

EL VALOR TERAPÉUTICO DEL ARTE¹

Mimí Marinovic

Las teorizaciones platónicas sobre los efectos de lo bello y las de Aristóteles acerca de la tragedia reconocieron, tempranamente, la importancia de los efectos del arte en los seres humanos. A través del tiempo y de su diversidad, el arte ha mostrado su capacidad de dar forma a lo indeterminado, de cambiar y dar nuevo sentido a la existencia. Este hecho ha motivado a artistas, educadores, expertos en arte y en ciencias de la conducta y de la salud a realizar acciones destinadas a reintegrar las artes a la vida cotidiana. Cualquiera que sea la modalidad de participación en el proceso artístico, ya sea como creador, intérprete o receptor, el arte permite expresar y cambiar la experiencia interior y percibir el mundo de modo diferente. Hay en la vivencia del arte y la creatividad un enorme potencial para la labor formativa y la superación de trastornos que interfieren el desarrollo personal y social.

¹ Intervención de la autora en el Seminario "El rol del arte en la formación integral", organizado por la División de Cultura del Ministerio de Educación, el Ministerio de Justicia y el de Planificación, realizado en diciembre de 2000 en la Universidad de Chile con el patrocinio de UNICEF y UNESCO.

Afinidad entre los objetivos de la educación y de la salud

En los últimos decenios se ha ido produciendo una ampliación de los puntos de vista y campos de ejercicio de la educación, junto a una creciente coincidencia entre sus objetivos más amplios y los conceptos actualmente vigentes de la salud. En efecto, la educación se plantea como un proceso destinado a educar para la vida a través de la eclosión y el desarrollo de todas las virtualidades del ser" (8). A su vez, la salud comprende algo que es más que el mantenimiento normal de los órganos del cuerpo y del psiquismo; porque la salud y la enfermedad son parte de un proceso en el que interactúan diversos factores interrelacionados: físicos, biológicos, psicológicos, sociales, culturales y ambientales. Es por eso que se tiende a hablar de un "proceso de bienestar biopsicosocial a lo largo de un eje positivo-negativo" donde los propios individuos y la sociedad debieran asumir responsabilidades (4). Queda en claro que la transmisión magistral de saberes, que los remedios y los tranquilizantes no pueden ser "la" solución para lo que cuenta en la vida. Tampoco basta favorecer solamente el desarrollo de capacidades, promover la apropiación de ciertos contenidos de la cultura y ayudar a resolver problemas de índole diversa sin reconocer que los seres humanos son buscadores de significados que hacen a la vida digna de ser vivida.

Hace algunos días recordaba en un simposio de musicoterapia, a propósito de los fundamentos de las terapias de artes, cómo uno de los principales paradigmas del presente, especialmente en el

campo de la salud mental, es el concepto de recuperación, el que, como sucede con muchas otras ideas, no es nuevo. En la década de los años 80, la Organización Mundial de la Salud advirtió que las consecuencias de la enfermedad, tal como la discriminación social, podían ser tan incapacitantes como las enfermedades mismas. El énfasis en la recuperación atiende a las consecuencias de la enfermedad más que a sus síntomas, se centraliza en el potencial de salud más que en la enfermedad. En este contexto, las terapias de artes tienen mucho que ofrecer como, por ejemplo, descubrir las cualidades personales de los que consultan más que sus patologías; preocuparse más de su calidad de vida que de sus síntomas. Estos objetivos son igualmente significativos para la educación, más aún, cuando se trata de la educación a través del arte y las funciones que ella debe cumplir.

La psicología del arte

Antes de referirme a la relación entre la educación y las terapias de arte, quiero señalar que mi aporte proviene de la Psicología del Arte o Estética Psicológica. Su objetivo es el estudio del proceso artístico, es decir, de los comportamientos y las experiencias creativas, interpretativas y receptoras del arte en sus diversas manifestaciones. Cuando se preocupa de la obra o acción artística lo hace en función de los participantes en ese proceso. No se trata de aplicar enfoques y métodos provenientes de otros campos sólo para ilustrar sus logros o confirmar la validez de algunas de sus teorías, sino de reconocer la especificidad del arte.

Desde esta perspectiva, interesa el arte en su

sentido más amplio de testimonio humano que le da forma y sentido a su experiencia. ¿No es ése uno de los fundamentos de su valor tanto en la educación como en el campo de la salud? El arte responde a necesidades humanas fundamentales y es capaz de revelar la dinámica expresiva de la persona en el ambiente que habita. Esta se objetiva en una acción dramática, en la danza, en los ritmos musicales, en las metáforas poéticas, en las pinceladas de la pintura o en el tallado del escultor, porque el arte es eso y mucho más.

Las funciones psicológicas del arte

Aunque las diversas teorías psicológico-artísticas y estéticas tratan con frecuencia aspectos parciales de la experiencia del arte, detectan características comunes y otras que son específicas de cada una de las disciplinas del arte. Unas y otras fundamentan su poder formativo y terapéutico (6). Varias de estas funciones encuentran sustento en el pensamiento de los más grandes filósofos de la antigüedad y en la historia posterior.

Funciones cognitivas

1.- El arte puede ser considerado un lenguaje simbólico que actúa como medio de expresión y comunicación no verbal. El carácter comunicativo y dialógico del arte lo han puesto de manifiesto los propios artistas, incluyendo a los artistas chilenos que he entrevistado en relación con diversas investigaciones. La ambigüedad connotativa de las imágenes del arte tiene un poder evocador de experiencias de vida que no se pueden expresar con el lenguaje cotidiano de las palabras. Rudolph Arnheim, el autor de *Arte y Percepción Visual*, que

se ha preocupado de la educación y de las terapias por las artes, ha dicho:

“todo profesor de arte sabe que no hay manera alguna de juzgar ni siquiera la más sencilla composición de formas sin un entendimiento tácito de lo que el objeto está destinado a comunicar”. Continúa: “Y, después de todo, por qué habríamos de cultivar el lenguaje visual si no tenemos nada que comunicar? (11).

2.- Enriquece la capacidad perceptiva. No sólo intensifica la experiencia sensorial sino que moviliza las capacidades de descubrir, interpretar y dar significado. No es solamente estimulación sensorial, sino el complejo desafío perceptivo que produce el arte y que en la educación artística representa, según Arnheim (1), “una introducción natural a las tareas de la vida y a los mejores medios de emprenderla”.

3.- Estimula la imaginación y el potencial creativo

4.- Promueve orden, armonía, equilibrio, ritmo y proporción. Como indicara el filósofo Wittgenstein, se resuena en armonía con el arte (2).

5.- Hace posible la comprensión de diversos niveles de significado de importancia para la comprensión de uno mismo y de los demás, orientar y dar sentido y dar significado a la realidad personal y la del mundo que nos rodea.

6.- Conecta la experiencia subjetiva con la realidad externa. La obra o acción artística representa un área intermedia entre ellas y representa a ambas, tal como lo ha señalado el psicoanalista

inglés Winnicot (10) que ha aportado mucho a la comprensión del juego y del arte en los niños.

7.- Permite desarrollar habilidades y destrezas.

Funciones afectivas y motivacionales

1.-Produce cambios en la activación del organismo los que se manifiestan en variaciones de tensión y su alivio. Esta función del arte adquiere relevancia en sus aplicaciones terapéuticas y preventivas del arte. Actualmente se reconoce una estrecha relación entre la activación de los sistemas fisiológicos, las emociones, el estrés y la función inmunológica.

2.- Promueve la participación emocional y la empatía a través de mecanismos como la identificación y la proyección. Al mismo tiempo es capaz de inhibirla mediante la llamada distancia estética. Esto se traduce en una interacción afectivo-cognitiva muy dinámica que está en lo fundamental de la experiencia del arte.

3.- Favorece la sublimación de deseos insatisfechos, como planteara el psicoanálisis freudiano originalmente, pero a la vez también puede satisfacer los mecanismos mediante los cuales estos deseos se controlan. Por ejemplo, al asistir a una función teatral, podemos sublimar impulsos agresivos frente a la representación de un acto criminal, pero, a la vez, podemos experimentar compasión por la víctima.

4.- Aporta gratificación narcisística, importante cuando es necesario, por ejemplo, desarrollar o reforzar la autoestima.

5.- Produce catarsis, conocida desde Aristóteles y reformulada por el psicoanálisis.

6.- Permite experimentar, dar forma e integrar sentimientos contradictorios, regresivos y situaciones desaprobadas socialmente. Puede contribuir a darle un nuevo sentido a las experiencias vitales.

7.- Satisface diversas motivaciones humanas, entre ellas, la necesidad de autorrealización, autoexpresión y creación, logro y reconocimiento, identidad, trascendencia y muchas otras más, tal como lo muestran los resultados de investigaciones que he realizado con artistas visuales, escritores e intérpretes de la música, la danza y el teatro en nuestro país.

Acerca de las funciones más específicas de cada una de las manifestaciones del arte, quiero precisar sólo un aspecto que se refiere a su potencial para favorecer la individualización y la socialización. La interpretación musical, la danza y el teatro favorecen la interacción grupal y el trabajo colectivo. Por ejemplo, la improvisación musical en grupo es extremadamente socializante. A diferencia de la comunicación por el sonido, las artes visuales y de la palabra (en su forma escrita) son básicamente individualizadoras, porque corresponden a un trabajo privado que implica soledad. Sin embargo, es posible estimular la socialización a través del proceso de realización de una pintura colectiva, o de un poema colectivo o de un diálogo poético al estilo de los payadores.

Semejanzas y diferencias entre educación y terapias artísticas

Las funciones del arte señaladas pueden servir tanto a propósitos educativos como terapéuticos, ya que presentan afinidades en sus objetivos. ¿Cuales son entonces las diferencias entre terapia y educación por el arte o las artes?

1.- Una de ellas pareciera residir principalmente en la concepción de lo que es un terapeuta. Tradicionalmente el término se ha aplicado al médico; pero en la actualidad tiende a llamarse así al que ejerce algún tipo de técnica curativa no medicamentosa. Sin embargo, si uno se atiene al origen griego de la palabra terapeuta, éste es el que asiste o sirve. Y las terapias de arte constituyen una especialización de servicio humano a través del arte, el que puede prestarse en los campos de la salud y de la educación, tal como se conciben en la actualidad: con criterio multidisciplinario.

2.- Las terapias de arte son el aporte de las artes visuales, la música, el teatro y la danza, como también de la expresión poética, a la salud y el bienestar humano, considerados en su dimensión biopsicosocial. Aunque existen variaciones en su definición se las tiende a reconocer principalmente como procedimientos de comunicación no verbal destinados a la prevención, tratamiento y rehabilitación de los problemas de la salud, a la solución de crisis y conflictos que forman parte de la vida, a la promoción del desarrollo personal y social. Son capaces de revelar facetas de lo humano difíciles de captar por otros medios, de producir cambios favorables para las personas o de mitigar

el efecto de las crisis de la existencia. Ayudan a enfrentar los déficits, enfermedades, dolores y dificultades de la vida, porque el terapeuta no sólo debe interesarse por el problema real en sí, sino, igualmente, por la manera en que la persona lo percibe, lo enfrenta y se relaciona con él.

3.- Los terapeutas de arte ven en el arte una forma accesible y natural de comunicación, justamente por formar parte del proceso educacional y de las actividades culturales de una sociedad, pese a las insuficiencias existentes. También, el hecho de plasmar la autoexpresión de manera objetiva, creativa, controlada y socializada en la forma y contenido de una obra o acción de arte, facilita el seguimiento del curso de una enfermedad, de un proceso de vida y permite evaluar tempranamente a niños disfuncionales o con necesidades especiales a través de medios no verbales que forman parte de sus actividades cotidianas.

4.- Esta especialización en el campo de las artes puede apoyar las labores educativas, de la salud y de las áreas del desarrollo comunitario y social. En 1999, la Facultad de Artes de la Universidad de Chile inició por primera vez un programa de postítulo en Terapias de Artes con la mención de musicoterapia, la que será seguida próximamente por arteterapia (terapia por las artes visuales). A ellas pueden ingresar profesionales o licenciados de la educación, de las artes y de la salud. Es así como estas terapias, iniciadas en nuestro país en forma pionera hace ya varios años, se están formalizando a nivel de postgrado y postítulo, independientemente del uso de aspectos del arte por profesionales de la salud como un elemento más entre sus

procedimientos y del gran interés de los artistas por colaborar con estas nuevas acciones.

En muchos países, específicamente Estados Unidos e Inglaterra, los pioneros más destacados en estas terapias han sido profesores de arte. Así ha sucedido con la llamada arte-terapia o arterapia. La persona que acuñó ese término, conocida como su principal teórica, fue Margaret Naumburg, profesora de Artes Plásticas, en los años 50. Cuando visité la Unidad de Arterapia del Goldsmith College, un gran centro universitario de las artes de la Universidad de Londres en 1985, existían, como existen ahora, dos modalidades de aplicación de la arterapia en el postgrado: una clínica, destinada a servicios de salud y sociales y otra educativa. Además, los tres centros universitarios especializados, que existían en esa época, pertenecían como muchos otros, actualmente, a departamentos de educación artística.

Al comparar terapia y educación debiera siempre tomarse en cuenta que, en el ejercicio de estas profesiones, influyen los distintos puntos de vista que se asumen.

5.- La inglesa Waller (9) plantea que la educación artística y las terapias de arte se disponen en un *continuum* que va de un extremo en el que se encuentra la terapia como una forma de psicoterapia especializada que se emplea en psiquiatría, en orientación infantil, etc.; y, en el otro, se hallaría ese tipo de educación artística que presta escasa atención al desarrollo psicológico del niño o del adulto y no tiene en cuenta sus dimensiones inconscientes. En el centro de este *continuum* existe

un punto en el cual se cruzan la terapia y la educación artística. En ambas, la adquisición de conocimientos y habilidades tiene distinto grado de prioridad e implica un tipo de relación diferente. El uso de la musicoterapia en la educación especial, tal como se expuso en el Congreso de Arte-Terapia en el que participé recientemente en Brasil, se señaló que el apoyo psicopedagógico del terapeuta comprende todas las posibilidades de exploración sonoro-musicales para favorecer la adquisición de destrezas y habilidades y mejores condiciones de reacción a las propias limitaciones del niño, para disminuir tensiones y ansiedades y abrirle canales de comunicación. La atención grupal favorece la socialización y la no segregación del portador de necesidades especiales en el marco de las propuestas actuales de educación inclusiva (3).

Por otro lado, se espera que el profesor utilice perspectivas consideradas terapéuticas para enseñar a los niños y acentuar más la formación de:

“relaciones positivas entre maestro y alumno y dentro del grupo, en un grado más elevado que el correspondiente por regla general a un centro docente ordinario” (9).

Cuando se trabaja con grupos de adolescentes pueden existir también similitudes, aunque los terapeutas generalmente lo hacen con grupos no mayores de 8 ó 10 niños, a diferencia de lo que sucede con el profesor.

6.- En general, maestro y terapeuta despiertan expectativas distintas en los miembros del equipo educacional y de los niños y niñas. Dice Waller (10):

“El terapeuta evita elogiar o criticar la obra, pero estimula sin juzgar los posibles méritos técnicos o el valor estético. A menudo el niño exige una respuesta de esta clase y se muestra hipercrítico ante su propio rendimiento. Intenta convertir al terapeuta en maestro y se enfurece con aquél cuando no realiza dicha función”.

7.- El terapeuta debe, además, manejar muy bien las emociones ambivalentes que se manifiestan artística y verbalmente, en particular en los grupos de adolescentes, puesto que entran en juego en la relación terapéutica las llamadas transferencia y contratransferencia, cuya conocimiento y manejo no tiene la misma importancia para la experiencia exclusivamente educativa. En el manejo de las emociones de los alumnos hay igualmente diferencias entre la terapia y la educación perceptiva de lo que las formas visuales encarnan. Las cualidades visuales de forma, color, textura y sus efectos sinestésicos pueden provocar estados de ánimo y emociones que al combinarse generan asociaciones personales, analogías y metáforas como: “La pintura se parece a....” o “la pintura me recuerda.”. En esta etapa el profesor debe evitar lo que Feinstein (7) llama la “trampa terapéutica” que se puede producir cuando los alumnos proyectan atributos y experiencias personales en las imágenes u obras en estudio. Hay que estar alerta para establecer los límites que distinguen el énfasis en la obra o en la proyección personal del alumno. Con ese fin hay que recurrir a lo que hemos llamado la “referencia adecuada”. Las cualidades visuales que sugiere la interpretación deben ser descritas por el alumno y ser evidentes en la obra. Estas cualidades

y sus connotaciones deben mostrar congruencia con los elementos en juego en una obra. Este es un punto que establece los límites entre educación y terapia. En el arte participa una distancia crítica, la llamada distancia estética que inhibe la acción y la participación emocional. En el acto terapéutico esta distancia puede acortarse de acuerdo a los propósitos fijados y fomentando la proyección de situaciones y emociones personales que el terapeuta esté en condiciones de enfrentar adecuadamente.

Importancia de la experiencia del arte

Por la complejidad del arte y su trascendencia en la vida de las persona, la educación artística no puede centrarse en un plano puramente teórico y crítico, sin que los alumnos vivan su experiencia creativa y su resonancia estética. El conocido escultor inglés Anthony Caro, decía que no se puede vivir en el arte si la "cabeza está en la biblioteca"(2) El arte no puede ser enseñado sólo como un objeto hermoso o un ejercicio cerebral, porque además del trabajo académico histórico o teórico que se puede entregar en todos los niveles de enseñanza, es necesario desarrollar la creatividad y la experiencia vivida del arte, directamente y sin intermediarios. Es toda la personalidad la que se compromete en ellas.

Mi punto de vista sobre el ejercicio de la docencia por largos años en la Universidad me ha llevado a valorar la importancia de la experiencia íntima de las realidades profundas del arte. Les digo a mis alumnos que no basta con teorizar, que el arte hay que vivirlo para comprenderlo, porque

es testimonio humano inagotable, una forma de aproximación a la realidad diferente a la ciencia y la filosofía. El buen arte —como dice Czeslaw Milosz sobre la poesía— tiene gran importancia, porque ve lo singular, no lo general, porque “no puede reducir la vida con todo su dolor y éxtasis a una tonalidad unificada”. Las imágenes y las metáforas del arte trascienden el concepto y dan sentido a la comprensión del mundo y de uno mismo. A partir de lo singular, el artista ahonda en las más complejas y sutiles significaciones. Hace falta educar personas sensibles que sean capaces de captar lo bello en la naturaleza, en los sonidos musicales, en la interacción del volumen con el espacio en la escultura, en las metáforas poéticas. Al valorar la especificidad del arte, se está por la singularidad de lo humano, y por una sociedad donde las personas no sean consideradas sólo como engranajes de una sociedad impersonal o como simples y eficientes competidores en busca de incentivos materiales.

El valor terapéutico del arte se basa en su poder humanizador, al que recurren maestros y terapeutas. Si estos existen es porque la terapia está arraigada profundamente en la experiencia de los educadores. Si recién va a comenzar a existir en Chile como especialización de postítulo aplicable en clínica y educación, ¿por qué no aprovechar esta situación y recurrir en cada institución escolar, cuando las circunstancias lo permitan, a un profesor de arte especializado como terapeuta artístico?

Arnheim dice que las terapias por el arte debieran dejar en evidencia que éste, para mantener

su vigor, debe estar al servicio de necesidades humanas "substanciales". Con frecuencia, ellas se manifiestan mejor entre los enfermos, del mismo modo como exhiben mejor sus beneficios.

"Al demostrar lo que puede hacer por los afligidos, el arte nos recuerda lo que se supone que éste hace por todos" (1).

Termino, citando a Kandinsky, un artista que dio testimonio con su arte y sus escritos:

"El arte es una potencia cuya finalidad debe ser desarrollar y afinar el alma humana. Es el único lenguaje que habla el alma y el único que ella puede entender (...) Si el arte no se halla a la altura de esta tarea, nada podrá colmar el vacío que habrá de producirse" (5) .

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- 1.- Arnheim R. "El desafío perceptivo en la educación artística". *Nuevos ensayos de psicología del arte*, Madrid, Alianza, págs 229-236 (pág.236), 1989.
- 2.- Caro A. "The sculptural moment". *Sculpture*, 14 (1), págs. 28-31, 1995.
- 3.- Fonseca P.A. "A musicoterapia na educação especial". *Anais IV Congresso Brasileiro de Arte-terapia*, Universidade Federal de Goiás, 2000.
- 4.- Gyarmati G. "Salud y enfermedad: un paradigma biopsicosocial". En F. Lolas., R. Florenzano, G. Gyarmati , Trejo C. *Ciencias sociales y medicina*, Santiago, Universitaria, 1992.

5.- Kandinsky W. *De lo espiritual en el arte*, Buenos Aires, Galatea Nueva Visión, 1957 / 1912.

6.- Marinovic M. "Las funciones psicológicas de las artes". Revista *Letras de Deusto*, España, 62 (24), págs. 199-207, 1994.

7.- Marinovic M. "Aportes psicológico-estéticos a la crítica de arte". *Aisthesis*, Revista de Investigaciones Estéticas, 21, págs. 15-24, 1988.

8.- UNESCO, Faure E., Herrera F., Kaddoura A., Lopes H., Petrivski A.V., Rahnema M., Ward F.C. (Eds.) *Aprender a ser*, Santiago, Universitaria, 1973.

9.- Waller D. "A consideration of the similarities and differences between art teaching and art therapy". En T. Dalley (Ed.) *Art as therapy*, London, Tavistock, págs. 37-54, 1984.

10.- Winnicot D. W. *Realidad y juego*, Barcelona, Gedisa, 1992.

11.- Wittgenstein L. Citado por S. Richmond en "Developing artistic empathy: a philosophy of art education for a technological age". En M. Honkanen (Ed.) *Practical aesthetics in practice and theory*, págs. 82-76, University of Helsinki, 1995