse el delantal de trabajo, se requerirá usar ropa cómoda y que se pueda manchar. Se suceden unos minutos para esperar toda la concurrencia y se habilita traer al espacio comentarios sobre sentires residuales de encuentros anteriores, inquietudes. Este primer momento será de relajación y de escucha, de ver cómo se llega, qué cosas se sienten. Un segundo momento es la presentación de la propuesta y constitución de los subgrupos si la tarea lo requiere, y la puesta en práctica. Se estará atento a las reacciones a la propuesta. “La atención debe permanecer abierta, sin

anticipación, sensible a la resonancia afectiva y representativa.” (Pain y Jarreau, 2006, p.28).

Un tercer momento es la finalización del tiempo de trabajo y la culminación o no de las obras. Sobre el cierre del taller es el momento de ver quienes dan su obra por finalizada y que relación forjan con la misma, si es de apego, de deseo de destrucción, de satisfacción. Se procede a compartir los trabajos y experiencias, disponiendo los cuerpos circularmente para encontrarnos en miradas y relatos sobre lo vivenciado. Esta etapa promueve la conexión entre los miembros del grupo y permite que cada individuo se sienta escuchado y validado, así como un análisis del trabajo que despliega una profunda lectura de lo sucedido, pudiendo revelar aspectos subconscientes y permitir un mayor insight. Se invita a modo de cierre a reflexionar sobre el transitar por el proceso terapéutico y se buscará afirmar la importancia de sostener los procesos y la permanencia en el espacio.

Análisis de la implicación

La decisión de emprender un proyecto de intervención de un taller de arteterapia con adultos es, en muchos sentidos, una travesía personal marcada por experiencias previas en talleres de arteterapia y espacios con varios puntos de encuentro. Tanto mi formación como alumna en arteterapia en APPIA, mi formación en curso de Tallerista de Expresión Plástica y de Coordinadora de Grupos de Psicodrama; así como mi experiencia como ceramista en la Asociación Amigos del Arte de Minas confluyeron a que mi interés y deseo se delinearán en esa dirección. Si bien estos han sido espacios con finalidades diferentes han tenido como punto de encuentro y fortaleza el trabajar desde el arte y habitando la grupalidad, con todo lo que ello conlleva.

También he notado que siempre en los espacios de formación existe una línea muy tenue y casi imposible de visualizar que los separa de ser espacios terapéuticos, en tanto la misma formación te lleva a atravesar y vivenciar las múltiples experiencias subjetivamente. Me he encontrado también con la notoria necesidad que tenemos de conformar espacios de autocuidado, de disfrute, de exploración de sentidos, y los mismos son muy pocos, casi nulos.

La decisión de involucrarme en este campo nace de la convicción de que las experiencias personales, ya sean desafíos superados o emociones descubiertas, pueden

enriquecer la dinámica de un taller, convirtiéndolo en un espacio de crecimiento y expresión auténtica.

El trabajo en el taller siempre me confirmó su potencial como espacio de nuevos emergentes, espacio privilegiado de trabajo, donde uno contacta con el material y despliega un arte que da lugar a lo nuevo, a lo que antes no tenía lugar. El grupo es ese lugar seguro y de confianza, donde se entrecruzan lo uno y lo múltiple, donde resonamos con un otro que nos aleja a la vez que nos acerca a nosotros mismos. Un espacio para abandonarse a las intensidades de la vida.

¿Cómo abandonarse a las intensidades de la vida? Abandonarse: estar sin para qué o porque sí. La potencia de darse a lo otro. ¿Quién se abandona? La posibilidad de abandono ocupa el lugar de sujeto en un cuerpo viviente. Abandono no como dejadez, sino como arrojarse hacia lo que la vida ofrece. Abandono como riesgo, vértigo, don. (Percia, M, 2014, p.257.

El desafío que tengo por delante es el de pensarme ya no como estudiante sino como futura coordinadora de este espacio presentado en este proyecto. En la bibliografía recorrida anteriormente sobre arteterapia se trabaja la figura del arteterapeuta, pero, ¿cuál es su rol? ¿de qué manera acompaña durante el proceso creativo y terapéutico? Pain (2006) dirá que se precisa de una mirada atenta pero no hostigante, ser arteterapeuta es ser un testigo de la aventura y seguir el recorrido de forma paciente, ayudando a salvar los obstáculos que se puedan encontrar. “El arteterapeuta es una mirada, una escucha, una resonancia afectiva”. (p.28). Dar lugar a la emotividad, al enojo, recibir las diferentes reacciones que puede despertar un material o propuesta, frustraciones, resistencias, reconocer obstáculos y favorecer la comunicación cuando sea necesario. Una de las tareas del arteterapeuta será la de ayudar a los sujetos a pasar, partiendo de significaciones instituidas y de grafismos aprendidos, a la producción de sentidos inéditos.

“La arteterapia es entonces una terapéutica en tanto abre la sensibilidad y la comprensión a la recepción de sentidos, de lo nuevo, de lo imprevisto. En efecto, no basta haber superado los conflictos edípicos para ponerse enseguida a tono con el mundo. Es necesario también recuperar las posibilidades pasiva y activa de admiración y de producción de acontecimientos, respectivamente.”(Pain, S. 2008. p.82).

Consideraciones éticas

En el desarrollo del taller de arteterapia se priorizan valores éticos fundamentales para garantizar un espacio terapéutico seguro y respetuoso. Las siguientes consideraciones guiarán la implementación del proyecto y respaldarán la creación de un entorno en el que la expresión artística se entrelace con el respeto y la responsabilidad ética hacia los participantes.

Confidencialidad y Privacidad: Se garantizará la confidencialidad de la información compartida durante el taller. Se establecerán normas claras para preservar la privacidad de las experiencias de los participantes, asegurando un ambiente seguro y de cuidado.

Consentimiento Informado: Se obtendrá el consentimiento informado de todos los participantes antes de iniciar el taller. Este abordará completamente el propósito del mismo y asegurará la confidencialidad y privacidad de lo compartido y sucedido en el espacio.

Respeto a la Diversidad: El taller será diseñado con un enfoque inclusivo, respetando la diversidad cultural, de género, etnia y otras dimensiones. Se evitarán sesgos y estereotipos, promoviendo un espacio respetuoso para todas las identidades.

Autonomía del Participante: Se fomentará la autonomía de los participantes, permitiéndoles elegir el grado de participación y la naturaleza de sus expresiones artísticas. Se velará por una participación activa sobre los contenidos del mismo y sobre la posibilidad de proponer temas específicos o inquietudes a trabajar.

Accesibilidad: El taller será diseñado para ser accesible a todas las personas interesadas, incluyendo aquellas con discapacidades físicas o sensoriales. Adaptaciones y recursos se proporcionarán para garantizar la participación plena.

Evaluación Continua: Se realizarán evaluaciones éticas continuas del taller para asegurar que se mantenga alineado con los principios éticos a lo largo del tiempo. La apertura a la retroalimentación y ajustes se mantendrá como parte integral del proyecto.

Afirmación de la vida: Se velará por un espacio que sea multiplicador de nuestra potencia creativa y una afirmación de vida. Un lugar que abra espacio a lo nuevo, que desanude y anude deseos.

Zarathustra difunde la filosofía afirmativa del amor fati: el sí a la vida en todas sus formas. Amor fati que no significa aceptación. Amor que, resistiéndose a lo dado, afirma el presente y el azar. Amor que trata de encantar el instante, desear la vida, embellecer lo que (nos) toca. Amor que intenta amar más allá del amor humano. (Percia, M, 2014, p. 139).

Resultados esperados

Este proyecto de taller de arteterapia aspira a ser un impulso vital en un entorno social actual regido por lógicas utilitarias, dónde se ha relegado la importancia del acto creativo y expresivo en la vida adulta, por no responder a un sistema de producción y ganancia. El taller emerge como un espacio que buscará un disfrute libertador, un punto de encuentro donde el arte y la psicología convergen para impulsar la salud mental y emocional de los participantes, ofreciendo un espacio de respiro en medio de las demandas diarias.

La arteterapia se presenta como una herramienta para la reflexión y una sana adaptabilidad a los diferentes momentos que transitamos en nuestra vida adulta. A través de las actividades artísticas, se anticipa un aumento en la capacidad de los participantes para reflexionar sobre los desafíos y significados de esta etapa. Se espera que el espacio de encuentro propicie el diálogo entre pares, permitiendo la revisión de los diferentes roles asumidos por los participantes, esperando lograr una sana regulación de las exigencias y responsabilidades autoimpuestas. El proyecto de esta forma buscará impactar directamente en el autocuidado, promoviendo mejoras en la capacidad de autorregulación emocional y en la concientización de la importancia del cuidado de la salud mental.

Se espera que la participación en el taller produzca movimientos dirigidos hacia el bienestar individual y colectivo. Se anticipa una disminución en los niveles de estrés, ansiedad y malestar de los participantes, evidenciando así el impacto positivo de las actividades artísticas en la elaboración emocional y la riqueza y capacidad simbólica del lenguaje artístico. La validación de la libertad de expresión en el proceso creativo fomentará un ambiente donde la autenticidad y la singularidad sean celebradas. Además, la participación activa en el proceso creativo y las reflexiones compartidas contribuyen a un aumento en la autopercepción positiva y la autoestima de los individuos.

Por último, uno de los resultados más significativos anticipados es la construcción de relaciones sólidas y de apoyo mutuo entre los participantes. A medida que se comparten

experiencias personales en un ambiente inclusivo y respetuoso se espera la formación de una red social de confianza. Este fortalecimiento de vínculos no sólo se traduce en un sentido de pertenencia, sino también en una comunidad que celebre tanto los logros individuales como los colectivos.

Deseo que el espacio de taller sirva de punto de encuentros y desencuentros, un espacio que acoja las diferencias y las incomodidades, que promueva la transformación y el amor a la vida, un lugar de juego, dónde abracemos lo nuestro y lo del otro, un lugar para habitar nuestra niñez y nuestra animalidad. Sueño con construir juntos un espacio que nos convenga y nos potencie, un rincón de risas y silencios, de escucha; dónde devenir seres deseantes y amantes de la vida.



Ojalá y podamos ver los colores

Referencias

Amorín, D. (2015). Apuntes para una posible psicología evolutiva. Editorial Psicolibros.

Barber, Vicky. (2004). Explórate a través del Arte. Gaia Ediciones.

Byung Chul-Han. (2021). El aroma del tiempo. Herder Editorial, S.L.

Bleichmar, S. (2011). La Construcción del Sujeto Ético. Editorial Paidós.

Casas, M. (2011). Técnicas expresivas: su integración en las prácticas profesionales de los psicólogos egresados de la UDELAR. (Tesis de Maestría). Universidad de la República. Montevideo. Recuperado de: http://www.psico.edu.uy/sites/default/files/tesis_m_casas.pdf.

Dalley, T. (1987). El arte como terapia. Editorial Herder.

Deleuze, G. (1995). Conversaciones. Editorial Pre-Textos.

Deleuze G. (1995). Deseo y placer. Archipiélago. Cuadernos de crítica de la cultura, 23, 12-20.

Deleuze, G; Parnet, C. (1980). Diálogos. Editorial Pre-textos.

Deleuze G. (2011). En medio de Spinoza. Editorial Cactus.

Deleuze, G. y Guattari, F. (2002). Mil mesetas. Editorial Pre-textos.

Deleuze, G. (1999). ¿Qué es un dispositivo?. En E. Balbier, et al., Michel Foucault, filósofo.

Deleuze, G. (2012). ¿Qué es el acto de creación? Revista Fermentario, 6.
Recuperado de <http://www.fermentario.fhuce.edu.uy/index.php/fermentario/article/view/110/70>.

Deligny, F. (2015). Lo arácnido y otros textos. Editorial Cactus.

Dewey, J. (1980). El arte como experiencia. Editorial Paidós.

Fernandez, Ana Maria. (1989). El campo grupal. Ediciones Nueva Visión S.A.I.C.

Gómez, Guillermo. (2020). ¿Qué puede un taller? : el taller como espacio de producción de deseo. Trabajo Final. Facultad de Psicología. Udelar. Recuperado en:
<https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/handle/20.500.12008/29050>.

Heredia J. M. (2014). Dispositivos y/o Agenciamientos, Devices and/or Assemblage. Contrastes. Revista Internacional de Filosofía, vol. XIX(1), pp. 83-101. Recuperado de https://www.uma.es/contrastes/pdfs/019/5-Juan_Manuel_Heredia.pdf.

Huyghe, R. (1987). El arte y el hombre. Editorial Planeta.

Iacub, R. (2011). Identidad y envejecimiento. Editorial Paidós.

Le Breton, D. (2010). El cuerpo sensible. Ediciones Metales Pesados.

Moccio, F. (1980) El taller de terapias expresivas. Editorial Paidós.

Moccio, F. (1991) Hacia la creatividad. Editorial Lugar

Nadal de Badaró, M. (1998). Encuentro-Reencuentro. En Taller Malvín Revista de Expresión Plástica 1 encuentro-reencuentro. pp. 4-6.

Pain, Sara. (2008). En sentido figurado: fundamentos teóricos de la arteterapia. 1a ed. Editorial Paidós.

Pain, S. y Jarreau, G. (2006). Una psicoterapia por el arte. Ediciones Nueva Visión SAIC.

Parada, Sol. (2015). ¿El arte cura? : una aproximación a la utilización de mediadores artísticos como herramientas de intervención. Trabajo Final. Facultad de Psicología. Udelar. Recuperado en:
<https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/handle/20.500.12008/7533>.

Pardo, J.L. (2007). Inversión y fuga. Apuntes para un retrato filosófico de Deleuze. En: Dos

regímenes de locos. Textos y entrevistas. Editorial Pre-textos.

Percia, M. (2014). Sujeto Fabulado I. Ediciones La Cebra.

Rojas, J,A. (2002). El trabajo de creación: una creación que trabaja.

Teorías implícitas elaboradas por creadores artísticos. Actualidad en psicología, vol, 18. (pp. 68-79).

Rey, V. (2021). Pasear, extraer, expresar : por una psicología entre el arte y el tiempo. Trabajo

Final. Facultad de Psicología. UdelaR. Recuperado en: <https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/handle/20.500.12008/30557>
<https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/handle/20.500.12008/30557>

Santurio, F, (2020). La producción del ser en las experiencias del arte. Trabajo Final. Facultad de Psicología. UdelaR. Recuperado en:

<https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/handle/20.500.12008/27319>.

Stern, A. (1977). La expresión, Barcelona: Promoción Cultural, S. A.

Tatarkiewicz, W. (1975). Historia de las seis ideas. Arte, belleza, forma, creatividad, mimesis, experiencia estética.

Teles, A. L. (2007). Una filosofía del porvenir. Ontología del devenir, ética y política. Montevideo: Espacio de Pensamiento.

Teles, A. L. (2009). Política afectiva: apuntes para pensar la vida comunitaria (1. ed). Editorial Fundación La Hendija.

Vigotsky, L. (1972). Psicología del arte. Editorial Barral.

Winnicott, D. (2007). Realidad y Juego. Editorial Gedis.



Agradecimientos:

- A mi familia, por la paciencia y perseverancia.*
- A mis amigas, por creer en mí siempre y ser impulso creativo.*
- A mi tutora, por propulsar el movimiento.*
- A mi grupo de Psicodrama, por potenciar el deseo y el afecto.*
- A mi terapeuta, por acompañarme a construir el "sí, puedo".*
- Al arte en todas sus formas, por ser abrigo y fuga.*
- A Wolf, por los mates más ricos y la compañía incondicional.*

Y deberás plantar y ver así a la flor nacer
Y deberás crear
Si quieres ver a tu tierra en paz
El sol empuja con su luz
El cielo brilla renovando la vida
Y deberás amar amar, amar hasta morir
Y deberás crecer sabiendo reír y llorar
La lluvia borra la maldad
Y lava todas las heridas de tu alma
De tí saldrá la luz, tan sólo así serás feliz
Y deberás luchar si quieres descubrir la fe
La lluvia borra la maldad
Y lava todas las heridas de tu alma
Esta agua lleva en sí la fuerza del fuego
La voz que responde por tí, por mí
Y esto será siempre así
quedándote o yéndote.

Luis Alberto Spinetta

...gracias.

