



# ART TERAPIA: UN TREBALL DE LA PRÒPIA HISTÒRIA

Montse Rigol  
Maricarmen Ruiz  
Elena Carcelén

# Art, expressió i creació

- **L'art**; entès com una expressió espontània, lliure i creativa, d'un llenguatge subjectiu de l'expressió i comunicació personal.
- L'**expressió** com a eina de significació personal i íntima, plena de continguts, conscients o no, que es projecten en l'obra creada.
- El **Crear** és articular simbòlicament, aspectes de la pròpia subjectivitat
- **Crear** doncs és *atrevir-se a mostrar-se i l'art* una manera d'expressar allò que encara no pot ser paraula

# L'acompanyament de la persona en arteteràpia

- ▶ En arteteràpia, acompanyar no és guiar, ni curar.  
Es oferir una presència que sosté,  
una escolta que acull sense jutjar

Winnicott ; la creació necessita un espai potencial, un lloc segur on sigui possible jugar.

- ▶ L'art, llavors, no és només expressió: és comunicació simbòlica

- ▶ Acompanyar en arteteràpia és aprendre a estar.  
No per fer, ni per interpretar,  
sinó per sostenir el que sorgeix.
- ▶ En el procés creatiu, la presència esdevé espai.
- ▶ L'arteteràpia no com a tècnica, una manera d'estar amb l'altre.

# El procés creatiu com a camí

“Del silenci sorgeix el traç,  
del caos, la forma,  
i en la forma, la memòria d'un gest antic.”

l'expressió esdevé llenguatge íntim i transformador

Crear és atrevir-se a mostrar-se.

Diàleg entre la persona que crea, la obra i l'arterapeuta

De vegades, el punt de partida és el dolor o la resistència.

Una matèria densa, un cos tancat.

Però l'art, en la seva humil presència, obre escletxes:  
la possibilitat de crear i descobrir-se.



Amb el moviment, amb la música,  
apareix el joc —el joc com a motor de  
transformació.

El joc desvetlla el color, la textura, la sorpresa.  
I el gest, en lloc de repetir el patiment,  
comença a inventar camins nous.



Acompanyar és **escoltar aquest gest**.  
És **observar** el petit detall que canvia,  
la forma que es **transforma**,  
el silenci que apareix entre dues pinzellades.

“No és el color el que parla,  
és la presència que el mira.”

**L'arterapeuta és una presència disponible**  
**No és qui interpreta, sinó qui testimonia.**

Sosté el procés sense pressa,  
respectant els ritmes interns,  
fent lloc a la incertesa i al misteri.



**Acompanyar és sostenir sense dirigir.**

És deixar que l'obra parli per ella mateixa,  
que la persona pugui dialogar amb allò que  
ha emergit,  
sense que la paraula tanqui massa aviat  
allò que encara està obrint-se.



Hi ha moments en què l'obra sembla tenir vida pròpia.

Llavors, la tasca de l'arterapeuta és oferir mirada, fer de mirall suau, de respiració compartida.

“Saber que no és qui il·lumina, sinó qui sosté la foscor mentre la llum es fa.”



“Qui soc jo?”

“Què hi ha de mi?”

En aquest moment, ja no es tractava del dibuix, sinó de la presència que havia emergit.

L'obra havia fet el seu camí; la persona també.

**«soc petita, indefensa, plena de pors ,necessito que m'alimentin per créixer i volar com el resta...»**

Jo només hi era, testimoni d'aquest diàleg entre ella i la seva creació, per sostenir, i per oferir la possibilitats de continuar obrir, per interrogar a nous significants...alimentat la creació perquè pugui créixer a partir d'aquesta amb un altre sessió ...

- ▶ Acompanyar requereix respecte profund:  
pels límits, per la confidencialitat,  
per la vulnerabilitat que es manifesta en cada traç.
  
- ▶ No es tracta de reparar,  
sinó de sostenir el dolor sense por,  
de reconèixer la força que neix del mateix acte de crear.

El no-judici és una manera d'honrar l'altre com a subjecte capaç,  
encara que estigui fragmentat, encara que tremoli.

L'obra es converteix en espai de diàleg.

En ella, la persona projecta, descobreix, transforma.

I el terapeuta hi és: testimoni silenciós,

companya de camí que confia en el moviment vital que habita tota  
creació.

▶ Allà on hi havia limitació,  
ara hi ha camí.

Allà on hi havia ferida,  
ara hi ha imatge.

I en aquesta imatge,  
una nova manera d'existir.

“Cada color és una pregunta,  
cada forma, una resposta que s'obre.  
Acompanyar és estar-hi”

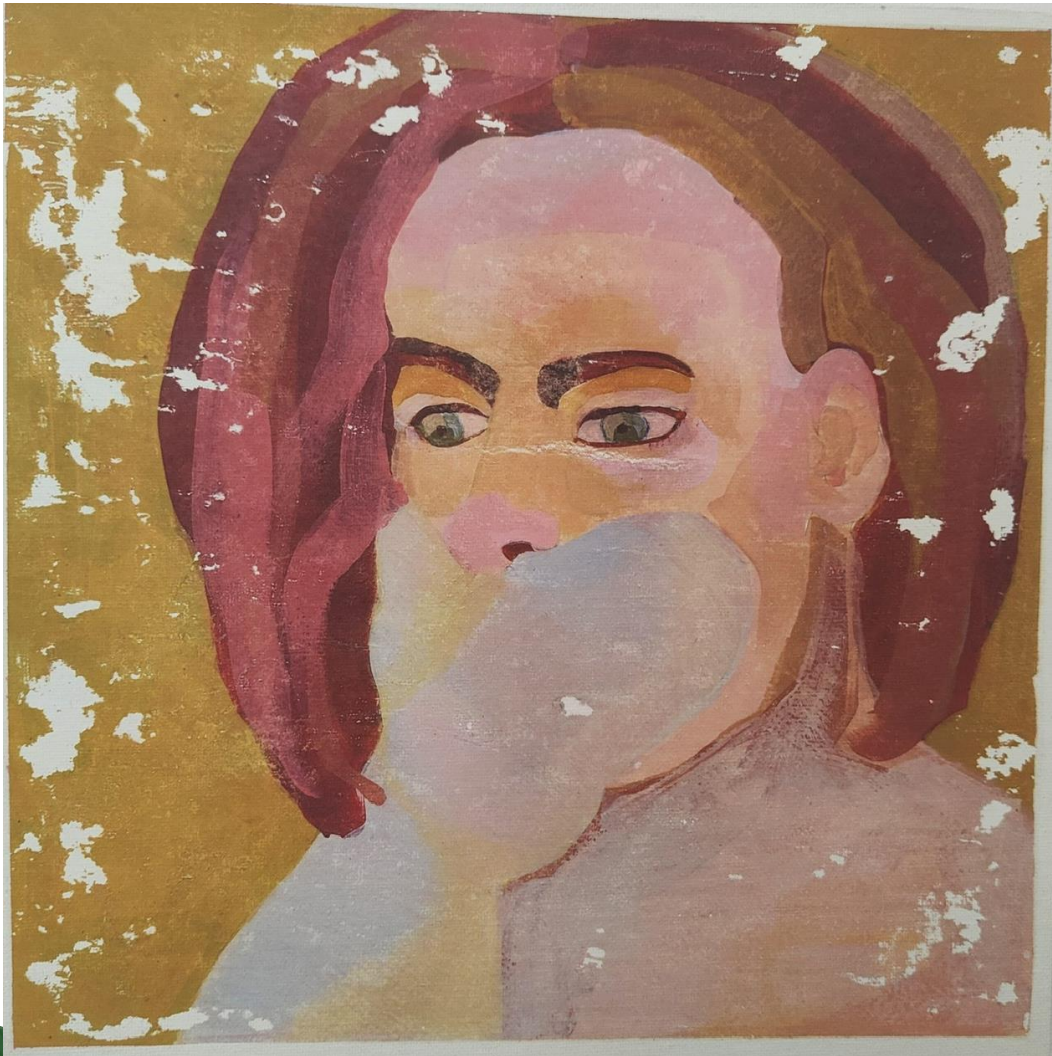
▶ En arteteràpia **no hi ha una programació del contingut** , hi ha una direcció i en cada pas s'obren nous escenaris per descobrir-se, una nova mirada de reconèixer-se

# Un procés terapèutic a través de l'art

Maricarmen Ruiz



El niño/niña se auto censura invalidando pensamientos y acciones que ha aprendido como inaceptables. El precio a pagar por la obediencia es la pérdida de la propia esencia.



Pie de foto

No aceptamos en los demás  
aquellos aspectos que tampoco  
soportamos de nosotros mismos.



**Mis pensamientos me comen el coco y pueden con mi paciencia. Intento volver a la realidad constantemente para evitar chocar contra el muro de la vida misma.**



**Nuestros deseos ocultos  
pugnan por salir a la luz  
mediante ensoñaciones.**



Aceptarnos tal y cómo somos con nuestra oscuridad y nuestra luz es el primer paso para alcanzar la paz interior.



# Gràcies per la vostra atenció

[montserrat.rigol@chmcorts.com](mailto:montserrat.rigol@chmcorts.com)

[elena.carcelen@chmcorts.com](mailto:elena.carcelen@chmcorts.com)