

TRABAJO SOCIAL Y CREATIVIDAD. UNA HERRAMIENTA ALTERNATIVA PARA LOS PROCESOS DE ACOMPAÑAMIENTO

BELÉN ARIJA GISBERT

DTS. Col. Nº 5.275

Profesora Asociada en la Escuela

Universitaria de Trabajo Social de la U.C.M.

El objetivo que pretendo alcanzar con este artículo es mostrar cómo pueden incorporarse medios artísticos y creativo al trabajo social con personas sin hogar dentro del marco de la relación de ayuda. Se trata de introducir una herramienta que ayude en la consecución de objetivos que favorezcan la mejora en la calidad de vida de las personas que atendemos.

INTRODUCCIÓN

En la Asociación Realidades trabajamos con personas sin hogar, las cuales sufren la carencia de apoyos emocionales sólidos, falta de medios económicos y materiales propios, falta de trabajo y vivienda y, en muchos de los casos, muestran un frágil sentido vital. Por lo tanto son personas que padecen importantes carencias en cuanto a su sentido de pertenencia a grupos de referencia, su sensación de poder (interno y externo), y también sufren la falta de afecto. En muchas ocasiones su situación se complica al padecer, entre otras dificultades, problemas de salud física y mental, adicciones etc. Al ser perceptores de Renta mínima de Inserción (RMI) tienen derecho a recibir unos mínimos económicos y el derecho y la obligación al acompañamiento profesional. Sabemos por experiencia que generar espacios de relación basados en la confianza, con el acompañamiento individual, y de pertenencia, con contextos grupales saludables, es enormemente importante para personas que no suelen tener lugares dignos a los que acudir ni vínculos de confianza con los que contar.

Es importante añadir que, la Asociación Realidades, dedica esfuerzos profesionales y medios, a modelos de intervención alternativos, y aplicables en distintos ámbitos, que ayudan a las personas que atendemos a mejorar su situación.

No pensaba que pudiera unirse de algún modo el arte y el trabajo social. No me refiero sólo como una actividad que ocupe el tiempo y entretenga y potencie la sensación de utilidad y competencia, lo cual es muy importante (entendiendo que todo ser humano necesita "hacer" y llenar su tiempo de contenidos que le enriquezcan), sino como un medio comunicativo, expresivo y facilitador del cumplimiento de objetivos psicosociales. Por nuestra parte, como profesionales, tenemos siempre presente que cada persona que atendemos tiene el derecho de llegar y de arriesgarse hasta donde quiera. Valoramos el respeto de los ritmos y el tope de cambio que las personas quieran alcanzar, pues tanto las necesidades como los límites les pertenecen a ellos en lo referente a sus vidas. El deseo de cambio tiene que partir de las

personas, también con nuestro apoyo y estímulo para que se despierte su motivación para el cambio. Acompañar es ir al lado, con respeto, confianza, presencia y paciencia. Por lo tanto, para acompañar adecuadamente se impone "ver al otro" en su realidad y en sus posibilidades reales de cambio.

¿Cómo se enlaza el trabajo social con el trabajo creativo? es decir, los objetivos psicosociales con el desarrollo de actividades artísticas, y a la inversa, el sentido que toma el desarrollo de actividades creativas, para la consecución de objetivos psicosociales. Es precisamente esta pregunta la que voy a tratar de aclarar en este artículo, apoyándome en la exposición y desarrollo de un caso concreto.

Trabajamos con el otro y para el otro, y a la vez estamos, como diría Kurt Lewin, en un campo o espacio psicosocial interrelacionado. En este campo se sucede un intercambio comunicacional en muchos casos significativo. Por ello, los trabajadores sociales estamos llamados a autoobservarnos, ya que es fácil que las personas con sus actitudes nos toquen fibras sensibles que influyan, si no estamos atentos, de modo subversivo en la realidad de las personas.

Los contextos en dónde se desarrolla esta forma de trabajar son el ámbito de grupo y los contextos individuales-sistémicos, que también ofrecen cabida para esta alternativa. El trabajo individual se puede entender como una realidad sistémica, ya que en el campo de interacción se encuentran el trabajador social y la persona que pide ayuda en una estrecha interrelación.

Creatividad, según el diccionario de la Real Academia de la Lengua, es la facultad de crear o la capacidad de creación. Confío plenamente en la fuente expresiva y creadora que todo ser humano posee dentro de sí. Las pinturas rupestres, por ejemplo, son una muestra arcaica de este talante expresivo y creador que tenemos. El hecho de que un ser humano esté bloqueado en la expresión creativa no significa que no sea creativo. Quizá se necesite tiempo y actitud para ir "quitando capas a la cebolla". Se requiere un poco de paciencia y confianza, un contexto tranquilo y la mínima motivación sentida. El desarrollo de la creatividad puede canalizarse a través de diversos medios artísticos (la música, las artes plásticas y el diseño, la creación literaria, la

expresión corporal, el arte dramático, entre otros muchos...) Son vehículos comunicativos, expresivos de vivencias, pensamientos, sentimientos, deseos, creencias y valores culturales, etc.

Cuando me refiero a la creatividad, no sólo hago referencia a una creatividad estética y puramente artística. Me refiero a desarrollar la creatividad en cuanto al desarrollo de recursos personales que ayuden a resolver dificultades y a desarrollar capacidades. La apertura de los canales creativos sé por experiencia que es un abrir de ventanas y de puertas. Si nos hacemos, como personas, más creativos y nos otorgamos la confianza de extraer recursos para crear obras de arte, con más motivo, dicho en términos gestálticos, podremos crear "figuras" que enriquezcan nuestro "fondo". Nos posibilitamos para crear recursos y contextos nutritivos para nuestras vidas, dentro de nuestras capacidades y de las que el entorno nos da. Lo pongo en primera persona del plural porque todos somos personas (trabajadores sociales y clientes) y todos, desde nuestro espacio y desde nuestro rol, somos potencialmente capaces de despertar nuestra creatividad. En nuestro caso, como profesionales, introduciendo y generando herramientas que enriquezcan los procesos de intervención.

Utilizo indistintamente el término arte y creatividad, aun sabiendo que no es exactamente lo mismo; es únicamente para evitar que el uso de un solo concepto llegue a resultar redundante en el discurso.

Crear artísticamente, sea un cuadro o una pieza literaria, por ejemplo, pone al individuo en contacto con sus competencias y posibilidades. Por lo tanto, no es la obra un fin en sí mismo, sino un vehículo, un medio que nos lleva a una meta que tendrá que ser definida a priori con la persona. En el caso de las personas sin hogar hay una carencia importante en cuanto a sentirse útiles; tienen un autoconcepto infravalorado. Esto tiene relación con la pérdida de identidad y de referencias y con el precario modo de vida que tienen. Escuchamos una y otra vez esa sensación que tienen de "no ser", "no valer", "no tener", el vacío que les proporciona "no hacer", la vivencia de "no servir

para algo útil". Que las manos hagan para crear, no sólo para pedir o para recibir, es enormemente rico para estas personas.

En muchos casos el tiempo para ellos carece de sentido, al igual que los espacios donde se mueven, lo cual les envuelve en un callejón sin salida, en un círculo vicioso, en un bloqueo importante de sus capacidades. Hay personas que tienen la motivación de realizar actividades artesanales ("talleres") para estar entretenidos, demostrarse y demostrar su valía, estar en relación y no sentirse tan solos, dejar de dar vueltas por la calle y dejar de darle vueltas a los problemas, beber menos etc. Cada cual tiene su objetivo concreto, y hay veces que por su deterioro (problemas de salud mental, adicciones, momento personal...) no encuentran cabida en grupos "normalizados", ni siquiera en grupos específicos para personas sin hogar donde puedan canalizar esta motivación. El deterioro es tal que no pueden sostener las tensiones relacionales mínimas que una dinámica de grupo tiene inevitablemente. Estos motivos fundamentan, en parte, la razón de ser de esta iniciativa ¿Y por qué no darles un espacio individual donde puedan "hacer", o mejor crear, para sentirse útiles, dar un contenido rico a su tiempo y expresar lo que viven internamente para seguir avanzando en la consecución de sus objetivos?

Antes de pasar a la exposición de la experiencia, quiero aclarar que no entiendo la práctica sin la teoría. Decía Kurt Lewin, el padre de la dinámica de grupos, que no hay nada más práctico que una buena teoría. Creo que esta afirmación es una gran verdad. Actuamos según entendemos las cosas, aunque sea de un modo inconsciente. Es imposible hacer trabajo social sin partir de teorías ya formuladas. Yo no sé hacerlo de otra manera, me niego a caer en un activismo estéril, en un hacer por hacer. En obviar las grandes aportaciones de otras disciplinas por tener que salvaguardar corporativamente nuestra profesión. Estoy de acuerdo con lo que apunta Teresa Zamanillo al respecto en una entrevista que le hicieron en el Nº 39 de la Revista del Colegio de Trabajadores Sociales de Madrid. "Trabajo Social Hoy": "que la teoría del trabajo social no tiene que ser distinta, ni tiene por qué ser propia. Las ciencias sociales se nutren de todas las grandes cabezas que

han construido teorías". Por ello, en toda intervención que hagamos estamos actuando partiendo de una cosmovisión determinada, ya formulada, ya definida. En cada artículo veo necesario, aunque me repita, hacer mención a mi Esquema Conceptual Referencial Operativo, el cual descansa en la Gestalt y otros paradigmas humanistas, el Enfoque Sistémico, teorías de dinámica de grupo etc. Las aportaciones de autores como Bowlby, Buber, Ferrara, Howe, Naranjo, Watzlawick, Sluzky, Perls, Peñarrubia, Rogers, Richmond, Rosell, Zamanillo, Cabrera, R. Castel, García Roca, López Yarto, Lewin, Bleger, Pichón Riviere, entre otros, son importantes referentes comprensivos y operativos. Para incorporar el arte me sirvo del conocimiento de técnicas artísticas y de aportaciones y recursos de la arteterapia y de enfoques orientales, como el zen y el trabajo con mandalas, en los cuales tengo formación. También de las aportaciones de Claire Walthery, una trabajadora social que es concedora de la unión entre creatividad y trabajo social, y que en Bélgica trabaja como docente en esta materia.

TRABAJO SOCIAL INDIVIDUAL Y CREATIVIDAD

El trabajo individual con herramientas creativas es utilizado principalmente en dos situaciones.

1. Antes de que la persona entre a formar parte en el grupo de artesanía de la Asociación Realidades.

Primero el profesional de referencia trabaja en intervención individual la motivación en cuanto a la participación del individuo en el grupo. Hago una entrevista a la persona que quiere entrar para poder valorar si es el momento adecuado para que se dé su incorporación. Coordino el grupo de artesanía y conozco su dinámica, por ello he de establecer la valoración de la entrada pensando en la persona que quiere formar parte del grupo, y a la vez teniendo en cuenta el momento grupal. En las posibilidades de encaje recíproco. En cuanto al nuevo participante, valoro el momento personal, sus objetivos individuales; y también, como decía, establezco la valoración en relación con

el momento del proceso que atraviesa el grupo. Le explico en qué consiste la experiencia en cuanto a la técnica y las posibilidades de relación, los objetivos del grupo, el encuadre espacio-temporal, el grado de compromiso etc. Si acordamos que participe, trabajo individualmente dos o tres sesiones de hora y media antes de que tenga lugar la entrada, con el objetivo de introducir a la técnica artesanal (trabajo con mosaicos y arenas). De este modo se incorporan al grupo con la sensación de conocer mínimamente la técnica que se está trabajando. Esto les proporciona cierta seguridad y hace que no se dé a priori un desfase en los ritmos. También existe otro objetivo que a mi modo de ver es casi más importante que el anterior: abordar y elaborar en estos momentos los miedos, deseos, expectativas relacionales, formulación de objetivos individuales previos a la entrada al grupo, etc. A la vez trabajo con el grupo la entrada de la persona nueva, ya que la llegada de un nuevo miembro genera incertidumbre y, dependiendo del momento del proceso grupal, puede ser vivido como una amenaza a la estabilidad del grupo o como una posibilidad de enriquecimiento.



2. La otra vertiente se enmarca dentro de la relación de ayuda individual. Partimos del establecimiento de una relación profesional que viene determinada al ser perceptores de RMI, y tener el derecho y la obligación al acompañamiento social de su situación. Existen unos acuerdos y objetivos consensuados que cumplir definidos en el programa individualizado de inserción. Intentamos que los objetivos sean concretos, realistas y decididos a partir de las necesidades y motivaciones de las personas.

He de decir que, a diferencia del grupo de artesanía, en el que entran personas atendidas por otros profesionales que llevan intervención individual en "Realidades", la experiencia individual con técnicas creativas solamente la realizo con las personas que atiendo. Es una forma de trabajar que pongo al servicio de la relación de ayuda con las personas que acompaño.

Hasta que no pasa un tiempo en el que se ha creado un vínculo de confianza no introduzco, si cabe y tiene sentido en el momento del proceso, la posibilidad del trabajo creativo dentro del acompañamiento. Hay que dar tiempo para conocer, para crear un vínculo de confianza y para ir formulando conjuntamente los objetivos psicosociales de la intervención.

La motivación para querer realizar una obra artística o escribir un relato tiene que existir por parte de la persona, esto es fundamental, por ello lo repito. Es importante decir que a nadie se le obliga a realizar aquello que no quiere. Por tanto es nuclear partir de esta motivación previa y de otro aspecto fundamental: que los objetivos para los que vamos a realizar esta tarea estén claramente consensuados, expresados y definidos concretamente.

Los objetivos varían en función de cada persona. En unas ocasiones el compromiso adquirido para trabajar individualmente con herramientas creativas ha posibilitado contener la ansiedad y las recaídas en procesos de deshabituación, o reducir el consumo del alcohol, o mantener unos mínimos cuidados ante la llegada de una operación, o facilitar que una persona recupere la motivación para realizar tareas artesanales, o favorecer que

mantenga unos mínimos respecto a su cuidado personal y de este modo se reduzcan daños. Estos son ejemplos que explican que los objetivos varían en función de las necesidades individuales. Porque más allá de sentirse útiles o entretenidos se da la posibilidad de atender otros objetivos que tienen relación con el incremento de su cuidado.

Lo rico es que, a ratos, mientras pintan, comparten lo que les pasa, cómo están, lo que necesitan, lo que les duele y aquí es donde se trabaja con los objetivos, a la vez que el trabajo creativo les sirve para sentirse más capaces, también para poner atención en el puro presente y para expresar lo que viven.

RELATO DE UNA EXPERIENCIA CONCRETA

He optado por relatar de forma más extensa el desarrollo de una experiencia con un hombre que llevo atendiendo desde hace más de 5 años. Es el caso de una persona con una enfermedad mental grave. Para preservar su identidad le llamaremos César.

Éste es un caso que he supervisado durante dos años porque al ser una persona con importantes delirios persecutorios, yo sentía mucha incertidumbre e inseguridad en cuanto a cómo atenderle. No se trata sólo de facilitarle la gestión de prestaciones y recursos, que también es importante, sino de generar una relación de ayuda significativa. De ahí que decidiera supervisar el proceso de intervención con él y otros de similar complejidad. Puedo decir que la supervisión, de orientación gestáltica, me ayudó enormemente a definir el trabajo con esta persona, a orientar los objetivos hacia la reducción de daños y el cuidado mínimo, a reconocer mis límites y los de él, y a generar alternativas para dar un contenido saludable al encuentro en las entrevistas. Y es en este último aspecto donde se enlaza el trabajo creativo con el trabajo social. Veo importante desarrollar las líneas de intervención llevadas desde el principio para poder integrar los dos últimos años de trabajo

con técnicas artísticas. De ahí que desarrolle el proceso de intervención desde el principio hasta la actualidad.

César, de 61 años de edad, viene siendo atendido desde nuestro proyecto para personas sin hogar desde 1998. Estuvo incorporado al IMI y ahora es perceptor de RMI. Padece una enfermedad mental crónica: esquizofrenia paranoide. (Diagnosticado en el Centro de Salud Mental que es de donde fue derivado a "Realidades"). Por hechos que él relata parece que los brotes le vienen desde la adolescencia, aunque también cuenta hechos violentos ocurridos en su infancia, maltrato e infinidad de dobles mensajes recibidos en su familia. En este sentido el modelo sistémico y en concreto la teoría del doble vínculo es útil para comprender qué le pudo suceder. No tiene conciencia de enfermedad.

En primer lugar, como diría Rogers, es importante como profesionales considerar y escuchar su marco de referencia interno, su mundo de significados. César dice que: "El loco es el capital, el sistema, los depredadores que abusan del poder y que persiguen a los débiles, a quienes no tienen medios, con el fin de destruir". Existen aspectos repetitivos en su discurso: "Hay mariquitas por todas partes y a mí me llaman mariquita para confundirme y quitarme integridad. Me llaman por la calle mongólico, subnormal, loco, y me amenazan con matarme". Afirma que se ve "envuelto en un secuestro circunstancial encubierto y que me roban sistemáticamente el cupón premiado de la ONCE para que no tenga medios económicos y no pueda tener una vida íntegra". A la vez que afirma que le roban la bolsa con todos sus escritos, los cuales "son de un valor incalculable porque tienen la solución a los problemas del mundo". Según dice: "me han robado mi título de técnico industrial, me han intentado matar varias veces, y me han impedido en la vida ser torero y casarme". Acude una y otra vez a la policía a poner denuncias "de los robos que me hacen y de las difamaciones y amenazas de las cuales soy víctima". Dicho por la psiquiatra de salud mental y por el Manual de Psiquiatría (DSM IV) se trata de alucinaciones auditivas y delirios persecutorios. Discurso cargado de símbolos, proyecciones y miedos. Este discurso fluye de forma incontrolada por su cabeza, no se permite pensar en

otras cosas que no sea su delirio; y como pensamiento y lenguaje están unidos no puede hablar casi de otra cosa que no sea de sus persecuciones. Ve imágenes y oye voces que son reales a sus ojos y a sus oídos. Es su realidad enferma y angustiada, la única que tiene. Vive con mucha impotencia oír constantemente que le llaman "loco" o "marigueta" o creer que le roban para impedirle que se desarrolle. Cree que él tiene la solución a los problemas de la humanidad y que el problema es que no le quieren escuchar, que le "secuestran su inteligencia para impedirle su desarrollo y el desarrollo de la humanidad". De estas creencias hace su motivo de vida. Detrás de lo que dice está un hombre solo, cansado y terriblemente asustado. Enfermo mental sin hogar, y aferrado a su delirio como una forma de protegerse del dolor; no conecta con su realidad emocional. No puede reconocer que tiene un problema y que algo mínimo puede hacer para estar mejor. Esta realidad interna le dificulta enormemente cuidarse a sí mismo.

César llevaba desde los 20 años deambulando por España, 40 años durmiendo en la calle, y con una conflictiva relación familiar. Muy poco vinculado a instituciones sanitarias y de servicios sociales. Ha acudido a muchas y se ha vinculado con pocas. Relata ingresos psiquiátricos, según dice, "por problemas de memoria" desde que era adolescente. Desde el principio ha supuesto la vinculación con nuestro Centro y la relación de ayuda individual un elemento fundamental que le ha ayudado a contener su itinerancia y a cuidarse mínimamente. La referencia de "Realidades" y de otro servicio de atención a personas sin hogar (Centro de noche de Cedia) han favorecido que César esté más cuidado y contenido.

Uno de nuestros objetivos es que pudiera estabilizarse en Madrid y encontrar lugares de referencia que le ayudaran a cuidarse. Deambulando, viajando de ciudad en ciudad "investigando casos de abuso de poder" o "intentando encontrar una plaza de toros donde le permitan torear", se deterioraba y frustraba cada vez más, el desarraigo se iba acrecentando y los delirios se disparaban incontroladamente.

Lo primero que procuré en el contacto con él fue crear un vínculo de confianza y para ello la escucha y la aceptación son actitudes fundamentales. No la aceptación de sus delirios sino la aceptación de su persona reflejándole lo que en su discurso puede traslucirse en cuanto a sus vivencias, a sus tensiones, a su cansancio, a su mundo angustioso. He estudiado que de nada servía confluir y empatizar y menos alimentar el contenido delirante. Se trata de encapsular, en la medida de lo posible, el delirio para poder dejar entrar otras realidades.

Durante el primer año de intervención estuvo acudiendo al Centro de Salud Mental. Vino derivado por la trabajadora social de ese servicio. César iba allí esporádicamente, según él "a explicar las injusticias del mundo para demostrar que el loco es el sistema y para que desde allí tomen medidas al respecto". Se negaba a tomar medicación y desaparecía a temporadas yéndose fuera de Madrid, "a recuperar su bolsa robada" o a "intentar torear"; y al volver a Madrid reaparecía por el Centro de Salud Mental. El hecho de que fuera a este servicio, aunque rechazara tratamiento, nos habla de que hay una mínima disposición para ser ayudado. Yo intentaba motivarle y establecer una estrecha coordinación con Salud Mental para ver de qué modo podía convencerse de que necesitaba tratamiento. Cuando le planteaban la importancia de tomar medicación desaparecía del Centro de Salud Mental. Yo decidí dejar de empeñarme en poner este objetivo como el primero; él me dejó claro un día que no insistiera más con ello, que no iba a tratarse médicamente porque eso era para "tenerle disminuido y atontado"; "el loco es el capital, que se traten los políticos", decía. Aprendí con la supervisión aspectos importantes: que en todo discurso paranoide hay parte de realidad ¡Claro que la sociedad neoliberal tiene aspectos muy locos!, ¡Claro que a diario escuchamos casos de violencia que hubieran podido prevenirse!, ¡Claro que el ser humano opta a veces por las relaciones de poder y violencia más que por las de igualdad y afecto! Pero lo enfermo de esta persona es hacer de estas afirmaciones su sentido vital, y no poder poner su atención ni por un instante en otra cosa distinta a su delirio. También me di cuenta en la supervisión de que no era adecuado ni sano que yo me convirtiera en la depositaria de sus

escritos, era de algún modo entrar en su locura. Me traía folios y folios de escritos ilegibles, llenos de símbolos y claves incomprensibles los cuales contenían todo su discurso paranoide y que él quería que yo le guardara. Me decía "la unión hace la fuerza". Era una petición para que me metiera en su realidad enferma. Él se siente muy solo en su lucha contra molinos de viento y busca desesperadamente aliados para mantener su sentido vital. Le puse un límite claro, decidí no recogerle los escritos y con transparencia aclararle que yo no me iba a unir con él para hacer su lucha. También le dije que a mi modo de ver seguir escribiendo sobre los mismos temas le ponía más tenso y angustiado. La experiencia me dice que ser transparentes con estas personas es clave. Por ello, es válido y sirve cuando le expreso que me abrumba con su discurso, por ejemplo. Este tipo de personas tienen un "radar" muy afinado para detectar lo que es falso, así pues la expresión transparente de lo que sucede en la relación aquí y ahora ayuda a que se conecte con la realidad del presente y de este modo se facilita que desconecte temporalmente de sus ideaciones imaginarias relativas al futuro o al pasado. En este sentido la Gestalt es un modelo de referencia importante para trabajar lo que sucede en el presente.

Retomando la cuestión de los objetivos, he de decir que mi objetivo explicitado con él no era su objetivo. Recibir tratamiento médico era una pretensión mía no compartida por él. Él no estaba dispuesto. En mi supervisión tomé clara conciencia de que mi insistencia sólo podía provocar que acabara deteriorándose el buen vínculo existente. Me di cuenta de que mi objetivo, aunque fuera coherente, estaba alejado de su realidad posible. Aunque dejé de ponerme "pesada" con el tema de que se tratara en Salud Mental, este objetivo siempre lo tengo escondido en alguna parte de mí. Creo que si se medicara estaría más contenido y con más posibilidades de cuidarse y dejarse cuidar. De vez en cuando le señalo que yo sigo viendo importante que vaya a la psiquiatra, que su parte enferma es estar obsesionado con el mismo tema y no poder desconectar ni descansar. Hay confianza suficiente, después de 5 años, para que yo le dé mi parecer con respeto, para que le confronte y él pueda decirme su parecer sobre este asunto con el mismo respeto. César

admite que yo le exprese cómo veo lo que le pasa. Me dice que se siente apoyado y la conciencia que tiene del apoyo le permite admitir la confrontación. Desde aquel momento reformulamos los objetivos: reducir daños a través del mantenimiento de unos mínimos respecto a su cuidado personal pasó a ser el objetivo explicitado y compartido más importante. Este objetivo lo encaja mejor dentro de sí.

En lo positivo César tiene un gran sentido del humor. Y con clave de humor podemos quitarle importancia a sus delirios. Cuando me dice, por ejemplo, que le han robado otro cupón premiado de la ONCE, le miro de reojo, muevo la cabeza y le digo con una sonrisa ¡no me lo creo, otra vez no puede ser! se acaba riendo y ya no hacen falta más palabras.

Otro aspecto positivo, es que a los 61 años tiene una gran fortaleza física, pero lo negativo de esto es que él se siente "un jovencito". Esto no es tan sano porque no asume que se está haciendo mayor y que cada vez va a necesitar más estabilidad y cuidados.

La relación de ayuda ha servido mucho para trabajar sobre los límites. Sobre los límites del contacto y la retirada en el acompañamiento, que en Gestalt se explica la integración de esta importante polaridad como una de las bases del equilibrio en el afecto. Aclarar quién es él y quién soy yo y hasta dónde llega nuestra relación ha sido fundamental. Al tener tan poco contacto con la realidad y muchísima necesidad de afecto, acudía a cualquier hora a "Realidades" preguntando por mí, con llamadas de teléfono reiteradas en el mismo día, o mensajes en el contestador. Pudo comprender pasado un tiempo mis límites como profesional, quién soy yo y hasta dónde puedo y no puedo atenderle. Esta persona no tiene conciencia del otro, de los límites del otro, no ve al otro, porque ni siquiera se ve a sí mismo y porque su angustia es tal que le ocupa todo su ser. Mi forma de hacer fue manteniendo una actitud de presencia congruente, pudiéndole explicitar cómo yo me sentía, como profesional, invadida por él en el presente ante tanta insistencia. Le expresaba desde mi propio yo y mis límites profesionales hasta dónde podía atenderle y hasta dónde no. Su necesidad de ser escuchado y su terrible angustia le hacía

demandar atención de una forma masiva. Durante un año entero ponerle límites con respeto y cercanía, cuidando el vínculo, fue gran parte del trabajo. Actualmente viene el día de su cita (cada quince días) y como si de un ritual se tratara llama unas tres veces al mes para asegurarse del día que tiene que venir.

Los objetivos de la intervención se basan, como decía, en mantener unos mínimos respecto a su cuidado personal (descanso, higiene, alimentación) y reducir daños. Estos objetivos son los que guían mi proceder. A la vez pretendemos que nuestro Centro siga siendo su mayor referente en caso de verdadera urgencia o necesidad, si le hospitalizaran, por ejemplo. Yo procuro que pueda utilizar cada vez que viene el espacio de la sala abierta, donde siempre hay un profesional coordinando la dinámica y de esta forma pueda vincularse de un modo más sano con otras personas y otros profesionales.

A través de mi supervisión me di cuenta de que mi intervención no podía aspirar a grandes objetivos. Soy consciente de mis limitaciones y de las suyas a la hora de reformular las líneas de intervención. Él dice: "ya sé que la gente cree que soy un Quijote y que lucho contra molinos de viento". Hay en él una ligera conciencia de que como él dice "tiene una tara", pero seguramente el dolor interno es tan grande que no tiene otra posibilidad que quitarse todo poder y responsabilidad poniéndolo enteramente en la sociedad que es quien le "disminuye en sus capacidades", y su impotencia hace que le cueste mucho asumir su parte de enfermedad y tomar decisiones individuales para estar mejor.

Cada tarde que supervisaba este caso me preguntaba y preguntaba, qué podía hacer para que parara de delirar, aunque fuera sólo durante una parte de la entrevista. Comprendí que sin alternativa de contenidos era imposible hacerlo parar. Aquí comencé a pensar en posibilidades para ofrecerle dentro de este espacio relacional. Decirle que se callara, sin más, era imposible y taparme los oídos sin más no tenía sentido. Lo que me animaba a continuar era que en la relación no se sentía amenazado y esto de algún modo es importante para alguien que permanentemente vive en su realidad una persecución. En el aquí

y ahora de la entrevista podía ir trabajando con objetivos muy concretos y mínimos. De algún modo empecé a barajar la posibilidad de empezar con él a escribir relatos. Partía de una motivación suya: escribir. Como dije más arriba, se pasaba las tardes escribiendo sobre cuestiones relacionadas con abusos y persecuciones. Esto lo hace cada vez menos. Pero limitar, sin ofrecer alternativa, no servía de nada. Frenar sus delirios sin ofrecer contenidos distintos donde fijar su atención es dejarle en el más absoluto vacío. ¿Por qué no probar a escribir sobre otros temas con él? me preguntaba yo.

Él pasa de la impotencia a la omnipotencia en cuestión de segundos. Me dice que viene a verme por dos razones, porque siente que le ayuda venir a hablar conmigo y para transmitirme sus grandes conocimientos para acabar con la desigualdad y los abusos de poder. Como decía, es una invitación constante a unirme a él en su lucha vital. Yo le dejo claro que puedo ayudarlo para que se cuide un poco más, pero que no puedo ayudarlo en salvar el mundo. En este punto yo le aclaré que mi percepción es que salía igual de tenso que entraba de las entrevistas porque no se daba un respiro para parar la cabeza y fijar su atención en otras cosas. Yo tenía claro que era importante, aunque sólo fuera durante una hora, revertir su imaginación delirante en utilidad e imaginación creativa, dando voz a sus manos y a su buena creatividad. Es en este momento cuando le ofrezco poder escuchar música (a él le gusta mucho la zarzuela), o leer libros sobre naturaleza, que le gusta, o escribir relatos, o realizar obras artísticas con el objetivo de poder relajar la cabeza y poderse centrar en una tarea que le permita de un modo más sano reorientar su energía y dar salida a su imaginación por medio del arte. Pactamos que el primer cuarto de hora me cuente lo que él necesite. En este tiempo me informa de cómo está, de qué hace durante el día, de si cubre los mínimos respecto a su cuidado personal; recordemos que éste es el objetivo nuclear de la intervención con él. Tengo que estar muy atenta porque el torrente obsesivo y paranoide sigue apareciendo con mucha fuerza y en mi mano está orientar el discurso hacia los aspectos de su cuidado. (Si descansa, se alimenta, se lava...) El resto del tiempo (una hora) lo utilizamos en escribir, pintar, escuchar música.

Actualmente llevamos trabajando dos años con técnicas creativas. Desde hace ocho meses se aloja en un dispositivo de baja exigencia para personas sin hogar (Centro de noche de Cedia), por lo que el objetivo prioritario (mantener unos mínimos en cuanto a su cuidado personal) se va cumpliendo. Su enfermedad sigue su curso, pero cada vez está más estable en Madrid (ya no necesita tanto viajar por España "investigando casos de violencia, o buscando desesperadamente a aquellos que me han robado mis escritos o mi maleta, o huyendo de presuntos asesinos que quieren matarme, o buscando plazas de toros donde me dejen torear"). Se cuida mínimamente. Al ser constante en su descanso se le nota un poco más tranquilo y en la incipiente mejora de su higiene se nota también el cuidado, aunque este aspecto es una asignatura pendiente en la que seguimos trabajando. Dicho sea de paso, que en relación con su higiene personal podemos trabajar porque en el contacto puedo abordar el tema en el aquí y ahora, es decir, si viene desprendiendo olor a pies puedo manejarlo como un elemento que está en el presente, con mucho respeto, sin juicio, viendo de qué forma puede mejorar su higiene por él mismo y por la mejora de su relación con los demás.

César tiene mucho miedo y no conecta con él, con lo que siente en el fondo de sí mismo. Su defensa es proyectar, por ejemplo, su homosexualidad; "me persiguen maricones", dice. Pero no puede asumir sus contradicciones en cuanto a su confusa identidad sexual, por ejemplo. Yo procuro despenalizar la homosexualidad una y otra vez. Quitarle culpa con mi aceptación. Pero le es muy difícil porque tiene un miedo atroz y no puede reconocérselo. Afirma que: "Los hombres tenemos que ser valientes como los toreros", dice. "Llorar no es de hombres y asustarse es de mariquitas."

Utilizo música de fondo. Cuando se pone a delirar dirijo la atención a la música. Es un buen recurso al que remitirle.

Le propuse inicialmente, partiendo de su motivación por escribir, que nos pusiéramos a escribir relatos. Le sugiero que imagine personajes de cuento. Como si de un alud se tratara, sus delirios aparecen una y otra vez y en mi mano está contener y recordarle lo importante que es que deje de pensar en lo

mismo durante un rato, para poder relajarse. Esto se lo recuerdo una y otra vez. Es un constante trabajo de contención. El me contó que de niño le gustaba escuchar historias de animales y le he sugerido que se puede escribir un cuento en el que los animales sean los personajes.

Transcribo algunos de los relatos que ha escrito con mi ayuda en el contexto de las entrevistas, donde se puede observar que existe mucho de proyección. César no es capaz de asumir que tiene miedo, que se siente indefenso, solo. El miedo es el sentimiento dominante. A través de los relatos le pongo delante esta emoción que sale de él a través de la vida de los personajes de sus cuentos. Le señalo lo obvio que sale de sí, evitando juicios o interpretaciones que podrían crearle amenaza. Él nunca reconocería que está perdido, desorientado, asustado, triste, que necesita protección. Yo me limito a escribir lo que él me dicta y a hacerle preguntas sobre el desarrollo de la trama del relato, ¿A dónde va el personaje? ¿Cómo es? ¿Qué le pasa? ¿Cómo se siente? ¿Qué necesita? etc. Evito, como decía, hacer señalamientos asociativos e interpretaciones para que comprenda, porque mi cometido no es hacer una "pseudo psicoterapia", sí lo es procurar que la intervención sea terapéutica, lo cual es distinto. Lo que pretendo sencillamente es que su atención se desconecte por un rato de sus delirios y dar cabida a su expresión emocional.

Los relatos de oveja macho

"Érase una vez una oveja macho sin cuernos. Oveja por ser pacífica no por ser sexualmente deforme. Está cansada de andar porque no encuentra su orientación. Estaba perdida por la selva. Se sentía sola porque no tenía su pareja y ambiente. Observaba que el tiempo de la vida no es infinito, la vida es corta y no podía utilizarla. Eso era angustiioso. No sabía qué camino elegir para llegar a su rebaño y estar con su pastor.

La oveja macho sentía miedo del águila, que es igual que el capitalismo, porque se la podía comer.

Necesitaba orientación para volver a su protección y pensó seguir a la paloma, que volaba en su misma dirección. La paloma al verla angustiada, sobre ella se posó dándole un par de besos y la acompañó orientándola con su vuelo.

Por el camino, de noche, aparecieron los ojos de un gato en la oscuridad. La oveja se impresionó. Le dio susto y se paró. Temió que fuera un lobo, pero al maullar se percató de que era un gato y se puso otra vez a andar.

Al poco rato se le cruzó un ratón cerca de las patas y le asustó, y viendo que el ratón salía corriendo ella se puso a andar otra vez hacia su orientación, que era el pastor, el que podía cuidarla.

La oveja macho necesitaba amor porque la vida se va volando. Quería aprovechar lo más bonito del ser humano que es el amor. Dar amor, sobre todo al que sufre y al que más lo necesita, que es quien más lo aprecia.

Se sentía sola, aburrida y angustiada porque nadie la escuchaba.

Es en el martirio de la vida donde se valora el amor. Es como el hambriento, que le das un trozo de pan y le sabe a cielo y el que tiene jamón a lo mejor no le sabe a nada.

La oveja macho sólo quería un poquito de amor para que la condujera a la felicidad. Un amor íntegro, en espíritu y materia, en donde ella se pudiera liberar".

La historia del gorrión

"El gorrión está indefenso. Vuela limitado en lugares donde se quiere esconder y defender de los depredadores de la naturaleza. Es pequeño, con pico pequeño que le sirve para comer y no para atacar. Tiene su libertad limitada, no le dejan los animales grandes ni le acompañan las alas. Hasta los palomos le pican y las águilas también. Le produce coraje que del pequeño abuse el grande.

El gorrión se asusta con los buitres y no puede rebelarse porque sabe que no puede hacer nada. Su evasiva es largarse para que no le maten. También se asusta ante las aves de rapiña.

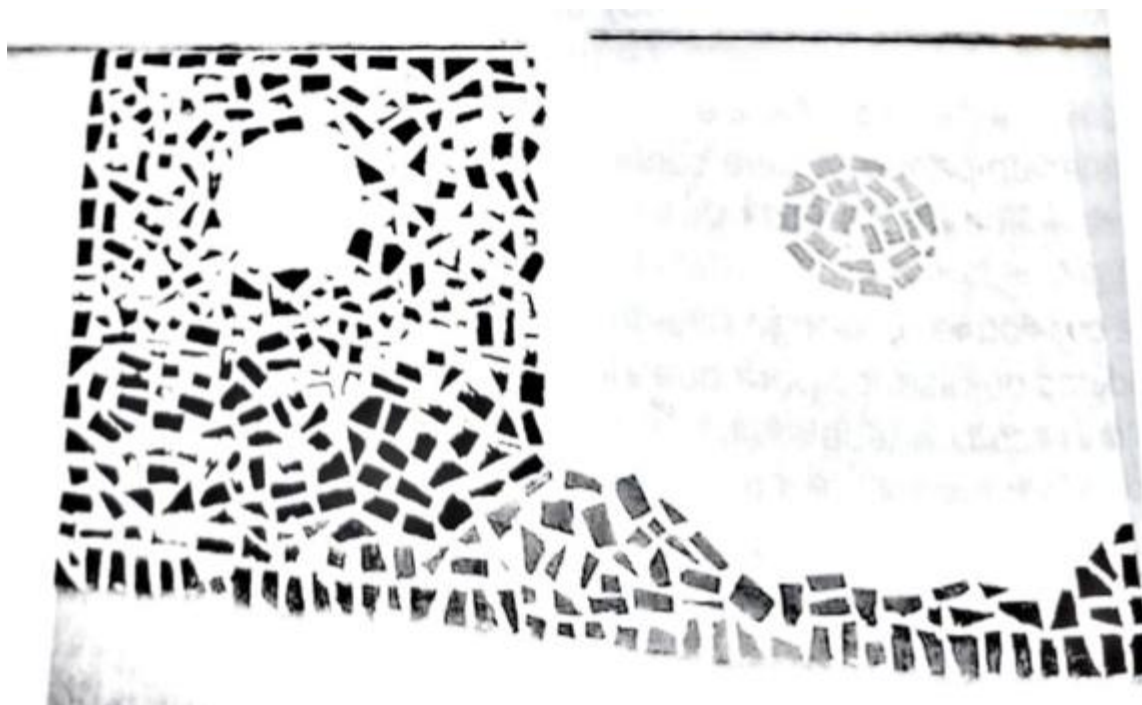
Se asusta mucho del hombre porque lo pueden golpear o matar, aunque confía en aquellos que le dan de comer.

Es un gorrión que tiene una imaginación muy grande y un radar para defenderse. Es la expresión del pacifismo y de la libertad."

César elige un diseño que es la polaridad entre el día y la noche. Dice que la noche significa la oscuridad, la soledad; y el día la luz y el amor.

Le es muy difícil dejar de delirar mientras trabaja, le remito muchas veces a la música de fondo para que la escuche. Y le recuerdo que el objetivo acordado por los dos es que pueda parar de pensar obsesivamente en amenazas exteriores que aquí y ahora no están y que pueda permitirse parar la cabeza y crear con las manos para tranquilizarse. Tiene buena habilidad para trabajar manualmente, le es fácil el aprendizaje de la técnica, le reconozco su habilidad y capacidad para lo artístico. A la vez le recuerdo reiteradamente que lo más importante es que se siga cuidando cada vez más. Le traigo constantemente al aquí y ahora, a la realidad presente para que pueda aparcar momentáneamente la angustia de hechos que no están aquí.

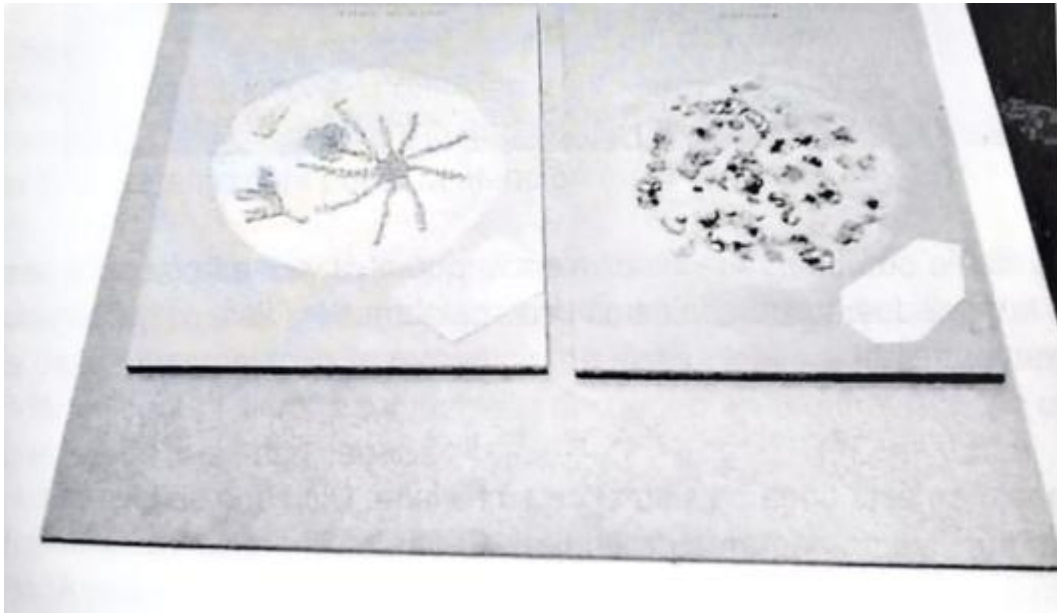
Fue muy importante terminar el cuadro de mosaico y ponerlo en el Centro de la Asociación Realidades como reconocimiento a su creación. César no le da apenas valor, dice que eso lo hace cualquiera. Y en ocasiones, cuando yo le reconozco lo bello que es, admite que "no está del todo mal". En otras ocasiones dice que "no tiene ningún valor porque el valor está en salvar a los hombres de las injusticias". Muestra su ambivalencia interna entre lo que le ayuda y los mandatos de esa voz enferma que le anula y le arrolla.



(Fotografía: cuadro de mosaico realizado por César)

El trabajo siguiente fue con arroz tintado. Le doy una madera con un círculo y le pregunto qué quiere expresar. Me dice que él está viviendo un infierno. Le invito a que en silencio lo exprese. Da un fondo oscuro y comienza a pegar el arroz de forma inconexa, sin ninguna forma. A este círculo le llama infierno. Le señalo lo obvio, el caos, la ausencia de formas definidas. Su realidad es caótica y le explico que un mínimo de orden y de rutina es necesario para todos. Me dice que es verdad y por primera vez me confiesa que el caos le puede.

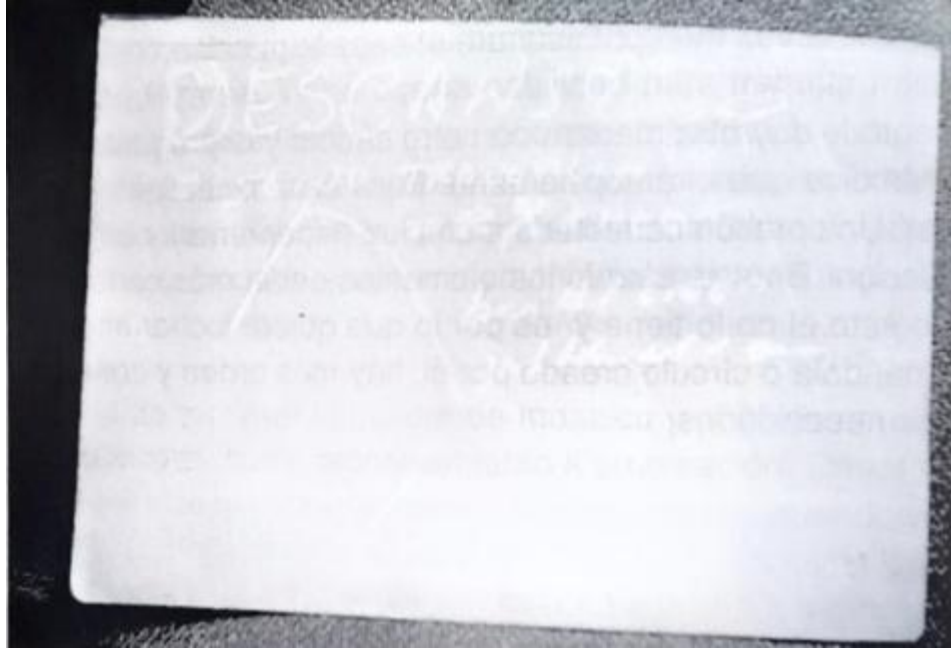
En otro momento le doy otra madera con otro círculo y le pregunto que qué quiere expresar. Me dice que el amor humano. Para él lo simboliza un lingote de oro (tener medios). Un corazón conectado a una luz (tener amor) y un animal que significa la protección. En este círculo los elementos están más conectados y definidos. Dice que esto él no lo tiene y es por lo que quiere luchar en la vida. Vemos que en este mandala o círculo creado por él, hay más orden y conexión. Es la expresión de sus necesidades.



(Fotografía: dos círculos/mandalas realizados por César con arroz tintado)

En otras ocasiones hemos trabajado con Pinturas expresivas en relación con el mínimo de cuidados.

Le remito en este momento a la importancia de cuidarse mínimamente; le doy unas cartulinas y le pido que exprese lo que es cuidarse, un cuidado mínimo. Pinta una cama a la que le faltan las patas de delante y añade la palabra descanso, en otra un plato de paella, en otra una ducha con agua junto a una camisa blanca. Lo pongo de manifiesto una y otra vez, y aparece a través de sus pinturas la importancia de poner la energía en estos mínimos. Éste es nuestro objetivo de la intervención y una y otra vez se lo hago notar.



(Fotografía: dibujo con la palabra "DESCANSO" visible)

En este dibujo se observa la ambivalencia que vive: pone la palabra descanso, salud y tranquilidad, y sobre la cama unas palabras ilegibles, es el contenido delirante que aparece.

Otro trabajo en esta línea ha sido el de su higiene. Dice que se lava poco porque no le dejan. Esto obviamente no es real. César no tiene incorporada la higiene como un hábito cotidiano. Lleva 40 años deambulando por la calle. Ahora en el Centro de noche tiene la posibilidad de poderse duchar, lavar la ropa y cambiarse. Este objetivo lo trabajan diariamente en este servicio. En la última entrevista trabajamos con pintura expresiva y en relación con su higiene. Viene con las patillas mojadas, y asomando espuma por los lados. No lleva calcetines. Le pregunto que qué le pasa en los pies. Me comenta que para que no le huelan se echa agua y jabón líquido en las zapatillas y a continuación se calza. Aquí podemos observar su desconexión con la realidad y la necesidad de incorporar en la intervención un aspecto educativo, en relación con el aprendizaje de hábitos mínimos de higiene. Yo le digo lo real, que éste no es modo de cuidar su higiene, por la salud de sus pies y por el olor que

desprende, esto él lo asume relativamente. Le pido que pinte la zapatilla tal cual la trae. Pinta la zapatilla, le animo a que pinte la espuma que sobresale. Y le explico apoyándome en el dibujo que este hábito que tiene no es el adecuado. Que el pie se lo tiene que lavar aparte. Como podemos ver, son aspectos básicos que no tiene incorporados. En otro folio le digo que exprese cómo sería lavarse los pies. Pinta un pie descalzo sobre el agua. Me dice que el problema es que no tiene zapatos nuevos y limpios y que los de los roperos tienen enfermedades. Le propongo que se gaste parte de su RMI en comprarse unos zapatos nuevos, calcetines y unas plantillas. Insisto largo rato en este aspecto y le pido que pinte unas plantillas y unos zapatos nuevos. Lo pinta y comparamos los dos dibujos, sin juicio. Cuando finaliza la pintura yo añado la palabra higiene para dejar patente la importancia de la misma. Éste es un buen ejemplo para comprender este tipo de trabajo utilizando una situación que está en el presente y que tiene que ver con el cuidado de sí y de las relaciones con otras personas del entorno. Es llamativo observar que ni siquiera se le ocurre que poner jabón líquido dentro de unas zapatillas no es modo de cuidar la higiene.

Se ha logrado un poco más de cuidado personal, que mantenga la referencia de instituciones donde puede ser contenido y a la vez se posibilita, a través del trabajo creativo, la expresión de sus vivencias y que pueda parar, aunque sea por un rato, su alud delirante para poner la atención en otras cosas.

Creo que el trabajo es muy lento y que hay dos líneas en cuanto a los objetivos. Uno más general que es procurar unos mínimos cuidados personales y de reducción de daños manteniendo la referencia de instituciones que le apoyan, y otro que es dar un contenido más saludable al encuentro en la entrevista con el objetivo de que pueda relajar su cabeza.

A pesar de los avances, a César le es muy difícil parar el torrente paranoico que le invade. Antes de estabilizarse en el centro de noche, se pagaba una habitación en pensión durante algunos días del mes. Aguantaba muy poco porque siempre aparecía alguna persona amenazante para él dentro del mismo hospedaje y tenía que salir huyendo. El hecho de llevar ocho meses

acudiendo cada noche a Cedia es un paso mínimo, para él un paso enorme, un gran logro. Allí hay profesionales preparados para contener y acompañar, con los cuales coordino la intervención. Cada vez que viene me comenta que otros usuarios que van allí por la noche se le insinúan sexualmente. Aquí mi tarea es contener su angustia y recordarle una y otra vez lo positivo que tiene que pueda descansar, aunque sea en una butaca, lavarse, y pasar la noche en un lugar más seguro que la calle. No puedo prever si se mantendrá en esta estabilidad mucho tiempo. Rechaza los albergues y el resto de recursos para personas sin hogar. De momento está allí y tiene este centro como referente de cuidado diario. A la vez, es cierto, que éste no es un recurso finalista y quizá llegue un momento en que no se pueda prolongar su estancia por cuestiones ajenas a él, por criterios institucionales.

Llegado a este punto hago una llamada a los responsables de las administraciones para reiterar la necesidad de crear más recursos de baja exigencia, céntricos, accesibles, dignos y finalistas para estas personas. Qué paradoja es trabajar hacia el cuidado de unos mínimos sin que haya apenas dispositivos adecuados para dar respuesta. Son las paradojas perversas del sistema de protección social. Al igual que los requisitos burocráticos que se exigen para acceder y mantener recursos y ayudas. Los famosos "papeles" que tanta tensión les generan a ellos y que tanta energía nos restan a los profesionales en detrimento de más tiempo para realizar tareas de acompañamiento necesarias. Esta breve reflexión es la pincelada que daría inicio a otro artículo. Lo expongo brevemente porque considero que la tarea de la intervención social sólo puede comprenderse y abordarse teniendo en cuenta un vasto entramado de factores interrelacionados: el sistema social y político, las instituciones, los profesionales y los usuarios de los servicios, entre otros. Desde un paradigma sistémico se puede explicar esta realidad intrincada.

Antes de dar fin a este artículo quiero expresar lo importante que ha sido para mi supervisar este caso que expongo y otras situaciones y aspectos de mi tarea como trabajadora social. Considero que la supervisión ha de convertirse en parte integrada de nuestro quehacer. Da la posibilidad de hacer un análisis de

las situaciones, reorientar el trabajo y generar nuevas estrategias de intervención. Por tanto, en la supervisión se privilegia la observación de las situaciones y la autoobservación del profesional y de la institución donde trabaja. Todo ello en pro de la mejora en la calidad del trabajo. A la vez considero que la supervisión es la ayuda externa que podemos tener los profesionales, también para cuidar nuestra salud. Los trabajadores sociales estamos permanentemente en contacto con las carencias y el dolor, y en esta medida es necesario que nos cuidemos y también sepamos pedir ayuda y dejarnos ayudar.

Deseo que con este artículo se haya comprendido cómo es la integración del trabajo creativo en el trabajo social individual. Espero dentro de algún tiempo hacer el esfuerzo de sistematización de esta forma de trabajar en contextos grupales. Y animo a todos los trabajadores sociales que tengan en su bagaje personal el conocimiento de técnicas creativas, para que las puedan pulir y profesionalizar, para poderlas aplicar con prudencia y conocimiento al servicio de los procesos de acompañamiento.

Quisiera terminar con un párrafo sobre la creatividad que he extraído de la hermosa obra de Clarissa Pinkola "Mujeres que corren con los lobos".

"La creatividad cambia de forma. En determinado momento tiene una forma y al siguiente tiene otra. Es como un espíritu deslumbrante que se nos aparece a todos, pero que no se puede describir, pues nadie se pone de acuerdo acerca de lo que ha visto en medio de aquel potente resplandor. ¿Son el manejo de los pigmentos y los lienzos o los desconchados de la pintura y el papel de la pared unas pruebas de su existencia? ¿Qué tal el papel y la pluma, los macizos de flores que bordean la calzada del jardín o la construcción de una universidad? Sí, por supuesto. ¿Tocar amorosamente las hojas de una planta, concertar el "acuerdo de tu vida", cerrar el telar, encontrar la propia voz, amar bien a alguien? También...Todo eso es fruto de la vida creativa...La fuerza creativa discurre por el terreno de nuestra psique buscando los huecos naturales, los arroyos que existen en nosotras. Nosotras nos convertimos en sus tributarios, en sus cuencas; somos sus estanques, sus charcos, sus

corrientes y sus santuarios. La fuerza creativa salvaje discurre por los lechos que tengamos, por los innatos y por los que nosotras cavamos con nuestras propias manos. No tenemos que llenarlos, sólo tenemos que construirlos".