



“El dibujo como una forma de ver y acompañar” Reflexiones de una psicóloga desde su experiencia personal

“El arte no es lo que ves, sino lo que haces ver a los demás”
Edgar Degas

***Drawing as a way of seeing and accompanying
Reflections of a psychologist from her personal experience***

“Art is no what you see, but what you make others see”
Edgar Degas

María del Carmen Carrero Novillo

Psicóloga Centro de Día Comunidad. Asociación Murialdo
Master en Psicoterapia Breve. Especialista en Intervención en Trauma con EMDR

Resumen

El dibujo puede ser un buen compañero de viaje y un gran comunicador capaz de expresar lo que no podemos decir con palabras. En el presente artículo se reflexiona sobre cómo una afición individual, puede convertirse en una herramienta movilizadora dentro de las sesiones con población adolescente.

Palabras clave: dibujo, adolescente, mirada, psicoterapia, herramienta movilizadora

Abstract

Drawing can be a good travel companion and a great Communicator capable of expressing what we cannot say with words. This article reflects on how an individual hobby can become a mobilizing tool in sessions with the adolescent population.

Keywords: drawing, adolescent, look, psychotherapy, mobilizing tool

INTRODUCCIÓN

"La gente olvidará lo que dijiste, olvidará lo que hiciste, pero lo que nunca olvidará es cómo le hiciste sentir" Maya Angelou

Han pasado diecisiete años desde que empecé a trabajar en el proyecto en el que aún sigo. Es cierto que no lo hice directamente como psicóloga, para que llegase a ejercer en aquello que me había formado tuvieron que pasar ocho años. Pero en todo este tiempo, a pesar de las múltiples funciones que he podido tener, hay algo que poco ha cambiado, y me refiero a ser adolescente, y voy más allá, a ser adolescente cumpliendo una Medida Judicial.

El caos en su sentir, su forma de relacionarse con aquellos que aparecemos en sus vidas sin haberlo pedido, ¿o sí? y sobre todo su enfrentamiento a un gran temor, en la mayoría de los casos presionado para no salir, el ser vistos.

Antes de empezar a escribir este artículo, yo también me enfrentaba a algo parecido, y es que a pesar de tener múltiples ideas de qué transmitir, tener pensamientos enfocados en ello y sobre todo el deseo de compartir con el mundo lo que yo quería conseguir con mi práctica, tenía mis propios temores a ser vista. Pero, gracias a mi experiencia, a las personas que me han ido acompañado en todos y cada uno de mis procesos y a mi valentía que poco a poco ha ido forjándose, me he permitido dar este paso, para mostrar, contar y compartir con todos; lo que yo siento, veo, vivo y trasmito en cada bloqueo, en cada desesperanza, tras cada angustia y en cada uno de los encuentros que realizo.

A lo largo de mi vida el dibujo ha formado parte de mi sentir, en mí infancia, adolescencia, en mi edad adulta, en mi maternidad, durante mi formación, en mis buenos y malos momentos, en mis relaciones, en todo mi ser.

Pero lo que me ha enseñado, y esta es la finalidad del presente artículo, es que todo lo que yo he sentido, también lo puedo trasladar a los demás, y sobre todo puedo hacerles ver lo que yo veo y siento cuando estoy con cada uno de ellos, cuando estoy con cada una de las personas a las que atiendo cada día.

¿Cómo algo que me ha acompañado durante toda mi vida puede convertirse ahora en una gran herramienta para vincular con mis pacientes, para conectar y acompañarles?

Me pilló inicialmente desprevenida, y lo que empezó como una idea puntual, se ha convertido en un hábito, haciéndolo con todos y cada uno de los adolescentes con los que intervengo, aunque para cada uno la finalidad de la creación es personalizada y busca un objetivo concreto que nada tiene que ver con el de los demás.

Es un regalo que yo cómo psicóloga les quiero hacer. Pero no se trata únicamente de que se lleven un papel con unos cuantos trazos, se trata de que se lleven un significado, se lleven un ser vistos, se lleven la idea de que han formado parte de algo donde ellos y ellas han sido los verdaderos protagonistas, es decir, que se vayan con la idea de que ellos sí son importantes, sí son capaces de avanzar, sí son capaces de aprender, sí son capaces.

De lo que yo quiero hablar, me reitero, no va de un estudio de investigación, no va de una herramienta novedosa en psicoterapia, no va de reflexiones sobre el trabajo de otros, va simplemente de mi experiencia con el dibujo y cómo he sido capaz de compartir esta afición con aquellos que atiendo. Porque me he dado cuenta en todo este tiempo, la gran oportunidad que tengo en mi práctica clínica para poder hacerlo. Así lo quiero relatar y compartir, porque ya ha llegado mi momento.

¿Cómo empezó todo?, ¿cuál fue la finalidad de iniciar con todo esto?, ¿cómo lo he ido desarrollando cada vez más profundamente?, ¿cómo voy mejorando la técnica y sobre todo concretando el objetivo y la función que cada una de las imágenes que llevo a cabo, tiene para cada uno de los chicos y chicas con los que intervengo? Son preguntas que a día de hoy ya tienen bastantes respuestas.

MI HISTORIA CON EL DIBUJO

Mi infancia:

"La infancia no es un carrera para ver lo rápido que un niño puede leer, escribir y contar. Se trata de una pequeña ventana de tiempo para aprender y desarrollarse al ritmo que sea adecuado para cada niño en particular. Antes no es mejor" Magda Gerber.

Tengo muchos recuerdos de mí y las artes plásticas, no sólo con el dibujo, todo lo que tuviese que ver con crear y expresar me movilizaba, me hacía sentir bien, cómoda conmigo y con el mundo, me ayudaba sin dudarle a crecer, no me metía prisas, simplemente me dejaba llevar y al ver el resultado obtenido me sentía genial. Grandes sensaciones tras pequeños proyectos.

Pero es cierto que el dibujo siempre me ha llamado la atención, más que cualquier otra disciplina. Y podría contar múltiples anécdotas, donde la realización de una imagen ha sido sin lugar a dudas parte de mi aprendizaje. ¿Podría decir que el dibujo para mí también ha sido un maestro?

Sólo necesitaba un papel y un lápiz para ponerme manos a la obra. Cuando acechaba el aburrimiento, a dibujar. En una ocasión, recuerdo que mi abuela tenía un cojín con los tres cerditos, así que me puse a copiar dicho dibujo en una hoja, adiós aburrimiento y hola entretenimiento. Qué orgullosa me sentía de haberlo hecho.

Tengo recuerdos de mi etapa escolar, cuando el dibujo me ayudaba, entre otras cosas, a tener mi sitio, a tener mí reconocimiento, a competir sanamente y a demostrar de lo que yo era capaz. Recuerdo cuando competía con un compañero del cole para ver quién era el que mejor dibujaba, pero era una competición sana y me sentía bien haciéndolo. Recuerdo cuando me seleccionaron para pintar un mural, lo que derivaba en salir de algunas clases para hacerlo, me sentía una privilegiada y tenía que hacerlo bien, idespues lo iban a ver todos, era importante! Recuerdo cuando tuve que ilustrar un cuento que inventé y quedé seleccionada, imi cuento el mejor de la clase y entre los mejores del cole! Recuerdo, cuando mi profesora de plástica no se creía que yo hubiese hecho un dibujo y la reté a hacerlo de nuevo, pero esta vez delante de ella. El dibujo me empoderaba y daba confianza.

Mi adolescencia

"Me pinto a mí misma, porque soy a quien mejor conozco" Frida Khalo

No solo por crecer iba a dejar de hacer aquello que me gustaba, simplemente lo adaptaba, y cuando llegué a la adolescencia, ahí seguía el dibujo en mi vida. Pero esta vez, la función que éste tenía estaba muy relacionada con mis emociones, y no solo me ayudaba a desahogarme, sino que también me servía para expresar lo que en ocasiones no sabía o no podía decir con palabras. Mis carpetas del instituto estaban llenas de todos estos garabatos, qué iban apareciendo en mis momentos de relax, en mis momentos de bloqueo, en mis momentos de desconexión. Buscaba imágenes en revistas, libros, películas, para después reproducirlas en cada uno de los compartimentos.

Y, es cierto que durante este periodo, repartí mi forma de expresar en otras artes, como la escritura y el movimiento, pero cuando la necesidad de dibujar aparecía no podía frenarla, era una parte de mí.

¿Y qué pasa cuando llegas a ser adulta?

- *¿Qué camino debo tomar?*

- *Bueno, ¿a dónde vas?*

- *No lo sé*

- *Entonces no importa. Si no sabes a dónde vas, cualquier camino te llevará.*

Conversación entre el Gato de Cheshire y Alicia. Lewis Carroll. Alicia en el País de las Maravillas

Durante la infancia y adolescencia hay muchos cambios, no lo voy a negar. Nos enfrentamos a cambios físicos, sociales, hormonales, afectivos, entre otros..., pero para mí, son cambios escritos, mejor o peor sabemos que todos tendremos que pasar por ellos, y aunque algunos los lleven mejor que otros, hay una explicación bastante estudiada sobre qué nos va a pasar.

Pero cuando llegas a la vida adulta, ¿qué hay escrito? De repente te encuentras al final de un camino con múltiples carteles guía, llegando a un nuevo comienzo donde empiezas a verte a ti mismo, yo lo llamo el "camino de espejos", porque a medida que vas avanzando, a medida que tomas decisiones, a medida que cometes errores, a medida que vas viviendo; te vas reflejando y viendo en lo que te vas convirtiendo. Hay espejos enormes, muy pequeños, de pared o de mano, borrosos y muy iluminados, cubiertos, rotos, nuevos, viejos, y así podría seguir.

Al comenzar esta etapa, el dibujo quedó a un segundo plano. No es que no fuera importante, pero mi formación académica, mi crecimiento personal, la búsqueda de empleo y el trabajo constante para demostrar a aquella que se reflejaba que era capaz, no dejaba mucho espacio para dibujar. Hasta que conseguí cierta estabilidad y empecé a utilizar la creatividad en mis clases, con mis alumnos en aquel momento. Ayudándoles a ver que se puede aprender haciendo, creando, manchándose y no solo con los codos hincados. No era un trabajo tan individualizado como hago ahora, era más grupal, pero al fin de cuentas servía, lo notaba en sus caras y en sus ganas de continuar con ello.

Pero no solo en el trabajo lo usaba. Al llegar mi maternidad, de mellizos ni más ni menos, la expresión, el uso de las artes para comunicarnos y entrar en contacto formaba parte del día a día. ¡Cómo los colores les estimulaban!, ¡cómo los trazos improvisados y sin ningún guion ayudaban a reír, a disfrutar, a experimentar! ¡Cómo a medida que iban creciendo, reflejaban con sus dibujos como se sentían o qué les había pasado! ¡Cómo para ellos también era una forma de expresar! Perpetuándose hasta el día de hoy, como una manera de crear, de utilizar el tiempo, de enseñar lo que son capaces de hacer con una caja de pinturas, una hoja y unos momentos inicialmente marcados por el aburrimiento. Sin lugar a dudas, el dibujo es un buen compañero.

Nunca he tomado clases de pintura. Sí he hecho alguna formación que otra sobre arteterapia, terapia del arte o aprendizaje de algunas técnicas a través de libros o internet. Pero ello, no me ha frenado, me gusta ser autodidacta, porque lo que yo busco con mis imágenes no es solo mostrar un dibujo con técnica, lo que yo quiero enseñar a quienes se las ofrezco, es mi visión de todo lo vivido y sentido en las sesiones, es ponerles en frente un pequeño espejo donde puedan ver reflejadas partes de ellos que creen no visibles, partes de ellos en algunos casos escondidas, partes de ellos que les pueden ayudar a comprender, partes de ellos que resumen, o al menos en parte, que sí se les pueden ver, para que les sirva de anclaje, empuje o de impulso para cuando tengan que continuar solos en esto que llamamos vida.

MI CONTEXTO DE TRABAJO

"La resistencia es la aliada del niño; es su manera de protegerse. Yo espero y respeto la resistencia. Me sorprende más cuando no existe que cuando aparece" Violet Oaklander. El Tesoro Escondido

Llevo diecisiete años trabajando en un proyecto orientado a intervenir con menores, que por decisiones equivocadas les han derivado a tener que ejecutar una Medida Judicial en Medio Abierto.

Mi papel en dicho proyecto ha ido variando, teniendo que hacer adaptaciones a lo largo de mi experiencia en el mismo, llevando desde el año 2012 haciendo las funciones de psicóloga dentro del Programa de Apoyo Psicológico y Apoyo Familiar.

Cuando empiezas a verlos de forma individualizada, empiezas a ver su parte oculta, su historia, sus luchas, sus traumas, su vida. Y con esto no quiero justificar el motivo por el que se encuentran en este contexto, pero sí encuentro explicación a muchas de sus conductas y decisiones. Y precisamente, parte de mi trabajo es acompañarles en un viaje donde ellos mismos también tengan la oportunidad de experimentar lo que yo observo cuando los tengo delante, que puedan atreverse a reconocer sus límites, a reflexionar sobre las decisiones tomadas, a que son capaces de aprender y darse cuenta de sus recursos y fortalezas.

Pero está claro, que todo esto no es tan fácil, ya que desde el primer momento manifiestan, como debe ser en mi opinión, conductas aprendidas e ideadas consciente o inconscientemente para poder sobrevivir a su experiencia con la vida, en la mayoría de los casos defensiva. Digamos que manifiesta cada uno a su modo lo que podríamos llamar: resistencias.

No debe ser fácil, haber sido juzgado, y venir a un lugar donde su idea inicial es que va a ser más de lo mismo. Hay menores muy institucionalizados, marcados por ser la causa de todos los males dentro de sus contextos, derivando en decisiones que han seguido contribuyendo a que dicha creencia sobre ellos mismos sea cada vez más cierta, no viendo otra salida, que lo conocido a pesar de las peores consecuencias.

¿Y qué hago con esto? pues simplemente estar, ofrecerles un espacio seguro y empezar a escuchar, porque dentro de cada adolescente enfadado, rebelde, agresivo, "quejica", culpado; hay un adolescente confuso, asustado, herido, pero sobre todo un adolescente que en algún momento de su existencia dejó de ser escuchado. Y aunque su forma de hacerse ver no es la más correcta, simplemente es la que es.

A parte, de la resistencia inicial a una intervención individual, me encuentro con la limitación del tiempo, ya que viene impuesto, tres, seis, doce meses. Por lo que aunque vea aspectos importantes a profundizar, no puedo hacerlo, no sería justo para ellos, ni para mí. ¡Qué tipo de profesional sería, si dejo abierta una puerta que no pueden cerrar correctamente! No, ese no es mi estilo.

No voy a negar, que al comienzo de mi práctica esto me llenaba de frustraciones y culpas hacia mi labor y valía profesional. Sin embargo, a medida que he ido aprendiendo, y me he ido formando, he sido capaz de ver que lo importante no soy yo, sino ellos y que si durante el tiempo que estemos juntos son capaces de ver que el pasar por una terapia no es peligroso, que les puede ayudar a crecer como personas, que el dando la oportunidad a otros y a sí mismos, ya están asumiendo una responsabilidad enorme con su vida, su autocuidado y bienestar, creo que el objetivo en cierto modo ha sido cumplido.

Pero no todo queda aquí, al no ser una decisión interna, al tener una elevada influencia de sus contextos y experiencias anteriores, encontrarse en un sistema donde son juzgados, su voluntad para formar parte de los diferentes procesos es algo limitada en algunos casos, por lo que la decisión de no acudir, de forma intermitente es otra dificultad a la que me enfrento en mí día a día.

Todo lo aquí expuesto, ha venido provocando en mí la necesidad de reinventarme constantemente y tengo que decir, que el dibujo ha sido de gran ayuda, por lo menos, para que muchos de los menores a los que atiendo reduzcan barreras y empiecen a darse una oportunidad.

MIS OBJETIVOS

"Dibujar es un proceso curioso, tan relacionado con el de ver que resulta muy difícil separarlos. La habilidad en el dibujo depende de la capacidad de ver cómo ven los artistas, y este modo de ver puede enriquecer maravillosamente la vida de uno" Betty Edwards

Algo característico en mi forma de trabajar es hacerlo desde la imagen, estimulando el hemisferio derecho, el imaginativo, el emocional, el artístico, apostando por la práctica y utilización de técnicas proyectivas y actividades focalizadas en activar las partes que actualmente están silenciadas, siendo el dibujo una de las principales disciplinas.

El dibujo para mí ha sido y continúa siendo, un maestro, un compañero de viaje y un amigo fiel y actualmente un gran co-terapeuta, con el que intercambio ideas, sensaciones, creencias, emociones, y que me ayuda a expresar a quien tengo enfrente una parte vista de su mundo interno. Trabajando en equipo para poder dar forma desde la creación a lo aparentemente inexistente, a lo imposible de decir o de explicar. Porque a través de esta cooperación, yo he aprendido a representar mi visión, pero también me está enseñando que al mostrárselo a los chicos y chicas con los que intervengo, aparece de una forma mágica la conexión, la sorpresa, la comunicación, la comprensión, la relajación y la sensación de ser únicos.

En toda obra de arte, la elección precisa de un movimiento, de un color concreto, tiene un significado y despertará determinadas sensaciones. La historia (a veces oscura) vista a través de la creación artística

constituye la base misma de la utilización de las artes con fines terapéuticos (Batlle, S. 2009). Y todo esto es mi finalidad, despertar aquellas partes ocultas y darles una nueva oportunidad.

Tengo que decir, que para mí, todo esto fue un total descubrimiento, y ya no solo como profesional, sino como persona. ¡Cómo una idea, una imagen plasmada en una hoja de papel puede transmitir tanto! Llevándome a empezar a implantar dicha práctica de una forma más estructurada, con unos objetivos más claros y con una finalidad, en la medida de lo posible, más terapéutica. Buscando reducir defensas, ayudar a estimular la memoria semántica, poder situar a la persona en el presente, conectar su parte interna con la realidad exterior y ofrecer al otro una forma de ver y verse.

Para ello, a través del tiempo que llevo elaborando dicha práctica en mi intervención clínica, he podido idear qué quiero conseguir con las imágenes para la mejora y desarrollo de los procesos de cada uno y una de los y las participantes, así como el cierre con los mismos. Ya que la efectividad y magia de los dibujos no es igual para todos. Siendo, hasta el momento, los objetivos y por lo tanto, lo que me motiva para la realización de las figuras sobre el papel aquellos que aparecen en el siguiente cuadro:

Objetivos de las imágenes en función del proceso de cada menor

- Desbloquear y facilitar confianza en el proceso
- Estimular ante las dificultades de expresión
- Apoyar durante proceso psicoterapéutico
- Devolución tras evaluación
- Devolución en cierre (en ocasiones comparativa con el primer dibujo mostrado en evaluación)

LOS DIBUJOS

"Esas imágenes surgen como caídas del cielo, por pura casualidad, soy más un médium que un pintor... no me considero dotado; sólo soy receptivo..." Francis Bacon

Antes de empezar a hablar de lo que aquí viene interesando, me gustaría aportar que los dibujos que hago tienen mucho de inspiración en imágenes realizadas por otros ilustradores. Pero que yo reconozco como partes importantes de lo que yo siento y necesito expresar, poniendo mi granito de arena en ellas, con mi estilo a la hora de pintar, añadiendo aquellos detalles que mi instinto me dice que tengo que utilizar, y no

haciendo uso de grandes mezclas cromáticas, ya que lo importante no es el color, sino la luz que transmiten y sobre todo el significado para su receptor.

Aquí aparecen algunas de las imágenes que he elaborado hasta el momento, ya que dicha práctica inició por el año 2018. Habiendo hecho una selección dentro de un amplio repertorio como una forma de compartir el trabajo realizado, con una breve explicación de la finalidad del mismo y la repercusión en quien se lo ofrecí.

El desarrollo de los dibujos, ha vivido también su propio proceso, siendo realizados de forma puntual en casos seleccionados, a formar parte de mi firma como psicóloga. Ofreciendo una parte de lo vivido durante el tiempo de las sesiones y una confirmación de que todos y cada uno de los menores con los que he podido hacerlo se sientan reconocidos como algo más que una simple etiqueta, que pesa y que les ha venido marcando.

Tal ha sido el efecto de los dibujos en algunos, que la idea de decidir ponérselos en su cuerpo para mantener dicha experiencia de por vida, ha sido fruto de verbalizaciones continuas en muchos de ellos. Pudiendo elegir que ponerse, pudiendo elegir lo que quieren ver y mostrar al mundo.

Añadir, que en la actualidad, junto a los dibujos correspondientes al cierre, aporto una "Carta para...", donde en forma de palabras, de frases dichas, de reflexiones... es un complemento a la imagen que ofrezco. Esto solo lo hago al término de la intervención, y puede que de ello hable en otro momento.

La clasificación y explicación de las mismas, están ordenadas por bloques correspondientes a los objetivos para los que fueron realizados, para poder entender el diseño y finalidad del mismo.

Por motivos de privacidad no se dirán los nombres, solo se expondrá la edad, el sexo, motivación y repercusión del dibujo en la intervención y en los propios menores.

1. Objetivo: Desbloquear y facilitar confianza en el proceso

En este apartado aparecen los casos cuya característica fue empezar a reducir defensas e ideas preconcebidas de la intervención a realizar, basándose en experiencias pasadas o creencias negativas sobre formar parte de un proceso psicológico. Siendo los dibujos expuestos realizados en las primeras sesiones, antes incluso de finalizar la evaluación.

Caso 1:

Empiezo con este dibujo, puesto que fue uno de los primeros que llevé a cabo. Siendo la reacción del joven a quien se lo ofrecí algo que conectó con mi parte creativa y con la idea de seguir haciendo uso de dicha herramienta para vincular en las sesiones.

Varón de 18 años.

El dibujo:

Debido a la falta de confianza del joven en la intervención, al tener una visión subjetiva inicial de la misma centrada en no ser cuidado y la idea de que iba a ser juzgado. Además, de no saber poner palabras a su malestar, se elabora la representación de las partes observadas en las sesiones, como forma de deshacer las ideaciones del mismo sobre el proceso.

Impresión del joven:

Sorpresa, confianza en formar parte del proceso y en mí como profesional. Sentirse visto y reconocimiento de las partes.



Caso 2:

Mujer de 17 años

El dibujo:

Rechazo a formar parte de la intervención, falta de confianza en el contexto en el que se encuentra. Se observa que la menor hace uso de los dibujos para mostrar, ya que lleva casi todo el cuerpo tatuado. Se realiza la imagen donde la resignación, la añoranza, sus heridas, y los recursos no vistos (alas), son parte principal de la imagen.

Impresión de la menor:

Sorpresa. Admiración por la obra. Reconocimiento de sensaciones. Cambio de patrón conductual respecto a la intervención, mayor apertura y confianza. Se lo lleva y plantea la idea de ser una posible imagen que poner en su cuerpo.



2. Objetivo: Estimular antes las dificultades de expresión

Los dibujos representados a continuación corresponden a menores con elevadas dificultades para la expresión y comunicación.

Caso 3:

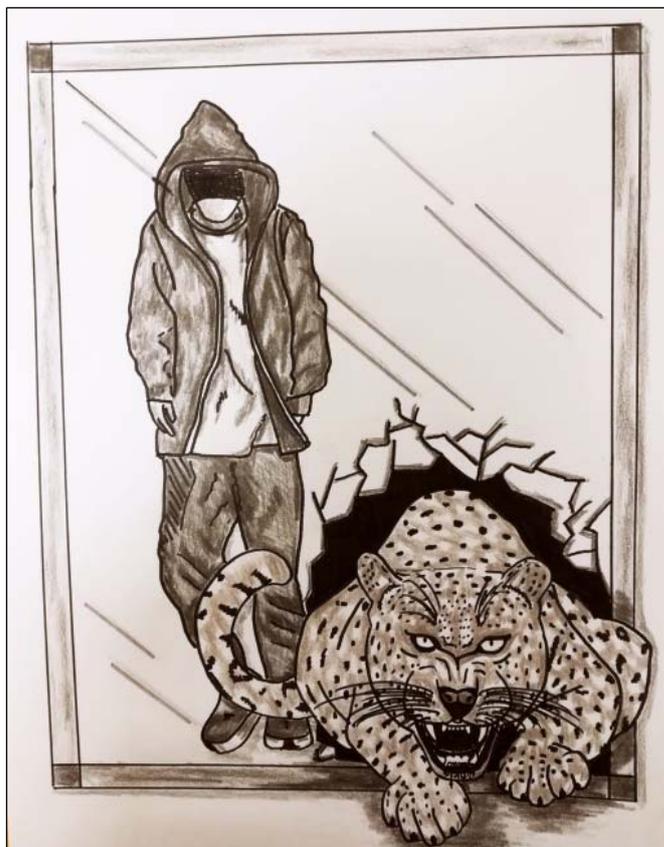
Varón de 17 años

El dibujo:

Los silencios prolongados y utilizados durante las sesiones, la decisión del menor de ocultar, aparentemente una parte suya con dificultades para ser vista, y representación de aquella parte con la que más se identifica y era capaz de verbalizar, fueron las principales ideas para crear la imagen.

Impresión del menor:

Sorpresa y emoción. Muy identificado con la imagen y agradecido por haber realizado el dibujo. Dando pie, por lo menos en la sesión donde fue entregado a cambiar sus silencios por palabras. Se lo lleva sin dudarlo.



Caso 4:

Varón de 18 años

El dibujo

Muestra de las partes que aparecen en el discurso, con el fin de dar una imagen que organice todo lo que expresa de una forma más consciente y pueda servirle de ayuda para poner posteriormente palabras a todas aquellas sensaciones que tenía y de las cuales no encontraba una explicación coherente.

Impresión del joven:

Impacto y mucha sorpresa. Argumentación e identificación de las partes y comprensión de la base de las sensaciones dolorosas que venía sintiendo. Adquiriendo mayor confianza en el proceso y sintiéndose más seguro a la hora de hablar de su mundo interno, aumentando su atención para aprender nuevo vocabulario.



3. Objetivo: Apoyar durante el proceso

Como una forma de afianzar la relación y que los adolescentes atendidos se sientan más seguros dentro de las sesiones, los dibujos se elaboran en cualquier momento de la intervención donde se hayan observado, percibido y sentido ciertos estados emocionales que podrían derivar en un posible abandono de la intervención por temor a profundizar más en aquello que, aparentemente, andan evitando por temor a ser vistos.

Caso 5:

Varón de 19 años

El dibujo:

Ayudar a identificar las emociones y sobre todo, ayudarle a tomar conciencia de una posible causa de sus dolores abdominales.

Impresión del joven:

Sorpresa. Muy identificado con la imagen, pudiendo ser capaz de hablar de su dolor desde la imagen, lo que facilita su apertura y el trabajo posterior con el mismo, al tener una idea de lo que le puede estar sucediendo.



Caso 6

Mujer de 20 años

El dibujo:

Enseñar a la joven las diferentes partes que muestra en las sesiones. Ángel (alma dolida y atrapada, incapaz de salir volando) siendo la creación de la imagen también el apoyo de la chica en la religión y partes espirituales. Dicha ángel es protegida y comprendida por una leona (de aspecto grande, aparentemente fuerte y segura de sí misma), la cual cuida de su cría (necesidad de ser cuidada y protegida, que no fue cubierta), ya que ahora ella quiere aprender a cuidar de todas esas partes.

Impresión de la joven:

Lágrimas en los ojos y mucho agradecimiento por la creación. Tras la entrega del dibujo la joven comenzó a utilizar los encuentros para desahogarse, conocerse y empezar a darse una oportunidad para cuidarse.



4. Objetivo: Devolución tras evaluación y comparación con finalización intervención

Como parte de mi protocolo llevo siempre una evaluación de los adolescentes que atiendo, con el fin de conocerles más allá de un simple expediente o causas observadas por otros profesionales que los vienen atendiendo.

Dicha evaluación está siempre adaptada a la duración, características de la actividad y sobre todo a las necesidades manifestadas por los propios menores y el momento en el que se encuentran. Pero creo que es imprescindible conocerlos y poder empezar a verlos.

Tras esta primera fase de conocimiento de quien tengo enfrente, que yo realizo con preguntas abiertas, juegos, historias y actividades en la mayoría de los casos, proyectivas, donde mi objetivo no es otro que vayan adquiriendo confianza en la intervención, pero sin sentirse evaluados, sino escuchados. Realizo como parte del cierre de la misma y devolución de lo observado y percibido durante las sesiones, un dibujo que representa mi sentir, que representa lo que a mí me han transmitido; y que a mí me sirve para poder mostrar a quien tengo enfrente todo ello.

Mi experiencia me ha ido descubriendo que el enseñar un dibujo después de unas cuantas sesiones compartidas, desde mi sentir y desde lo que yo he percibido de lo que me han podido mostrar, resulta

bastante impactante para todos los adolescentes con los que lo hago. Siendo un gran punto de partida para establecer objetivos.

Pero también considero importante que ellos mismos vean su evolución a lo largo de la intervención desarrollada, por lo que al final de la misma vuelvo a realizar una nueva imagen como una forma de conclusión, para que de forma visual y gráfica observen los posibles cambios y sobre todo les sirva para conocer su capacidad de desarrollo, aprendizaje y sea un impulso para seguir avanzando.

Aquí aparecen unos casos, donde pude hacer dicho proceso, explicando cada uno de los momentos que yo experimenté y como también lo hicieron mis chicos y chicas, siendo breve y concisa en la explicación, porque a mí entender lo aquí importante es la imagen.

Caso 7:

Mujer de 16 años

Los dibujos:

A: Unión de las partes vistas durante la evaluación inicial, su niña interior y la adolescente que hay en el presente, para que no pierda de vista ninguna de ellas, ya que estaban muy presentes en cada sesión. Pero también, visualizar los recursos que ha ido adquiriendo a lo largo de su vida, de ahí las mariposas (están en otro color como una forma de resaltar esta parte que se va formando en ella) y la frase.

B: Mostrar la fuerza de su parte presente y de los recursos que tiene para poder seguir hacia adelante, fue la principal motivación para llevar a cabo esta imagen como conclusión de la intervención realizada, al observar a una menor con mayor seguridad y dispuesta a creer en que es capaz de tomar sus propias decisiones.

Impresión de la menor en ambos momentos:

A: Sorpresa. Muy agradecida por la escucha y atención a cada una de las partes que aparecen.

B: Emoción y agradecimiento, profundiza en la imagen, pero lo que más le llama la atención son las alas y las frases, ejerciendo en ella movilización. Su forma de expresar es más segura.

A



B



Caso 8:

Varón de 17 años

Los dibujos:

A: La moto tenía que estar representada en la imagen, ya que formaba parte de su esencia y su vida. Las dudas y el futuro eran aspectos principales que introducía en su discurso, a veces consciente y en otras ocasiones sin serlo tanto.

B: Las riendas de su vida, sus decisiones, el camino a tomar están en sus manos. Tiene los recursos, las herramientas y finaliza estando en marcha con todo ello.

Impresión del menor en ambos momentos:

A: Asombro y sobre todo muchísima sorpresa, se centra en el dibujo, en cada uno de los detalles, da las gracias por el regalo, siendo para él un motivador enorme.

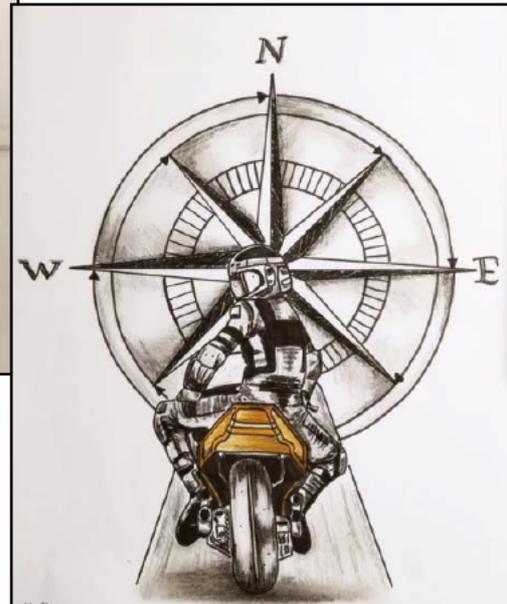
Debido al confinamiento existente en el año 2020 con motivo de la aparición de la Covid-19, el dibujo siguiente no pudo ser entregado en mano al menor, ya que la finalización de éste coincidió con tal acontecimiento, no pudiendo hacer un cierre de la actividad de manera presencial, sino de manera telemática. Enviándole la imagen a través del correo electrónico.

B: La respuesta del chico a la recepción del dibujo, fue a través de un correo electrónico, dando las gracias por todo lo aportado, manifestando mucha emoción por la imagen, aprobando que formar parte de un proceso psicoterapéutico no es nada peligroso, sino que ayuda a crecer.

A



B



Caso 9:

Chica de 17 años

Los dibujos:

A: El miedo, la desesperanza y la sensación de estar atrapada, eran camufladas a través de una elevada rabia e ideas negativas hacia el mundo que la rodeaba.

B: Puede que le cueste reconstruir la imagen creada a lo largo de su historia, pero las ganas, el esfuerzo personal y sobre todo la identificación de que tiene recursos para poder hacer frente a ello, la acompañaran para salir a flote.

Impresión de la menor en ambos momentos:

A: Al ver la imagen la menor manifiesta rechazo hacia la misma. Mostrando una elevada evitación, negando lo expuesto por mí parte, no quiere saber nada del dibujo.

B: Sorpresa y emocionalidad, muy agradecida por la atención prestada y reconocimiento de su parte de responsabilidad en muchos de los momentos compartidos. Pide el primer dibujo para llevárselo, reconoce lo visto y es consciente de la evitación mostrada.



5. Objetivo: Cierre de la intervención

Caso 10:

Varón de 18 años

El dibujo:

La forma de vestir característica en él, y sobre todo la bicicleta, había que tenerlos en cuenta para el diseño del dibujo, al ser aspectos muy identificativos en el joven. La reflexión como aspecto reconocido dentro de su conducta, había que resaltarla después de toda una intervención caracterizada por la impulsividad y negación de estados emocionales.

Impresión del joven:

Mucha sorpresa, se queda sin palabras al visualizar la imagen, observándose una sonrisa muy grande y agitación corporal. Manifiesta agradecimiento por la imagen realizada.



Caso 11:

Chica de 17 años

El dibujo:

La principal intención en la realización de la imagen era mostrar la heroína que tiene dentro, ya que aunque la vida la ha puesto muchos obstáculos, ella es capaz de hacerle frente sacando todo aquello que le permite adaptarse a cada una de sus circunstancias, a pesar de dolencias físicas y decisiones sistémicas.



Impresión de la menor:

Mucha emoción, ojos llorosos. Muestra un enorme agradecimiento, fijándose en cada detalle y sacando sus propias conclusiones de la imagen mostrada, sirviéndole como un gran impulso ante la nueva experiencia que iba a empezar a vivir.

Caso 12:

Varón de 19 años

El dibujo:

La necesidad de conocer, reflexionar y tenerse en cuenta para tomar decisiones sobre su futuro, junto a sus pasiones como el fútbol y Harry Potter, tenían que formar parte de la imagen de cierre de la intervención.

Impresión del joven:

Se queda inicialmente sin palabras, manifestando una elevada sorpresa por la imagen mostrada, sintiéndose muy identificado con todo lo que aparece en el dibujo. Refiriendo la idea de tatuarse parte de la imagen, al considerarlo éste como algo muy representativo.



MI REFLEXIÓN

"Yo no pinto lo que veo, pinto lo que siento" Pablo Picasso

Para mí, la realización de este artículo ha sido algo muy importante, ya que me ha permitido volver a hacer una revisión de mí vida, descubriendo cómo la expresión, creatividad y el uso de la imagen me han acompañado, a veces sin darme cuenta. Con este artículo he descubierto parte de mí esencia, por lo que seguiré conociéndola, ya que ella quiere salir y yo se lo estoy permitiendo.

Durante el desarrollo de este artículo, la emoción ha formado parte en cada una de las palabras que he pensado poner, en cada descripción llevada a cabo, en cada imagen elegida, habiéndome costado mucho no poder poner todos los dibujo que he realizado, porque para mí todos son importantes. Y es que lo que sentí realizando los dibujos, lo he seguido sintiendo aquí, y ha sido una experiencia increíble.

Recuerdo cada parte de mi vida, donde el dibujo ha estado muy presente en mí. Recuerdo cuando esta afición también ha comenzado a formar parte de mí como profesional. Pero sobre todo recuerdo a cada uno de los chicos y chicas que han pasado por mi Centro y me han permitido expresarles a través de tantas imágenes lo más profundo de mí sentir, para que ellos también puedan acumular recuerdos gratificantes, aunque sea de alguien que ha estado de paso en su vida.

El que te digan con el paso de los meses, "ahí sigo teniendo tú dibujo colgado en mí pared", el que te encuentres con algún chico o chica fuera del Centro y comenten que cada vez que ven el dibujo se acuerdan de lo trabajado y aprendido en las sesiones, el que te manden alguna foto o vengan al Centro a enseñarte que se lo han tatuado, es algo tan emocionante que me resulta complicado explicarlo, no se me ocurren las palabras para poder hacerlo.

¡Quizás sea el momento para elaborar un nuevo dibujo!

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Battle, Sylvie. (2009). Arte-Terapia. Cómo poner magia, colores y creatividad a cada día. Ediciones Obelisco. 2009