

El niño descubre sus sentimientos personales a través del dibujo

RICHARD WOOLFSON pide más atención al arte infantil, y subraya su valor terapéutico

El valor del arte infantil, últimamente, se ha teñido de escepticismo, y las teorías psicológicas que subrayan la importancia de este arte como medio ideal de auto-expresión han caído en el descrédito.

Pero el arte es algo mucho más importante que la simple creación de imágenes utilizando lápiz y papel. Si, como algunos argumentan, el arte ha perdido su significado para los niños de primera y segunda enseñanza, esto es debido a la mala utilización e interpretación de las más relevantes teorías psicológicas. El Arte posee varias funciones psicológicas identificables y benéficas, y es un medio excelente para que el niño pueda transmitir los sentimientos de su inconsciente, sus ansiedades y conflictos, sin retribución ni miedo.

El arte, medio personal de comunicación

Algunos psicólogos rechazan la idea del inconsciente como entidad porque no es directamente observable. Sin embargo, para aquéllos que creen en la utilidad de este concepto para ayudar a los niños en sus dificultades emocionales, el arte tiene una importancia enorme como medio de comunicación y liberación.

¿Qué queremos decir con la palabra «inconsciente»? Freud definió el inconsciente (no el «subconsciente», como mucha gente le llama equivocadamente) como el estrato más importante del proceso psíquico. Este consiste en todos los impulsos, emociones, instintos, ansiedades y hostilidades desconocidas por el individuo a nivel consciente, pero que, sin embargo, tienen una enorme influencia en su comportamiento. Todos aquellos conflictos y ansiedades con los que una persona no puede enfrentarse adecuadamente (tenga la edad que tenga) a nivel consciente, son introducidas en el inconsciente a través de «mecanismos de defensa», medidas involuntarias y protectoras que toma la persona para ponerse a salvo y rehuir dolorosas experiencias.

¿Cuántos de entre nosotros, por ejemplo, al perder un puesto o trabajo que anhelábamos, nos autoconsolábamos diciéndonos: «Bien, al fin y al cabo yo no tenía demasiado interés por este puesto»? Para evitar cualquier daño o choque psicológico provocado por la situación, tratamos de racionalizarla. Hay otros mecanismos de defensa mucho más complejos que éste en sus operaciones.

El mundo sería un lugar feliz para todos nosotros si las ansiedades y los traumas emocionales se acabasen cuando los sepultamos en el inconsciente. En algunos casos la aflicción de un niño puede terminar ahí, pero no suele suceder siempre así. La gran intensidad y ansiedad que experimenta el niño para introducir esta dolorosa experiencia en el inconsciente, debilita su capa-

cidad para mantenerla a este nivel tan hondo. En este estadio, el niño va caminando por la cuerda de alambre; no tiene la fuerza psicológica suficiente para protegerse continuamente de estos sentimientos desagradables, pero tampoco la tiene para enfrentarse a ellos al nivel consciente.

Descarga de sentimientos

El arte desempeña entonces aquí un gran papel, ya que permite al niño descargar los sentimientos de su inconsciente de un modo no-amenazador. El puede representar sobre el papel cualquier escena y nadie le va a castigar por eso. El niño con problemas puede hablar el lenguaje del arte sin que nadie corrija su gramática y pronunciación. Se trata de una situación segura que él puede controlar, y donde no hay castigos.

Algunos ejemplos del arte de los niños producido durante sesiones de psicoterapia demuestra las diferentes funciones que el arte infantil puede realizar o cumplir. En primer lugar, sirve como vehículo para la catarsis —es decir, la liberación de impulsos inconscientes— y reducir el stress emocional.



N.º 1

El dibujo de un niño puede revelar su auto-percepción inconsciente. Si se le permite sumergirse libremente en el arte —y siempre que se sienta libre de cualquier coacción por parte de los adultos— este niño revelará mucho de sí mismo involuntariamente, a través del dibujo.

Una vaca blanca con ternero negro



N.º 2

Darren tenía seis años cuando su madre acudió a un psicólogo. El niño quería y buscaba mucho a su madre, pero a veces la rechazaba. Ella era caucasiana, su marido negro y el mismo Darren era negro. Tanto la madre como el niño estaban seguros de que este último no tenía preocupaciones a causa del color de su piel. Durante la entrevista, Darren quiso pintar, al tiempo que hablaba con el psicólogo. Fue entonces cuando hizo el dibujo n.º 2. Cuando lo hubo terminado, dijo: «Esta es la mamá vaca con su bebé. Lo pinté de color negro por equivocación». Si examinamos este dibujo veremos que Barren pintó una vaca blanca con manchas marrones, mientras que el ternero es completamente negro. El paralelo entre el dibujo y sus relaciones parentales no es simple

coincidencia. De este dibujo se deduce que el muchacho no sufría por su negritud a nivel consciente, pero el problema existía en el inconsciente. Este dibujo fue de mucha ayuda para solucionar sus dificultades.

El mundo desnudo y frío



N.º 3

El dibujo n.º 3 fue realizado por David, un niño de 11 años, y es otro ejemplo de la proyección de la auto-imagen inconsciente en el arte. Este niño sentía frecuentes angustias y pesadillas. En períodos de stress padecía regresiones emocionales y comportamentales. Hizo su dibujo en uno de estos períodos, y demuestra en él hasta qué punto se siente intimidado por su entorno. En el dibujo David aparece como una figura solitaria, aislado y lejano de todo lo que le rodea. Su mundo está desnudo y frío. Para él fue una liberación poder expresar sus sentimientos a través del arte.

Sueños y realidad



N.º 4

Un niño puede utilizar el dibujo como un modo de realización y consecución de sus deseos inconscientes. Lo que no puede hacer realidad en la vida, puede hacerlo realidad en un mundo creado por él, donde no tenga necesidad de verbalizar ninguna de sus necesidades. Jennifer, una niña de nueve años, padecía de inestabilidad emocional y de agresiones incontroladas. La llevaron al psicólogo. Las relaciones con su familia eran tirantes y poco satisfactorias. Su padre había sufrido una lesión cerebral y tenía que vivir en una silla de ruedas. Duran-

te los juegos de terapia, el psicólogo le pidió que dibujase a su familia. En el dibujo n.º 4, la niña la dibujó tal como la veía. Es interesante ver cómo el padre, que andaba en una silla de ruedas, aparece aquí, en el dibujo, totalmente normal. Incluso cuando el psicólogo le hizo notar esto, Jennifer contestó que su padre era realmente así. El arte le sirvió de vehículo para manifestar la realización de un deseo, aunque no fuese así en la realidad.

¡Feliz viaje!



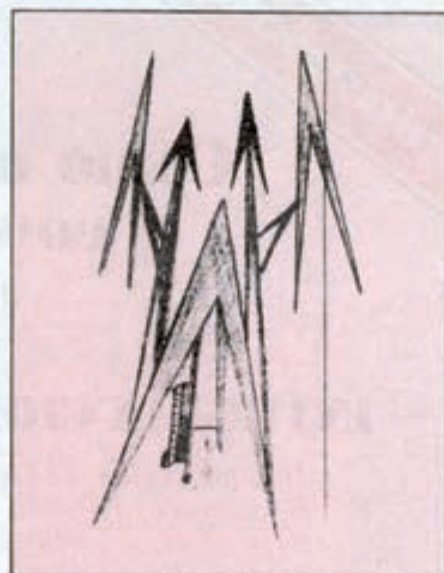
N.º 5

Una segunda ilustración de la utilidad del arte para estos casos implica a Brian, un niño de ocho años que tenía grandes dificultades para centrarse en la escuela. Era muy inquieto, con un temperamento muy vivo y nervioso. Después de unas cuantas sesiones con el psicólogo, se descubrió que un aspecto muy importante de los problemas neuróticos de Brian residía en los celos, unos celos hondamente enraizados que sentía hacia su hermano. El niño siempre había negado que tuviese estos sentimientos negativos, pero en el dibujo n.º 5 se descubrió totalmente. El mismo dijo que el dibujo representaba a su hermano largándose por el aire en un globo. El triángulo con las estrellas representaba su casa.

A través del arte, Brian pudo expresar su deseo inconsciente de que su hermano marchase de la casa. El dibujo le sirvió para hacer realidad en el papel un deseo siempre reprimido, sin miedo a castigos ni a sentimientos de culpabilidad. Poco a poco fue aceptando la realidad de esos sentimientos, a medida que progresaba la psicoterapia.

Guerra en el espacio

Finalmente, el arte puede ser también un medio de identificación de urgencias instintivas dominantes que yacen reprimidas



N.º 6

en el inconsciente del niño. El material conseguido a través del arte puede proporcionarnos datos muy útiles para señalar con precisión los impulsos internos del niño, que podrían contribuir a todo tipo de dificultades psicológicas. Esto se demuestra en el dibujo n.º 6, hecho por una niña en una sesión de fantasía en la que había que inventar un cuento sobre guerras espaciales. Elizabeth era una jovencita desesperada de 15 años, muy infeliz en sus relaciones con sus padres.

El dibujo le sirvió para expresar sus impulsos agresivos. Las armas y el arsenal del barco espacial aparecen todas orientadas en una sola dirección. Elizabeth tenía dificultades para controlar su espíritu agresivo en la interacción social de cada día. Por su dibujo se puede intuir que los sentimientos hostiles que demuestra no son generalizados, sino dirigidos muy específicamente hacia una sola dirección. El psicólogo utilizó esta información para dirigir el curso de la psicoterapia posterior, y en ella la niña confesó que sus agresiones inconscientes iban totalmente dirigidas hacia la persona a quien más quería.

El rol principal que el arte puede desempeñar para ayudarnos a comprender a los niños no se debería infravalorar nunca. No pretendo que todos los profesores de arte sean psicoterapeutas, pero sí insisto en que todos aquellos que están involucrados en la utilización del arte con los niños sean conscientes de que éste desempeña una función psicológica muy positiva, y que este punto de vista posee fundamentos muy sólidos.

(Exl. The Times, ed. 19-XI-82)

ACTIVIDADES (para profesores)



013. ROLE/PLAYING

- Más que un intento de terapia para nadie, el profesor puede ayudar a que el dibujo sea un medio de expresión personal de sentimientos; y, en vez de interpretarlos y entrar en el juego, a veces morboso, de ver qué le pasa al otro, ayudarle a que él mismo se clarifique.
- Uno de los juegos de expresión bonitos es decir que cada uno dibuje su escudo, con sus cuarteles, sus armas, sus símbolos vegetales o animales, etc., y que luego trate de comunicarlo a los demás. Para ello es necesario ir creando un ambiente de aceptación de lo que dice el otro y ayudarle a que se manifieste, pero que no se vea interpretado.
- Si el clima de aceptación es positivo, se podría pasar entonces a una fase más profunda de escenificación de conflictos o problemas que pueda haber en una clase, de tal manera que cada uno representara el papel que quisiera y se formase así un Role/Playing. (Cfr. LAB O, PM: Técnica n.º 13).