

Un jardín botánico:

creatividad y naturaleza

Tesina Final

Experiencia de prácticas con niños y niñas
de 0 a 12 años en Holanda

Ayelén Linardi
Máster en Arteterapia Transdisciplinaria
Supervisora: Anna Buxaderas

Curso 2018/2020



o b s e r v a r

s o s t e n e r

c r e a r



b e l l e z a

Índice de contenidos

i. Agradecimientos

ii. Introducción

desde dónde escribo

mi camino hacia el Arteterapia

iii. Sobre el Arteterapia Transdisciplinaria

antecedentes

¿qué es, entonces, el Arteterapia Transdisciplinaria?

iv. Fundamentaciones del Arteterapia

la vida como obra de arte

vivencia estética

imaginación arteterapéutica

v. Caja de herramientas en el viaje del Arteterapia

encuadre

ternura

humor

dispositivo grupal

multiplicidad y la lógica del y

diálogo con la obra y resonancia

vi. La importancia de la creatividad en la niñez

cuerpo y afecto

imaginación

juego

naturaleza

vii. Estaciones

niños y el florecer de la flor

¿por qué elegí trabajar con niños y niñas?

¿cómo llegué a Teddy Kids?

viii. Un diálogo más allá de las palabras: *experiencia de prácticas*

con niños de 0 a 4 años

descubriendo distintas maneras de nombrar el cuerpo: niños de 0 a 2 años

niko: la importancia de ser visto

ya no quiero conquistar al mundo, quiero habitarlo: niños de 2 a 4 años

dewyn: lost in translation

primavera: niños en flor

ix. Un invierno diferente: niños de 4 a 12 años

atravesando el caos

despertares de primavera

lo esencial es invisible a los ojos

saliendo de la cueva

Sophie: ¿de dónde viene esa sensibilidad? ¿qué hago con ella?

Nicol: de la cabeza al cuerpo, del cuerpo al juego

Maitreyi: una pequeña maestra

y otoño otra vez...

x. Tiempo de cosecha

xi. Conclusiones

xii. Análisis de implicación personal: la importancia de confiar en el proceso

i. Agradecimientos

Agradezco principalmente a la Vida. A esa belleza de todos los días, a la poesía de lo cotidiano, a las manos que amasan pan, a quienes siguen escribiendo canciones y creyendo en los abrazos como fuerza curativa, a todas las hierbitas verdes que esperan, pacientes, primaveras para florecer.

A todo el equipo de IATBA: a Mónica, por la valentía de tantos morires y renaceres y su entrega comprometida, a Anna, por su escucha tan atenta, su guía y su generosidad, a Marta, por reivindicar la dulzura como manera de enseñar, a Gemma, mi querida terapeuta, quien me acompañó en el camino de aprender a ser cada vez más mujer. Y a todo el resto de quienes hacen posible que IATBA sea ese refugio donde aprender en compañía amorosa.

A Caleufu todo: gracias. Que los ríos de la vida nos sigan encontrando a través de palabras y abrazos. Ha sido un placer compartir este camino con ustedes.

A mis compañeras de supervisión: Tati, Tania, Nati, Sofi. Qué importante saber que contaba con ese espacio todos los meses para saberme contenida.

Agradezco a Flor, compañera en saltos de fe, por todo su apoyo y amistad incondicional.

A Alessandro, un sostén y espejo en todo mi proceso en los últimos años. Desafiándome siempre con amor, sin soltarme la mano, invitándome a caminar hacia mis sueños.

Y por último a mis padres, Mara y Quique: mi vida, en particular, no hubiese sido posible sin su compromiso amoroso hacia mí. Estas palabras son mi manera de honrarlos. Gracias por haberme criado en donde todavía los árboles hablan y acarician, y nos cuentan sus fábulas sobre el silencio y el amor.

“the flowers were dressed in nothing but light”
Mary Olivers



ii. Introducción

Desde dónde escribo

Desde siempre las palabras me han fascinado. Encuentro que son una fuente inagotable de expresión. Las combino de maneras infinitas, se distorsionan, me devuelven un significado distinto al que originalmente intencioné. Me demuestran finitud cuando son tajantes, e infinitud cuando se convierten en poesía.

Sin embargo, al sentarme a escribir esta tesina, me encuentro con algunas famosas y conocidas resistencias: “Y si...¿mis palabras no son suficientes? Y si...¿no llego nunca a expresar aquello que siento? ¿Y si...?”

En seguida me viene a la mente la voz de Mónica Sorín, que me susurra al oído: “*y si acaso...*”. Entonces me río y me peleo con las palabras, las revierto. El “*y si...*” se convierte en posibilidad.

Recuerdo entonces haber leído sobre un antropólogo llamado Gregory Bateson que planteaba que el sistema lingüístico de Occidente favorece a los sustantivos y adjetivos por sobre los verbos; esto tiene la potencia -a veces negativa- de categorizar nuestras experiencias como seres humanos de una manera simplista, que poco tiene que ver con la complejidad que somos y que nos atraviesa. Es una manera de ver y de pensar lineal, alejada de los vastos e infinitos círculos que teje el arte y que somos como mundo.

Todo esto me hace pensar en un tesoro que encontré el verano pasado, un libro llamado “*Nature-based Expressive Arts Therapy*” (2018), de Sally Atkins y Melia Snyder. Dentro de él descubrí el concepto de *hózhó*, una palabra de la tribu Navajo (quienes viven en lo que ahora es territorio de los Estados Unidos). *Hózhó* es belleza, pero no sólo como adjetivo. Es un modo de vida: es una manera de vivir en balance y armonía, reconociendo y honrando que todos estamos conectados. La definición en español queda pobre. De hecho, para la gente Navajo *hozhó* no es siquiera un concepto abstracto como lo es la belleza para nosotros; ellos creen que las cosas no son bellas, sino que la belleza es la manera natural que tienen las cosas (entre ellas, los humanos) de relacionarse entre sí.

Me gustaría, entonces, escribir desde esa belleza.

El Arteterapia Transdisciplinaria en mi vida ha sido un reencuentro, una reivindicación, una reafirmación de la belleza como condición natural de lo que somos, y no por eso *naïve*; encontrar en el arte la integridad de todos los aspectos de la vida supone entender a la belleza como condición natural para atravesar los desafíos, las luces y sombras. La belleza como condición de que la vida se abre a la vida.

Me toca escribir estas palabras en un momento en el que el mundo parece, de a ratos, caerse a pedazos. A veces es difícil creer en lo bueno cuando ahí fuera se destila odio, palabras que hieren, y tanto dolor. A veces creo pecar de ingenua.

Sin embargo, como dice John O'Donohue, poeta irlandés, *tenemos hambre de belleza*. De alguna manera, la crisis que enfrentamos como humanidad, es una crisis de belleza. Estamos desencantados del mundo.

Ojalá entonces que los pedazos que comiencen a caer sean aquellos del velo que nos impide ver la belleza que nos rodea; que sean los pedazos de muro que aún nos hacen sentir separados de quienes nos rodean.

Que caiga la ilusión que nos aleja del juego, de nuestra imaginación como herramienta terapéutica, de la naturaleza que somos parte, y podamos entonces, re- encantarnos del mundo, usar nuestra la capacidad de responder artísticamente, aceptando y acogiendo la complejidad y la incertidumbre, sabiéndonos parte, sabiéndonos belleza.

Mi camino hacia el Arteterapia

Llegué al Máster de Arteterapia Transdisciplinaria porque siempre creí en un modelo de educación que pusiera en las artes su foco principal. Tuve la fortuna de haber pasado por experiencias educativas muy diversas, y sin dudas donde más feliz fui, fue donde había espacio para ensuciarme, expresarme, y poder ser yo misma.

Cuando llegué al módulo introductorio de Arteterapia, supe que por allí era el camino que quería recorrer. Volví a conectar con mi niña pequeña, aquella que andaba a caballo y armaba una casa de té bajo una higuera.

Mónica Sorín explica en uno de los módulos de nuestra formación, la importancia de poder ser nuestro propio padre y nuestra propia madre. Debo admitir que al escucharlo por primera vez sentí cierta resistencia. “Para algo tenemos una madre y un padre, ¿no?”. Sin embargo, a lo largo de estos dos años, fui entendiendo que se trata más bien de *internalizar* estas dos figuras, que de reemplazarlas.

En Argentina hoy en día se usa un término que me parece muy bello: *mapaternar*. Pienso, entonces, que el Arteterapia fue en mi vida un proceso de *mapaternización*.

Pude volver a preguntarle a esa niña dentro mío: ¿Qué necesitas? ¿qué tienes para decir?, ¿de qué te gustaría quejarte un poco más?, ¿qué te gustaría agradecer?.

Pude salir de un lugar de crítica, para pasar a un lugar pro-activo: ¿Qué cambios son necesarios?. Pude responsabilizarme de mí misma y también dejar de cargar con responsabilidades ajenas. Pude dejar de vivir en la teoría para pasar a la práctica. Pude reivindicar aquello que me conduce hacia la salud.

Escribir esta tesina es, para mí, una pieza fundamental en ese proceso de *responsabilización* saludable.

En nuestra formación de Máster, se pasa de lo teórico a lo práctico constantemente, y viceversa. Esto hace que nosotros, como futuros arteterapeutas, podamos formarnos y dejarnos atravesar por experiencias, a veces muy profundas y transformadoras, mientras nos nutrimos con los conceptos más teóricos. Al comenzar las prácticas el foco vuelca más hacia nuestro trabajo con los demás, con el colectivo con quien elijamos trabajar, sin perder de vista nuestro proceso personal. Toda esta experiencia, sumada a la contención de los profesores, de terapia y de los grupos de supervisión, hace que vayamos acogiendo y creando nuestra caja de herramientas, con la que ejercer y a la cual acudir en cualquier situación.

Esta tesina está escrita desde mi experiencia en estos dos años de formación, con el acento puesto en mi experiencia de prácticas con niños y niñas.

Hablaré sobre los orígenes del Arteterapia, su definición y fundamentos en primera instancia. Luego me referiré a ciertos conceptos que son las

herramientas que se encuentran dentro de la maleta que acompaña a un arteterapeuta en su camino.

En la segunda parte, hablaré del marco teórico que acompañó mi proceso de prácticas, y finalmente, pasaré concretamente a hablar de mi experiencia con niños y niñas en Holanda, finalizando con algunas conclusiones generales y personales.

iii. Sobre el Arteterapia Transdisciplinaria

Antecedentes

El arte acompaña a la humanidad desde sus comienzos. Su función terapéutica, creativa, catártica y sanadora es algo intrínseco al ser humano. Nuestra necesidad de comunicarnos, expresarnos y evolucionar va ligada a la experiencia artística. Desde hace muchos siglos, el humano ha sabido encontrar en la experiencia artística distintas formas para alcanzar y atravesar lo que por momentos parece inasequible e imposible de comprender.

Con el correr de los años y a través de distintos períodos históricos, el arte fue tomando diversas formas y definiciones, algunas más dominantes que otras según la época. En los últimos siglos, el uso de la razón por encima de las demás facultades humanas, hizo que el tipo de arte más intuitivo o primordial con el que nuestros ancestros se expresaban, quedara relegado a una falsa espiritualidad, y que el “cantar por cantar” o pintar sin crear una obra de arte que fuera aclamada en un museo, fuera visto como una actividad infantil. El arte se volvió *productivista* y así fue perdiendo su capacidad terapéutica que originalmente poseía.

Sólo a partir de los años 40 la función terapéutica del arte volvió a tomar protagonismo, esta vez para comenzar ya a formularse el concepto de *Arteterapia*. Hubo varios factores que ayudaron a este proceso, entre ellos:

- *el nacimiento del psicoanálisis*: se comienzan a estudiar temas como los sueños, el inconsciente, y se le da más atención en el ámbito científico a lo desconocido, a lo simbólico y a su valor terapéutico.
- *el surgimiento del art brut*: es una corriente artística surrealista que nace en Francia en 1945 y se destaca por su manera de expresar desde el sentir y no por querer producir algo bello y/o para obtener reconocimiento. Varios artistas siguieron esta línea y fueron perseguidos por la extrema derecha de la época, para quienes la rebeldía de los cuerpos significaba también rebeldía de pensamiento y por ende menor facilidad para controlar a la población.
- en el año 1922, Hanz Princehorn publica un libro llamado “*Expresión de la locura*” en el cual recopila obras hechas por enfermos mentales. Comienza a llamar mucho la atención este tipo de arte que no califica ni como racional ni bello para los estándares de belleza de la época.
- *el primer arteterapeuta*: Adrien Hill participó en la Primera Guerra mundial, y descubrió más adelante que pintando escenas traumáticas que había padecido, podía elaborar sus duelos más

fácilmente. Él creía en el poder curativo del proceso artístico en sí mismo. Hablaba de este proceso artístico como un instinto de resurrección, de querer vivir, de poder recuperar la fe en la humanidad a pesar de haber visto y vivenciado atrocidades. Fue considerado el *primer arteterapeuta* como tal (antes el uso del arte como terapia estaba relacionado con la Terapia Ocupacional). Publicó dos libros: “Art vs Illness” y “Painting out illness”.

- *el valor central que el arte comenzó a tener en la pedagogía y en el ámbito educacional:* se destacan en esta valorización del arte en la pedagogía personajes como Dewey, filósofo y pedagogo, Herberd Read, quien en 1943 escribe “Educación por el arte” dándole un lugar muy importante al arte en la educación, y Viktor Lowenfeld quien en 1947 escribe “*Creativity and Mental Growth*”. Todos ellos ejemplos de cómo se fueron sentando las bases para educar en una sensibilidad estética, y que el ámbito educacional deje de ser sólo un lugar donde se acumulan conocimientos para pasar a ser un lugar en el que se pueda generar sabiduría y se trabaje también con el saber intrínseco que los niños poseen.

- *el nacimiento de las artes expresivas:* la terapia de artes expresivas (*expressive arts therapy* en su nombre original) surge en

1973 en la Universidad de Lesley (Boston), gracias al aporte de Paolo Knill, Shaun McNiff, Norma Canner y Elizabeth McNim. Es una escuela novedosa en cuanto a su carácter transdisciplinario (integra movimiento, música, artes plásticas, poesía y drama), sumado al estudio de principios antropológicos, la filosofía fenomenológica, el arte y la psicología.

Así fue como se comenzó a desarrollar una nueva forma de terapia: el Arteterapia Transdisciplinaria. Cuando ámbitos como la medicina, la filosofía, la psicología y la pedagogía se abren al arte, lo nutren con su conocimiento y se dejan enriquecer mutuamente, sucede que el terreno se vuelve más fértil para poder encontrar nuevas maneras de estar en el mundo. Aparecen distintas visiones del arte y sus funciones.

Es en esa tierra fértil que surge y habita el Arteterapia Transdisciplinaria.

¿Qué es, entonces, el Arteterapia Transdisciplinaria?

“El Arteterapia integra las diversas expresiones artísticas (artes plásticas, música, literatura, danza, teatro, psicodrama, poesía) y aspectos de las ciencias humanas (psicología, educación por el arte, filosofía, sociología), para abordar la cura y el desarrollo humano, a través de la expresión creativa y estética. Implica un conjunto de herramientas teórico-metodológicas de carácter terapéutico, preventivo y de desarrollo, que incluyen de manera fundamental el trabajo con diferentes lenguajes artísticos y – que teniendo un efecto terapéutico – se emplea en diversos campos de aplicación: psicoterapia, acompañamiento a pacientes con dolencias físicas, trabajo en comunidades, docencia, tareas institucionales, crecimiento personal, entre muchas otras. El enfoque es siempre clínico, pero no es necesariamente el campo de aplicación”. (IATBA, archivo página web).

En el Arteterapia Transdisciplinaria, el foco está puesto en el arte y en el proceso de cada persona. El rol del arteterapeuta es asegurar que las artes sean las que guíen el proceso creativo de cada persona, trayendo posibilidades de cambio, y que sea aquello que surge, ese “tercero” (Knill, 2016) que vaya guiando el camino a seguir, hasta llegar a lo que se conoce como una vivencia estética, pudiendo dar lugar a una *respuesta estética*. El arteterapeuta se entrena para poder dar lugar a las múltiples posibilidades

que puedan emerger, sin intentar buscar un significado o una interpretación de lo que va surgiendo.

El trabajo es *transdisciplinario* ya que para ahondar en la experiencia, se integran distintas disciplinas: un poema que despierta una pintura, que luego se convierte en dramatización, para finalizar en una canción. En este diálogo entre distintas disciplinas es que se le puede dar rienda suelta a la imaginación y a sus infinitas posibilidades.

iv. Fundamentaciones del Arteterapia



*“the
therapeutic
effect of
hugging a
tree”-
Holanda,
2019*

La vida como obra de arte

Recuerdo cuando comencé a tomar mate. En Argentina, la tierra donde nací y me crié, el mate es casi un rito de pasaje. Yo de chica veía a mi papá que todos los días, religiosamente, se sentaba bajo la sombra de un árbol y mientras escuchaba alguna canción de Jorge Larralde, tomaba mate. Solo, o hasta que alguien se despertara de la siesta y viniera a hacerle compañía. Yo a la hora de la siesta jugaba: era un poco aburrido porque todos dormían pero también era divertido porque a esa hora todo estaba en silencio y se prestaba a la imaginación. Pero hubo un día que el juego se convirtió en mate, y el mate en juego. Hubo un día que a la hora de la siesta me senté a tomar mates con mi papá. Él orgulloso me pasó uno. Era tan amargo y caliente que no puedo decir que lo haya disfrutado, al mate en sí. Pero sí disfruté ese ritual. Recuerdo que era verano, recuerdo el olor a pasto recién cortado, el aroma de la planta de laurel que estaba detrás nuestro, el contacto de la piel de la mano de mi papá, curtida por el sol, con la mía al pasarme el mate. El silencio compartido.

Traigo este pequeño relato porque, aunque no sea una pintura de Caravaggio, ni una pieza musical de Beethoven, es para mí una obra de arte.

¿Qué hace que para mí un hecho tan mundano, tan cotidiano, tenga el carácter y la potencia de una obra de arte?

Lo fundamental de este recuerdo, es la presencia: en ese momento, yo estaba presente. Con ese tipo de presencia casi sagrada, sigilosa, atenta.

Y hay algo que comienza a suceder cuando estamos presentes. Cuando estamos abiertos, con nuestros sentidos despiertos, frente a lo que acontece. La vida misma se transforma en obra de arte.

El Arteterapia Transdisciplinaria es, entonces, una manera de estar en el mundo en la cual la vida se transforma en una obra de arte.

Para construir y sostener esta manera tan particular de estar en el mundo, es necesario abrirse a la interrogación: entra en juego la moral y la ética, la moral entendida como ese conjunto de normas que nos “dicen qué hacer” (y que si bien no podemos ignorar, podemos cuestionar) y la ética, que nos es propia, que nos hace tomar decisiones a favor de la vida, a favor de lo saludable, desde la cual generamos nuestras propias verdades. Este proceso de interrogación y actualización requiere valentía: muchas veces implica cambiar nuestra manera de pensar y de hacer, implica tener que aceptar lo incierto y lo desconocido, dejar de lado la necesidad de control, aceptar que el mundo no es orden o desorden, sino complejidad. Implica poder interrogarse a uno mismo de manera estética y no dejar de sorprenderse, para seguir respondiendo a lo que sucede en nuestra vida cotidiana, en el mundo, en nuestra propia *obra de arte*, dentro de la cual dejamos de ser simples espectadores y pasamos a ser protagonistas.



el matecito de las siete - Holanda, 2019

La vivencia estética

En el arte en general, como en cualquier actividad artística, existe la *función estética*. Si bien en la manera de pensar occidental lo estético se refiere a lo bello y por ende a lo que tiende a lo perfecto y liso, la función estética del arte que rescata y utiliza el Arteterapia, es aquella que genera una experiencia. Como dice Mónica Sorín (2011): “la *vivencia estética produce, pues, un impacto sensible, una representación interna que suscita efectos múltiples y que puede tener efectos liberadores, terapéuticos, cognitivos, re-significadores, expresivos, comunicativos*”.

Las vivencias estéticas pueden o no ser agradables, incluso pueden estar relacionadas con el dolor, y sin embargo generan un impacto en la sensibilidad de quienes se ven tocados por ella: una persona puede ver una fotografía o una pintura que para nada siga los cánones de belleza establecidos (colores, líneas, técnica) y sin embargo sentirse asaltada por una emoción. Dejarse atravesar por esa emoción para ver qué nos quiere decir o hacia dónde nos conducirá, es hacer Arteterapia. Dice Stephen Levine que la teoría tradicional de las ciencias en general está basada en el menosprecio de los sentidos, cuando en realidad estos constituyen la base de la experiencia estética.

Las vivencias estéticas y por ende respuestas estéticas que pueden surgir en un proceso arteterapéutico, tienen su origen en los sentidos, y particularmente en el cuerpo. En nuestra manera de trabajar hablamos del *cuerpalma*, aquel cuerpo y alma que nos compone. Es nuestra herramienta fundamental para vivir la vida como una obra de arte, y para el ejercicio del Arteterapia.

Es en este *cuerpalma*, como dice Sorín, que toma lugar “*la batalla entre moral y ética*”, de la que hablaba anteriormente. Es sin dudas el trabajo del arteterapeuta acompañar procesos en los que uno está en constante búsqueda de su libertad y responsabilidad. En la medida que me interrogo: *¿qué hago con lo que me sucede?*, puedo encontrar el camino hacia una vida más

creativa, hacia vivencias estéticas que me transformen y transformen lo que me rodea (mis relaciones, trabajo, incluso la manera de ver la vida).

Se cuestiona P. Knill (2005) *“si la verdadera belleza está tan ausente en nuestras vidas cotidianas, que nos hemos anestesiado frente al dolor, para protegernos de realidades abusivas”*. Añade que si así fuera, un modo de vivir y de responder estético, creativo, no tendría sólo implicancias individuales, sino políticas y sociales.

Es con mucha responsabilidad de que se debe ejercer el Arteterapia hoy en día, sobre todo en ámbitos educativos donde se está gestando una moral desde la cual los niños se convertirán en adultos.

En Arteterapia Transdisciplinaria, entonces, se parte desde la experiencia de cada uno: es un viaje interior, que tiene, sin embargo, implicancias en el exterior.

Imaginación Arteterapéutica

Las experiencias que cada ser humano pueda tener, con él mismo, con su familia, con la sociedad en la que vive, el momento socio histórico cultural que atraviesa, y muchos más factores, son esquemas complejos y *transversalizados* entre sí. Las posibilidades son infinitas y esto, como explicaré más adelante, en el proceso artístico es muy fructífero. Pero a la hora de aplicar rigor científico al Arteterapia, nos lleva a tener que investigar y/o reformular otras maneras de hacer ciencia. Además, como plantea Sorín

(2011): “*cuanto mayor es la preocupación por lo científico en Arteterapia, menos profundidad y menos rigor se manifiesta en la tarea*”. El trabajo con lo que “no se ve” asusta, y en medio de la desesperación que eso puede traer, se buscan números y esquemas para avalar su autenticidad. El ser humano es una infinita posibilidad en sí mismo, y el Arteterapia trabaja con esta posibilidad.

En las ciencias en general, es el objeto de estudio el que define las problemáticas, las leyes y paradigmas que se elaborarán en torno a este objeto de estudio. Ahora bien, *si definimos el objeto del Arteterapia como el proceso de transformación del ser humano a través de la experiencia artística y estética, es evidente que la naturaleza misma de este objeto no permite aplicarle los paradigmas teóricos y metodológicos de las ciencias llamadas “duras” (...) requiere de otras herramientas*”. (Sorín, 2011).

La base científica en la que encuentra fundamentos el Arteterapia, es una revisión de los paradigmas que conforman las ciencias duras. Es un camino hacia, como planteaba Prigogine, una poética de la ciencia “*donde cada ciencia humana encuentra su propia voz*.”

Mónica Sorín propone hablar de *imaginación arteterapéutica*, como aquella voz propia que define una poética de la *ciencia arteterapéutica*.

Sus principios fundamentales son:

partir de la experiencia como fuente de conocimiento, y desde allí, poder conocer verdades, re significarlas, interrogarse sobre sí mismo, desafiarse, poder hacer un ejercicio de introspección para analizar lo que hemos vivido y constantemente cuestionarnos si lo que aprendimos nos sigue sirviendo, si es necesario dejar de legitimar lo que sabemos para poder darle paso al “y si acaso...” *¿Y si acaso las cosas fueran de otra manera?.*

Este partir de la experiencia tiene que ver con lo *fenomenológico*, una corriente filosófica que da base a las artes expresivas, que planteaba “volver a las cosas en sí mismas”. Entendido así, una actitud o mirada fenomenológica es aquella desde la cual me abro al mundo de la experiencia como el campo donde explorar y cuestionarme, desde la cual le doy a mi propia experiencia prioridad por sobre la teoría ya establecida. La tarea de la fenomenología, en términos generales, es investigar las distintas maneras en las que las cosas se nos presentan, se nos dan.

estar abierto al acontecimiento y construir el acontecimiento: esto tiene mucho que ver con estar presentes, con no dejar de sorprenderse. Retomando palabras de Anna Buxaderas: “*es imposible aburrirse si una se abre a la vida*”. Sin embargo, cuando muere el amor, muere la creación, y nada nuevo puede devenir. Se relaciona con el concepto de *poiesis* (griego: creación, producción). Es “el florecer de la flor”, como decía Heidegger, filósofo alemán, para quien el entendimiento del *Dasein* (alemán: nuestra manera de estar-en-el-mundo) viene principalmente del encuentro con obras de arte; no

en tanto crear obras bellas ni encontrar certezas, sino en la capacidad de dejar que emerjan distintos significados en el en el “hacer” mismo y actuar a partir de ello.

Al estar abiertos al acontecimiento y a construirlo, *todo puede venir por los caminos que apenas sospechamos* (Aguirre, 1938)

alimentar el cuerpo vibrátil: nuestro cuerpo vibrátil es nuestro *cuerpalma*, ese lugar donde el cuerpo y el alma se encuentran. Alimentar el cuerpo vibrátil es poder escuchar nuestro deseo y actuar en consecuencia, poder nutrir un cuerpo que no esté disciplinado por el poder ni por las verdades institucionales.

dar a lo cotidiano un sentido elevado: poder ver hasta en lo más conocido una infinitud de posibilidades, prestar atención a los detalles, a aquello que pasa desapercibido por no ser grandioso y poder otorgarle la importancia que merece. Resueno con una frase de la poeta Mary Oliver: “Hay una cosa que sé, la más antigua y la más salvaje: el alma existe y está hecha enteramente de atención”.

saber pensar con las emociones y sentir con el pensamiento (Pessoa, 1999): *sentipensar*, poder moverse entre las emociones y los pensamientos, encontrar el cauce idóneo para el río que son nuestras emociones y pensamientos: ni que le quede chico y el río desborde, ni que sea tan grande que no lo contenga.

incorporar la lógica del “y”: “y” en vez de “o”, la vida no es una cosa o la otra, somos seres complejos e incorporar el “y” nos ayuda a abrir multiplicidades, a aceptar la complejidad y poder ver en ella posibilidades que nos lleven hacia nuestro bienestar.

sumergirse en el desasosiego: poder aceptar lo incierto y lo desconocido, habitar ese espacio, permitirse no saber, abandonar la necesidad de querer tener todo bajo control y abrirse a las posibilidades que este desasosiego puede traer. Escuchar el espacio que aparenta estar vacío, a ver qué nos quiere decir.

acoger la paradójica combinación de dolor y dicha: es un proceso inevitable a la hora de crecer, de *autoconocernos*.

conectar con la potencia de la vida: poder conectar con lo dionisiaco, aferrarse a lo vital, no permitirse dejar de hacer cosas por temor al sufrimiento, poder aprender a atreverse responsablemente. Un *cuerpalma* deseante es sinónimo de salud, quedarse en la queja constante y dejar de desear, es dejar de estar sano. Poder, como dice Mónica Sorín, “*no darse por vencido, junto a no dejar de hacer algo con lo que me pasa para poder conectar con la alegría profunda de estar vivos*”.

Transitar estos estares nos permite comunicar aquello que muchas veces nos supera, nos permite entrar y expresarnos desde un estado poético, que como dice Edgar Morín (2003): “*nos sustrae del estado prosaico utilitario y nos lleva al estado de gracia*”.



todo puede acontecer - Barcelona, 2018

v. Caja de herramientas

la maleta que me acompaña en el viaje del Arteterapia

Si bien la principal herramienta que tengo como Arteterapeuta soy yo misma (mis experiencias, mis sentires, mi manera propia de ver el mundo, mi *cuerpalma*), hay ciertas herramientas que nos permitirán *hacer* arteterapia de la manera más sana, responsable y bella posible. Algunas de ellas son:

el encuadre

El encuadre es una herramienta fundamental a la hora de hacer Arteterapia. Es, en otras palabras, “las reglas del juego”. Aquello que permite que tanto paciente (individual o grupo) como terapeuta puedan sentirse seguros, además de garantizar que el tiempo compartido sea lo más fructífero posible. Delimita el cómo, por cuánto tiempo, en qué espacio, con qué materiales. Es imprescindible encontrar un encuadre que sea efectivo en cada caso, y no perder de vista que así como un encuadre muy rígido puede sofocar, un *no* encuadre puede corromper. Es por eso importante estar presente en cada encuentro, para, de alguna manera como dice Mónica Sorín, “*medir la temperatura*” del grupo o individuo y crear un encuadre acorde. El encuadre también tiene mucho que ver con la *actitud terapéutica*, que para ser ideal, debería afianzarse entre lo cálido y lo desafiante.

el humor

La risa es una virtud fundamental para poder transformar el dolor, darle otro sentido, poder reírnos con y no de los demás, de lo que nos pasa, de lo que pasa. Es fundamental en procesos creativos, porque los facilita. Trae espontaneidad y por ende la capacidad de ser más flexibles con nosotros mismos y con los demás. En los niños, es algo inherente y sin embargo muchas veces es usado como burla, algo que aprenden de los adultos. Es por esto muy importante cultivar un humor sano, que, justamente, sane.

la ternura

“la ternura me salva de dejar de creer en este mundo, a veces hecho añicos. reivindica mis ganas de levantarme por las mañanas y buscar el sol. me hace creer en el pétalo de una flor y en las arrugas de las manos de mis abuelas. me interpela, me llama, me dice que no todo está perdido, que no toda lucha fue en vano. que la revolución está en las pequeñas cosas: el olor a pasto recién cortado, y una musiquita que suena de fondo. me abraza y me acurruca, y es color pastel. tiene aroma a pan recién horneado, y a un abrazo de domingo por llover”.

texto resonancia propio

La ternura es una herramienta fundamental en cualquier proceso de la vida. Es el primer derecho que tenemos como humanos, es la ternura la cual

humaniza. Como todos necesitamos ser amados, será fundamental si los procesos de terapéuticos y de aprendizaje se dan con ternura o no. Requiere una aceptación del otro, y perder el miedo a la propia vulnerabilidad: mostrarse tierno no significa ser débil, sino más humano. Como es un tema fundamental en la niñez, volveré a tocar con más profundidad el tema de la ternura y el afecto en general al hablar de mis prácticas en particular.

el dispositivo grupal - el poder de trabajar en grupo

Como dice Mónica Sorín (1992) “*casi todo lo que vivimos ocurre en grupo o -al menos- en vínculo con otros*”. Es esencial poder entender el poder de lo grupal, ya que es el lugar donde se despliegan muchísimas oportunidades para reconocer nuestros propios límites y fortalezas. El objetivo en un grupo que trabaja desde el Arteterapia, será poder generar condiciones para que la creatividad de cada uno se despliegue: será esta diversidad la que garantice, a la vez, la creatividad y que nos permita afianzarnos en nuestra singularidad.

En un grupo la tarea es fundamental; tiene una función constituyente. Es por esto muy importante, antes de pensar en formar un grupo, tener en claro la tarea. Por supuesto, la tarea se irá creando y recreando a medida que el grupo vaya cambiando, avanzando. Es muy útil un buen encuadre para afianzarse en la tarea y poder moverse a partir de las necesidades que vayan surgiendo.

Al trabajar con grupos habrá momentos de caos, de tensión, también de máxima conexión. Con una tarea y un encuadre bien dispuestos, el grupo puede ser terreno fértil para que cada uno despliegue su singularidad, sea transformado, y transforme. Es, como dice Sorín (2011): *“un espacio de aprendizaje, con efectos terapéuticos”*

Me parece interesante rescatar, para entender lo precioso del trabajo en grupo, que si se presta atención a los “micro grupos” (familia, escuela) se podrá entender y, posiblemente transformar, grupos de carácter “macro” como la sociedad y el mundo en general. Las dinámicas que operan en lo micro y en lo macro son iguales: estamos atravesados por todos estos grupos, y un gran desafío es poder expresar mi propia singularidad sin perderme en lo grupal, y a la vez poder dejarme atravesar y aprender de lo que se genera en lo grupal.

diálogo con la obra

El diálogo con la obra es una pieza fundamental de nuestra manera de trabajar. Ese “tercero” que se genera, que tiene mucho para decirnos de nosotros mismos, de nuestro proceso, de nuestra vida. Podemos hablar con la obra, preguntarle cómo se llama, qué necesita una vez terminada, si hay algo que pueda hacer por ella. Es importante el papel del diálogo con la obra porque es un espacio que trae novedad, donde podemos dejar de lado aquello que muchas veces nos bloquea y escuchar qué tiene para decir mi obra, desde

un punto de vista que hasta ahora no había sido capaz de ver. Es importante comprender que no se trata de querer interpretar, sino de poder ampliar la mirada para poder dejarnos sorprender por aquello que vemos. El diálogo con la obra puede llevarnos por caminos que parecen no tener sentido: acoger ese sin sentido es lo que muchas veces nos saca del objetivo utilitario de nuestro hacer, para conducirnos hacia una sensibilidad estética desde donde poder crear y generar nuevos sentidos para nuestra existencia.

Las resonancias, por su parte, son una manera de poder dialogar con las obras, tanto mías como de los demás, en grupo o individualmente. No es aconsejar, no es decir “yo veo tal cosa y creo que eso significa que...”, es simplemente poder resonar a partir de de mi propia experiencia, desde y hacia un cuerpo vibrátil, abierto a sentir qué me sucede al ver, escuchar, tocar o sentir una obra determinada. Las resonancias son muy fructíferas ya que abren puertas donde todo parecía estar cerrado, son una manera de comunicar la multiplicidad que nos habita de una manera saludable.

multiplicidad y la lógica del Y

En relación también al diálogo con la obra y las resonancias, la importancia de poder habitar la confusión y el no saber cobran otro sentido al poder hablar de lo múltiple: múltiples significados que pueden surgir de algo que a primera vista “no nos dice nada”. Lo múltiple es también como una aceptación de lo diferente, es descubrir la potencia en aquello que es diverso,

que nos es extraño. Eso nos lleva a la lógica del y. Pasar al “y” en vez del “o”. No es una cosa o la otra, pero una cosa y la otra. Como me decía mi terapeuta, Gemma, al mirar una caja de lapices de colores, ordenados desde los más claros hasta los más oscuros, esta lógica se ve con claridad: podemos focalizarnos en lo diferente, en el blanco y en el negro, en esos opuestos que parecen ser tan distintos...o poner la mirada en esos colores que están en el medio, habitar distintas posibilidades que acerquen a esos opuestos, que nos inviten a dialogar con ellos y nos permitan crear nuevos acontecimientos.

<<“Se buscan personas creativas para que el mundo siga siendo como es”

Muchas gracias, pero no señor:

desarrollemos la creatividad de todos, en cambio, para transformar al mundo”

>>

Gianni Rodari, Gramática de la fantasía.

vi. La importancia de la creatividad en la niñez

La creatividad es una capacidad innata que tenemos como seres humanos. Hay una idea errónea sobre la creatividad en nuestra sociedad, y es que la creatividad es sólo para los genios, como Da Vinci o Einstein. El error reside en que al pensar que la creatividad está destinada sólo a unos pocos, se nos arranca al resto de los mortales, una de nuestras cualidades más preciosas y necesarias: la de crear en la vida cotidiana, la de crear por crear. Si bien muchas veces los resultados de la creatividad dan paso a inventos que han cambiado la humanidad, la mayoría de nosotros también ha experimentado el placer de crear por crear, sin ningún resultado. Separar a la creatividad del productivismo, es fundamental para entender su rol tan importante en la niñez.

La creatividad va estrechamente ligada a la curiosidad, y los niños son maestros en esta disciplina. Todo les genera curiosidad. Preguntan por qué el cielo es celeste, por qué los gatos hacen miau, por qué una cosa se puede

comer y otra no. Muchas veces, como adultos, estas preguntas nos agobian. Hay un dicho que se usa mucho en Argentina que dice: “la curiosidad es lo que mató al gato”. Pienso yo, que en realidad, la curiosidad es lo que mantiene vivos a los gatos. Y nosotros, adultos, deberíamos velar para que la curiosidad de los niños se mantenga a flor de piel. ¿Por qué? Porque es la vía de entrada a una vida más creativa.

Viktor Lowenfield, pionero en rescatar la importancia de la creatividad y la imaginación en los procesos de aprendizajes de los niños y en la pedagogía en general, habla en su libro *Creative and Mental Growth* (1947) sobre la importancia de trabajar con aquella capacidad innata que tienen los niños de responder creativamente a lo que se les presenta, en poder trabajar con el material que ya está presente. Porque muchas veces, en ámbitos educativos, la curiosidad se tapa con información ya establecida. Es más fácil responder “porque sí, porque las cosas son así” a las incesantes preguntas de un niño, que poder sentarse con él a cuestionarme también por qué las cosas son así. Los adultos demuestran lo que saben, y los niños lo que aprenden. El problema con esta omnipotencia, como dice Sorín, es que se vuelve *impotencia*: en un mundo que cambia, que muchas veces es incierto, es muy difícil tener respuestas para todo. El no tener respuesta para todo puede generar en el niño ansiedad: su valor se mide de acuerdo a lo que sabe, y sino sabe...¿no vale nada? La creatividad supone responder a lo incierto de formas innovadoras, acogiendo la complejidad de lo que somos y del mundo en general: “*buscar soluciones verdaderamente creativas requiere de un*

espacio para la duda y para la pregunta” (Sorín, 1992). Pero esto muchas veces no sucede, y se reproduce tanto en la familia como en la escuela, y en la sociedad. Y no es con ánimos de juzgar: el estilo de vida que hace que los padres tengan que trabajar todo el día y lleguen a casa cansados, o una maestra que tenga una hora de clases con 30 niños en un aula cerrada y una currícula a seguir, difícilmente se pueda permitir crear espacios donde la creatividad pueda aflorar y ser explorada. Es necesario un cambio de base donde la curiosidad y creatividad de los niños sea puesta en el centro de la escena educativa. Donde los límites no sean imposiciones, sino simplemente *reglas del juego*, entre las cuales ésta creatividad pueda moverse y expresarse libremente.

Es ahí dónde entra en acción el Arteterapia: creando espacios seguros donde los niños puedan encontrar la posibilidad de explorar con los sentidos, de validar sus sentimientos, de poder sentirse libres de expresar aquello que ven, que les da curiosidad y crear a partir de esos lugares que se van generando. El Arteterapia trae la oportunidad de poder educar en una sensibilidad estética, poética, creativa.

<<Creo en mí mismo porque se que hay alguien que me ama>>

Aquiles Nazoa

cuerpo, afecto y ternura

Es importante, al hablar de creatividad, tener en cuenta lo fundamental que es el afecto y la ternura a la hora de desplegarse creativamente. La ternura humaniza. Cuando somos niños, necesitamos de un otro, y esto hace que cómo se comporte ese otro, tenga una influencia muy grande en nuestra niñez. La manera en que recibimos afecto en nuestra primera infancia, delimitará mucho la manera en que daremos y recibiremos en la vida en general. En una casa o institución donde no haya afecto, donde falta ternura, donde reine la frialdad, difícilmente la creatividad podrá prosperar.

La ternura es garantizar que veo al otro, y qué importante es para los niños poder ser vistos. Es fundamental en procesos de aprendizaje porque todos necesitamos ser amados, y sabernos amados nos da la fuerza para crecer, para enfrentarnos a los desafíos. Hay que ser muy valiente para amar con vulnerabilidad, y no confundirla con debilidad.

“Todo acto creativo es un acto de amor” dice Mónica Sorín (1992). El amor, el afecto, son componentes fundamentales para que la creatividad se pueda desarrollar, y viceversa: cuanto más amor, más desbloqueo creativo, y cuanto más desbloqueo creativo, más amor, más facilidad para trabajar con sentimientos que nos aquejan.

El amor más verdadero es aquel que se da cuando un adulto puede crear las condiciones para que ese niño se desarrolle creativamente, sin imponerse diciéndole cómo las cosas deberían ser.

Es también fundamental, y en relación al afecto y la ternura, la relación del cuerpo con la creatividad. El cuerpo es nuestra primera vía para conocer al mundo. La manera en que los adultos se relacionen con sus cuerpos, tendrá una influencia en el niño. Promover una sana curiosidad por explorar los límites y posibilidades del cuerpo, en vez de reprimir y achicar, es fundamental para que la creatividad tenga campos donde cabalgar.

Necesitamos, siempre, pero más que nada cuando somos niños, del cuerpo del otro. Una caricia que alivia, una mano que trae calor, que nos hace sentir contenidos. Sin embargo, como dice Sorín (1992) “*somos mezquinos al corporizar nuestros afectos*”, sobre todo en culturas donde el contacto físico no es moneda corriente. Hablaré de esto más adelante.

Respecto a la importancia del cuerpo en el proceso creativo, Sorín (1992), nuevamente, lo define de una manera preciosa: “(...) *A su vez, la libertad de expresión corporal y la posibilidad de dejar expresar espontáneamente al cuerpo, crean un estado interno que facilita el pensamiento y la conducta creativa. De algún modo, darle al cuerpo su verdadero lugar, es proveer a la creatividad de un continente más seguro*”.

imaginación

Escribo sobre la creatividad y la imaginación como dos conceptos que caminan de la mano. Es casi imposible separar al uno del otro. La imaginación es una de las herramientas fundamentales que tiene la creatividad para poder ser disparada. Si a un niño de 4 años, en condiciones saludables, se le da un dinosaurio de juguete y se le pide que comience a contar una historia sobre cómo este dinosaurio llegó a la tierra, en poco menos de 5 minutos tendremos una historia plagada de fantasía e imaginación. Quizás no de mucho sentido lógico, pero sí de mucha imaginación.

Si se le pregunta lo mismo a un adulto que en su recorrido de vida se fue desconectando de lugares donde poder expresarse creativamente, probablemente será difícil que pueda contar una historia sin sonrojarse, sin pensar que es una tontería, o sin pedir disculpas porque seguramente lo que va a decir es una tontería.

Y es que a medida que crecemos, y salvo excepciones donde las familias y centros educativos apelan a la creatividad, en general, nos van talando de nuestra capacidad de imaginar.

Claro que muchas veces es necesario ponerle límites a la imaginación, “bajar a la tierra”, porque hay un mundo tangible y, como dicen muchos adultos “hay facturas que pagar”. Tener una imaginación activa no significa tener que perderse en ensueños y en mundos que no existen.

Pero si no somos capaces de imaginar realidades más amorosas, divertidas e incluso más justas, ¿cómo vamos a ser capaces de crearlas?.

Hay un poder innato que tiene la imaginación, que es sacarnos del lugar de la queja, aquel lugar seguro en el que nada cambia.

Si bien es importante quejarnos de aquello que nos hace daño, lo importante es no caer en la queja constante que no nos lleva a ningún lado. Una vez más: ¿qué hago con esto que me sucede? La respuesta a esa pregunta puede ser creativa, y es importante darle valor a la imaginación de los niños de manera que puedan acoger la realidad, con todas sus dificultades y enseñanzas, de manera creativa.

Los niños crecerán y desarrollarán su creatividad de acuerdo a lo que vayan mamando, en primera instancia, en sus casas y finalmente en el ámbito educativo.

Se convertirán en adultos el día de mañana, y por ende, en la sociedad del mañana. Si encuentran que sus casas y escuelas son campos minados de queja, de competencia, y de productividad extrema, eso aprenderán de base, y reproducirán en el futuro. La creatividad y la imaginación deben ser cultivadas, vistas como un proceso y no solamente con una finalidad. Poder

generar sentido en la vida real con aquello que imagino (y que muchas veces dista de lo que tengo enfrente), poder distinguir entre fantasías impuestas y propias, todo es un trabajo de constante interrogación, imaginación y acción.

Para poder crear un mundo mejor, es necesario imaginar un mundo mejor. Cuanto más saludables y amorosos sean los ámbitos donde esta imaginación se cultiva, más saludables serán los frutos que se plantarán y recogerán.

<<Quiero tiempo pero tiempo no apurado,
tiempo de jugar que es el mejor.
Por favor, me lo da suelto y no enjaulado
adentro de un despertador>>.

M. Elena Walsh

juego

Otro disparador fundamental para la creatividad y para educar en una sensibilidad estética, es el juego. Cuando decimos que “el juego es cosas de niños”, en verdad nos estamos perdiendo de una de las partes más esenciales de lo que podría ser una adultez saludable. Pero decimos que el juego es cosa de niños, porque en parte, lo es: para los niños el juego es innato. No hay algo que deban aprender, es casi como que al llegar al mundo la información que

tienen es: “he venido a comer, a dormir y a jugar”. Y ojalá realmente todos los niños del mundo tuvieran sólo esas responsabilidades.

Pero una vez más, las condiciones para que el juego se siga desarrollando con los años y no se estanque, tiene en gran parte que ver con la manera en que la familia de ese niño ve al juego, en cómo la escuela a la que asiste se practica el juego, y en gran medida también qué dice la sociedad en la que vive acerca del juego.

La curiosidad es también propia del juego creativo: en un niño es un indicador de salud, y el juego uno de los factores más importantes a tener en consideración. Estar frente a un niño que no juega, que no demuestra curiosidad, es estar frente a un indicador de que algo no anda bien. Claro que pueden ser miles los factores que hagan que ese niño, en ese momento indicado, no quiera jugar. Pero en general, el niño pasará al juego innatamente. El “berrinche” le durará lo que tenga que dudar, el llanto también, o quizás irá a dormir y luego *pasará* al juego. Cuando esto no sucede, cuando muestra apatía hacia el juego y nada parece generarle curiosidad, es entonces que hay que prestar mayor atención.

“Juego, luego existo” dicen en *clown*. Para trabajar desde el Arteterapia con niños, el juego y el humor son dos herramientas fundamentales, porque están muy al alcance y tienen un poder terapéutico muy grande. Poder incitar a los niños a simplemente jugar, es poder darles un espacio para que puedan ser ellos mismos. Ciertas dinámicas que generan problemas, o incluso

“respuestas” a algunos interrogantes, se ven muy claras en una sesión de juego. Lo importante, desde nuestra manera de trabajar, es no cargar de sentido al juego del niño para poder sacar conclusiones.

Poder jugar con lo que nos sorprende, con lo que no sabemos, tiene mucho que ver con la espontaneidad. Para jugar hay que estar abiertos a la espontaneidad, porque en el juego nunca se sabe lo que va a pasar. Es cierto que, como mencioné anteriormente, el juego creativo no se trata de un juego alocado en el que todos hacemos lo que queremos hacer. Existen las reglas del juego, que abarcan sin apretar. La escuela tiende a apretar, y las ganas de jugar se van extinguendo de a poco, o se vuelven explosiones de furia, de llanto, de frustración. En una escuela tipo, se les pide a los niños prestar atención por horas, mientras que los ratitos de juego se reducen a recreos en donde los niños sólo quieren correr. Cuenta Mónica Sorín que Pichon Rivière afirmaba: “para hacer ciencia hay que haber hecho previamente mucho juego”. Aprender jugando es fundamental.

Cómo aprendemos a jugar, qué valor se le da al juego, y cómo jugamos en general, definirá en gran medida quiénes seremos como adultos, cómo trabajaremos, si en el centro de nuestro hacer estará la creatividad o no, y en qué medida. El juego articula la relación entre lo que está fuera y dentro, y “sigue siendo, aún en la adultez, estimulador de las posibilidades creativas” (Sorín, 1992).

Su rol es fundamental junto a la imaginación en el desarrollo sano de un niño porque, como dice Gianni Rodari (1973) : *“el juego no es un simple recuerdo de impresiones vividas, sino una re-elaboración creadora de éstas, un proceso a través del cual el niño combina entre sí los datos de la experiencia para construir una nueva realidad, que responda a sus curiosidades y a sus necesidades. Pero, precisamente, porque la imaginación construye sólo con materiales tomados de la realidad (y por eso el adulto puede hacer construcciones más grandes), es necesario que el niño, para nutrir su imaginación y aplicarla a tareas adecuadas, que refuercen sus estructuras y amplíe sus horizontes, pueda crecer en un ambiente rico en impulsos y estímulos, en todas las direcciones”*.

<<When despair for the world grows in me and I wake in the night at the least sound in fear of what my life and my children's lives may be, I go and lie down where the wood drake rests in his beauty on the water, and the great heron feeds. I come into the peace of wild things who do not tax their lives with forethought of grief. I come into the presence of still water.

And I feel above me the day-blind stars, waiting with their light. For a time I rest in the grace of the world, and am free.>>

Wendell Berry

naturaleza

¿Qué es la naturaleza? ¿Es un lugar que visitamos? ¿O del cual somos parte?

Leí hace un tiempo un artículo del New York Times titulado “The Earth is just as alive as you are”, donde explicaban cómo la ciencia en los últimos años se ha reconciliado con la teoría “Gaia”, una teoría inventada por el Dr. Lovelocks, que plantea que la Tierra es un ser vivo en sí, y no simplemente un pedazo ente separado de nosotros en donde la vida se reproduce. El intrínseco mundo de los hongos, los peces, el aire que respiramos y la manera en que nos movemos, todo está relacionado y todo tiene su manera de expresarse. Siento que hay mucho que podemos aprender de lo que está “allí afuera” para mejorar nuestro “aquí dentro”.

Casi siempre he vivido rodeada de naturaleza, de animales y de ese silencio de atardeceres. Comprendí desde muy pequeña el poder terapéutico de poder poner los pies sobre la hierba para sentirme menos ansiosa, de algunos rayos de sol en la cara para acompañar la tristeza, o de acariciar a un animal para sentir compañía en días de soledad.

¿Dónde entra, pues, la creatividad en todo esto?

Creo que es imposible, al mirar el entramado de una hoja, o un atardecer de aquellos llenos de rosas y naranjas sobre el mar, no sentir una chispa creativa dentro. Puede ser muy sutil, o puede ser transformadora, pero hay algo que se mueve dentro nuestro cuando contemplamos y nos dejamos contemplar en la Naturaleza.

En ella nada está separado, y quizás somos nosotros, los humanos, los que al haber podido *avanzar* en muchos aspectos (algunos positivos y otros no

tanto), nos hemos ido alejando, y teniendo la falsa ilusión de que la Naturaleza es algo que podemos visitar una tarde de fin de semana.

Tuve la fortuna de criarme en un territorio, en la Patagonia Argentina, donde la comunidad aborigen *Mapuche* está aún activa: de chica me daba mucha curiosidad ver cuando se vestían con colores para el *We tripantu* (año nuevo mapuche), y escuchaba historias sobre las *Machis*, las mujeres curanderas. Esta es una sabiduría que muchos pueblos originarios compartían y respetaban, y aún lo hacen en ciertas regiones: el cambio de estaciones estaba acompañado de rituales, así como los nacimientos y muertes. Bailes, cantos, pinturas, disfraces y juegos eran parte de todo esto. Y la gran fuente de inspiración ha sido siempre su cosmovisión con la Tierra: la creatividad, la armonía entre todo lo que es, la alegría y cooperación como indicadores de salud, todo esto gracias a su saber de que no somos entes separados de lo que nos rodea.

Como humanos, tenemos una inclinación muy fuerte hacia el esteticismo. Y hemos estado expresándolo por siglos. Incluso los animales tienen una fuerte inclinación hacia lo estético: basta ver las danzas que crean algunos pájaros en épocas de apareamiento, o varias especies que cantan, juegan y se mueven simplemente por placer.

Es algo muy intrínseco al ser humano poder expresarse, poder tender a la salud, poder comunicarse y establecer vínculos con los otros. “*Imagina vivir*

la propia vida como una respuesta estética hacia el mundo”, dice Sally Atkins (2018). Vivir como si fuéramos poesía en movimiento.

Mi intento por recuperar desde el Arteterapia en mis prácticas esta relación con la Naturaleza es sin dudas para poder vivir *en* y hacia un mundo más creativo y amoroso. Los niños tienden, en general, a querer pasar mucho tiempo “fuera”. Aunque llueva, haga calor, o estén llenos de barro, siempre piden estar “un ratito más” respirando ese aire puro. Como el juego, es una capacidad innata que tienen. Quizás una vez más, el Arteterapia sirva para que esos niños que serán adultos, sigan pudiendo relacionarse con “el afuera” de las maneras más saludables posibles.

Creo fervientemente que una mejor relación, donde ponemos a disposición nuestra creatividad, con el mundo en el que vivimos, genera una mejor relación con nosotros mismos y por ende con los demás, y viceversa. Quizás la manera en la que le hablamos a los ríos, a los árboles, a los animales, tiene mucho para decir de la manera en que nos estamos hablando a nosotros mismos o a los demás.

Thomas Berry, un ecologista y filósofo-teólogo, decía que los humanos hemos perdido “la gran conversación”, con la luna, los ríos, animales, y plantas que nos rodean, perdiendo así también mucho de nuestro entendimiento propio como seres humanos y como sociedad. Buscar maneras creativas de poder recuperar este diálogo sea quizás un camino hacia un mundo más íntegro.

Wild Geese



You do not have to be good.

You do not have to walk on your knees
for a hundred miles through the desert
repenting.

You only have to let the soft animal of
your body

love what it loves.

Tell me about despair, yours, and I will
tell you mine.

Meanwhile the world goes on.

Meanwhile the sun and the clear
pebbles of the rain

are moving across the landscapes,
over the prairies and the deep trees,
the mountains and the rivers.

Meanwhile the wild geese, high in the
clean blue air, are heading home again.

Whoever you are, no matter how
lonely,

the world offers itself to your
imagination,

calls to you like the wild geese, harsh
and exciting—

over and over announcing your place
in the family of things.

Mary Olivers

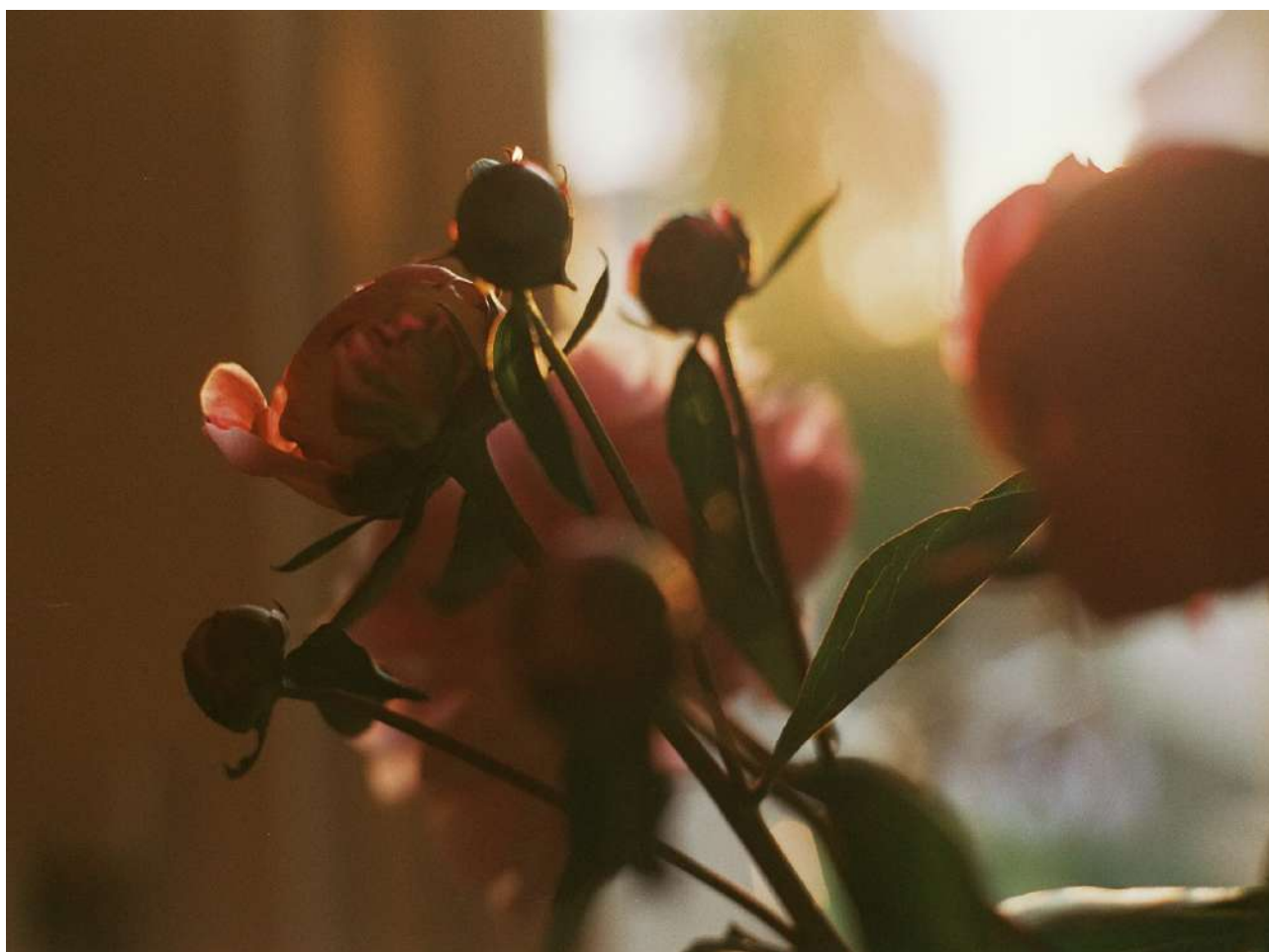
vii. Estaciones

los niños y el florecer de la flor

El concepto de *poiesis* y su definición, como decía Heidegger “*el florecer de la flor*” quedó resonando en mí. Me pareció una metáfora tan simple y tan completa a la vez. De hecho lo simple no tiene porqué ser simplista. El florecer de la flor es el proceso innato de la flor, es lo que la hace flor y es donde el fenómeno flor sucede. En mi experiencia trabajando desde el Arteterapia con niños, vi muchos cómo los niños, cuando se les permite ser, son simplemente niños que florecen. Se me hace difícil encontrar las palabras para que no parezca que idealizo a la niñez como un jardín de rosas perfumado y perfecto; la niñez puede ser complicada, puede acarrear problemas, puede ser una etapa difícil de atravesar y ahí sí que nada, o muy poco, es color de rosas. Pero si a las flores, es decir, a los niños, se les da las condiciones necesarias para florecer, ellos simplemente florecen. Incluso en la adversidad, tienen una capacidad innata de volver a lo saludable. La idea de pensar en mis prácticas como un jardín botánico se relaciona con esto: surge luego de una visita al *Hortus Botanicus* en Leiden, Holanda, un día de invierno de mucho frío, donde al entrar vi que las plantas y flores seguían creciendo, porque las condiciones, a pesar de la aspereza del afuera, le estaban siendo dadas. Alguien se encargaba de medir la temperatura todos los días, de asegurarse que recibieran la cantidad de agua necesaria, que la cantidad de luz fuera suficiente, sin forzar ningún proceso y sin intervenir demasiado: simplemente como un testigo activo de su crecimiento. Quise

entonces, en mis prácticas, poder ser este acompañamiento consciente. Supe que iba a ser un lindo desafío poder encontrar una distancia óptima, una distancia saludable para acompañar estando presente, pero sin ahogar los procesos de cada uno.

Escribo esta tesina frente a un frasco de semillas que usé en mi *performance* de primer año para, en un acto imaginario, plantar semillas en la tierra fértil que estaba descubriendo en mí. Pocos meses después comencé mis prácticas, y sin darme cuenta hasta ahora, escogí ese mismo frasco de semillas para llevar a mi primer encuentro con los niños. No pude evitar, en todo el proceso de los meses siguientes, ver que estos niños eran estas semillas; y verlos crecer, desarrollarse, dudar, encogerse a veces, en fin...ver el florecer de estas flores, me dejó conmovida y llena de vida.



sacred beauty - Holanda, 2019

¿por qué elegí trabajar con niños y niñas?

Crecí en el campo, rodeada de naturaleza. Si bien nunca faltaron amigos, familiares ni vecinos para jugar, pasé mucho tiempo de mi infancia sola. O mejor dicho, acompañada de animales. Mi imaginación siempre me acompañó en cada aventura, al igual que mis “mascotas” : el cabrito Jorgito que le comía las flores a mi mamá, mi yegua Luna que era toda blanca, mis conejos, todos de nombre Estrella, el pato Lucas que tenía enferma una

patita, y mi gran compañero de aventuras, mi perro Jerry, un *siberian Husky* que tenía un problema hormonal y nunca dejó de tener el tamaño de un cachorro. Con Jerry nos embarcábamos en aventuras de todo tipo: correr entre girasoles, crear fortalezas bajo los árboles, perderse en la ladera de una montaña y tener que armar nuestro hogar para repararnos de la lluvia.

Uno de los juegos que más disfrutaba era poder enseñarle, ya sea a mis alumnos imaginarios, a Jerry o a cualquier persona de carne y hueso que se cruzara, todo lo que había aprendido en la escuela. Me encantaba repetir lecciones y me divertía muchísimo cuando tenía inglés y podía enseñarles a hablar en otro idioma. Desde siempre leer, escribir y enseñar fueron mis grandes pasiones.

Y bailar, claro. Aprendía o inventaba coreografías y brindaba *shows*, con o sin público, o le pedía a mi mamá que me grabara para poder verme después. Amaba disfrazarme, sacar mi caja de disfraces y salir por el medio del campo vestida como actriz de Hollywood.

Tuve una niñez muy feliz, fui una niña muy feliz.

Este Máster me re-conectó con el placer de bailar, de jugar, de disfrazarme, de reírme hasta que duela la panza. Supe entonces desde el módulo uno, que mis prácticas serían con niños. Así surgió, luego de varias visitas a los lugares donde haría mis prácticas, y supervisiones amorosas y desafiantes con mi supervisora Anna Buxaderas y mis compañeras, la idea de poder hacer mis prácticas poniendo el foco en la importancia de la creatividad, la imaginación

y el juego en la niñez, y en el proceso de aprendizaje en general. A medida que surgían más encuentros, la necesidad de poder también incluir la naturaleza se hizo presente, y así surgió el título de esta tesina: “Un jardín botánico: Creatividad y Naturaleza”.

La historia de mis prácticas es, entonces es una historia, de semillas, flores y estaciones, de manos llenas de colores y sonrisas que, si cierro los ojos un momento, aún resuenan en mi *cuerpalma*.

cómo llegué a Teddy Kids

Hacía menos de un año que había llegado a Holanda, después de haber vivido 3 años en Inglaterra. Si bien Inglaterra no deja de ser un país “del norte”, la gente suele ser muy abierta, y yo corría con una ventaja, que era hablar el idioma. Podía comunicarme con todos, ser parte de las actividades del barrio, ir a obras de teatro, al cine, comprar libros y leerlos sin problema, como así entablar comunicación con cualquier persona mientras esperaba el bus o hacía la cola de la verdulería. Ya tenía contactos y amigos que estudiaban Arteterapia, y un lugar donde iba a hacer mis prácticas con niños y madres refugiados. Todo cuadraba.

Pero cuando, por razones laborales de mi pareja, decidimos mudarnos a Holanda, yo estaba casi a finales del primer año de Máster, y sabía que en pocos meses debería comenzar mis prácticas. De pronto me encontré en un país donde se hablaba una lengua para mí desconocida, y si bien el inglés es moneda corriente, hay ciertas cosas a las que, sin hablar holandés, no tenía

acceso. Recuerdo haber escrito muchísimos mails y visitado lugares, como escuelas, centros de refugiados, centros culturales, asociaciones vecinales. Todos, de manera muy amable, me decían que estarían encantados de recibirme, pero...siempre que hablara holandés.

Un día, un poco estresada entre trabajos finales, un hogar nuevo y la presión para encontrar un lugar de prácticas que me gustara, fui a hacerme un masaje. La señora, de Polonia, me contó que antes de dedicarse a los masajes, trabajaba como arteterapeuta. Que había estudiado en Polonia, pero que por el trabajo de su pareja se había mudado a Holanda y le tocó hacer sus prácticas profesionales ahí. Que le gustaba trabajar con niños, y que como no hablaba holandés, las había hecho en una escuela internacional donde hablaban inglés.

A medida que avanzaba con la historia, a mí se me iba poniendo la piel de gallina. Al contarle mi historia, ella me pasó el contacto de este lugar, y para hacer una historia larga un poco más corta, fue así que llegué a Teddy Kids.

Teddy Kids es un espacio internacional, de habla inglesa y holandesa, de recreación *after school* y *nursery* en Leiden, Holanda. Al comenzar, me ofrecieron trabajar en la nursery, con niños de 0 a 4 años. Algunos meses después también surgió la oportunidad de trabajar en el *after school*, con niños de 4 a 12 años.

Como mis experiencias con los dos grupos han sido muy diversas, las detallaré por separado, comenzando por mis prácticas en la *nursery*.



the way back home- Argentina, 2016

Un diálogo más allá de las palabras

experiencia de prácticas con niños de 0 a 4 años

Los bebés cuando están dentro del útero, y sus ojos comienzan a desarrollarse, “ven” sólo la gama de colores amarillo, naranja y rojo. Es el color de la sangre, de la piel, de los líquidos que los rodean. Por eso los juguetes para recién nacidos son todos amarillos, rojos, de colores bien

vivaces. Además de estimular el desarrollo, generan “empatía”, ya que son los colores que ellos “recuerdan”.

Pensé entonces que el otoño del año pasado, cuando comencé mis prácticas, tanto yo como los niños, seríamos estos bebés recién nacidos. Ellos de manera literal, y yo como futura arteterapeuta. Me propuse ir con cautela, con lo seguro, con pasos lentos pero firmes, para que todas las ideas y expectativas que tenía en mi cabeza, no me hicieran tropezar.

Llegué a mi primer día de observación a la American School of the Hague, sitio donde Teddy Kids tiene una de sus sedes, ésta creada en particular para que los profesores de la escuela puedan dejar a sus hijos mientras trabajan. La escuela es una de las más prestigiosas de Holanda, bellísima, con recursos disponibles, gente muy amable y un jardín de ensueño, con un puente colgante y un bosque lleno de juegos para los niños. Sentí mucha gratitud al ver un espacio como ese. Y también algo de resistencia: había pasado de querer hacer mis prácticas con niños refugiados, a hacerlas con niños de familias de clase alta, privilegiados. ¿Cómo reaccionaría ante este privilegio?

La *nursery* está abierta de 7.30am a 5.30pm, los niños pueden ir sólo mañanas o tardes, o turno completo. En general, todos van turno completo. El espacio es una sala que cuenta con un hall de entrada, un área de juego común, un cambiador, una habitación para cuando duermen, una pequeña cocina, y un jardín. Hay dos o tres maestras por turnos, más otra persona haciendo siempre actividades específicas.

Mis horarios eran dos días a la semana, lunes y jueves, por dos horas cada día, de 9.30am a 11.30am. Dependiendo de la semana, algunas veces podía quedarme 3 horas y acompañarlos también al gimnasio donde teníamos más espacio para movernos.

En el primer día me encontré con un grupo de bebés y niños que todos juntos estaban desayunando. Me presenté, y me quedé por un tiempo largo viendo cómo eran sus mañanas. Fui dos veces más a observar, y para la tercera vez ya me sentía cómoda para poder empezar con mis prácticas. Las maestras fueron muy generosas a la hora de darme ese espacio: necesitaban que los niños hicieran actividades durante el día y poder hacer algo relacionado al Arteterapia les parecía interesante. Sin embargo, una maestra suplente que estaba en esos días, me hizo un interrogatorio que me incomodó muchísimo, y me llenó de recomendaciones y de cosas que no podría hacer con los niños: tocarlos demasiado, besarlos, estar sola con ellos. Esto me dejó en un estado de alerta, y reforzó mis prejuicios sobre el lugar y sobre mis prácticas en general.

Para mi primer sesión llevé un árbol dibujado y pintado en un papel muy grande, y algunas hojitas y plumas, un frasco con agua y otro con semillas. Los niños más grandes se sentaron en un círculo conmigo y bailamos una canción sobre árboles. Después jugamos con los elementos y muchos de ellos tímidamente iban diciendo palabras como water o air cuando les mostraba el agua o las plumitas, respectivamente.

Al terminar este momento en grupo, el mismo grupo de niños más grandes, que eran ocho en total, se sentaron en dos mesas, cuatro en cada una. Había preparado hojas y pinturas para que cada uno pudiera hacer con su mano la forma de un árbol y después decorarlo. Cada uno cogió con mucho ánimo su delantal, yo puse pinceles y pintura en las dos mesas, y les iba explicando cómo poder hacer el tronco con la mano para después poder decorarlo como quisieran.

Dos minutos después, la pintura estaba por todos lados: en las caras de los niños, en su ropa, en su pelo. Una de las maestras, que estaba reemplazando a la titular, comenzó a ponerse muy nerviosa y a llevar a los niños a lavarse las manos y la ropa, repitiéndome que a muchos padres no les gustaba nada que los niños se ensuciaran la ropa, y que no sabía cuánto experiencia tenía yo trabajando con niños pequeños pero que seguro esa no era la manera de hacerlo porque se llenaban todos de pintura. Yo comencé a sentirme algo incómoda, ayudé a los niños a lavarse, guardé las pinturas y los pinceles, ya tocaba la hora de almuerzo para ellos y yo me fui.

En el camino de vuelta a casa se me cayeron algunas lágrimas: sentí que había fallado, que realmente yo no sabía cómo trabajar con niños, que para qué había elegido este camino, que qué pensarán las maestras de mí, que seguro me iban a decir que no podía continuar.

Volví la semana siguiente convencida de todo esto, y sin saber muy bien qué hacer. Por suerte, la maestra titular, Larissa, había vuelto a trabajar. Junto

con ella charlamos, le comenté lo de la semana anterior y me dijo que no me preocupara, que en general el combo “pintura y niños pequeños” termina así, pero que si quisiera, podría usar el *hall* de entrada como “espacio privado”, llevar una de las mesitas, y trabajar con cada niño de forma individual. Esto me generó alivio.

Al viajar a Barcelona la semana siguiente, compartí en supervisión algunas inquietudes, y Anna Buxaderas, mi supervisora, me hizo una pregunta que definiría el resto de mis prácticas: “¿tú, qué quieres darle a estos niños?” Esa pregunta, junto con las resonancias de mis compañeras, fue para mí muy importante porque me sacó del ruido mental en el que estaba atrapada, y me hizo dar cuenta que, aunque era con la mejor intención que yo planeaba mis actividades, había algo que faltaba de base para respaldar todo eso y era justamente para qué estaba yo ahí, qué sentido tenían mis prácticas, en qué podía marcar una diferencia en el trabajo que yo hiciera o no hiciera con esos niños.

También pude salirme de esa situación de queja en la que sólo veía niños privilegiados y maestras distantes, para poder ver realmente qué es lo que estaba pasando, y qué me hacía pensar que esos niños no necesitaban nada.

Entonces, ¿dónde pondría el foco? ¿cuáles serían mis objetivos? ¿qué sentido cobrarían mis prácticas?

Transcribo las respuestas a esas pregunta que escribí en mi cuaderno de prácticas al reflexionar luego de aquella sesión de supervisión. Si bien era un

grupo vertical, donde los niños de 0 a 4 años estaban todos juntos en la misma sala, mis experiencias con los más pequeños y los más grandes, y las posibilidades de trabajo con cada uno, fueron muy distintas. Al darme cuenta de esto, comencé a trabajar con los dos grupos por separado. Comenzaré hablando de mi experiencia con los niños más pequeños, de 0 a 2 años, y luego con los niños de 2 a 4 años.

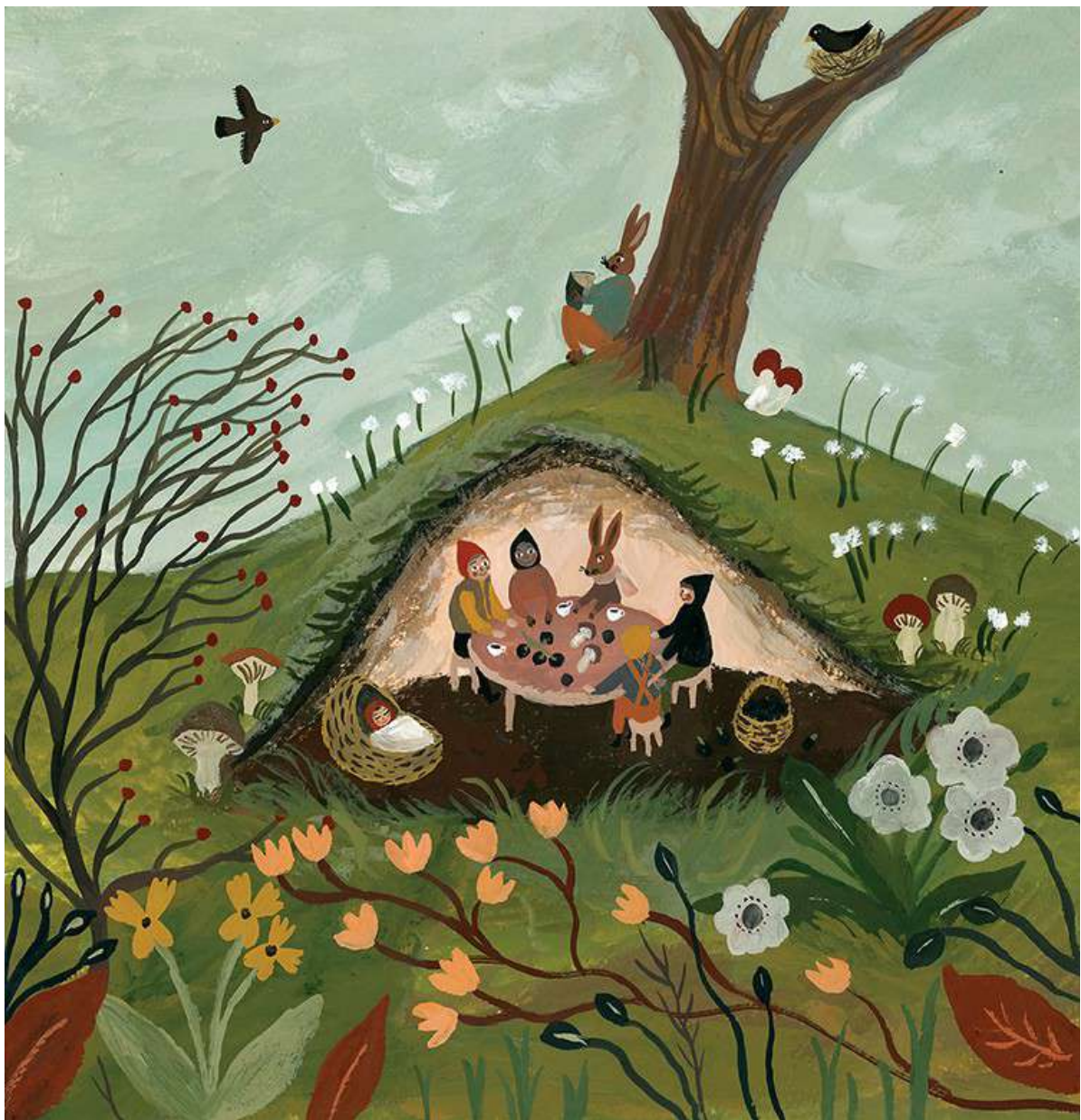


imagen tomada de Pinterest

Descubriendo distintas maneras de nombrar mi propio cuerpo

niños de 0 a 2 años

Objetivos

- explorar la comunicación a través del arte
- favorecer el conocimiento y desarrollo a través de la experimentación sensorial
- desarrollar seguridad en sí mismos a la hora de explorar y jugar: que sus cuerpos vayan también, como los niños más grandes, tomando presencia y registrando qué sucede en el espacio de Arteterapia.
- poder explorar más allá de las palabras: abrir distintas puertas hacia la comunicación y la creatividad a través de la confianza y la ternura.

Metodología

- tomar media hora para trabajar con los bebés en grupo, encontrando espacios para trabajar también de manera individual por 10 minutos aproximadamente, con cada uno.
- uso de elementos seguros para que puedan jugar con sus manos y con el cuerpo en general

- elementos como plumas, algodón, telas, maracas hechas con arroz, barro, plastilina, uso de distintas texturas
- música, expresión corporal
- trabajo en el suelo
- trabajo en el jardín, con hojas y árboles

Mi trabajo con los bebés se fue desarrollando de manera muy natural. Eran entre 3 a 4 bebés en el grupo, de 3 meses a 1 año. Lo planeado con ellos no funcionaba, y los tiempos eran muy flexibles, ya que muchas veces faltaban por quedarse en casa, por estar enfermos, y muchas otras los encontraba ya dormidos. En general, disponía media hora/cuarenta y cinco minutos del tiempo total que pasaba con todo el grupo para trabajar con los bebés. Siempre había una maestra que me ayudaba a ponerlos en el suelo, o moverlos si era necesario. Si estaban los 4, entonces le dedicaba 45 minutos para tener un tiempo con cada uno, como mucho en pares. Si había sólo uno o dos, me repartía la media hora para pasar 15 minutos con cada uno. Lo importante para mí era poder mantener el hábito de estar con ellos, para que pudiesen ir cogiendo el registro de lo que sucedía cuando estábamos juntos. Cuando el tiempo era frío y lluvioso, con ayuda de las maestras los colocaba en una alfombra que había en el centro de la sala y allí interactuaba con ellos. Eran momentos en los que los niños más grandes estaban haciendo otras

actividades. Sin embargo, era difícil conseguir “privacidad”, porque los demás sentían curiosidad acerca de lo que yo estaba haciendo con los bebés. Era muy bello, sin embargo, poder ver cómo interactuaban entre ellos y muchas veces los niños grandes me “ayudaban” cuando algún bebé lloraba, dándoles una caricia o levantándoles el objeto que se les había caído al piso.

Otras veces, cuando salía un poquito el sol y se podía disfrutar del jardín, una de las maestras llevaba a los niños más grandes fuera y yo tenía todo el espacio con los bebés. Con alguna música tranquila, los acostaba o sentaba en una alfombra, e iba pasando pedazos de tela, algún instrumento de madera que fuera seguro para que ellos manipularan, maracas que había confeccionado con arroz y otros granos, bolsitas hechas de calcetines donde ponía flores de lavanda, o manzanilla. Ellos iban agarrando los objetos, los miraban, extrañados. Sonreían, a veces me miraban. Era como entrar en un estado de gracia: mi sentir siempre fue que los niños tienen la capacidad de estar en el aquí y ahora, presentes. Pero al no haber trabajado nunca con bebés, aún no había descubierto lo que era ese estar presente sin siquiera palabras. La manera en que agarraban un pedazo de lana, por ejemplo, me hacía pensar que quizás esa era realmente la primera vez que estaban viendo, sintiendo, oliendo y tocando un pedazo de lana. Me sentí muy privilegiada y a la vez mi tarea comenzó a cobrar más responsabilidad: también tomé aun más consciencia de la importancia de todo lo que sucede en la primera infancia. Niños esponja. Niños que absorben, que ven un mundo por primera vez y es el adulto el responsable de cómo serán esos primeros contactos. Fui

viendo de manera muy clara todo lo que leía en la teoría: la fundamental de poder generar espacios donde la creatividad se despliegue.

A medida que pasaba el tiempo, me fui animando a jugar más con ellos y comencé a ver que las posibilidades de juego, aunque al comienzo me parecían limitadas, eran muchas.

Niko

la importancia de ser visto

Niko era un bebé que a penas lo conocí tenía 10 meses, lloraba mucho y siempre necesitaba que alguien estuviera con él. Cuando me ponía con él a jugar, podía percibir que tenía mucha curiosidad y que quizás un poco de atención es lo que necesitaba. Me contaron las maestras que sus padres estaban esperando una hermanita, por lo cual los “berrinches” de Niko y su necesidad de atención habían ido en aumento en los meses previos. ¿Qué tenía Niko para decir de todo esto?, me pregunté. En febrero, hubo vacaciones de mitad de invierno por una semana. Al volver, las maestras que me contaron que Niko estaba ausente porque, en sus primeros intentos por caminar, se había quebrado su piernita (algo muy extraño para un bebé tan pequeño, considerando que son muy flexibles y rara vez se quiebran los huesos). Cuando Niko volvió, después de algunas semanas, con su piernita ya sana y una hermanita nueva en casa, parecía un niño distinto. Había “pegado

un estirón” de tamaño, tenía el pelo más largo, caminaba ya casi sin dificultad, y podía hacerse entender con señas y algunos sonidos que casi parecían palabras.

Caminando, su curiosidad había aumentado y ya no necesitaba de nadie que lo llevara de aquí para allá. Pero también había comenzado a tener problemas con los otros niños más grandes, a los que a veces los empujaba. Algo curioso que observé fue que había una bebé, Celeste, que tenía a penas 3 meses. Niko se volvió su protector, porque la confundía con su hermanita. Era muy precioso ver cómo su “instinto” hacía que en cualquier momento libre, él fuera a acariciarle la cabecita a Celeste, o a agarrarle la mano.

Pensé que desde esta ternura algo bueno podíamos acompañar juntos, en especial sus ganas de expresarse. Entonces un día senté a Niko y a otro niño de 1 año y medio en la mesa de almuerzo, cubrí toda la superficie con papel blanco, y dispuse crayones gigantes para que ellos pudieran dibujar. Mientras que el otro niño jugaba con líneas sobre su lado de la mesa y buscaba colores más bien claros, Niko, con un color naranja, comenzó a rayar todo el papel, desde el centro hasta el espacio del otro niño, hasta los márgenes donde siquiera alcanzaba. Ví mucha satisfacción en su actitud y dejé que continuara expandiéndose. Al otro niño no le parecía interesar mucho esta “invasión” en su territorio, y luego de unos 5 minutos pidió bajarse de la mesa para ir a jugar. Entonces Niko pudo finalmente tener todo el espacio que necesitaba para dibujar. Parecía un pintor que había encontrado la inspiración y se

estaba dejando llevar. Permití este momento con mucho gusto porque era justo lo que Niko, dada la situación de su nueva hermanita en casa, necesitaba. Luego de unos 10 minutos, frenó. Comenzó a pintarse los dedos, a querer rasgar los crayones con sus uñas, a metérselos en la boca. Había todavía energía. Entonces, luego de decirle que los crayones no se podían comer, agarré yo un color y comencé a hacer garabatos en la hoja. Él en seguida me siguió, y pude observar que sus trazos se volvían más calmos, más tranquilos, más tiernos. Fue muy importante este acompañamiento, que dio lugar a la ternura, luego de que él pudiera tomar su lugar, hacerse ver. Su actitud se relajó y en mi cuaderno de prácticas escribí: “fue muy tierno ver a Niko reír de esa manera”.

A partir de ese momento, pude notar que Niko sonreía más. En los días soleados, íbamos fuera y él era como un niño explorador. Buscaba, corría, se ensuciaba. Un día pintamos una obra colectiva con los niños más grandes, usando ramitas del jardín, y Niko quiso participar. Era la primera vez que hacía una actividad como “niño grande”. Nos sentamos uno al lado del otro, yo le puse su delantal, y él comenzó a esparcir pintura por todos lados, mientras reía y se divertía. Los berrinches fueron cesando, y pudo comenzar a interactuar con los demás niños desde el juego, aunque Celeste siguió siendo su protegida y si alguien se acercaba a ella, él estaba siempre a su lado.

La importancia de generar espacios donde él pudiera ser visto y pudiera expresar su particularidad sin tener que acudir al llanto para ser visto, ayudó

a que pudiera compartirse en el grupo de una manera más lúdica, donde Niko pudiera ser aquello que era: un hermano, un hijo, pero por sobre todo, un niño que cuando poníamos música para bailar, saltaba de alegría.

En mis prácticas con los bebés pude notar que aunque no haya experiencias para nombrar verbalmente, ni por no tener soluciones ni *insights* todo el tiempo, no significa que no haya algo sucediendo. Al comenzar mis prácticas no había caído en la cuenta que serían con niños que recién comienzan a hablar. Ya expliqué la importancia del lenguaje y la palabra para mí: además de darme mucha satisfacción, se que es también una zona de confort. Por ende, mi trabajo con estos niños, en especial con los bebés, fue poder salir de esa manera tan conocida de expresarme, y poder entrar yo también en los sentidos, en el cuerpo. La ternura fue sin dudas un canal fundamental: se puede expresar ternura con el cuerpo; con una caricia, con una mirada.

Ya no quiero conquistar al mundo, simplemente quiero habitarlo

niños de 2 a 4 años

Objetivos

- ofrecer un espacio cuidado de libertad, para que puedan explorar y expresarse sin que esté todo pautado

- poner el foco en el cuerpo, con ternura. Poder reforzar los sentidos como manera de explorar. Que los cuerpos vayan cogiendo registro de lo que va aconteciendo
- dar valor a la expresión de los niños, más allá del resultado “bonito” o de lo que se llevarán a casa
- abrir la creatividad, que sean ellos mismos que puedan explicar lo que va sucediendo
- que sea la tarea la que congregate y llame la atención

Metodología

- comenzar con un círculo y alguna actividad de caldeamiento: cantar una canción, bailar, estiramientos. De ser posible, realizarla fuera en el jardín. Luego pasar a trabajar con cada uno de manera individual en un espacio reservado, con una mesita baja y todos los elementos necesarios, previamente dispuestos. Para estas actividades individuales no hay obligación, participa quien quiere. Sin embargo, busco incentivarlos. Que sea la tarea la que incentive a participar.
- la duración de las actividades varía según el niño: no hay un tiempo mínimo y tampoco máximo. Me parece importante dejar el tiempo de exploración abierto ya que el resto del día tienen actividades pautadas y horarios estrictos.

- sí es importante que cada niño pueda tener su espacio para realizar la misma actividad que los demás: si en un día algunos se quedan sin hacerla, en la sesión siguiente trabajo con los niños que quedaron hasta terminar esa “ronda de actividades”.
- uso transdisciplinar de los elementos. Por ejemplo, poder bailar al viento y luego pintarlo.
- ensuciarse las manos: con pintura, con barro, con masa de sal. Permitir el ensuciarse sin juicio.
- jugar con los sentidos: cajas sorpresa para poder adivinar con el olfato, el tacto o el sabor qué hay dentro
- música y bailes: explorar instrumentos musicales, bailar con elementos
- trabajar con el cuerpo: a través de la música, de la exploración del espacio, del tacto
- reforzar el vínculo con la naturaleza, a través del uso de hojas, piñas, ramitas, flores.
- hacer uso del jardín para explorarlo.

Para completar mis objetivos y metodologías, cabe aclarar que trabajar en una cultura que no es “la nuestra”, no siempre es fácil. Me tocó adaptarme a una manera más reservada de interactuar, y fue justamente esta “frialidad” la

que reforzó mis ganas de trabajar con los sentidos y con el cuerpo en general. Debo sincerarme también, al decir que luego de mi primera observación, cuando todo me parecía oscuro, fui rápida al juzgar “*a book by it's cover*”, un libro sólo por su tapa, y finalmente pude descubrir que la distancia que se establece al principio, poco a poco se va desarmando, con cuidado y a medida que se va generando confianza.

Retomando mi experiencia con los niños más grandes: en la siguiente sesión quise reivindicar el trabajo con árboles que había pensado para la primera sesión.

Me dispuse a tomarme el tiempo necesario con cada niño. Preparé en el hall de entrada una mesita, y desde ese momento en adelante esa pasó a ser nuestra “cuevita arteterapéutica”. Retomé los árboles que los niños habían ya pintado, y puse confetti e hilos de lana para completarlos. También había a disposición acuarela con cola y sal: la cola al reaccionar con la sal hace cambiar los colores de la acuarela y esto sorprendería a los niños.

Comencé trabajando con Anabelle, de 4 años. Al cabo de media hora, ella estaba toda llena de pintura, había comenzado a pintar con los dedos y con las manos. La textura de la sal, los hilos de lana, el agua y los colores se habían convertido en un festín de estímulos y ella disfrutaba tocarlos y jugar con ellos. Trabajé con el resto de los niños, y el resultado fue más o menos lo mismo: más allá del decorado del árbol, se notaba el placer al poder tocar y ensuciarse con sus manos.

En mis anotaciones de aquel día se ve muy claro qué había sucedido:

“Hoy me sentí cómoda y con ganas. Es lo que sucede cuando me salgo, cuando saco las expectativas y simplemente observo lo que pasa: lo que ellos ya tienen dentro.”

Los cuerpos de estos niños comenzaron a moverse con más libertad, con su libertad innata. Pude observar cómo la intriga y seriedad inicial fueron dando paso a la curiosidad y a la exploración. Podía verlo en sus movimientos, en cómo se relajaban en el suelo a la hora de hacer alguna actividad con música, o en cómo podían estar en tarea sin tener que estar constantemente pidiendo mi atención o alzando la vista para ver qué estaban haciendo los demás.



jugando con sal - Dewyn, 3 años y medio, Holanda, 2019

En medio pasaron las vacaciones, Navidad y fin de año. Para cuando volvimos a encontrarnos ya era pleno invierno, pero teníamos nuestra cuevita que nos refugiaría del frío.

Fue importante para mí ir tomando confianza, ellos conmigo, yo con ellos y con las maestras. Después de algunas sesiones ya reconocían que cuando llegaba, algo ocurría. Comenzaban a pedirme ir a la “cuevita” primero, me seguían por la sala mientras preparaba los materiales. Sabían que cada vez que llegaba, traería en mi bolsa una caja de sorpresas.

Cuando nos sentábamos en círculo y pasaba la caja de sorpresa para que todos pudieran ver, incluso si dentro había una pluma o una ramita, ellos exclamaban, con sorpresa: “*Ohhh!!*”. Era muy bello ver la inocencia y lo que significa realmente estar abierto al acontecimiento, poder ver magia en lo cotidiano.

Los días comenzaron a alargarse, la primavera se sentía en el aire. Ya podíamos salir al jardín sin perder media hora en vestirnos, y podíamos estar fuera más tiempo de lo normal. Fue también en estos últimos meses juntos que, sobre la confianza que se había generado, pude entrar más en el trabajo corporal. Yo también había ya entrado en confianza con mi nuevo hogar, con mi lugar de prácticas, y sentía finalmente que esa frialdad del comienzo se estaba derritiendo. Y sobre todo, que quizás esa frialdad estaba también en mí. Una vez que pude ir yo también trabajando sobre mi propia experiencia con mi cuerpo, comenzar a moverlo más, a sentir más, eso tuvo repercusión

en mis prácticas. El movimiento, el cuerpo, es un idioma universal, y todas aquellas normas (no besar, no tocar) estaban ahí para ser transgredidas con respeto y amor.

Así, sintiendo el calorcito primaveral, fue que por ejemplo un día jugamos a dibujar nuestra figura corporal en escala real, para poder después decorarla. Algunos niños sentían reticencia al acostarse para que yo marcara el contorno de sus cuerpos, pero en general todos sentían curiosidad al estirar el papel y ver qué grandes eran. Se divirtieron mucho pintando las figuras y mostrándoselas a las maestras.

Todos, excepto Dewyn, en quién me detendré para contar desde un ángulo más cercano mi experiencia con él.



Dewyn y las flores de manzanilla, 3 años y medio, Holanda, 2020

Dewyn

permiso para ser niños

Dewyn era un niño holandés de 3 años y medio. Era su último año en la *nursery*, ya que el año siguiente iría a la escuela. Tímido, se escondía en cada rincón posible, se tapaba de muñecos y dejaba sólo una rendija por donde se veían sus ojitos, llenos de curiosidad. Cuando todos los niños iban fuera, y yo me quedaba con los bebés dentro, él también muchas veces se quedaba. Cuando todos los niños me pedían poder ir primeros a realizar alguna actividad, él siempre quedaba último, y tenía que ser yo quien me acercara a él. Sólo hablaba holandés, y yo holandés, no hablo. Era a través de señas y de gestos y sutiles contactos con sus bracitos que lo invitaba a la cuevita. Él siempre aceptaba. Se sentaba, expectante, sin que le tuviera que decir que se sentara. Se ponía su delantal, y al ver los elementos sobre la mesa, sus ojitos se abrían como dos almendras. Era el último en acceder a realizar la actividad, pero también el último en terminar. De hecho, era mucho mejor que fuera el último porque la mayoría de las veces yo calculaba un tiempo de 10 o 15 minutos con cada niño, y con él llegamos a estar una hora en tarea.

Se generó un vínculo muy bello con él porque pudimos compartir ternura, pintar juntos, reír juntos, y todo eso sin palabras. Dewyn tiene una sensibilidad estética y emocional muy grande: yo sentí la necesidad de poder crear un espacio donde él pudiera expresarse a partir de esta sensibilidad, sin reprimirla. De hecho, cuando él entraba en tarea, su timidez desaparecía:

comenzaba a hablar, a reír, a pedirme más de este pegamento o más papel de colores.

En los trabajos de grupo era difícil que participara, no le gustaba estar en círculos con los demás, pero si lo llamaba y él venía y veía que los demás estaban bailando, se ponía también a bailar.

Dewyn también llamó mi atención porque él siempre que una maestra, o incluso yo, estábamos sentadas en el suelo, venía a acurrucarse y a abrazarnos. Disfrutaba mucho el contacto físico, y no sólo, me daba la sensación que lo que él realmente disfrutaba era el calor humano. Mi propia sensibilidad reaccionó a esto y yo también disfrutaba cada vez que tenía la oportunidad de *apachucharlo*.

Fuimos encontrando nuestra distancia óptima: a veces nos abrazábamos, a veces pasábamos toda una mañana pintando juntos, y había días que Dewyn mostraba menos interés en trabajar juntos y eso también estaba bien. Aprendí a respetarlo. Fue una gran lección para mi, pude identificar desde el principio que mi dese de agradar y ser querida podía ponerse en el medio e interferir en nuestra relación, yo queriendo hacer siempre cosas que le agradaran. Pero al reconocerlo, también pude ponerme en una posición en la que aprendí a no tomarme las cosas tan personales, y aceptar que yo también tengo días de menos o más inspiración: ¿por qué debería esperar de Dewyn lo contrario?

Otro momento importante de nuestro vínculo fue un día que trabajando con masa de sal, al proponerle que hagamos huevitos para un nido de Pascuas, él comenzó a hacer bolitas y a llamarlas “caca”. Yo comencé a reirme, y ya después en mi casa pensaba que yo, en mi cabeza, pensaba que esos huevitos los íbamos a pintar y quizás los podrían llevar a casa para Pascuas. Yo, alumna perfecta, quería sorprender a los padres con los trabajos de los niños. La caca de Dewyn me trajo de vuelta a la tierra y al mundo del Arteterapia: poner el foco en el proceso, no en el resultado. Y en el proceso, lo que había sucedido es que en una escuela de niños bien, un niño se había animado a decir caca y nadie le había dicho que eso estaba mal. ¿No sería yo quien querría impresionar a las maestras y a las familias con el resultado final de lo que los niños hacían trabajando conmigo? ¿no sería yo quien necesitaría decir caca en voz alta un par de veces más? En el fondo comprendí que mis prejuicios eran más míos que de la escuela en general. Nadie se alarmó, las maestras también se rieron. Fue importante que esto sucediera, ya que era un claro indicador de que el espacio arteterapéutico estaba cumpliendo su función: ser un espacio de vitalidad, donde lo lindo y lo no tan lindo podían ser expresados, sin juicio.

Comencé a percibir que la actitud de Dewyn estaba mutando. El niño tímido del principio, había dado paso a un Dewyn que se reía mucho más, y que cuando estábamos compartiendo una actividad podía decirme, aunque en holandés o mediante señas, qué colores quería usar. Iba aumentando su capacidad de poder decir qué quería y qué no quería. Si yo le daba uno

random, él a veces me decía: “*nee!!!*”, y entonces yo jugaba a darle todos los colores menos el que él me había pedido, y a todos me decía, riéndose: “*nee, niet die!!!*” (no, ese no!!!). Era importante verlo afirmado en lo que quería. Dewyn tenía mucha más personalidad de la que parecía al principio. Esto se fue desarrollando porque pude crear un espacio en donde no había órdenes para seguir, más bien opciones, y él se sentía libre de poder expresar sus deseos y la sensibilidad de la que hablaba al principio. Si la pintura, o el collage, eran suyos, y él lo estaba haciendo, ¿por qué no podría él elegir los colores?. Su sensibilidad empezó a convivir con su determinación. Se puede ser vulnerable y también firme. Nuestro espacio de arteterapia daba lugar a ambas cosas.

También comenzó a interactuar con los otros niños, a jugar con ellos y, y su voz se empezó a escuchar más en la sala. Sobre todo con Sarah, una niña de su misma edad...¡que sólo hablaba inglés!. Era precioso verlos jugar. Dewyn estaba completamente enamorado de Sarah, y Sarah era quien sacaba a Dewyn de sus juegos solitarios para que jugara con ella y con los demás. Caminaban de la mano, se sentaban juntos, se abrazaban. Un día les pregunté si querían trabajar juntos y se sentaron en la mesita de nuestra cuevita, frente a frente. Jugaron con pintura, mientras se reían y charlaban en su propia lengua, Sarah hablándole en inglés y él repitiendo, jocoso, las palabras que ella decía. Dewyn se sentía a gusto con ella, y siempre que hubiese un espacio donde él se sintiese a gusto y tranquilo, podía expresarse a pesar de su timidez.

El resultado del trabajo arteterapéutico comenzaba a dar sus frutos: dadas las condiciones necesarias, ofreciéndole a Dewyn la oportunidad de elegir, de poder equivocarse y de crear sin presiones, donde su sensibilidad era escuchada y valorada, él podía atreverse a comunicarse, a expresarse, a ser, simplemente, un niño.



Martita y su vuelo amoroso, Inglaterra, 2018

Primavera

niños en flor

A mitad de primavera, la decisión del gobierno de entrar en una semi-cuarentena, hizo que Teddy Kids cerrara por 3 semanas. Hubo algunos intentos de poder trabajar, al menos una vez a la semana, con los niños de manera virtual. Pero al tener padres que debían trabajar desde casa, era muy difícil poder encontrar un momento para que sucediera. Para no perder el vínculo, las maestras me permitieron hacer actividades y poder mandarselas a las familias para que ellos las pudieran compartir con los niños. Casi cuando esto comenzaba a funcionar, reabrieron las puertas de Teddy Kids y pude volver a la modalidad presencial. Comencé a ir dos horas más a la semana para recuperar el tiempo perdido en esas tres semanas, y en esas dos horas los niños más grandes iban al gimnasio, donde poníamos música, bailábamos, corríamos y jugábamos. Sentía que era lo más necesario luego de 3 semanas de “encierro”. Lamentablemente, hubo algunos niños, entre ellos Dewyn, que no volvieron a asistir a Teddy Kids, porque en tres semanas ya serían las vacaciones de verano, y los padres consideraron que no valía la pena.

Para el 21 de junio, tres semanas después de haber vuelto del *lockdown*, la American School of the Hague, siguiendo un calendario estadounidense, cerraba sus puertas por vacaciones de verano, y eso significaba el final de mis prácticas. Comencé con mi proceso de cierre y despedida. Tuve muchas

dudas respecto a cómo hacerlo. Quería hacer un regalo para cada uno, pero en el fondo sabía que esto era más para los padres que para los niños en sí. Necesitaba algo más simbólico. Se me ocurrió que entre todos podríamos hacer algo que quedara en la sala. Llevé hilos de colores, piñas y una rama bastante grande. Fuimos pintando las piñas, jugando con los hilos, y en las últimas dos sesiones, cada uno iba enredando un pedazo de hilo en la rama. Después les ayudé a colgar las piñas y así quedó una especie de móvil colgante. La mezcla de colores, y el saber que cada uno había puesto hilo en ese entramado, me dejó con una sensación de plenitud y potencia.

Para nuestro último encuentro, llevé varios instrumentos de percusión y un ukelele. Mi manera simbólica de agradecerles y de fortalecer la idea de que *el miramiento es garantía de autonomía*, fue que todos juntos cantáramos el nombre de cada uno, incluidos los bebés, tres veces. Recuerdo aún la carita de Kiki, una niña de 3 años, que cuando todos estábamos cantando su nombre, sonreía, sorprendida y orgullosa a la vez. Fue un momento único y especial para cada uno. Se hacía presente la importancia de nombrar lo particular, a cada uno de ellos, sabiéndose también parte de un grupo. La importancia de las partes, sin las cuales el todo no existe.

Para terminar, salimos al jardín y nos pusimos alrededor de un árbol muy grande. Nos dimos la mano y comenzamos a bailar rodeando el árbol: el sol brillaba y yo pensaba en lo curioso de terminar mis prácticas el día que comenzaba el verano: estos niños-semilla, estaban su máxima potencialidad.

Toda una vida por delante, en la que ojalá, nuestra corta pero bella experiencia con el Arteterapia, haya sido una gotita de agua para regar aquella tierra en la que podrán desarrollar sus potencialidades de la manera más creativa posible.

Ese mismo día me invitaron a la fiesta de fin de año que realizaba la escuela. Estaban todas las maestras, los padres y la mayoría de los niños. Pudimos bailar, comer y compartir un momento juntos. También me dieron una plantita, que cada vez que la veo me recuerda, con afecto, la importancia de esta experiencia y me hace sentir agradecida de haber formado parte de la vida de estos niños, y de que ellos hayan formado parte de mi vida, y sobre todo, de mi formación como futura arteterapeuta.



the wisdom of a flower - Argentina, 2016



a frosty morning - Inglaterra, 2018

Un invierno diferente

Experiencia de prácticas con niños y niñas de 4 a 12 años

Un día antes de que comenzaran las vacaciones de fin de año, Larissa, una de las maestras de la *nursery*, me preguntó si no estaba interesada también en hacer mis prácticas con otro grupo, en un espacio “después de la escuela”, con niños de 4 a 12 años. Le dije que sí y al volver de las vacaciones, me esperaban en esa sede para mi primer observación. Al entrar, Pamela, me saluda con dos besos. Me cuenta que es chilena, y que es la directora de ese centro. El lugar es como un castillo viejo, que fue reformado y adaptado para niños: más de 4 salas, un patio de juegos y una cocina. Pienso enseguida en

todo lo que podría hacer en un espacio así, y me repito de la importancia de no caer en juegos de prejuicios, de privilegios, y me propongo acoger toda esa abundancia. Al entrar a las salas a conocer a los niños, estaban con su profesora de drama, comiendo pastel porque era el cumpleaños de uno de ellos. Me reciben afectuosamente, los niños más grandes me preguntan quién soy. Pamela, quien trabajó en la *nursery* por un tiempo, me dice: “bueno, tu estarás acostumbrada a los niños más pequeños, aquí todo es un poco distinto”. Y así lo percibo: niños gritando, corriendo, abrazándose entre ellos, jugando, riendo...hablando. Me doy cuenta que, por más obvio que suene ahora al escribirlo, estos niños hablan. Se me vienen miles de ideas a la cabeza: trabajar con poesía, con teatro, hacer salidas fuera, etc. Una vez más me repito que debo pisar despacio, pero firme. Un poco me entrego también a ese éxtasis, me parece necesario y también una buena señal.

En mi segunda observación conozco al resto de las maestras: Jill, que es también mi coordinadora de prácticas, Imelda, una voluntaria que estudia psicología, y Rocío, española, que comienza a trabajar como maestra al mismo tiempo que yo. En seguida tengo la sensación de que es una pequeña familia, y así me lo confirma Jill: “los niños vienen aquí desde que son pequeños, y pasamos tanto tiempo juntos, que somos como una familia”.

La dinámica es la siguiente:

Puede haber un mínimo de un niño y un máximo de 30 niños para que Teddy Kids esté abierto. Como las edades van desde 4 hasta 12 años, están divididos

en dos grupos: Tigers (de 4 a 6 años) y Lions (de 6 a 12 años). Cuando hay menos de 12 niños en total, están todos juntos. Cuando hay más de 6 en alguno de los dos grupos, se dividen. Cada uno tiene su sala, y dos maestras (o una maestra y una voluntaria) a cargo de cada grupo. Al ser un centro internacional, el idioma oficial es inglés, aunque algunos niños, sobre todo los más pequeños, aún no lo hablan, pero sí otros idiomas que hablan en casa: chino, griego, español, italiano, francés, catalán, portugués, sueco, etc.

El sitio está abierto desde las 7.30am hasta las 6.30pm. Los niños pueden estar mañana o tarde, o turno completo. En general, los niños más pequeños, son los que están turnos completos. Quienes ya van a la escuela, hacen el turno tarde: de 2.30pm a 6.30pm. Esto incluye que desde Teddy Kids también los van a buscar a la escuela. Hay ciertos horarios pautados donde se les da: *snacks* de media mañana, almuerzo, snack de media tarde, y cena si es necesario. El resto del tiempo, funciona como un espacio de juego libre. Algunos días tienen actividades especiales, como drama o dibujo. Las maestras, todos los meses planean un tema distinto (en los meses que yo estuve fueron distintas nacionalidades) y hacen actividades acorde, como danzas, juegos, comidas, manualidades para aprender más de cada tema.

Al principio, acordamos que yo iría de 3.30pm a 5.30pm, para tener mi espacio de Arteterapia con ellos. De 3.30pm a 4.00pm ellos tendrían su snack de media tarde, y yo tiempo para poder preparar el espacio. En general, los viernes es un día en el que van pocos niños (promedio entre 7 y 12), por lo

que mi actividad estaría planeada para un grupo variado, de niños de entre 4 y 12 años.

El no tener certeza del número exacto (los padres podían decidir si mandar o no a los niños incluso la noche anterior), y que fuera un grupo de edades tan variadas, hizo que me enfrentara a un poco de confusión. Sin embargo, de parte del equipo me dieron mucha libertad para que pudiera trabajar con los niños en grupo o separados.

Con toda esta información, realicé una lista de objetivos y metodología:

Objetivos

- poder poner el foco en el cuerpo, en encontrar maneras de expresarse a través del movimiento corporal. Promover la espontaneidad en los movimientos
- ir más allá de lo verbal
- poder vivenciar estéticamente la vida cotidiana
- usar la imaginación como fuente válida de creatividad
- crear espacios de vitalidad, donde los niños puedan expresarse libremente dentro del encuadre establecido
- dar espacio a trabajos tanto grupales como individuales para fomentar autonomía y pertenencia sanas
- reforzar el contacto con la naturaleza y sus ciclos

Metodología:

- uso de materiales que fomenten la curiosidad y la exploración: diversas texturas, tipos de pintura, objetos de la naturaleza como ramas, hojas, flores, piñas, etc.
- iniciar los encuentros en círculo y terminarlos en un círculo, para marcar la importancia de lo que sucede *en medio*.
- garantizar que cada niño tenga su momento para compartir
- pasar la mayor parte del tiempo posible fuera, prestando atención a los cambios de temperatura, de paisaje, etc
- usar música, instrumentos, generar sonidos con el cuerpo
- utilizar el cuerpo como primer instrumento para saber cómo me siento y poder indagar luego
- uso de textos poéticos como disparadores de la fantasía e imaginación

Me presenté el primer viernes de prácticas con una actividad armada, similar a aquella que había trabajado con los niños más pequeños. Tenía en mente la idea de poder generar un grupo, de poder explorar más el trabajo en grupo, teniendo en cuenta que era más factible dada las edades.

Me propuse llevar un centro, y poner el foco en la importancia de ese centro como punto de partida para todos nuestros encuentros venideros.

En el centro coloqué un mandala de colores tejido por mi mamá, una planta de ficus, y al rededor unas láminas que representaban los cuatro elementos: agua, fuego, tierra y aire. Junto a cada elemento, un símbolo: un frasco con agua, una vela encendida, un poco de tierra y un instrumento de viento. Dentro de otro frasco, unas semillas.

Nos sentamos y a modo de presentación cantamos nuestros nombres. Después, como disparador, les propuse hablar de lo que veían en el centro. Comenzamos a hablar de las plantas, de los árboles. De aquello que necesitaban para crecer. Que mucha cantidad de agua puede ahogar, y muy poca puede secar.

Para pasar al cuerpo, les propuse que cada uno eligiera un elemento, y que cuando escucharan la música, se movieran *como si* fueran ese elemento.

Aún recuerdo la emoción que sentí al verlos moverse: era como si realmente estuviera viendo una danza entre los elementos. Al terminar la música les propuse acostarse en el suelo con los ojos cerrados, y respirar profundo, prestando atención a las sensaciones en el cuerpo.

Con estas sensaciones a flor de piel, les entregué unas hojas en blanco y crayones, y les propuse plasmar en el papel aquellas sensaciones. Hubo un momento en el que, al ver a niños de 5 años y de 12 juntos, pensé que podría

ser un desastre haberles dado la misma consigna. Que quizás era muy abstracto, que no iba a funcionar. Pero continué.

Al volver al centro, cada uno pudo compartir su dibujo y decir algo sobre el dibujo, si tuviera ganas. Hacer un sonido, un movimiento. Lo que ví me sorprendió: ellos compartieron sus emociones de forma genuina, y esto fue posible porque durante el proceso, habían estado presentes.

Al terminar, había llevado un pequeño ovillo de lana, que todos desenredamos y nos quedamos con un pedacito: les dije que juntos estábamos iniciando un viaje, y que iba a ser muy importante que nos acordáramos la importancia de estar unidos, la importancia de recordar que ese iba a ser un espacio donde cada uno pudiera expresar su singularidad, y al mismo tiempo, aprender a ser parte de un grupo.

Mi resonancia al volver a casa fueron: “qué fortuna estar rodeada de tanta vitalidad”. Qué importante lo que atestigua un arteterapeuta: la vida que encuentra su cauce y se expresa de infinitas maneras.



centro de nuestro primer encuentro - Holanda, 2020

Atravesando el caos

En los encuentros siguientes, seguimos yendo hacia dentro como el invierno fuera nos invitaba. Comenzó a hacer mucho frío, llovía casi todos los días, y jugar en el jardín no era aún posible. Sin embargo, el fueguito interno cada vez se iba haciendo más grande. En febrero hubo una semana de vacaciones de escuela, por lo que Teddy Kids estuvo abierto y lleno de niños toda la semana, todo el día. Me preguntaron si me interesaba poder asistir por esa semana a jornada completa, y poder organizar mis actividades con ellos por la tarde. Dije que sí entusiasmada. Preparé actividades para todos los días, dividí mis horarios de tal manera que pudiera trabajar con los dos grupos por separado. Al llegar el primer día a la mañana, me encontré con un caos. Más de 25 niños corriendo por todos lados, queriendo jugar a diversas cosas, los “varones” más grandes estaban jugando a la guerra y de manera violenta comenzaban a pelearse entre ellos. Se había armado una especie de revolución. Cuando alguna de las maestras les decía: “silencio, no hace falta gritar”, ellos respondían: “noooooo!!! este es nuestro fuerte y ustedes no pueden entrar, ahhhhh!” y continuaban con sus guerras inventadas. La situación me desconcertó porque nunca había visto a los niños actuar de esa manera. Lo comenté con las maestras y me dijeron: “sí, porque los viernes no vienen ni los hermanos polvorita, tú todavía no los conoces”. Los “hermanos polvorita” son dos pares de hermanos: Julio y Gaspar, de 11 y 5 años respectivamente, y Marco y David, de 6 y 5 años. Cuando estos 4 niños se juntan, su energía se potencia y todo adquiere un carácter un tanto

descontrolado. Es difícil para las maestras poner “orden”, porque sobre todo Marco y David, son niños que, literalmente, no hacen caso de nada. Yo, acostumbrada a los “niños buenos” de mis sesiones anteriores, de pronto me encontré con estos niños que a la hora de sentarnos en círculo para comenzar la actividad, corrían por todas partes, distrayendo a los demás, lastimándose, gritando que no querían, que era aburrido, que se querían ir a sus casas.

Esto tocó una fibra muy profunda en mí: ¿qué pasa cuando no hay control? ¿cuando los niños no son “buenos”? Me interpeló mi propia experiencia de haber sido yo una “niña buena” en mi niñez, y que todo lo que tuviese que tener que ver con gritos, peleas, guerras y descontrol, romper las reglas, me generaba mucha ansiedad. En parte porque me ha dado siempre temor decir que no, por miedo a no ser querida o aceptada. Y en parte también porque disfruto mucho del silencio y la tranquilidad, y esos momentos de caos me interpelan, sin saber muy bien cómo manejarlos.

Por fortuna, y aquí se ve la importancia de un acompañamiento del propio proceso de cada alumno, estos son temas que he ido trabajando en mi espacio de terapia personal. Pude reconocer esa ansiedad que se estaba generando en mí, y reflexionar sobre ella.

Para ese día había pensando en una actividad relacionada a la lluvia, poder ponerle cuerpo a la lluvia y explorar sus distintas emociones: el hielo, la nieve, cuando destruye, cuando está en calma. Había pensando para cada una de estas “emociones” una música, y que al abrir puertas imaginarias los niños

pudieran acceder a lugares donde el agua estuviera en distintos estados. Después, quería concluir con un poema conjunto sobre la lluvia y sus posibilidades.

La parte de las puertas y la música resultó bien, pero fue muy difícil hacer que los hermanos se mantuvieran en tarea y no distrajeran a los demás. A penas terminó la música, me dijeron que no querían jugar más y se fueron de la sala. Me quedé con las niñas más grandes, haciendo un poema que después colgamos en la pared y ellas decoraron con distintos papeles.

Mis resonancias al final de ese día fueron: “Me siento muy incómoda frente a la desorganización, no se si decir, hacer, o ir a alguna parte. Mejor me quedo aquí. Habito el caos.”

Creo que quise implementar una receta y no salió. Hoy, de manera muy desafiante, unos niños nuevos me dijeron que NO. ¿Qué hago con eso? ¿Qué me pasa frente al no? Por ahora, lo dejo ocurrir. Y no me lo tomo personal”.

Al volver a mi casa, trabajé con mi propio cuerpo. Con como sentía yo misma decir que no; lo necesario que es tantas veces. Me di cuenta que son niños que van todos los días a la escuela, y que de pronto tienen una semana libre, y en vez de estar de vacaciones, los llevan a un espacio en donde ellos esperan jugar libremente, pero hay miles de actividades planeadas para ellos.

Observé en ellos que necesitaban pasar al cuerpo. Había veces que lo único que hacían era gritar y correr. Pensé en crear actividades donde pudiesen

canalizar toda esa energía de una manera donde ellos se sintieran mejor. Actividades que le permitieran estar en el cuerpo, en el presente, en los sentidos.

Para el día siguiente, cambié los planes que tenía y llevé todos los ingredientes para hacer masa de sal. Sentí la necesidad de ir a tierra, de aterrizar. De que todo este descontrol pudiera encausarse. Y funcionó muy bien, sobre todo con los hermanos Julio y Gaspar. Ambos se mostraron muy contentos y predispuestos para trabajar. Hicieron la actividad por separado con otros dos niñas respectivamente, y Julio en seguida adoptó su rol de hermano mayor, aconsejando y cuidando que todos pudieran hacer sus figuras. Fue interesante ver cómo la euforia dio paso a la concentración y un niño con el que era muy interesante hablar. Gaspar, el hermano menor, dejó lucir toda su ternura al estar trabajando con su pedazo de masa de sal, pidiendo consejos a sus compañeros, riendo y participando. con Trabajé con los niños de a pares: teníamos todo el día para hacer masa de sal y jugar con ella. Al terminar, pudieron encontrar un lugar en la sala donde dejar a secar sus máscaras, con la promesa de que en unos días las podrían pintar. Julio se tomó esta tarea muy en serio, creando un espacio seguro donde dejar su máscara, escribiendo su nombre en el papel que la sostenía, y avisando a todos sus compañeros que esa era su máscara, y que por favor tuviesen cuidado al pasar cerca de ella para que no se rompiera.

Toda la energía que tenían para expresar, encontró en el arte una manera terapéutica de salir; se convirtió en cuidado, en atención, y sobre todo en disfrute.



jugando con masa de sal - Sophie & Joanna, 6 y 5 años, Holanda, 2020

En los encuentros siguientes seguí poniendo hincapié en volver al cuerpo y a los sentidos. Para trabajar con los hermanos Marco y David, ambos en el grupo de los más pequeños, trabajé mucho la relajación. Comencé a percibir que detrás de todo ese éxtasis de querer correr y pelear y decir que no, detrás de toda esa hiperactividad, había una gran necesidad de llamar la atención y detrás de eso, la necesidad de relajarse. Entonces nos sentábamos en círculo, pero enseguida ponía alguna canción para poder “sacudirse” y bailar y correr por todo el espacio, y después apagaba las luces y con una canción muy tranquila los invitaba a relajarse. Veía que sobre todo David, no podía estar quieto. Se movían sus pies, involuntariamente. Poco a poco, con el pasar de los días, se fue entregando a la relajación, aunque no del todo, porque siempre era el primero en decir que ya estaba aburrido.

Las maestras me contaron que habían tenido algunos problemas con sus padres, que son el tipo de padres “premio - castigo”. Cada vez que los niños se portan mal, les amenazan con que no les van a dar algo, y cada vez que se portan bien, o los quieren convencer de portarse bien, les ofrecen golosinas y juguetes. De hecho, la única manera de hacer que los niños se subieran al auto al final del día, era diciéndoles que en el auto había un regalo para cada uno. Esta misma dinámica era la que operaba en Teddy Kids.

También observé que por ejemplo, cuando la madre venía a buscarlos, ellos se trepaban a ella para abrazarla y besarla. Cuando era el padre quien los

buscaba, se quedaban por 5 minutos corriendo alrededor del jardín gritando: “mira cuánto podemos correr papá!”.

Todo esto me dio más entendimiento y empecé a generar espacios para que ellos pudieran expresarse sin tener que demostrar nada. Se volvía casi imposible porque cada vez que hacían algo, aunque fuera levantar un pie del suelo, decían: “mira, mira lo que hice”. Yo fui encontrando que una actitud que no celebrara o castigara constantemente sus logros o sus fallas, los ayudaba a relajarse. Juegos como simplemente bailar con música, o poder hacer viajes sensoriales donde cada uno elegía dónde ir y todos se transportaban a ese lugar, ayudaron a que ellos pudieran sentirse vistos, pero sin la constante necesidad de llamar la atención.

Poder adoptar una actitud más “resolutiva” y menos complicada fue fundamental en este caso. Poder marcar límites para que el caos no desborde el espacio creativo.

Respecto a la confianza en el proceso, escribí en mi cuaderno:

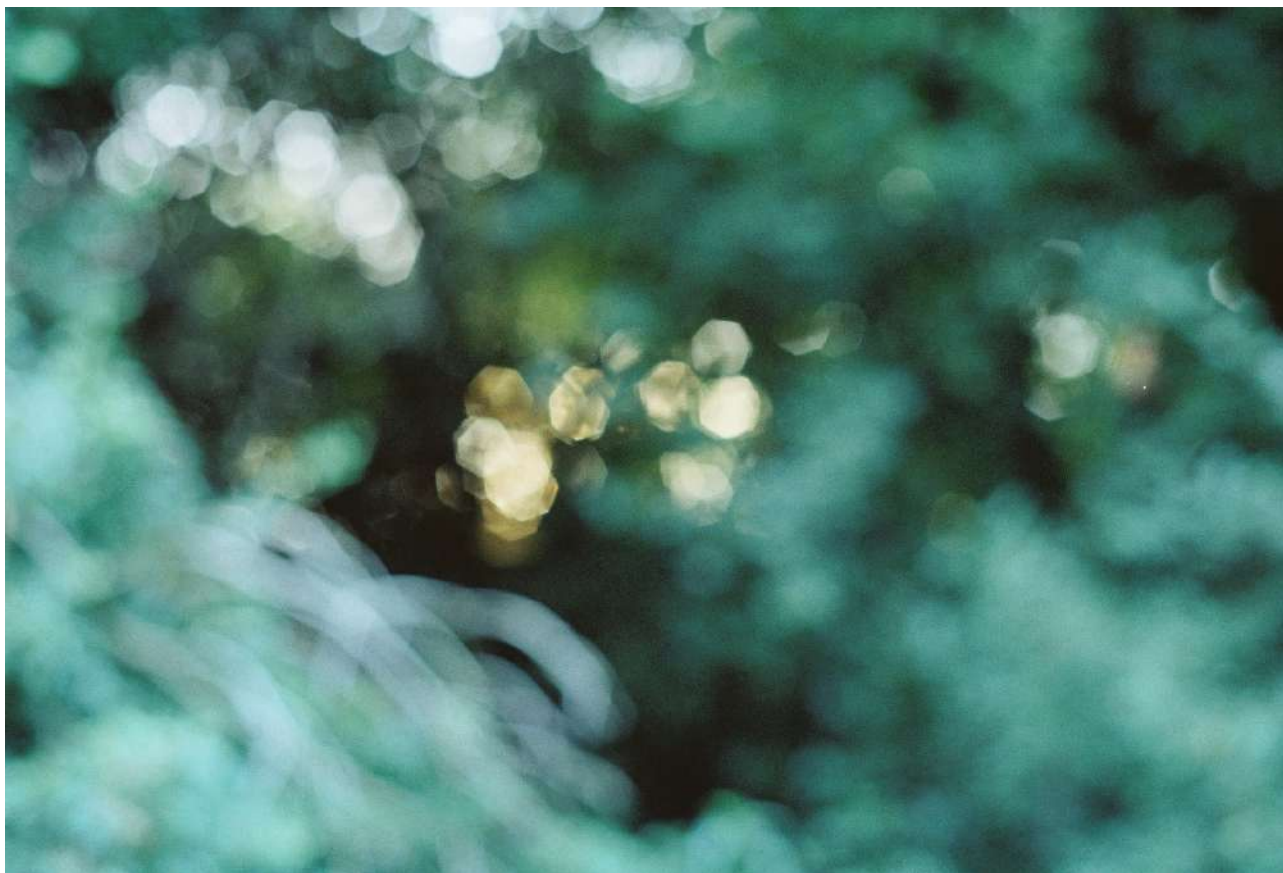
“Hay algo muy importante al trabajar con niños, que es poder sostener el misterio. El caos inminente es parte del proceso, pero puede ser visto como potencia, como espacio donde todo es posible, sabiéndolo encausar”.

Fui observando que cada encuentro que pasaba su atención se iba prolongando unos minutos. Algo se destrabó en ellos a la hora de expresarse, ya que si bien lo hacían con mucha energía, comenzaron a venir a abrazarme

y saludarme cada vez que se iban. Mientras tuviesen ese espacio donde descargar, ya sea bailando, trabajando con sal o corriendo, después podían entrar en un estado más calmo donde relajarse y compartir con los demás. Su necesidad de llamar la atención continuó, pero ya sin tantos gritos. Iba abriendo paso a una dulzura que se hacía ver en sus gestos y en su manera de estar, de por ejemplo sentarse a comer y poder hacerlo sin gritar, o expresar las ganas de querer jugar entre ellos (entre hermanos), lo cual era un gran logro porque en general siempre se peleaban. También con las maestras y conmigo: nos abrazaban más, teniendo como “ataques” de abrazos, donde no nos dejaban escapar y ese era el juego. La actitud conmigo en particular ya no era desafiante sino más bien de entusiasmo. Algo había cambiado. Nuestro vínculo era más amable, y eso era un reflejo de cómo en el trabajo de arteterapia, se había generado un espacio donde yo ya no era alguien a quien desafiar o impresionar, sino alguien que lo acompañaba a lugares donde ellos podían ser ellos mismos.

Cuando casi estaba por terminar el año, un día Marco estaba saltando en el trampolín, y mientras hablábamos me dijo: “¿sabes que en nuestra casa también tenemos un trampolín? Estaba pensando que si un día quieres, le pregunto a mi mamá, y puedes venir con nosotros a jugar, y bueno...también a tomar un café”.

Despertares de primavera



sunbeams – Inglaterra, 2017

Justo cuando los días comenzaban a alargarse y el invierno parecía ir dando lugar a la primavera, a mediados de abril, el gobierno dispuso la semi cuarentena. Al igual que en mi otro lugar de prácticas, este sede de Teddy Kids cerró por tres semanas. Una situación similar a la que contaba anteriormente: me ofrecieron poder seguir haciendo actividades a través de videos o vivos de instagram, pero la respuesta de los padres no fue muy positiva: de pronto se encontraron trabajando desde casa, con sus hijos en casa, más la tarea de la escuela. Las maestras de Teddy Kids me dijeron que si la situación continuaba iban a pensar en otro formato para no perder el

vínculo con los niños, pero finalmente después de tres semanas Teddy Kids reabrió. Los dos meses siguientes fueron dos meses de sol. Era el despertar de primavera. Fue un regalo después de un invierno tan largo. Pudimos salir al jardín, jugar fuera. Además, me ofrecieron ir a buscar a los niños a la escuela y traerlos caminando. Esas caminatas se volvieron una parte muy especial de mis prácticas: por media hora teníamos tiempo de charlar, de que me contaran qué tal les había ido en la escuela, podíamos jugar “adivina adivinador”, y fue en general un momento en donde yo podía trabajar con los niños “el prestar atención”. El ejercicio de ver cosas que quizás nunca vemos por pasar todos los días por el mismo lugar, el poder mirar hacia arriba, ver desde otros ángulos. Los niños lo disfrutaban mucho y yo también: fue una parte fundamental, me dio mucha información acerca de ellos. Poder verlos simplemente caminar, hablar entre ellos, moverse. Prestar atención es fundamental en el rol de un arteterapeuta.

Para ese entonces, el grupo de los pequeños, Tigers, se había vuelto más grande y Jill junto con una voluntaria nueva estaban a cargo, y Jill me propuso ir tres veces a la semana y poder también ayudar a Rocío con el grupo más grande, los Lions. Las maestras habían vuelto con muchísimas ideas que habían realizado durante la cuarentena, y todo un *planning* que me compartieron. De pronto, vi que estaba formando parte del equipo como una maestra más...pero que no había espacios delimitados para mis horas de Arteterapia. Me sentí un poco incómoda. En seguida sentí la necesidad de poder conversarlo, antes de entrar en la rutina y perderme en no saber cuáles

eran mis límites. Tuve que hablar por mi misma, y una situación así me generó incomodidad, porque sentía que estaban confiando en mi al darme más horas con los niños, dejándome que los vaya a buscar a la escuela, pero por otro lado se estaba desdibujando mi rol como arteterapeuta.

Para ese entonces con Rocío ya nos habíamos hecho muy buenas amigas, por lo que fue la primera con quien lo hablé. Llamamos a Pamela, la directora general, y a Jill, la coordinadora de prácticas y maestra también en la sede. Todas me explicaron que habían querido organizar un poco más todo y seguir la currícula para cumplir con los temas y actividades que tenían planeados para los niños, pero que por supuesto yo podría seguir haciendo mis actividades. Necesitaban de una formalidad para poder comunicarles a los padres que los niños “habían hecho algo” durante el día. A mis actividades le habían llamado “*Arts & crafts*” y “*Yoga and dance*”, y estaban planeada los martes, jueves y viernes. Es decir, no es que me habían dejado fuera. Tuve que explicar que justamente las prácticas que yo necesitaba hacer para mi Máster no eran manualidades, ni Yoga en sí, sino prácticas de Arteterapia. Jill me dijo: “claro, puedes hacer lo que tú quieras, eso es sólo un nombre para los padres”. Lo cierto es que de pronto la incomodidad dio paso a otro sentir: me sentía como el caballo de Troya. Bajo el nombre de “*Arts & crafts, art therapy...here I come!*”. Me pidieron una descripción y una foto mía para mandarle a los padres también, y yo me aseguré de escribir con letras bien grandes que lo que yo hacía era ARTETERAPIA. La semilla quedará

plantada, y yo sentí la importancia de poder nombrar aquello que es importante para mí, y de hacer valer mi lugar.

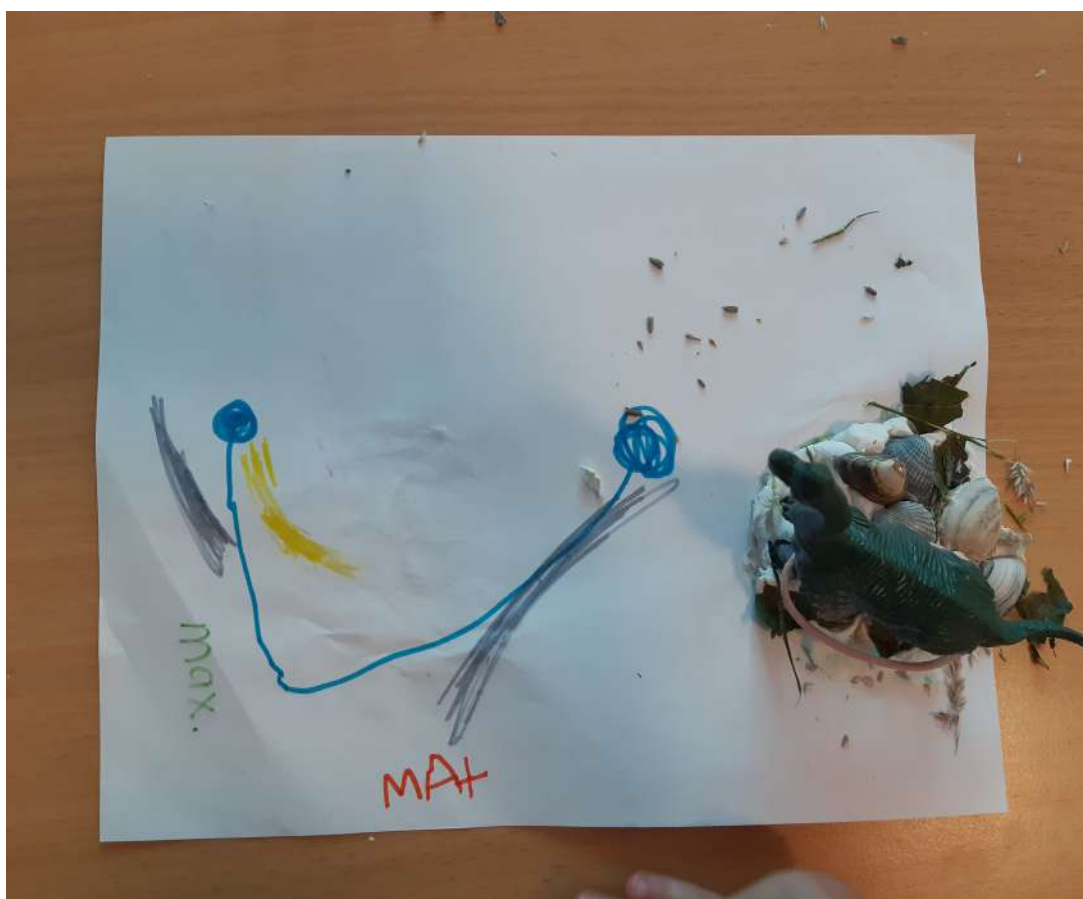
Desde ese momento, comencé a trabajar martes y jueves con los dos grupos por separado, y viernes con todos los niños juntos. Los martes hacíamos actividades más relacionadas con el cuerpo, viajes sensoriales. Los jueves eran más de música y danza. Y los viernes, algo más manual, como trabajar con pinturas, masas de sal, o elementos de la naturaleza.

Los encuentros que yo planeaba con los Tigers, los más pequeños, duraban aproximadamente media hora/ 40 minutos, y con ellos siempre había necesidad de adaptarse. Su atención era muy dispersa, y es también difícil trabajar con niños que recién habían cumplido 4 años, y aquellos que ya tenían casi 6. A esa edad las diferencias son muy grandes, y muchas veces los de 6 querían seguir en tarea y los más pequeños se dispersaban. Como en la clase siempre había una maestra más, cuando los pequeños me hacían saber que estaban cansados, se iban a jugar, en silencio, a otra parte de la sala, hasta que los más grandes terminaran sus actividades. Para el círculo final, todos nos volvíamos a encontrar, y si bien los más pequeños muchas veces no compartían más que un gesto o una palabra, me pareció fundamental abrir y cerrar el círculo con todos.

Con Lions, en cambio, podía estar entre una hora y una hora y media en tarea. Tenían mucha predisposición para el juego y también era más fácil trabajar la atención porque entre ellos mismos, si por ejemplo había alguien

que hablaba sin parar mientras otro estaba compartiendo, le decían que por favor se callara. Observaba que esto era algo que les salía de manera natural, dado el encuadre donde ellos tenían muy claro cómo desenvolverse.

Respetaban mucho el momento del círculo, y los sentires y resonancias que tomaban lugar me dejaban siempre llena de vitalidad.



creando mi hogar seguro en masa de sal - Max, 4 años, Holanda, 2020

Lo esencial es invisible a los ojos

Recuerdo uno de los primeros encuentros que hice con ellos, llevé para el círculo revistas de ilustraciones con caras y cuerpos de personas muy distintas. Abrí el espacio para que cada uno pudiera compartir qué sentía al ver estos cuerpos tan diversos. Recuerdo algo que compartió Lena, de 11 años: “Yo veo que son todos muy distintos pero que igual se pueden sentar a tomar un café juntos, porque en el fondo todos somos iguales”.

Estas situaciones me hacían dejar más y más de lado la idea de que Holanda es una sociedad fría: claro, es una sociedad más distante, donde el contacto físico quizás no prevalece por sobre otros sentidos. Pero también, al ver la manera en que estos niños estaban siendo criados, me daba cuenta que estaban siendo criados en libertad y diversidad: Teddy Kids era un espacio donde se hablaba inglés, pero cada niño hablaba por lo menos dos idiomas más. Estos niños crecen con un respeto hacia lo diverso que les es innato.

Y otra cosa muy importante que vivir en una cultura como Holanda y trabajar con estos niños me enseñó, es que no hay que confundir respeto con frialdad: hay un respeto por el espacio personal del otro, por la privacidad. Claro que en un extremo se vuelve un hermetismo que puede ser peligroso, pero bien encausado, yo lo veo como una potencialidad. Porque desde ese espacio seguro de cada uno, se puede interactuar con el otro de una manera más sana y respetuosa. Sí, es cierto, quizás no hay tanto abrazo ni beso entre ellos, pero

sí otras maneras de demostrar amor, que hacen que cuando llegue ese abrazo, sea realmente especial.

Ese encuentro sobre la diversidad de los cuerpos, terminó en un ejercicio que consistía en ponerse en pares y poder dibujar la cara del otro, por tres minutos, sin mirar el papel. Al terminar, cada uno recibió su “retrato” y lo mostró en el círculo. Los demás pudieron hacerle una resonancia. Fueron resonancias llenas de risas y mucho amor. Qué importante es poder verse a través de los ojos de un otro, qué importante es ver con algo más que los ojos, qué importante es poder ver que todos somos mucho más parecidos de lo que pensamos.

Salir de la cueva



good bye cave - Nicol, 8 años, Holanda, 2020

Para nuestro primer encuentro después de la cuarentena, se me ocurrió poder trabajar cómo se sintieron esas tres semanas de “encierro” y al haber vuelto a la escuela.

Les propuse entonces hacer un viaje con la imaginación: poder ir de excursión, y de pronto...lluvia, tormenta. Veíamos una cueva...podíamos entrar o no. Todos entraron en seguida, haciendo como que tenían frío. Al entrar a la cueva hubo más tranquilidad, y ahí se quedaron reposando por un tiempo. Cuando comencé a decirles que estaba dejando de llover, y que el sol

salía de a poquito, cada uno a su ritmo, pudo ir saliendo de la cueva. Lo que sucedía después era libre: ¿dónde estaban? ¿qué veían? ¿cómo se sentían sus cuerpos?. Les di un tiempo para que pudieran tomar registro de las sensaciones, y los invité a encontrar un espacio en la sala para cada uno. Les di colores y hojas en blanco para que pudieran dibujar y escribir las sensaciones que habían sentido tanto en el viaje como en el ahora.

Fue muy hermoso ver sus reacciones. Nos sentamos en círculo para compartir los dibujos y poder resonar hacia los demás. Todos compartieron que se sentían relajados y felices, porque, finalmente, estaban fuera de la cueva.

En esa actividad, vi niños distintos. Ví en ellos “arteterapia en acción”. Me gustaría poder centrarme en tres niñas, cuyos procesos resonaron en mi experiencia y siento importante poder hablar sobre ellas: Nicol, de 8 años, Maytreiyi, de 8 años y medio, y Sophie, de 6 años.

Sophie

¿de dónde viene esta sensibilidad? ¿qué hago con ella?

Cuando conocí a Sophie por primera vez, tenía 5 años y medio. Estaba aún en el grupo de Tigers, de los más pequeños, siendo la más grande. Fue una de las primeras en aprenderse mi nombre, en saludarme cada vez que llegaba con abrazos y besos y muchas caricias. Siempre vestida de rosa, con pantuflas de

unicornios y remeras llenas de brillos. Uno de mis primeros encuentros con ellos, hicimos un viaje sensorial a Hawaii. Hacía tanto frío fuera y llovía tanto, que les propuse viajar por un ratito al mar, y disfrutar del sol. A penas puse la música para comenzar el viaje, Sophie entró en una especie de trance. Con los ojos cerrados por todo el tiempo que duró la canción, veía que hacía gestos, que se tiraba en “la arena” y disfrutaba del calor, que nadaba. Era casi como ver a alguien que realmente estaba en la playa. Al volver a nuestra realidad, les propuse tomarse un tiempo en el suelo para poder sentirse, para poder recordar el viaje a Hawaii. Pasado un tiempo, les propuse poder dibujar y/o escribir postales, y mandárselas a alguien especial, contándoles qué era lo que más habían disfrutado de su viaje. Cuando terminaron con esta tarea, volvimos todos al círculo donde compartieron, en palabras, gestos o sonidos, cómo se sentían. Al llegar el turno de Sophie, con la dulzura que siempre la caracteriza, dijo: “yo estoy muy agradecida por las caricias”. Sentí su sensibilidad a flor de piel.

De hecho, Sophie era de las que más “sufría” el descontrol cuando el resto de los niños gritaban o se peleaban entre sí. Ella era siempre la primera en sentarse en el círculo, siempre al lado mío. Claro que algo en ella me recordó a mí de pequeña, y quise darle el espacio para que ella se pueda expresar.

Muchas veces Sophie comenzaba a llorar sin razón. Desaparecía de la sala y se escondía en el baño o detrás del sofá, y cuando alguna de las maestras o yo íbamos a preguntarle qué le pasaba, ella decía: “no quiero hablar de lo que

me pasó”. Al principio, a mí esta respuesta me alarmó. En seguida pensé que quizás le había pasado algo grave con alguno de los niños, o en su casa. Después, cuando se calmaba y se sentía mejor, me contaba que había estado muy triste porque ella estaba jugando con un juguete y vino otra niña y se lo quitó sin pedirle permiso. O que había estado llorando porque pensaba que su mamá la iba a venir a buscar más temprano y no vino. Las maestras casi que no hacían caso de estos llantos, me decían que Sophie “es demasiado sensible”. A mí estas palabras me atravesaban porque muchas veces las escuché dirigidas hacia mí. Una vez, la madre vino a buscarla y una de las maestras le comentó uno de estos llantos “repentinos”. La madre respondió, frente a Sophie: “Sí, Sophie es demasiado sensible. No se a quién habrá salido, seguro que a mí no”. Me pareció chocante escuchar estas palabras. Me propuse entonces que el espacio de arteterapia sea para Sophie un lugar donde poder expresar su sensibilidad, sin ser catalogada de “demasiado sensible”, y quizás que ella misma pueda ir descubriendo qué hacer con esa sensibilidad que muchas veces parecía invadirla.

Cuando volvimos de la cuarentena, Sophie cumplía 6 años y estaba lista para ser parte de Lions, el grupo de los niños más grandes. Ella esperaba mucho ese momento porque se sentía más grande. Yo pensé que iba a ser positivo para ella este cambio. Las maestras, por un error, la semana del cumpleaños de Sophie, planearon algo mal y Sophie tuvo que estar una semana más con Tigers, cuando ya le habían dicho que sería parte de Lions. Fue catastrófico para Sophie. Sus lágrimas eran capaces de romper un corazón. No eran

lágrimas de cocodrilo, eran lágrimas de una tristeza muy profunda. No pude evitar empatizar con ella y decirle que todo estaría bien.

La semana siguiente cuando volví el martes Sophie ya era parte de los Lions y se veía incluso más grande. Ese día hicimos viajes sonoros: cada niño tuvo la oportunidad de estar en el medio de la sala, con los ojos cerrados, y de decir hacia dónde quería viajar. El resto, hacía el soundtrack. Fue una actividad muy hermosa y a los niños les gustó mucho.

Al terminar, con papel maché y agua, sobre un pedazo de cartulina, pudieron “rememorar” el viaje. Sophie se sentó, meticulosa, e hizo un paisaje que por alguna razón me conmovió. Cuando la mamá la vino a buscar, Sophie todavía no había terminado y le pidió quedarse un ratito más. La mamá entonces se sentó junto a nosotras (Sophie se sentaba siempre al lado mío, incluso en actividades individuales) y nos observaba. Llegó la pregunta: ¿Y, qué tal se porta Sophie?. Yo, con mucho tacto, le dije que Sophie estaba siempre disponible para hacer actividades, y que incluso cuando ya habíamos terminado, venía a pedirme si podía seguir dibujando o escribiendo porque así lo necesitaba. La mamá me dijo que en la casa Sophie también estaba siempre haciendo “arte”, que era lo que más le gustaba. Menos mal, pensé. Tuve que hacer un esfuerzo para no decir: “es que todo lo que hace Sophie es realmente bello, y tú no deberías decir que es demasiado sensible”. En cambio, le dije que yo creía que la sensibilidad de Sophie seguramente encontraba un canal en el arte. Eso es lo que realmente creo. Que cuando una

sensibilidad “nos desborda”, es importante encontrarle un borde. Pero el camino no es decir que somos demasiado sensibles, porque el riesgo es mucho. Creo que el Arteterapia es una gran vía para encontrarle un cauce a la sensibilidad, y ponerla al servicio del arte y de la vida.



Sensibilidad a flor de piel - Sophie, 6 años, Holanda 2020

Sophie continuó desplegando esa sensibilidad durante el resto de nuestros encuentros, con algunos llantos inconsolables de por medio pero más segura en sí misma. Empezó a mostrarse más segura de sí misma a la hora de compartir sus obras, y me pareció importante que fuera ella quien me pidiera poder seguir dibujando o pintando en vez de ser yo quien se lo ofrecía. Fue interesante ver cómo marcaba más límites con los otros niños, podía comunicar lo que le pasaba. Comenzó a mostrar interés en jugar con las niñas más grandes, aunque a veces la situación la superaba, eso me pareció un gran paso. Su escucha era también sensible y se notaba que era muy permeable para lo que la hacía sentir mal pero también para aquello que la hacía sentir bien. Nuestros encuentros fueron lugares donde Sophie pudiera afianzarse en aquello que la hacía sentir bien, para poder atravesar también lo que la hacía sentir no tan bien. Estoy segura de que si el arte continúa siendo parte de su vida, podrá nadar segura en los mares, a veces profundos, a veces calmos, de su sensibilidad, de una manera responsable y creativa.

Nicol

de la cabeza al cuerpo, del cuerpo al juego. La belleza de ser niña.

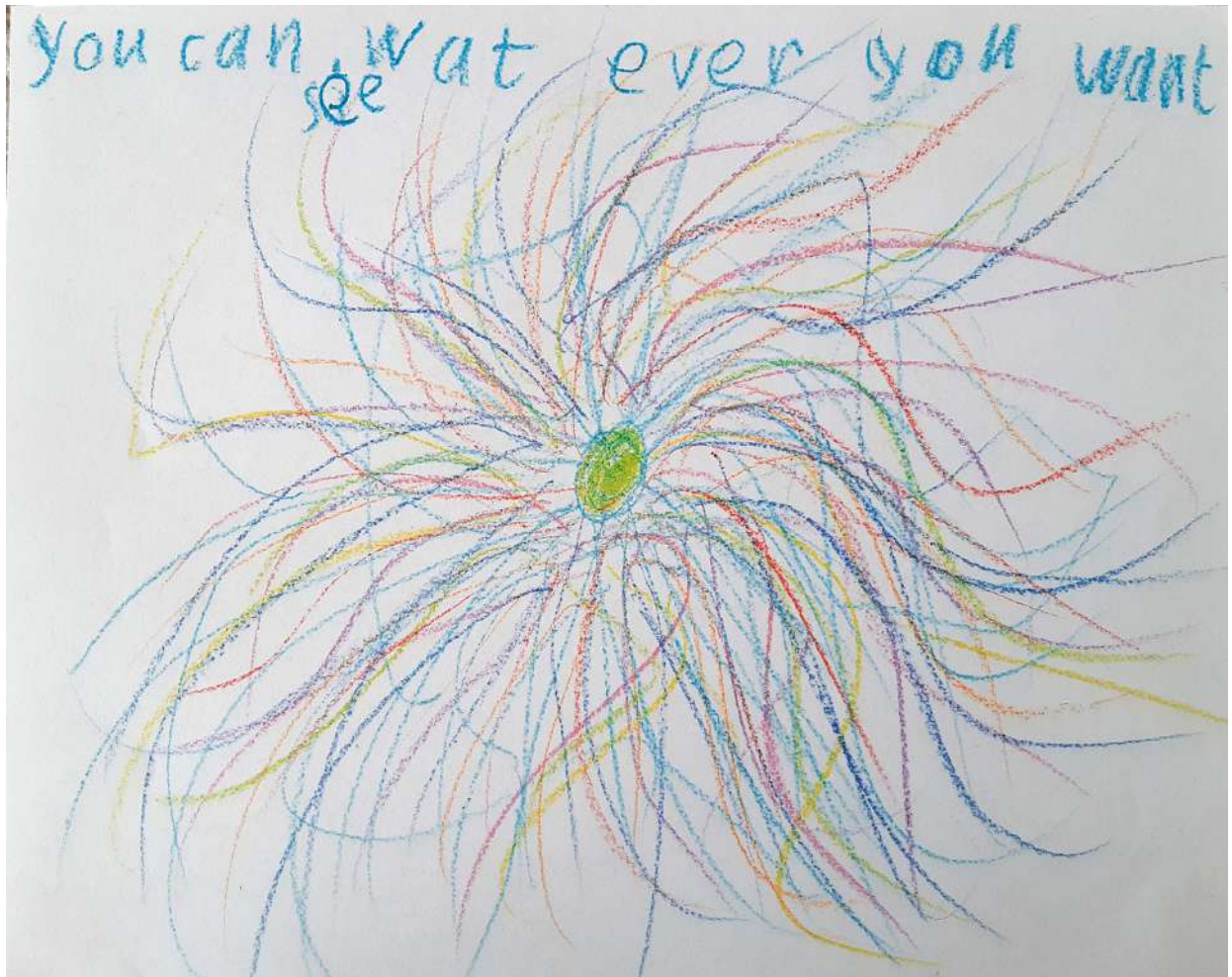
Nicol tiene 8 años. Al conocerla, con mucha timidez, hablaba entre los niños más grandes. Podía escuchar, en sus pocas palabras, un potencial enorme.

Las caminatas de la escuela hasta Teddy Kids se volvieron nuestro lugar de confianza con Nicol. Ella siempre elegía caminar cerca mío, y disfrutaba contándome todo lo que había hecho en la escuela. Empecé a darme cuenta que era una niña muy inteligente, con ideas muy creativas y muchas ganas de aprender de todo. Como se expresaba mejor en holandés, muchas veces se disculpaba de que su inglés no era muy bueno. A mí esto me generaba mucha ternura: su inglés era perfecto. Era ella también quien, cuando había niños más pequeños en la caminata, me ayudaba a que todos vayan del mismo lado de la vereda, o inventábamos juegos juntas. Ella sabía más adivinanzas que nadie. El problema era que la mayoría los sabía en holandés, entonces se pasaba la mayor parte del tiempo (y la gracia de la adivinanza), tratando de traducirlas.

Al comenzar a hacer trabajos con el cuerpo, veía que Nicol estaba entre sí y no. Algo en ella quería moverse más libremente, pero también algo la frenaba. No lograba cerrar los ojos, porque estaba siempre “pendiente” de lo que hacían los demás. Por las charlas que teníamos, y su manera de trabajar cuando hacíamos cosas más manuales, me di cuenta que era muy perfeccionista. Y esto, inevitablemente, la llevaba a compararse con otros.

Me pareció importante entonces poder recalcar que en el espacio que nosotros compartiéramos, no le íbamos a dar importancia a lo que estaba “bien hecho”, o que luce bonito. Sino que simplemente iba a ser una expresión propia, y que ya por ser propia, genuina, no podía estar mal o bien.

Esto pareció ayudar a Nicol en su proceso. Cada vez que nos volvíamos a ver, ella se soltaba un poco más. Lo podía ver, sobre todo, cuando les proponía hacer trabajos con el cuerpo. El día que volvimos de la cuarentena, e hicimos la actividad de la cueva, en el sharing final Nicol manifestó que se sentía “bien, pero algo cansada”. Le pregunté si necesitaba descansar más, y me dijo que sí. Después me preguntó si podía seguir dibujando. Lo que sucedió mientras dibujaba me dejó sorprendida: estaba haciendo, con varios colores, líneas y círculos que no parecían tener ningún sentido. Me sorprendió porque ella, siempre tan meticulosa, nunca se había dado espacio para fallar o para hacer algo que no tuviera forma. Siempre se frustraba cuando, por ejemplo, quería dibujar un caballo pero el caballo no le salía perfecto. Estas líneas y curvas me parecieron interesantes. Además, siguió dibujando como en 3 o 4 hojas más, siempre de la misma manera. Su cuerpo, acostado en el suelo, se veía también relajado. Al ver que había terminado, le pregunté: “¿qué título le pondrías a la obra?, y ella escribió “puedes ver aquello que quieras ver”.



you can see whatever you want - Nicol, 8 años, Holanda 2020

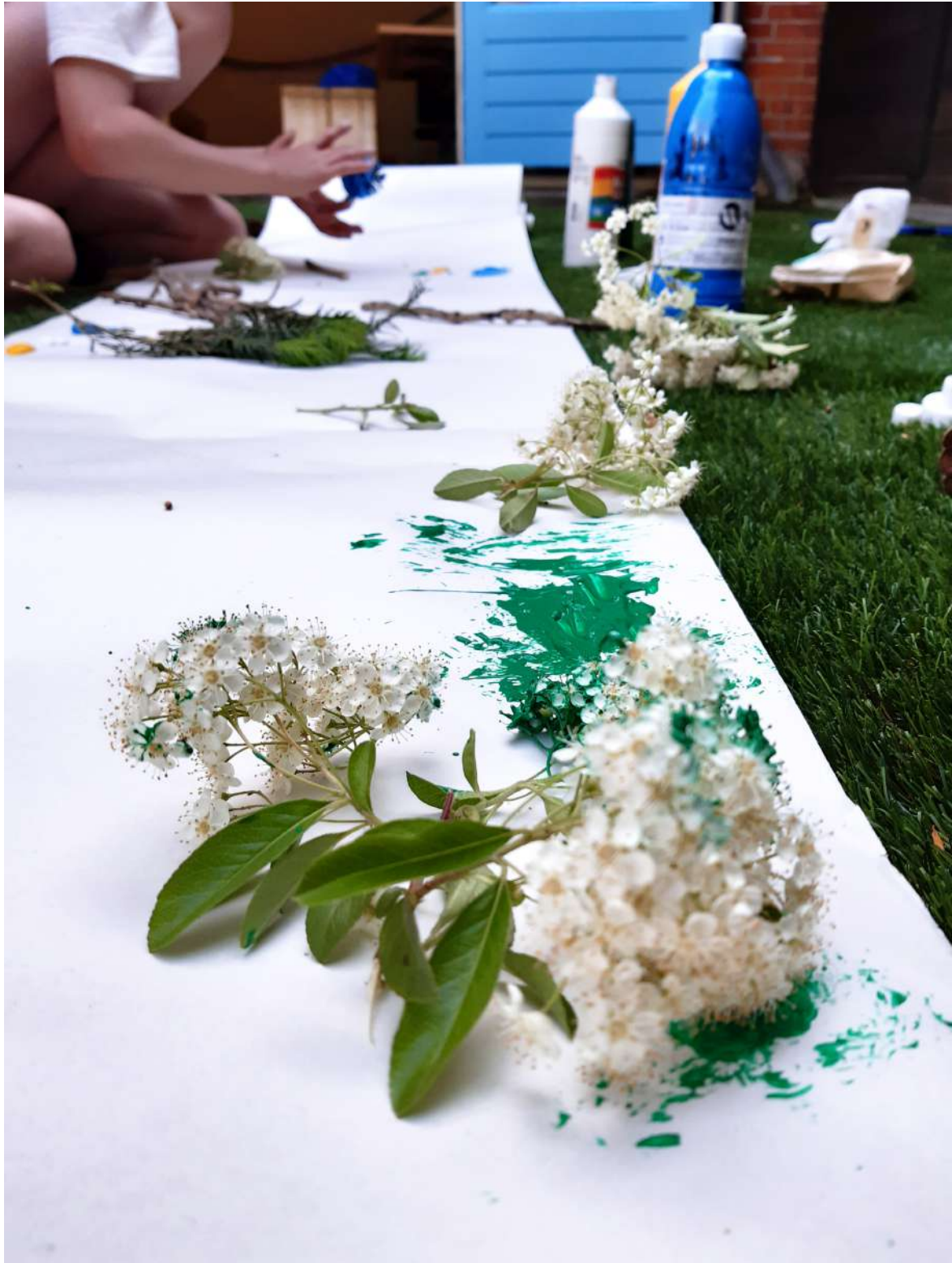
Nicol había podido tomar su espacio, había entrado en contacto con su cuerpo, había podido hacer algo por hacerlo, sin sentido de la productividad. Desde ese momento, ella comenzó a mostrarse más relajada, incluso hacía chistes y hablaba cuando no había que hablar (lo cual en ella me parecía un buen *síntoma*).

Unas semanas después, hicimos unos móviles con piñas y ramas. Comenzamos un martes y lo terminamos el viernes. Pintamos todas las ramas y piñas fuera, fue un momento muy bello. La idea era que fueran móviles que, como el que había hecho con los niños pequeños en la *nursery*, quedaran para Teddy Kids. Nicol, sin embargo, me dijo que ella iba a guardar sus ramas y sus piñas en un lugar separado, porque se lo quería llevar a casa. Me pareció importante su decisión y entonces les propuse a los niños que quien quisiera se lo podía llevar a casa también. Me hizo dar cuenta de la importancia que genera muchas veces un trabajo propio. Nicol fue la última en terminar, curó cada detalle de su trabajo. En ningún momento la vi compararse con los demás. Al terminar, en círculo, cada uno pudo resonar a lo que veía en el trabajo de los otros. Todos los niños estaban impresionados con el trabajo de Nicol, que sonreía, orgullosa. Antes de llevárselo, me pidió que le sacara una foto. Era algo propio, que había surgido de un lugar muy genuino para ella.

La meticulosidad y precisión de Nicol, sumada a la creatividad que puede venir cuando no estamos comparando nuestro proceso con el de los demás, puede ser muy fructífero.

Salirse de la necesidad de poder hacer todo bien con la cabeza, y poder volver a ese cuerpo de niña, le permitió poder volver al juego que es, en el fondo, su estado más natural. Cuando nos tocó despedirnos, Nicol, que nunca me había abrazado (y que nunca había visto abrazar a nadie), me abrazó mientras me

decía: “No puedo abrazarte lo suficiente para poder hacerte saber lo mucho que te voy a extrañar”. Y también me contó, que cuando sea grande, quiere ser maestra.



Pintando con flores – Holanda, 2020

Maitreyi

una pequeña maestra

Maitreyi es un nombre sánsacrito y significa “amable”. Es el nombre de una de las miles de diosas veneradas en el Hinduismo. Maitreyi tiene 8 años y medios. El día que la conocí, estaba caminando por toda la sala leyendo un libro en voz alta. El libro era de biología. En todos los encuentros siguientes, volvía de la escuela con alguna medalla, algún premio. Pero nunca lo demostraba con vanidad, para ella era lo más normal del mundo. Maitreyi tiene 8 años y medio y hace reír a todo el mundo, incluso a las maestras. Tiene un humor y una sensibilidad muy grandes. Es como una payasa. Escribe sus propias obras de teatro, poesías y cuentos cortos. Sabe más historia de la India que un profesor de la universidad, y es la única que adivina las adivinanzas de Nicol. Es la mejor amiga de Nicol, también. Juntas, juegan a ser detectives. Traen de sus casas todos los disfraces, e inventan casos que deben ser resueltos.

Maitreyi al principio me desconcertó: me abrumaba ver tantas cosas en una niña tan pequeña. Si tuviera que describirla con una metáfora, sería como un árbol de magnolias: delicado pero fuerte al mismo tiempo. Sabe distinguir entre lo que le gusta y no le gusta, y lo hace saber. Es la líder de los Lions, todos quieren ser su amiga, sentarse al lado suyo. Y ella lo maneja con mucha naturalidad.

Tenía también la costumbre de hablar en voz muy alta: como todo lo que ella decía el resto lo encontraba gracioso o interesante, ella siempre estaba hablando en voz muy alta.

A mí Maitreyi me interpeló porque es una niña que tiene respuestas para todo...y que cuestiona todo. Con ella era imposible responder “porque sí”, porque iría hasta el fondo para poder entender por qué estábamos haciendo lo que hacíamos. Me fui dando cuenta con el tiempo que había algo sobre ella que me asustaba. Sí, algo me asustaba de una niña de 8 años y medio. Era su espontaneidad, su manera de ser payasesca. Desde siempre me han asustado los payasos, mi reconciliación con ellos fue recién en el módulo de clown que tenemos en el Máster, donde pude ver el lado tierno, terapéutico y amoroso del clown.

Con Maitreyi, como con los clown, es imposible saber qué va a ocurrir. Su mirada pícaro, como diciendo “se algo que no sabes”, me incomodaba y al mismo tiempo me hacía sentir curiosidad. Comencé a prestarle más atención a ella en general. Me di cuenta que era como un imán para el resto de los niños porque ella encarnaba muy bien esta espontaneidad: al no saber nunca con qué iba a salir, estaba siempre esa cuota de misterio y de incertidumbre, que a los niños les fascinaba. A mí me asustaba no saber qué iba a suceder, porque eso significaba no saber cómo iba a poder controlarlo.

Puedo decir que de Maitreyi he aprendido mucho. A través de los meses que compartimos juntas fuimos creando una cercanía. Era realmente interesante conversar con ella.

Además, yo admiraba su flexibilidad: podía estar jugando, luego entrar en tarea, dar resonancias y sentires muy profundos, decir qué le gustaba y qué no, y volver a jugar, con niños de su edad, niños más grandes, niños más pequeños.

Tenía, sí, mucha energía. Le costaban los momentos de más tranquilidad y eso hacía probablemente que también yo me sintiera un poco incómoda. Como me parecía importante, como contaba anteriormente, que los niños pudieran “gastar su energía” corriendo, bailando y después pudiéndose relajar, con los Lions fui ampliando los tiempos de relajación. Era más fácil con ellos, y también sentía que eran quienes más lo necesitaban. Muchas veces estaban agobiados de las tareas y miles de cursos extras que hacían, y veía que si bien les costaba entrar en un momento de relajación, luego lo disfrutaban. Entonces, para terminar nuestras actividades, llevaba alguna música calma, apagaba las luces, y les proponía hacer ejercicios de respiración. Muchos de ellos terminaban durmiéndose, y cuando era momento de terminar, me preguntaban si podían seguir durmiendo porque estaban “muy cansados”. Esto para mí era la confirmación de que muchas veces, detrás de esa hiperactividad, hay un cansancio al cual no se le da espacio para ser descansado.

En el caso de Maitreyi, su madre es india, entonces en casa ella me contaba que practicaba yoga y meditación. Si bien le costaba frenar para poder sentarse y respirar profundo, una vez que lo hacía, sabía por *dónde* ir. A medida que los tiempos de relajación se iban alargando, yo iba notando que Maitreyi se permitía más y más descansar. Un día, al finalizar, me dijo: “estoy tan relajada que me siento flotar en un universo calmo”.

Me alegró poder ver cómo ella se iba permitiendo también una manera de ser más pasiva: ser siempre el centro de la atención, ser la que hace reír, la que sabe todas las respuestas...puede ser muy agotador. Con los espacios de relajación, mi intención era poder abrir un espacio en donde Maitreyi sintiera que podría simplemente ser. Un equilibrio entre el afuera y el adentro, entre el hacer y saber, y simplemente ser.

Con Maitreyi también se me despertaron algunos miedos del tipo: “esto que yo hago aquí con los niños no es suficiente”, porque era muy fácil creer que hay alguien que sabe más que yo, que lo podría hacer mejor que yo, que seguro para los niños no era importante lo que hacíamos juntos, porque ella, en particular, no era de las que demostrara cariño, y esto yo lo veía como falta de interés...y algo en mí quería realmente ser querida por ella.

Sin embargo, para mi cumpleaños, todos los niños me hicieron un regalo y una fiesta sorpresa. Maitreyi no pudo asistir, pero me mandó un video. Me había escrito un poema, pero no era sólo un poema. En el poema decía que yo era su mejor amiga, hablaba de lo mucho que nos divertíamos juntas, de que

como sabía que yo fui a la India también escribiría sobre eso, hablaba del mate que le había contado que se tomaba en Argentina, y que era una poesía porque a mí me gustan mucho las poesías y a ella también.

Fue uno de los regalos más bellos que recibí en mi vida, lo guardo como un tesoro y como un recordatorio de que las semillas, cuando se plantan, comienzan a crecer bajo la tierra antes de salir a la luz. Hay que tener confianza, *trust the process*.



relax time con los Lions - Holanda 2020

Y otoño otra vez...



Para julio, fue llegando el momento de finalizar mis prácticas. Habíamos pasado un invierno y una primavera juntos, germinando esas semillas, trabajando la tierra. Ahora, en verano, se veían los frutos en su esplendor: todos los niños jugaban fuera, corrían, reían, se abrazaban.

Sin embargo, era momento de disfrutar el verano sabiendo que pronto llegaría el otoño. De aceptar el paso de las estaciones. Supe que despedirme de ellos no iba a ser fácil, y a la hora de planear una actividad para nuestro último día juntos, pensé enseguida en semillas. Usé esta metáfora en varias partes de mi tesina, porque constantemente me recordaba que estos niños-

semillas llevaban todo un potencial dentro, y yo me sentía muy afortunada de ser parte de ese proceso, del florecer.

Para ese último viernes juntos, el pronóstico daba sol. Decidí entonces que estaríamos fuera. Llevé casi los mismos elementos que había llevado la primera vez: esta vez, semillas, agua y tierra. Abrimos el círculo hablando de los elementos nuevamente, de cómo todo va cambiando con las estaciones, de lo diferente que era el afuera cuando recién nos conocimos, y el adentro también. Les di una macetita a cada uno, y nos fuimos repartiendo la tierra y las semillas. Después le dimos agua. Les propuse también sembrar no sólo una semilla, pero simbólicamente, una intención. Además del agua, la tierra, el calor y el aire...¿qué iba a necesitar esa semilla para crecer? Las respuestas fueron:

amor

cariño

besos

atención

Después, cada uno tuvo la oportunidad de darle un regalo a la semilla del compañero de al lado, algo que sintieran que esas semillitas iban a necesitar para crecer. Los regalos que circularon fueron también mucho amor, besos, abrazos y cariño.

Para finalizar, les propuse hacer una danza honrando a esta semilla por crecer. Les dije que podían utilizar todo el espacio del jardín, puse una canción (“*Música...fantasía*”, de Rondó Veneciano, la misma que había usado en nuestro primer encuentro, y la misma que usaría en mi *performance* de trabajo final del Máster) a un volumen bastante alto, y les dije que podían hacer una danza libre, como la sintieran. Todos cogieron su macetita, y al momento que comenzó la música, se dispersaron por todo el jardín. Las macetitas hacían de *partener*, y algunos, los niños más grandes, comenzaron a bailar también entre ellos. Yo me detuve al costado a observarlos. Todavía tengo en un retina grabadas sus caras de felicidad, su plenitud. Sophie, por ejemplo, con sus ojos cerrados, la cara al sol, abrazando a su maceta mientras bailaba y se movía su vestido en el viento. Era como ver los brotes plantados en nuestros encuentros, bailando bajo el sol.

Al terminar la canción volvimos todos al círculo, ellos compartieron cómo se sentían, y yo aproveché para agradecerles y hacerles saber que todo el tiempo compartido con ellos había sido un mimo al corazón. Hicimos un “abrazo caracol”, en donde todos nos pudimos abrazar con todos, y entre lágrimas y risas, nos despedimos.



círculo de despedida - Holanda, 2020

x. Tiempo de cosecha



Al terminar mis prácticas, la directora de Teddy Kids me ofreció seguir trabajando con ellos como arteterapeuta, y como cuidadora de niños. Habíamos acordado que al volver de mis trabajos finales en Barcelona en Julio, arreglaríamos todos los papeles y podría comenzar a principios de Septiembre. Incluso sabiendo esto, me pareció importante darle un cierre a

mis prácticas, pero tanto con los niños como con las maestras, quedamos en un “hasta pronto”.



Sembly, the plant, Holanda, 2020

En Septiembre, con mi pareja decidimos dar un salto al vacío e irnos de Holanda. Las razones fueron muchas y no vienen a colación, pero lo que importa aquí es que esto significaba que no trabajaría en Teddy Kids. Cuando se lo comenté a la directora, me dijo que sería una pena, pero que podría ir a saludar a los niños y a todas ellas antes de irme.

Un jueves, cuando ya era otoño, fui a visitarlos. Les llevé de regalo la plantita con la que habían comenzado nuestros encuentros. En seguida ellos le pusieron un nombre: “Sembly”. Los más pequeños, los Tigers, me dieron todos un abrazo, algunos sin saber muy bien qué estaba pasando, otros más conscientes de la situación.

Al entrar a la sala de Lions, ellos y Rocío, para ese entonces no sólo colega pero también amiga, me hicieron sentar en el suelo: habían preparado un *sharing* para mí. Cada uno me dijo algo que se llevaría de nuestro trabajo juntos, y qué era lo que más iban a extrañar de nuestros encuentros, junto con un abrazo.

Desde que el primero de los niños habló, yo no pude contener las lágrimas. Sentía que era el tiempo de cosecha. Que, a pesar de tantas dudas, inseguridades, momentos de confusión, ese era mi camino. Terminé yo también agradeciéndoles, y en cada abrazo pude sentir esa vida latente, ese amor tan genuino y profundo. Me doy cuenta que aunque mi experiencia con ellos haya terminado, mi camino recién empieza. Y pude ver, con mis propios ojos, los frutos del arteterapia en acción.

xi. Conclusiones

Cuando la teoría pasa por el colador de la experiencia, ciertos conceptos cobran un verdadero significado. Comencé la segunda parte de esta tesina explicando la importancia de la imaginación, la creatividad, la naturaleza y el juego en el desarrollo de los niños, así como el papel fundamental de la ternura, el afecto y el cuerpo. Mi experiencia de prácticas me afirmó en aquello de que los niños son esponjas, que dan sus primeros pasos en este mundo en mayor medida por imitación, y que quiénes y qué tengan en su entorno, definirá gran parte de quiénes serán de grandes. Me suena *cliché* al escribirlo, y sin embargo, me atrevo a decir que cuanto más amor haya en esos entornos pues entonces entornos más amorosos estos niños serán capaces de construir.

En la educación, el arteterapia tiene el potencial de devolver a la creatividad el rol fundamental que le corresponde. A través de mi experiencia con niños y niñas en ámbitos educativos, pude confirmar cómo generar espacios donde expresarse con libertad puede ser muy fructífero. En mi caso particular, estos niños no atendían a sesiones de arteterapia porque necesitaban resolver traumas o mejorar su comportamiento. Era simplemente una actividad extra que tenían en el *after school*. Sin embargo, cada uno tenía algo que expresar. Pude observar que incluso sin diagnóstico previo, el arteterapia puede actuar como una herramienta fundamental de expresión. Incluso de prevención – y este es un punto muy importante. El arteterapia puede ver a un niño como un

niño, mucho antes de que sea un niño diagnosticado con tal o cual déficit de atención.

Recalco la importancia de poder entender lo imprescindible de que, si bien trabajar con niños es trabajar con “esponjas”, no por eso dejan de ser niños, y por tales, seres humanos, con sus propias ocurrencias, inteligencia, maneras de expresarse y emociones. Validar esto es fundamental a la hora de hacer arteterapia en la niñez. Generar la confianza en el vínculo es algo también muy importante: poder ver y ser visto.

En su vertiente pedagógica, el arteterapia hace hincapié en la no interpretación. Es decir, en estos espacios donde los niños pueden explorar y sentirse libres en cuanto a su manera de expresarse; el rol del arteterapeuta debe ser aquel de guiar siempre hacia la curiosidad en vez de interpretar aquello que está sucediendo. En mis prácticas, acompañar desde la ternura fue mi manera particular de estar, y la considero fundamental ya que es desde esa ternura que los niños también se abrieron al juego y a creatividad y encontraron que su imaginación podía ser escuchada y valorada.

En mi experiencia con los bebés y los niños de 0 a 4 años, esto se vio reflejado al poder vislumbrar que incluso a tan temprana edad, pueden percibir el vínculo que se va generando. La importancia de la repetición, de respetar aquello de que el mismo día a la misma hora alguien vendrá y jugará conmigo. La importancia de la sorpresa, de darle espacio a esa sorpresa. A la

imaginación y hacia dónde ella nos puede llevar. Poder acompañarlos sin ahogarlos ni dejarlos a la deriva. Es muy importante en niños de esa edad mostrar la contención, pero poder dejar lugar a la exploración libre, dentro de un marco establecido. El niño a esa edad va interiorizando un modelo de aprendizaje, y es importante que pueda hacerlo desde un lugar donde se sienta seguro y contenido, y a la vez libre. De ello dependerá, como decía al principio, cómo será su relación con el mundo, con él mismo y con los demás.

Pude confirmar que nuestra relación se iba afianzando, a medida que reconocían que allí donde yo llegaba, algo nuevo iba a pasar. También la curiosidad que los niños de 2 a 4 años en particular comenzaron a expresar cuando yo iba a la *cuevita* con alguno de ellos. Se ponían detrás de la puerta a mirarnos, y hasta a veces lograban abrir la puerta vaivén para sentarse al lado y observar, pudiendo respetar el espacio de su compañero que estaba ahora sentado, pero con ganas de poder también sentarse ellos después. Poder darle riendo suelta a su curiosidad al acercarse era un buen indicador de que ellos sentían el nuestro un espacio seguro y estimulante, y a la vez el hecho que podían respetar ese límite invisible que indicaba cuándo era el turno de cada uno, me hace concluir que es esa una buena manera de aprender a cómo estar en el mundo.

Es también fundamental poder dar el espacio donde aprender significa cometer errores, pero que esto no se convierta en causa de frustración, enojo

o tristeza. Cometer errores significa que la próxima vez quizás lo pueda hacer mejor. Fue muy notorio cómo en mi experiencia con niños ya más grandes, de 4 a 12 años, se veía la frustración de muchos cuando una consigna no salía perfecta, o no podían hacer lo que los más grandes hacían. Reforzar la idea de que cada uno con su individualidad es suficiente, sin necesidad de compararse, y poder abrir puentes hacia la creatividad donde poder explorar nuevas maneras de crear sin que algo sea “bonito o feo”, fue también parte fundamental del proceso de trabajo con ellos.

También allí mi rol de acompañante, a quienes muchas veces ellos querían sorprender mostrándome lo hermoso de sus creaciones, fue un aprendizaje para poder acompañar desde un lugar que no juzgara o favoreciera lo que me parecía más o menos bello, sino, una vez más, poder guiarlos e incentivar su curiosidad, su mirada fenomenológica, proponerles cambiar el juego: ¿y qué pasaría si aquello tan feo se transforma en algo bello, o viceversa?”. Poder ver que no todo es tan blanco y negro, y que podemos cambiar.

Ahí entra en juego la naturaleza. Mi intención de poder recuperar la conexión con la naturaleza partió de intereses personales, y me fui dando cuenta que había mucho que aprender de ella: usar, por ejemplo, el agua, para poder explicar que así como el agua a veces *llueve*, o es océano, o se convierte en nieve, o destruye o calienta, también nosotros como humanos podemos ser

cambiantes y expresarnos de distintas maneras, sin perder aquello que nos hace ser nosotros mismos. Poder explicar con una hoja la importancia de lo que crece, se reproduce y muere para entregarse a la tierra y volver a nacer. Que nada se pierde, y que es más excitante poder vivir desde esa incerteza/certeza que preocuparnos siempre por cuando algo se termine. Poder también explicar con los distintos colores de la naturaleza cómo todos conviven creando paisajes bellos; que así también nosotros somos, diferentes...y que es importante que cada uno pueda expresar sus colores para poder crear un paisaje que todos podamos disfrutar. Sobre todo, poder aprender de la naturaleza que todo puede tener su espacio y lugar para ser expresado...sin juicio pero con una inteligencia que le es intrínseca y que nos conecta con el misterio de la vida, al cual podemos temer, o con el cual podemos bailar desde el arte.

Pude observar en los niños más grandes, de 6 a 12 años, que luego de varios encuentros trabajando con la temática de la naturaleza, sus dinámicas vinculares habían cambiado: ellos mismos, estando en círculo, compartían sus trabajos desde un lugar que no era ya comparando pero haciendo hincapié en lo que los hacía diferente – pudiendo también admirar el trabajo de sus compañeros sin desalentarse por si no eran iguales, o creyéndose mejores que otros. También su sensibilidad se fue afinando: sus resonancias pasaron a ser más sentidas, sus expresiones más profundas.

Hablaba en la introducción a mis prácticas que el foco principal estaría puesto en el contacto con el cuerpo: el cuerpo y la naturaleza fueron de la mano en nuestro trabajo y casi todos los cambios que percibí en los niños y de los que dí cuenta en esta tesina, fueron en sus cuerpos: más abrazos, posibilidad de darle importancia a la información que se generaba en los cuerp Palmas, cuerpos más relajados, posibilidad de trabajar en grupo y ver la riqueza en la diversidad. Cuando el cuerpo se presenta vibrátil el niño está más abierto a la escucha, al aprendizaje, a poder aprender desde un lugar más genuino, sin tanto miedo a la comparación o al error. Estar en el cuerpo se vuelve fundamental para volver a ese presente desde el cual la educación puede ser revolucionaria. En su vertiente pedagógica, el arteterapia pone al cuerpo como primer instrumento de aprendizaje. Mis prácticas me confirmaron su importancia y valor, su capacidad de poder hacer de puente entre los niños y las escuelas, para poder generar espacios más amables donde aprender no sólo con la mente, sino con el *cuerp palma*, para que el proceso de aprendizaje pueda ser a su vez desafiante y placentero, donde se fomente la escucha y se le de un valor a la educación en la sensibilidad estética, a lo cotidiano, a prestar atención. Es así que la educación y el arteterapia caminan de la mano y se complementan, siendo de mucha importancia que se retro alimenten. Los resultados que vi en mis prácticas asentaron estas ideas: niños más niños, niños que pueden gozar aprendiendo cosas nuevas, que pueden pedir aquello que necesitan de maneras más sanas, pintar con los colores que ellos desean no sólo el papel sino también sus

vidas. Niños que pueden estar más abiertos a percibir la belleza: al fin y al cabo, el cuerpo, la naturaleza, la imaginación y el juego son un todo que me ayudó a que mis prácticas fueran una reivindicación de la belleza.

Un día de verano, cuando ya estaba por terminar mis prácticas con los niños más grandes, estaba en el jardín con Maitreyi y Nikol jugando a la pelota. Vi unas plumitas blancas en el suelo y les dije si querían hacer algo con ellas. Me imaginaba un pequeño nidito, y me parecía muy bello el poder percibir esta belleza sutil, señalar de alguna manera la importancia de prestar atención, y poder hacer algo con ella. Para mi sorpresa, me dijeron: “Sí, pero viene aquí que primero te mostramos algo”. Las seguí hasta un árbol, donde me contaron que el día anterior habían hecho un nidito con otras plumas blancas que habían encontrado en el suelo. Sin saberlo, estaban haciendo *arteterapia*.

Esa tarde volvieron constantemente a controlar que el nido estuviera aún armado, le hablaban y se inventaban historias, con la esperanza de encontrar algún pajarito y sus huevos.

La esperanza que yo alojo al recordar esto es más bien una realidad: el arteterapia es eficaz porque el arte y la percepción de la belleza son un hecho. Más que aprender es más bien recordar que esa capacidad de *hacer* arte y belleza, es un *ser* arte y belleza, y el arteterapia una tierra fértil donde poder plantar semillas, verlas crecer, desarrollarse, morir...y volver a nacer.

xii. Análisis de implicación personal: *la importancia de confiar en el proceso*

Al escribir estas palabras, recibo un video que me manda Rocío, mostrándome cómo los “Lions” riegan la planta que les regalé, me cuentan cómo están, me dicen que me extrañan mucho y que me quieren mucho.

Mi mayor miedo a la hora de escribir esta tesina era pensar que todo lo que he hecho no es suficiente: no salvé al mundo del hambre, ni saqué a personas de la pobreza, ni trabajé con ancianos moribundos para hacerlos más felices. Incluso las actividades que hice quizás ni fueron terapéuticas, solamente jugué con niños por casi un año. Como si el juego no fuera necesario, como si crear espacios donde percibir y crear belleza no fueran necesarios.

Comencé esta tesina diciendo que escribiría desde la belleza. Terminó también, escribiendo desde la belleza, porque es en los ojos de esos niños que la encuentro. Es imposible, para mí, no creer en un mundo mejor, a pesar de todo pronóstico, cuando fui testigo de ver a estos niños correr y abrazarse entre sí.

Mencionaba al principio que no quisiera hacer parecer que la niñez es un paraíso color de rosas. Yo misma tuve que enfrentarme a lo que me provocaba el privilegio, el trabajar con una niñez privilegiada, sabiendo que allí fuera hay también mucha desigualdad y niños que no tienen acceso a una niñez amorosa y contenida. Es muy fácil hablar de la belleza y de posibilidad, cuando las condiciones están dadas para que todo esto se despliegue.

Mónica Sorín, en la devolución sobre la presentación de mi proyecto de tesina, al escucharme hablar de estas cuestiones de privilegio me dijo algo que quedó resonando dentro mío: *“ojalá algún día, el arteterapia tenga sólo la función de crear y trabajar con la belleza”*.

Recuerdo también a mis compañeras y supervisora, que me alentaron a pensar que estos “niños-semilla” podrían ser posibles agentes de cambio en un futuro. Que todos tenemos la necesidad y el derecho de ser amados, privilegio de por medio o no. La culpa muchas veces nos paraliza. Cuánto de esta experiencia aprendí en mi propio proceso personal, qué importante el trabajo en uno mismo para no depositar en el/los otro/otros mis propias dificultades. Sobre todo trabajando con niños, qué gran responsabilidad es la constante actualización de mis propios deseos y verdades para no hacerlos cargar con nuestras propias frustraciones y situaciones no resueltas.

Yo creo en un mundo más justo, en un mundo más amable. Y creo que ese cambio, por más trillado que suene esto, empieza por mí. Lo que yo de, desde dónde lo de, de qué manera lo de, todo tendrá una influencia en quienes me rodean.

En mis prácticas, se generaron espacios seguros para conectar con el cuerpo, para poder elegir y expresarse libremente, para poder poner el foco en las cosas cotidianas que muchas veces pasamos por alto. Ir caminando y prestar atención a una pluma que va cayendo, pintar una hoja siguiendo las venas

que la recorren, poder mirar a los ojos a alguien y ver que no es tan distinto a mí como creía.

Muchas veces escuché hablar de que los niños son maestros: hay tanto para aprender de ellos. Muchas veces llegaba a mis prácticas desanimada, o cansada. Pero esa capacidad mágica que tiene el juego de llevarnos al aquí y ahora, hacía que unos minutos después ya estuviera presente con ellos.

Sigue resonando en mí la importancia de aquella frase “el miramiento es garantía de autonomía”. Quizás yo sentí que pasé mucho tiempo observando a los niños jugar, o escuchando sus historias. Y qué importante una mirada amorosa en esos momentos, una escucha atenta. Mi vínculo con los niños podía ya ser mucho.

Como comenta Marta Canellas (2011): “(los niños) *no son vasos vacíos que hay que llenar de conocimientos, sino que ya están llenos de fantasía, ganas de explorar y recursos en potencia*”.

Aprendí a no desestimar lo pequeño, porque es en el fondo, la suma de pequeñeces, lo que hace a la vida infinita. A no desestimar todo lo que los niños *ya son*, sólo por ser niños.

Aprendí a no querer solucionar por ellos los procesos para “que me quieran”, a no dar respuestas siempre, a saber escuchar, a entender que, como arteterapeuta, mi función es generar el espacio, guiar, pero nunca dar soluciones o verdades absolutas. Poder soltar la necesidad de control para

confiar en el proceso de cada uno es un acto de amor revolucionario.
Aprender a confiar en mi proceso también.

La creatividad, el juego, la imaginación, la naturaleza...todos compañeros de viaje en esta aventura. En esta aventura donde los niños tuvieran la posibilidades encontrar espacios de vitalidad, núcleos de vitalidad propios, desde donde sentir placer, explorar distintas maneras de comunicarse, de relacionarse con los demás y con el mundo. De darse la oportunidad de no ser siempre correctos, de poder desafiar aquello que los lastima y poder hacerlo saber. Maneras más sensibles, más genuinas. Que sepan, desde pequeños, como dice Gianni Rodari “*que una educación hacia la creatividad es posible*” y que es fundamental que cultiven su imaginación, su capacidad de juego, para poder crecer en adultos para quienes vivir sea más que un acto de supervivencia. Que vivir se convierta en un acto de belleza.

Italia, octubre 2020

y

Argentina, febrero 2021.



“En este océano de tiempo, en donde todo comienza

y se acaba y vuelve a comenzar

y se acaba nuevamente

quedan solamente huellas

de misteriosos viajeros que atraviesan

nebulosas y murallas de electrones

en busca de una caricia”

xii. Bibliografía

AGUIRRE, M.: *Presencia interior; poemas*, pp.47, /s.e/, La Habana, 1938.

ATKINS, S. & SNYDER, M.: *Nature-based Expressive Arts Therapy*, Jessica Kingsley Publishers, London, 2018

CALDERON, J. M. y VELEZ, O. (Ed): *Dolor y belleza: imágenes desde las artes expresivas en el Perú*, TAE Perú, 2019

GYSIN CAPDEVILA, M. y SORIN, M. (Comp): *El arte y la persona. Arteterapia: esa hierbita verde*, ISPA Edicions, Barcelona, 2011

IATBA: Instituto de Arteterapia Transdisciplinaria de Barcelona. Recuperado de. <https://www.iatba.org/la-formacion/>

KNILL, P.: *Principles and practice of Expressive Arts Therapy, Toward a Therapeutic Aesthetics*, Jessica Kingsley Publishers, London, 2005

LOWENFIELD, V. & BRITTAIN, L.: *Creative and Mental Growth*, The Macmillan Company, New York, 1965

RODARI, G.: *Gramática de la fantasía: introducción al arte de inventar historias*, Ed. Colihue, Argentina, 2017

SORIN, M.: *Creatividad, ¿cómo, por qué, para quién?*, Ed. Labor, Barcelona, 1992

