

La terapia artística en la práctica y el arteterapeuta

Según Case y Dalley un profesional en Arte Terapia debe tener un conocimiento en tres temas:

- 1. Técnicas de la actividad plástica*
- 2. Formación en Psicología (psicoterapia)*
- 3. Conocimientos del arte su significado y su historia.*

Estas tres características serían básicas para el éxito de la terapia, ya que el terapeuta debe ser capaz de guiar al paciente a un buen uso de los materiales y su técnica. A la vez que es capaz de guiar y contener la terapia, aportando con sus conocimientos de Arte y de Terapia. “El arte tiene una escasa significación terapéutica si no intervienen o está presente un terapeuta, que suministra esencialmente el factor humano en el establecimiento de una relación terapéutica mediante una forma de arte”.



En general, las sesiones de terapia artística se dividen en dos fases. La primera implica un período dedicado a las consignas sea de pintura, fotos, arcilla, collage o cualquier otra actividad creativa propuesta, donde cada

uno tiene un tiempo para procesar de forma individual, en reflexión, conectando con su interior. A esta parte le sigue un período de Intercambio y discusión (sharing – intercambio de saber o experiencias - compartir) centrado en lo realizado y producido: expresar sus sentimientos, comentar lo sucedido con la actividad, como se relacionó o si hubo un atravesamiento con la situación del individuo, etc.

Utilizando esta clase de estructura, el arteterapeuta debe decidir en primer lugar el enfoque que ha de dar a la propuesta, si va a ser directivo o no directivo. Algunos trabajan de forma totalmente no directiva. Se le permite al paciente elegir el tema y se le anima a expresarse con libertad, sea cual fuere la forma y el objeto que elija. Se trata de un tipo de “asociación libre” por medio del arte.



Tanto si es directivo como si no lo es, el terapeuta suele explicar al principio cuál es el propósito y cómo puede lograrse gracias al uso de los materiales disponibles. Puede dirigirse la sesión concentrándose en un tema específico, que sea útil para solucionar determinadas áreas de conflicto. Los temas pueden abarcar desde lo más profundamente personal y perturbador, hasta cuestiones relativamente superficiales y ligeras, pero elegidas de acuerdo con los objetivos terapéuticos. En esta clase abordaremos el rol del arteterapeuta y actividades de arteterapia que serán reparadoras y transformadoras.

(Adaptación de Gabriel De Marco)

Paula Serrano Morales

Tessa Dalley

El arte como terapia

