

# Pintura y salud mental: Experiencias de un taller

Ana María Costantini

CENTRO DIURNO DESII TRES, UNIDAD DE SALUD MENTAL PARA ADULTOS/PISTOIA, TOSCANA, ITALIA  
anamariacostantini@tiscali.it



## Introducción

Considero antecedentes directos de lo que voy a exponer mi experiencia de trabajo en Argentina, en 1983, como estudiante universitaria de ciencias de la educación, con familias en condiciones de

pobreza extrema y escuelas en barrios marginales; esto me marcó de una manera existencial. Ya en Italia, propuse en 1996 el proyecto de un taller de pintura para trabajar con adultos que sufren de

trastornos psiquiátricos graves en el Centro Diurno Dessi, Unidad Funcional de Salud Mental, Servicio Sanitario Nacional Público de Pistoia, Toscana. El Taller de Pintura estuvo abierto a la comunidad y trabajó particularmente con mujeres, extendiendo las experiencias creativas a la realización de *performances* (salir-adentro) de pintura realizadas en la ciudad y con la ciudad. Así mismo, mi trabajo cobra profundidad con mi formación permanente en *counselling* y supervisión realizada a partir de 1997 en el Instituto Gestalt de Florencia.

De acuerdo con Benedetto Sarraceno, lo social no es corolario y no constituye una dimensión paralela o que sigue al tratamiento médico; es parte integrante del tratamiento. Esto es que lo social pertenece a la salud pública, lo social es terapia. Por otra parte, Franco Basaglia, autor de la Ley que reforma al manicomio y que lleva al cierre del hospital psiquiátrico en Italia, afirmaba que la locura es una condición humana y que existe entre nosotros de la misma manera en que existe la razón; la razón está presente tanto como la locura, y la sociedad, si es realmente civil, debería aceptar a la locura tanto como a la razón y no encargar aquella a la psiquiatría con el propósito de eliminarla; el manicomio no tiene, pues, razón de ser.

La reforma en Italia permitió una mayor participación democrática de los servicios psiquiátricos, un mayor respeto por la dignidad humana y una mayor participación de los operadores mismos, que ayudaron a implementar el cambio. Por supuesto que esta reforma no ha sido lograda en todo el territorio italiano, pero constituye una tendencia que convive con otras concepciones más tradicionales y que permite intervenciones de mucha mejor calidad, basadas en una filosofía fenomenológica existencial de mayor compromiso e inclusividad que toma en cuenta la diversidad profesional.

Lukács nos ha enseñado que un ser humano completo se nos muestra en las actividades de la vida cotidiana. Y Marx nos ha dicho que al ver, escuchar, olfatear, gustar, tocar, pensar, intuir, sentir, actuar y amar, la persona se encuentra en un mundo concreto, en el aquí y el ahora, sintetizando en sí mismo la unicidad de lo particular y de lo



universal del género humano, expresando sus necesidades en el contexto social de las relaciones humanas.

Todas las actividades de los seres humanos tienen como propósito satisfacer sus necesidades vitales. Estas actividades no se encaminan necesariamente al consumo o a objetos masificantes que implican comportamientos alienantes. Se dirigen a entrar en relación con los otros y esto se acerca mucho a mi idea de lo que es realmente la actividad artística: un hacer creativo que desarrolla un lenguaje analógico, no verbal, que incluye a la fantasía, la intuición, la percepción visual y olfativa, la comunicación, el lenguaje corporal y otras. Cada individuo utiliza sus propios medios según el principio de su necesidad personal, de su realidad interior; este principio es, entonces, peculiar de la persona de que se trate.

En la pintura, que es expresión de una necesidad profunda, el color es fuerza simbólica y expresiva que se envuelve en la representación artística; con el color la luz incide en la obra y con cada pincelada expresa su sentir. El color, según Kandinsky, suscita dos tipos de efectos: uno externo, material, que produce sensaciones puramente físicas que duran poco y cuyo efecto prácticamente desaparece al cesar el estímulo; y uno interno, un efecto psíquico, donde el color adquiere un sentido interior y hace que el alma se emocione. Esto enfatiza el valor del tema de que ahora trato, ya que el contacto eficaz con la armonía del color propicia un profundo contacto con nosotros mismos, con nuestra propia realidad interior. Toda esta riqueza potencial es un patrimonio de cada uno de nosotros, aunque por desgracia no es utilizado por la mayoría de las personas. De todas maneras, quiero dejar claro que la práctica artística ayuda a mujeres y hombres concretos a tomar conciencia de sus posibilidades y a realizar una transformación creativa de sí mismos.

## Actividades

### El taller de pintura

El hacer pintura con la modalidad de Taller reconoce un espacio de relación. El sujeto transforma

su relación con los otros, consigo mismo y con respecto al espacio en que se encuentra; vive un espacio al principio impersonal que se va transformando en un lugar personalizado y significativo. El sujeto se encuentra frente a sí y con los otros, y en esta situación descubre y asimila los saberes técnicos y artísticos mientras al mismo tiempo los experimenta en su hacer creativo y valora lo que sucede en el aquí y el ahora: la complementariedad, la construcción, la corrección, el cambio, la estimulación, la interacción, el reflejo del trabajo de unos en los otros.

### La práctica artística

Desde los primeros encuentros los participantes experimentan algo muy especial: los varios modos de sentir, de percibir y de hacer. Mil y una huellas se improvisan, se mezclan, se transforman en figuras que se van modificando en tantas otras huellas y formas, a veces formas sin forma, figuras indefinidas, a veces objetos reconocibles, personajes fantásticos, paisajes cercanos y lejanos. Este quehacer artístico va integrando experiencias y conocimientos al hacer, experimentar, persistir e ir encontrando el propio estilo personal en una situación de apoyo pedagógico, expresivo y relacional.

Considero puntos esenciales de la praxis artística:

- La toma de conciencia de los propios modos de contacto.
- El desarrollo de la capacidad emotiva.
- El desarrollo de la capacidad evocativa.
- El desarrollo de la percepción visual, de la fantasía y de lo imaginario; de metáforas visuales (ver imágenes, crear imágenes, componer, integrar y descomponer, ver por analogías y configuraciones imaginativas, etc.).
- El desarrollo expresivo del color.
- La materialización y representación de imágenes en obras pictóricas.
- El desarrollo de recursos, habilidades y actitudes propios.
- El desarrollo de posibilidades y potencialidades creativas.
- La asimilación y el desarrollo de nuevos recursos e instrumentos técnicos artísticos y expresivos.



### La composición de los grupos

Los grupos están formados no solamente por personas que manifiestan un impedimento o desventaja, sino por individuos portadores de experiencias diferentes, que han desarrollado una identidad diferente y que van a tener como estímulo principal la exploración de su propio mundo, experimentando nuevas formas de aprendizaje en una dimensión de relación con los otros.

Tanto en Italia como en otros países, las intervenciones que usan el arte con finalidades terapéuticas cuentan con la participación mayoritaria de mujeres (hasta un 60 y un 70 por ciento), ya sea como adultos participantes, como terapeutas o como técnicas especializadas en el trabajo con grupos de mujeres. Podría decirse que en nuestros grupos la participación de mujeres es mayoritaria, pero siempre hay una proporción importante de hombres que muestran un enorme interés en las actividades.

### La mujer y la creatividad

En el trabajo que realizo con mujeres, algunas sin ninguna patología, otras con afecciones psiquiátricas y/o de adaptación social (depresión, desajuste de la personalidad, jóvenes adolescentes que manifiestan malestar en su intento por adaptarse a algunos modelos sociales y de consumo que les hace manifestar una falsa identidad), observo que la mujer con poca posibilidad de manifestar y comunicar el propio dolor y sufrimiento, se expresa a través del color de manera más natural, entrando en contacto con la propia necesidad de su realidad interior. De esta manera va desarrollando experiencia, dejando fluir las emociones mediante el contacto con el color; se expresa dejando salir lo que aparece gracias a esta práctica y, si así lo decide, puede elegir cambiar su propia realidad emotiva, transformándola y recreándola en la representación estética.

### Consideraciones metodológicas

Kandinsky nos alertaba que no debemos engañarnos y pensar que sólo recibimos la pintura por el ojo. No, la recibimos, sin darnos cuenta, por todos nuestros cinco sentidos. El color es la tecla, el ojo es el martillo y el alma es un piano que tiene muchas cuerdas. El artista es la mano que, tocan-

do esta tecla o aquella, hace vibrar el alma.

El recurso de la pintura ayuda a evocar una forma natural de aprendizaje: el sujeto entra en contacto con sus impresiones, el color se vuelve experiencia interior. El ojo es atraído por los diversos colores y por las infinitas tonalidades, pero el ojo, a su vez, entra en relación con los otros sentidos. El color es un medio fuerte, que da un efecto y da un valor, condiciona la experiencia interior y puede hacer emerger una mayor sensibilidad psíquica y emotiva. Puede hacer emerger un modo más natural de responder y de satisfacerse a sí mismo en cada nueva necesidad interior.

Según Kandinsky cada forma exterior encierra necesariamente en sí misma una interioridad; en este sentido, cada forma tiene un contenido interior, más o menos evidente. Pienso que, de hecho, la forma es sólo la expresión del contenido interior, una impresión interior que se expresa con una gama amplia de emociones sutiles, en contacto con las infinitas tonalidades del color. Es así como cada sujeto realiza una experiencia artística fundada en un profundo contacto consigo mismo y con su necesidad interior, un ejercicio que lo lleva a objetivar, un proceso de continua exteriorización que es al mismo tiempo un permanente proceso de reproducción individual; es una inmersión (hacia adentro) en las impresiones y en la sensibilidad de la realidad interior, a la vez que una emergencia (hacia fuera), una salida en la expresividad, con la propia estética de la propia realidad creativamente transformada. Considero que el contacto con la experiencia del color efectúa, metafóricamente, una síntesis, como si fuese la armonía de una melodía propia con las infinitas combinaciones de formas y colores.



## Resultados

Narro aquí brevemente las experiencias individuales de algunos participantes.

*Lisa* manifiesta dolor, sufrimiento y variabilidad de estados de ánimo; pasa por estados depresivos y eufóricos. Comienza a escuchar el propio sentir, a escuchar y ver sus emociones y pinta. El uso del color le permite la posibilidad de modificar y transformar creativamente su sentir, su vivencia, con una gama muy rica de color, que va desde las sintonías e infinidad de tonalidades con colores tenues, pasteles, hasta colores brillantes



intensos y colores oscuros y claros, manifestándose de manera más cálida y/o más fría. *Lisa* entra más en contacto consigo misma, se conoce mejor en sus diversos estados de ánimo. La materialización pictórica, como representación de partes de sí misma, se manifiesta de manera sorprendente y, para ella, creativa.

*Noelia*, durante la realización y el desarrollo de una obra de pintura, usa ricas tonalidades de color, aplica el color en capas. Según su necesidad y su inspiración desarrolla cada obra en varias fases durante el lapso de un mes; cada semana observa lo que ha logrado y lo re-elabora, de manera que si lo desea, puede cambiar, transformar, variar tonalidades y colores, figuras y formas. A medida que compone y materializa, evoca las propias vivencias del momento, del aquí y el ahora, convierte el producto en una auténtica representación de estados de ánimo, representación que ayuda al reconocimiento de otras partes de sí misma.

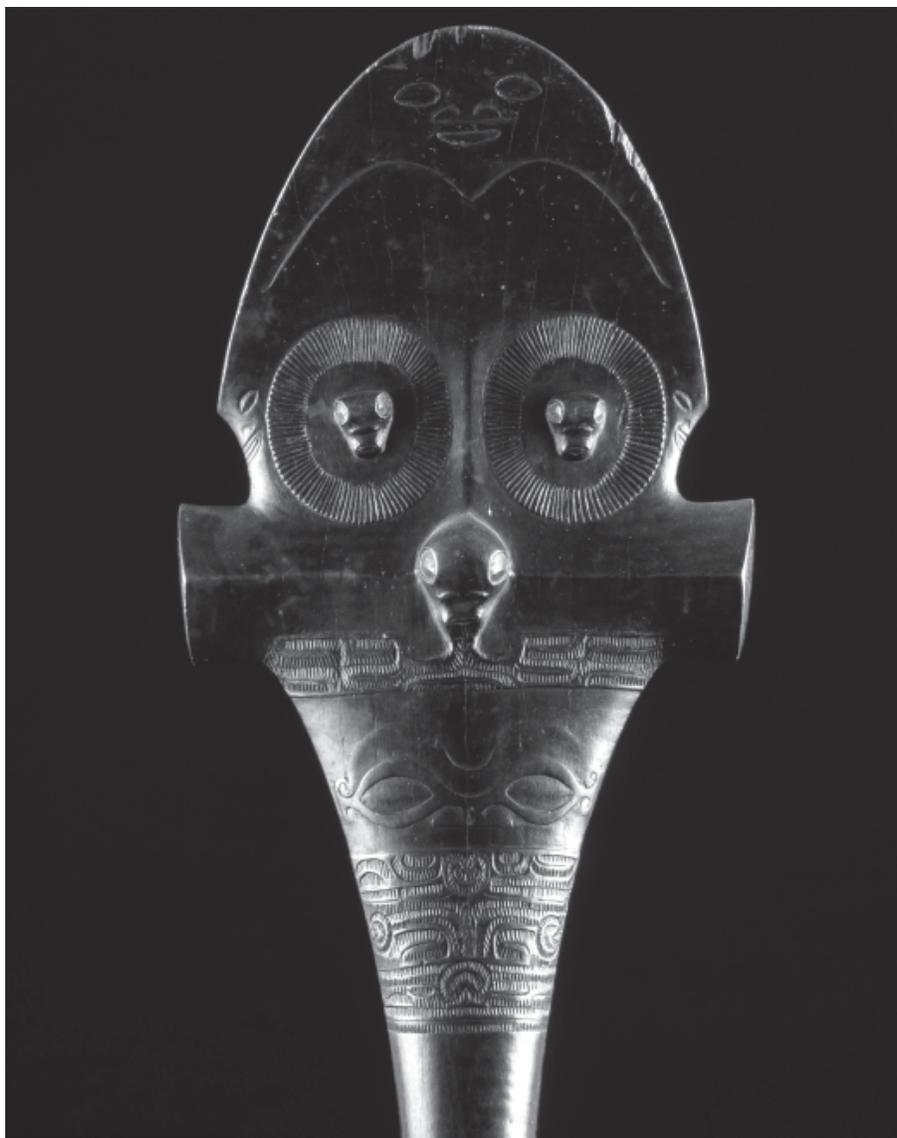
*Soriano* dice que no sabe dibujar ni pintar, la pintura le parecía algo lejano, no conoce el uso del color y por un tiempo esto parece condicionarlo: usa un color por vez. Elabora dibujos pobres con líneas simples, con poca atención a los detalles y pinta de manera apresurada y repetitiva como si el pintar fuese una más de las tareas diarias que desempeña en su vida cotidiana. El contacto con el color, el estar en relación consigo

mismo y con el hacer artístico, el entrar en relación con los otros, la práctica creativa misma, lo ayuda poco a poco a favorecer una nueva manera de notar, de percibir, de ver líneas, formas, colores, imágenes de objetos reales e imágenes imaginadas e historias inventadas. Comienza a reconocer que tiene posibilidades y a interesarse en el dibujo, en la reproducción, en la pintura en particular. Participa en visitas guiadas a exposiciones de diversos pintores (Botticelli, Magritte, Kandinsky, Van Gogh, Monet, Degas, Boldini, Klee y otros) y en varios itinerarios artísticos culturales y *performances* de pintura. Continúa con su actividad de manera entusiasta y elabora dibujos con líneas complejas que forman nuevas configuraciones; compone dibujos ricos en detalles, pinta con variadas tonalidades y produce obras tanto abstractas como figurativas. Vive un proceso en

el que implica su creatividad y logra con entusiasmo una producción que le es muy propia.

*Ariana*, participa esporádicamente en el taller, pero poco a poco va viviendo la experiencia como una posibilidad para expresar sus vivencias sin dificultad. Trabaja entrando en relación consigo misma. Con mucha imaginación dibuja y pinta historias que recuerda o que inventa y realiza trabajos significativos para ella misma. Esta práctica pictórica la ayuda a expresar las emociones y el propio sentir, le permite observar, reflexionar, construir y conocer. Realiza trabajos con la técnica del co-





llage, experimenta cambiando formas, figuras, colores e imágenes. Elabora composiciones con pedacitos de papel: este modo de hacer le permite des-componer, re-componer y re-elaborar una nueva configuración logrando una totalidad que da sentido a su sentir. Realiza otros trabajos de collage, de dibujo y de pintura durante un cierto tiempo y luego los abandona para realizar otra cosa, pero más adelante retoma lo que dejó. Para *Ariana* este modo de trabajar es intenso y a la vez transformador, ya que le permite experimentar un proceso de rehabilitación. *Ariana* está en tratamiento con el psiquiatra responsable del Centro Diurno; esto suministra intrincadas historias que ella narra y construye, dibujando y haciendo elaborados collages que se relacionan con el trabajo que realiza

en terapia, sin ninguna intencionalidad de mi parte.

*Mario*, solitario, es tímido, sensible y frágil; tiene dificultad para estar junto a los demás y no aprecia las cosas que él realiza. Cuando inicia la experiencia no logra permanecer el tiempo que dura cada sesión, se queda sólo lapsos de diez a veinte minutos (la actividad dura tres horas). Manifiesta ataques de pánico y realiza pequeñas fugas que lo alejan del grupo y de la actividad. Dibuja con lápiz, elabora dibujos técnicos inventados por él, mostrando una capacidad técnica y representativa de gran precisión; por ejemplo, dibuja una motocicleta con todos sus detalles y dice: “no sé dibujar...”. Realizó un trabajo centrado en las habilidades que le fueron reconocidas, pero se le estimuló a usar el color. *Mario* comienza ahora a pintar, pero le es muy difícil

estar en contacto con su sentir, manifiesta malestar psico-físico y comunica que no puede producir artísticamente. De manera lenta y gradual, *Mario* inicia un recorrido muy estimulante en el que recurre a imágenes y al uso del color; comienza a permanecer por más tiempo en el grupo-taller y demuestra empeño y placer en el hacer pictórico. Me pide enseñarle nuevas técnicas para usar el color y realiza una fase con pintura al óleo. Aprende a estar en relación con sí mismo y logra entrar en relación con los otros. Un aspecto importante es que comienza a reconocer sus posibilidades y capacidades: se re-conoce y se expresa libremente. Realiza un viaje simbólico dentro de sí mismo, tanto interior como exterior, entre figura y fondo, entre dibujos figurativos y pintura abstracta, mo-

viéndose en una interfase entre la imaginación, la fantasía y la realidad.

### Recomendaciones para la acción

Ciertamente esta experiencia da cuenta, por un lado, del encuentro del sujeto con el arte; por el otro, de cómo el arte ayuda a la transformación creativa del propio sujeto. En este sentido, recomendando el desarrollo de acciones para:

- Favorecer en el sujeto una mayor valorización de sus propias posibilidades, sin necesidad de realizar interpretaciones y lecturas superficiales. Ayudar a descubrir habilidades y formas nuevas de comunicación expresiva y creativa, ayudar a ampliar el campo perceptivo y comunicativo de la propia experiencia interior y favorecer un modo de expresión más satisfactorio para la persona.
- Tener en cuenta el efecto expresivo y benéfico del color, en correspondencia con las infinitas tonalidades y vibraciones que los colores provocan en relación con la posibilidad de suscitar emociones y sensaciones en el sujeto.
- Apreciar la originalidad de cada individuo, tomar en cuenta la propia experiencia, la propia realidad interior y la propia fantasía. Apuntalar el desarrollo de la imaginación, que permite la manifestación de emociones que están relacionadas con ella.
- Considerar la obra artística no como producto o resultado final, sino como resultado de un proceso de motivación continua para explorar de una manera cualitativamente distinta, de activación y desarrollo de sí mismo, de aprehender y explorar el tiempo y el espacio en una tensión creativa.
- Desarrollar una intervención para lograr un diálogo o relación dialéctica entre las diversidades de género, considerando a todos sujetos como portadores de derechos y de responsabilidades.
- Comprender la cultura de cada persona en el respeto, la consideración y la tolerancia de las diferencias, dando valor a la diversidad, que debe ser entendida como riqueza. Esta valoración

se traduce en convivencia social y en relación intercultural.

- Liberar el arte de los espacios “cerrados” a la diversidad y descubrir modos relacionales no convencionales.
- Favorecer experiencias formativas innovadoras con aproximaciones creativas y artísticas dirigidas a personas de diversas profesiones y oficios en los diferentes sectores, en los lugares que estén en contacto con ámbitos sociales y de salud para la rehabilitación así como en espacios educativos y culturales.



### Lecturas sugeridas

**ARTE TERAPIA**, 1987. “Experiencias de un curso de formación”.

Escribir a la autora: [anamariacostantini@tiscali.it](mailto:anamariacostantini@tiscali.it)

**BASAGLIA, FRANCO**, 1953 a 1988. *Obras completas*, Einaudi Editore, Torino.

Escribir a la editorial, via Biancamano 2, 10121 Torino, Italia; [einaudi@einaudi.it](mailto:einaudi@einaudi.it) o consultar el sitio [www.einaudi.it](http://www.einaudi.it)

**COSTANTINI, ANA MARÍA**, 1995-2004. Notas, análisis y verificación de experiencias con formas artísticas con la pintura y la creatividad con pacientes psiquiátricos y grupos-taller con identidad diferente.

Escribir a la autora: [anamariacostantini@tiscali.it](mailto:anamariacostantini@tiscali.it)

**DUROS, P.**, 2004. Psicoterapia ad orientamento fenomenologico esistenziale ed arte, *Formazione In Psicoterapia, Counselling, Fenomenologia*, No. 3.

Escribir a: [igf.roma@iname.com](mailto:igf.roma@iname.com) o consultar en [www.igf-gestlt.it](http://www.igf-gestlt.it)

**QUATTRINI, PAOLO**, 2004. Psicoterapia ad orientamento fenomenologico esistenziale ed arte, *Formazione In Psicoterapia, Counselling, Fenomenologia*, No. 4.

Escribir a: [igf.roma@iname.com](mailto:igf.roma@iname.com) o consultar en [www.igf-gestlt.it](http://www.igf-gestlt.it)