

**CONGRESO
INTERNACIONAL DE
INTERVENCIÓN PSICOSOCIAL
ARTE SOCIAL Y
ARTETERAPIA**
*de la creatividad al
vínculo social*

978-84-695-6787-6



El juego y el acto creativo

Beatriu Codoñer

Licenciada en BBAA, UPV. Máster Integratiu Artteràpia,UdG

Valencia, a 7 de noviembre de 2012.

Jugar es un acto que caracteriza a los humanos, aunque también en los cachorros de muchos animales lo podemos observar. Puede que sea la única forma de asumir una llegada a la vida que aun en el mejor de los casos, no estará exenta de dificultades. La única forma, de que tanto el cuerpo como la mente, puedan elaborar ese hecho que significa haber nacido. A través del juego, se puede la persona ir preparando para la vida, como en un ensayo previo, antes de salir a escena. Así, el contraste entre representación y realidad, será más fácil de integrar en un psiquismo todavía muy frágil, poco capaz de soportar, la rudeza, por decirlo de modo suave, con que la vida nos acoge.

El acto creativo, en el niño o en el adulto, tiene este paralelismo con el acto del juego. Nos sirve para reelaborar y a su vez reestructurar, una realidad que necesitamos explicarnos de otro modo. Una realidad que no siempre podemos comprender o aceptar, y que mediante su conexión con el inconsciente, nos proporciona imágenes dispuestas a ser traducidas a una obra creativa. Con los materiales que los diferentes lenguajes artísticos nos proporcionan, entraremos en el juego de la creación.

A través del juego, el individuo encuentra la estrategia, de permitir la entrada de ese material bien escondido en su inconsciente, con el fin de burlar su propia censura, pero asegurándose de que se protege lo suficiente, dosificando una entrada cautelosa, para que pueda su consciente permitir una elaboración pausada de aquello que le supone un hallazgo, descubrir. Se produce una síntesis entre el material permitido y el censurado, a través del delicado hilo, que enhebra el proceso que el individuo ha puesto en marcha.

El crítico y teórico de arte Denis Dutton, en su libro "El instinto de arte", plantea una hipótesis, en la que retoma las teorías darwinianas de la evolución y defiende el instinto hacia lo artístico, como una característica común a todos los seres humanos, de todas las culturas. Desde la perspectiva cultural, puede que tenga cuestiones rebatibles. Pero lo que a mí me interesa desde la Arteterapia, es el hecho de defender la capacidad de cualquier ser humano, para utilizar la expresión artística como medio hacia un conocimiento de sí mismo y del mundo que lo envuelve.

Según este autor, si artísticamente, las obras de mayor esplendor, (cita a Shakespeare, Schubert o Van Gogh), son aquellas que sobreviven y emocionan a varias generaciones, es porque son las que nacen de la capacidad de abordar los instintos humanos más profundos. Ello las convierte en supervivientes en el tiempo y en la cultura.

En Arteterapia, aunque partamos de los instintos profundos, lo que buscamos, no es su localización o descubrimiento. Lo que pretendemos es realizar síntesis

creativas entre lo oculto del individuo y la posibilidad que en él emerge. No solo se trata de descubrir el trauma, sino de poderlo encaminar hacia un lugar resolutivo. Tratamos de propiciar una experiencia antes no permitida, y buscamos que esa experiencia sea capaz de operar en una nueva realidad.

1- El juego y el arte.

Desde la Arteterapia, podríamos decir, que conseguir aflorar no solo los instintos, sino también los deseos humanos más profundos, es aquello que debemos facilitar que suceda. No porque pretendamos realizar obras de arte que nos sobrevivan, sino porque la conexión con nuestro ser más instintivo, será el que nos otorgará la libertad de poder desarrollar un proceso creativo que nos conduzca a un mayor conocimiento de nosotros mismos. A partir de la elaboración sintética de nuestros pensamientos profundos, en conexión con la realidad, se genera una creación de conocimiento que nos redescubre a nosotros mismos, en otra posición frente a lo que nos sucede. Nos descubre otro modo de abordar nuestra realidad, aperturándonos hacia nuevas posibilidades de crear nuestra posición en el mundo.

La Arteterapia busca indagar en lo más común, a la vez que en lo más particular. Es decir, busca en lo esencial de lo humano, para que el individuo pueda constituirse en su peculiaridad, en aquello que a sí mismo lo define.

En su novela de tintes psicoanalíticos "El mundo", su autor, Juan José Millás escribe: "Entonces comprendí de súbito que uno se enamora del habitante secreto de la persona amada, que la persona amada es el vehículo de otras presencias de las que ni siquiera ella es consciente". Yo diría que el arte es capaz de conectarnos con esas "otras presencias", de las que habla Millás y que con los lenguajes artísticos, deberíamos ser capaces de rescatarlas para atraerlas a nuestro mundo. Como arteterapeutas debemos facilitar que las "presencias", del otro puedan aflorar en el transcurso de la sesión, y se vuelvan visibles o tangibles, para convertirlas en el material de trabajo con el que ir construyendo la nueva realidad del paciente.

Según Freud, el inconsciente, está constituido de representaciones de cosas. Imágenes e impresiones muy antiguas, situadas en lo más arcaico y fundamental del ser, y que responden a deseos infantiles. Si el sujeto se encuentra sin poder representar esas imágenes, de vacío; cuando no puede llenar esa ausencia de representación, se produce el desgarro.

El juego, y el arte, son tendencias humanas hacia la representación. En todas las culturas y razas, los niños imitan a los adultos y otros sucesos de su entorno: animales, (quien no le ha dicho al niño cuando empieza a balbucear, como hace un perrito, guau, guau...o quien no ha visto a un niño jugar a ser el tren). Pero en

esa imitación, no es la representación lo que a los humanos nos interesa, sino el contenido del acto: las trazas de elaboración interna que en él se contiene y del que extraeremos el material necesario para reconducirlo hacia la elaboración creativa. Jugar es ir tejiendo un hilo que nos conecte con la realidad para a su vez ir creando el mundo.

Según Winnicott “existe un estado intermedio entre la incapacidad del bebé para reconocer y aceptar la realidad y su creciente capacidad para ello”. Ese estado intermedio es la sustancia de la ilusión que en la vida adulta se le puede otorgar al arte. En este sentido, la Arteterapia sería la facilitadora para que pudiera aparecer esa zona intermedia, que consigue conciliar las zonas de la fantasía con la realidad, como una continuación directa de nuestro juego de niños. La aceptación de la realidad, nunca queda completamente concluida, ya que en todos los humanos, se encuentra la tensión de tener que vincular, la realidad interna con la externa: el alivio de esa tensión, lo puede proporcionar una zona intermedia de experiencia, como es la creatividad, y a partir de ella potenciar el desarrollo de las capacidades creativas del individuo, para acortar la distancia entre esa realidad interna y externa.

En las primeras separaciones entre la madre y el bebé, el espacio potencial, se llenará con el juego creador, para que no se halle tan solo el vacío. Esa es en realidad, la forma de evitar una ruptura brusca, pues se irá llenando por el desarrollo de las capacidades creativas de niño y más tarde por la experiencia cultural, que nos proporciona una realidad compartida con el exterior.

Solo en el juego, el niño y el adulto se encuentran con la plena libertad de ser creadores. Puede que en el juego adulto, necesitemos una cierta disciplina para afrontar ciertos desafíos o exigencias, pero aún así, rescatar el espíritu del disfrute y la libertad, será lo que nos hará transitar por un espacio abierto a diferentes posibilidades. En la sesión arteterapéutica, es de vital importancia que se desarrolle el juego creador.

El arteterapeuta tiene que “saber jugar” para poder facilitar al otro su apertura y su capacidad de juego. Ello significa, su disposición, su tolerancia, su fluir ante el otro. Su capacidad justa para entrar en complicidad: no más de la necesaria, ni tan poca que el otro pudiera sentirse extraño. Ello lo manifestamos, con nuestro cuerpo, nuestros gestos, con nuestra elección de las palabras, con la inflexión de la voz, con nuestro sentido del humor. Tratar de restar trascendencia, aligerar de peso, en todo lo que resulte sensatamente posible.

Esa experiencia creadora acogida en el espacio-tiempo de la sesión, otorga a la persona que acompaña la confianza de que el paciente realiza un trabajo profundo, sin la necesidad de nuestra interpretación. El momento importante, será aquel en

el que el paciente se sorprende a sí mismo con un efecto que podrá llevarse más allá de la propia sesión. Así nos iremos aproximando a una creación no terminada, (a diferencia que en la obra artística), siempre abierta y en construcción.

La creatividad ha de ser un modo de expresar la vida en su totalidad y de tener en cuenta a la persona en su ser global: límites y posibilidades, y sobre todo a acoger la personalidad no integrada, aquellas partes que quedaron diseminadas en algún punto de la biografía del individuo. Para que todo ello se pueda propiciar, y tal vez suceder, tendremos que trabajar en condiciones que permitan la confianza y la continuidad. (Miquel Izuel).

2- El relato y el juego.

Un niño no es capaz de relatarse a sí mismo, hasta que tiene entre cinco y siete años, edad en la que empieza a poder conectar su información pasada, con su proyección hacia el futuro. Ya puede empezar a explicarse al otro, mediante el relato y no solo con el grito o el llanto. Al elaborar esa narración, puede también realizar un reelaboración de sí mismo, explicarse de otra manera. Pero solo con la ayuda de un adulto atento recibirá una devolución mejor construida y que le sostenga la posibilidad emocional que le permita construirse a sí mismo. En muchos casos, la construcción se devalúa, si el retorno no es comprensivo o acogedor. A veces los niños inventan historias, a los que los adultos llamamos mentiras. Cuando en realidad, lo que busca es construir una buena imagen de su existencia: el niño no pretende mentir, sino narrar un relato soportable de sí mismo, o de su realidad, que le permita sentirse mejor ante la mirada del otro. La mentira desempeña una función protectora, que cesa, cuando se siente mirado desde la aceptación.

Según Boris Cirulnyk, la manera de relatar los hechos, o según la mirada exterior de esos mismos hechos, pueden resultar o no traumáticos. No se trata de la importancia del trauma, (cabría puntualizar que depende de la intensidad, hay traumas muy duros, difíciles de superar aunque sean bien acogidos), sino de cómo es recogido el trauma por el entorno. De la Arteterapia podemos decir que sirve para reescribir ese trauma, en un contexto de acompañamiento, y a través de lo simbólico. Se trata de re-relatar la historia del individuo, otorgándole un nuevo sentido. Se construye una realidad paralela, que conduce a la curación o comprensión del individuo, preservándolo de manifestaciones patógenas. El arte actúa como factor curativo, o paliativo, siempre que desde el acompañamiento, se puedan acoger las emociones que provoca.

Toda obra, es una reescritura de recuerdos. Lo que resulta terapéutico de la Arteterapia, es la creación de un vínculo entre la producción, el sujeto y el terapeuta.

La producción tiene sentido en tanto actúa casi como “objeto transicional” (Winnicott), entre el sujeto y su propio relato. En ese sentido la experiencia artística, cuando es auténtica y libre, no se deja atrapar, responde a significados abiertos, y deja circular un aire lleno de nuevos significados.

Permite que el sujeto pueda metafóricamente, reeditarse a sí mismo: la reedición supone cambio, pero a la vez continuidad.

Para finalizar...

Las personalidades esquizoides, en según qué grado, poseen un escaso contacto con la realidad, y habitan en su mundo particular. Cabría preguntarnos si muchos individuos de esta sociedad, no están enfermos de todo lo contrario: un excesivo contacto con todo lo real y “objetivo”, según su realidad, deja a muchos seres, privados de cualquier subjetividad, o atrapados en una objetividad materialista. Estos años, ese concepto de “realidad” parecía beneficioso en un mundo productivo, en términos económicos. Hemos podido comprobar que la carencia de un enfoque creador, nos ha conducido al desastre.

Visitando hace unos días el Museo de Arte Reina Sofía en Madrid, pude contemplar la obra de Ángeles Santos, titulada “Un mundo”(1929) pintora magnífica, rescatada recientemente del olvido de una Historia del Arte narrada por hombres. Obra perteneciente al movimiento Surrealista, refleja las diversidades de un mundo repleto de imaginación y fantasía, habitado de posibilidades, de miradas, de dimensiones, en los que todos debiéramos tener nuestro lugar, pudiendo habitar cómodamente en nuestras diferencias y peculiaridades.

BIBLIOGRAFÍA.

1. D. W. Winnicot. 1971. *Realidad y Juego*. Ed. Gedisa.
2. B. Cyrulnik. 2011. *Morirse de vergüenza. El miedo a la mirada del otro*. Ed. Debate.
3. J.J. Millás. 2007. *El mundo*. Ed. Planeta.
4. Denis Dutton. 2010. *El instinto del arte*. Ed. Paidós.
5. S. Freud. 1916. *Obras completas. Construcciones en el análisis*. Librodot.com