



Espiritualidad, ritual y significado en un espacio de Terapia Ocupacional. Té para diez. Teorizando el té de sobre mesa

Spirituality, ritual and meaning in an Occupational Therapy space.
Tea for ten. Theorizing about tea after lunch.

María Guadalupe Díaz Usandivaras

María Guadalupe Díaz Usandivaras

Licenciada en Terapia Ocupacional Universidad de Buenos Aires (UBA). Coordinadora del departamento de Terapia Ocupacional de la Institución Psicoterapéutica Tempora. Coordinadora del servicio de Prestaciones de Apoyo de ADEEI (Asociación para el Desarrollo de la Educación Especial e Integración). Coordinadora general de la Asociación Civil para la Integración del Daño Cerebral Adquirido ULTREYA.

mgdu.to@hotmail.com

Resumen

El siguiente relato pretende compartir la experiencia de una intervención vinculada a la dimensión invisible de las ocupaciones en una institución de Salud Mental. A partir de un ritual cotidiano como es tomar un té de sobremesa, se comparte entre residentes y terapeutas un espacio de intercambio en el que lo cotidiano cobra significado y permite, indirectamente, generar motivación e iniciativa para emprender diversas acciones. El espacio funciona como promotor del desarrollo de la Identidad Ocupacional de los residentes, favoreciendo un hacer con significado y fortaleciendo el concepto de sí mismos poniendo en práctica la posibilidad de elegir. Se abordan conceptos como espiritualidad, ritual e identidad en las ocupaciones y se pone en manifiesto la importancia del hacer compartido como intervención terapéutica en Terapia Ocupacional.

Palabras clave: salud mental, Identidad propia, ritual.

Abstract

The following essay aims to share the experience of an intervention related to the invisible dimension of occupations in a mental health institution. Using a daily ritual -such as having tea after a meal- residents and therapists share the opportunity of exchange, where the everyday takes on a relevant meaning and, indirectly, promotes motivation and initiative to undertake a variety of tasks. This environment leads as a promoter of the Occupational Identity development of the residents, favoring a meaningful act and building the concept of "Self", and strengthening the possibility of choosing. Concepts such as spirituality, ritual and identity in occupations are approached, and the importance of doing as a therapeutic intervention in Occupational Therapy is highlighted.

Key words: mental health, ego, ritual.

...Té para tres
 Un sorbo de distracción
 buscando descifrarnos
 no hay nada mejor
 no hay nada mejor
 que casa
 Té para tres...

Gustavo Cerati

La siguiente experiencia se lleva a cabo en una institución psicoterapéutica, específicamente en el dispositivo de Residencia Terapéutica Intermedia donde conviven adultos de ambos sexos y diferentes diagnósticos. La Residencia Terapéutica Intermedia, como su nombre lo indica, es un dispositivo diseñado para alojar a personas con algún trastorno en su Salud Mental en forma intermedia entre la internación y la vuelta al hogar o, en algunos casos, como hogar permanente. Es una casa pensada terapéuticamente, donde se brinda la estructura necesaria para la organización de la vida cotidiana. Los residentes que allí conviven incorporan los hábitos necesarios para la vida independiente y se sirven del apoyo de un equipo interdisciplinario que acompaña las 24hs el funcionamiento de la casa. Como estructura principal existen normas de convivencia acordadas por quienes allí habitan; funcionan como límite y permiten establecer lo que se puede hacer y lo que no, teniendo en cuenta que hablamos de un espacio compartido. Se realizan reuniones donde se plantean temáticas relacionadas con la convivencia y se establecen acuerdos para la resolución de conflictos. Además, funcionan grupos de Terapia Ocupacional en los que se trabaja sobre la adquisición de roles dentro de la casa, responsabilidades, manejo de un fondo común para realizar compras, seguimiento del mantenimiento del hogar y donde se pueden sugerir actividades en común y propuestas para mejorar los espacios.

En dicha institución existen también otros dispositivos que dan respuesta a diferentes problemáticas del campo de la Salud Mental: internación, hospital de día, microemprendimientos y consultorios de diferentes disciplinas. Desde sus orígenes, el entorno fue considerado de gran importancia, tal como hace referencia Winnicott (1970) en su última conferencia en relación con un albergue de menores "... en aquel albergue ya se practicaba terapia. La practicaban sus muros y techos... el cocinero, la regularidad con la que llegaba la comida a la mesa, los cobertores suficientemente abrigados y quizá de colores cálidos..." (p. 256). Según Mannoni (1981) "Las actividades cotidianas cobran suma importancia para el equipo profesional ya que son entendidas como organizadoras y, a la vez, es la organización institucional lo que funciona como instrumento terapéutico" (p. 223).

No se trata de hacer cumplir una rutina que esté llena de actividades sino de trabajar para encontrar significado que

refuerce la identidad ocupacional. Ésta, es parte y está conformada por nuestras relaciones, está vinculada a lo que hacemos y da significado a nuestra historia de vida. El desarrollo de esta identidad incluye autoconcepto, identificar qué cosas uno encuentra interesantes y satisfactorias para hacer, quién es uno definido por los roles y las relaciones, qué es lo que uno considera importante, cuál es el sentido de las rutinas de vida, entre otras.

El ambiente, los recursos, la comida, los horarios, los permisos, marcan una habilitación a estar o una barrera en la estadia. Hacer que el espacio resulte contenedor, organizador, disminuya la angustia generada por estar en un lugar no familiar y predisponga a la colaboración y el compromiso con el proceso de tratamiento es un desafío cotidiano del equipo interdisciplinario.

La mayoría de los residentes no participan activamente en roles ocupacionales, lo que genera falta de oportunidades para desarrollar su identidad ocupacional. Y es la identidad ocupacional, no ajena al inconsciente, la que nos permite elegir, tomar decisiones, armar lazos sociales, tener control sobre elecciones simples o complejas, tener metas ocupacionales, reconocer un estilo de vida deseado, aceptar responsabilidades, reconocer limitaciones, tener compromisos, tener intereses. La identidad ocupacional se construye con la experiencia: favorecer la participación brinda esta oportunidad y los rituales cotidianos contribuyen a conformarla, siendo tal como refiere Kielhofner (1983), una experiencia ordenadora de la vida humana. Otro concepto que atraviesa nuestra práctica como terapeutas ocupacionales en esta institución es el de espiritualidad. Peloquin (1995) hace referencia a la naturaleza espiritual de los individuos, que puede expresarse a través de la religión, pero que no es exclusiva de esta expresión. Describe al espíritu humano como "una mezcla de vivacidad, presencia moral, energía psíquica, coraje emocional, conexión social y acción creativa" (p.122). Asimismo agrega:

La imagen de alguien en el acto de hacer es una en que el ser humano (su carácter, su corazón o su espíritu) fluye en el hacer humano. Considerar la ocupación en el hacer de las vidas y los mundos es una perspectiva espiritual (Peloquin, 2005, p.124).

Además de los talleres propuestos por la institución, hay espacios de Terapia Ocupacional para intervenir en la cotidianidad de la casa y la participación de los residentes tanto en actividades internas como en la comunidad. Ante la necesidad constante de generar espacios grupales para promover la socialización, la convivencia y el intercambio, se generó espontáneamente un espacio semanal de té de sobremesa. Los residentes que están alojados tardan pocos minutos en volver a sus camas luego de finalizar el almuerzo, la interacción es poca y fallida en numerosos casos, así que la idea de acompañar la sobremesa era un desafío poco prometedor.

El profesional y el té como instrumentos de comunicación

La comunicación es uno de los 4 elementos del arte de la práctica de Terapia Ocupacional según Mosey (citado en Peloquin 2007): “la capacidad para establecer comunicación, la representación de la empatía, el modo de conseguir que los demás conozcan y den uso a su potencial, el modo de ayudar a los demás para convertirse en partícipes de la comunidad del otro” (p.103). Y amplía al respecto:

Mosey analizó el arte de la práctica, indicando que no se trata de un deseo de ayudar a los demás, ni de una aplicación especializada de un conocimiento científico, ni de ser un oyente comprensivo o sistemático. Lo describió como “la capacidad para establecer comunicación, sentir empatía y guiar a los demás para que lleguen a conocer y dar uso a su potencial como miembros participativos de la comunidad” (Peloquin, 2007, p.101).

A partir del hábito de la terapeuta ocupacional que toma un té después de almorzar junto con los pacientes, comenzó a generarse un espacio con aquellos que la acompañaban y de a poco se fue instalando y extendiendo. *¿Cuál te gusta a vos? ¿Hay un poco más? Prefiero azúcar, no edulcorante.* Los dos minutos para llegar a la siesta se transformaron en sesenta. Así fue como el espacio se constituyó en ritual: martes 13hs, después del almuerzo, té de sobremesa. Al poco tiempo la convocatoria fue espontánea y numerosa.

Según Pellegrini (2007):

La espiritualidad es parte de la dimensión invisible de las ocupaciones, aquello que no puede tocarse o definir con palabras o términos puntuales, pero puede describirse como aquello que acompaña al ser humano cuando realiza ocupaciones significativas. Muchas veces se confunde el término espiritualidad con la religión, esta última puede formar parte de la espiritualidad, la religión incluye aspectos de la espiritualidad (dogmas, creencias...) por lo tanto alguien puede ser espiritual sin ser religioso (p.402-413).

Por esto es que nos interesa saber más allá de lo que hacen las personas, es decir, cómo hacen lo que hacen, qué significa lo que hacen, por qué les pasa lo que les pasa cuando hacen. Esta sobremesa generaba el clima ideal para intercambiar con mayor naturalidad. Westbrook (1998), trabajador social, dijo que “es fascinante advertir el sobretono místico que se da a los conceptos asociados con la espiritualidad, como si la espiritualidad no existiera y no pudiera existir en las actividades concretas de la vida diaria” (p.124).

El espacio requirió elementos y autorizaciones, pedidos a la cocina y a la dirección, no sin generar ciertas tensiones dada la modificación de la dinámica habitual. Guzmán Lozano (2016) describe la “gestión de las tensiones” como importante a tener en cuenta al momento de generar transformaciones, especialmente en instituciones jerárquicas. Propone la impor-

tancia de generar alianzas con otros profesionales, además de conocer en profundidad la dinámica de la institución. En este caso, la resistencia surgió únicamente en un plano logístico, que pudo sortearse debido al apoyo de la dirección a este tipo de experiencias.

De esta manera, el té de sobremesa pasó a ser tema en las reuniones profesionales de Terapia Ocupacional. ¿Es un grupo?, ¿es un taller? No, es un espacio que, según cómo y quién lo lleve adelante, puede resultar terapéutico o no. En relación con el uso de actividades, María Heloisa da Rocha Medeiros (2008) dice que “es la configuración de su uso lo que le confiere la posibilidad terapéutica” (p.78). Así es que se empezó a considerar como un espacio más a supervisar y a razonar clínicamente y por la naturaleza de su surgimiento, fue dando lugar a una forma de encuentro y comunicación más flexible donde la empatía tomó protagonismo a partir del intercambio espontáneo. “Abrirse a los valores del otro es consecuencia de tener empatía, y la empatía toca el espíritu” (Peloquin, 1995, p.125). El modelo Kawa también hace referencia a este concepto: es un marco de referencia que afirma y desarrolla la importancia del mundo de los significados de las persona. “La Terapia Ocupacional avanza cuando los clientes permiten a los terapeutas ocupacionales el privilegio de interesarse en sus circunstancias diarias y en sus mundos de significado” (Iwama, 2007, p.226). Tal vez por esto la convocatoria fue aumentando y se sostuvo en el tiempo.

La conjunción de diferentes conceptos y elementos de la práctica fueron dando contexto al espacio y tal como refiere Kielhofner (1983) es importante aprender a reconocer y cultivar los rituales naturales de pacientes y sus subgrupos o familias, ya que ellos traen consigo una historia personal de estilos celebrativos y rituales que podrán tener importantes funciones en la organización de su conducta y experiencia. Es entonces sustancial que los pacientes puedan crear su propia celebración y ritual que les permita encontrar significado.

Elegir implica tomar decisiones y tomar decisiones es un paso fundamental para resolver problemas. Elegir entre un té de frutos rojos o uno de menta, pone en juego sensaciones, recuerdos, imágenes que inducen a practicar la preferencia, acción poco priorizada en las instituciones en general.

Al estar conectada con las ocupaciones significativas, la espiritualidad se manifiesta en la expresión de las personas cuando disfrutan mirar un atardecer, escuchar una música, leer un libro, elegir un aroma, por ejemplo. Es aquello que conecta al ser humano con una dimensión profunda e íntima que surge mágicamente o que acompaña la vida cotidiana (Pellegrini, 2007, p.402-413).

Es así como el simple hecho de prolongar el almuerzo, dio espacio y tiempo al encuentro con aspectos significativos de cada participante, el desarrollo de la identidad ocupacional y

el intercambio. El significado de una ocupación se construye en el hacer cotidiano. Este espacio compartido, sin encuadre inicial, nos acerca a estos significados y abre puertas a nuevas propuestas. Además de poner en juego las preferencias, como los sabores y aromas, o la diferencia entre tomar en vasos descartables o tazas, surgen planteos, preocupaciones y reflexiones sobre temáticas específicas sobre las cuales se comprometen a buscar material para desarrollar en cada encuentro. “Por ello, el terapeuta ocupacional debe orquestar actividades y proveer el contexto que facilite el desarrollo de la espiritualidad. Negar o no considerar la dimensión espiritual en la intervención terapéutica fragmenta la comprensión del holismo” (Pellegrini, 2007, p.402-413). Darle lugar a lo pequeño generó expectativa, iniciativa, tolerancia y algo de registro del otro. Las cualidades terapéuticas como la empatía, la sensibilidad, el respeto, la calidez y la autenticidad (Pellegrini, 2013, p.138) toman protagonismo y generan un clima de intercambio y comunicación que facilita los vínculos y la convivencia. En este espacio, se acompaña a cada paciente para encontrar una forma singular de un hacer cotidiano que le permita hacer lazo, convivir diariamente en un espacio colectivo, una residencia particular. En el capítulo Procesos del hacer, aspectos temporales de la actividad humana del libro Terapias Ocupacionales desde el Sur, las autoras expresan que “en el hacer confluyen, se integran, se entrelazan lo subjetivo, el mundo de los objetos, lo social, lo histórico, lo cultural. La actividad es algo que ocurre entre los sujetos y los objetos en un mundo, con otros” (Benassi, J., Fraile, E., Nabergoi, M., Yujnosvsky, N., 2016, p.113).

El concepto de tiempo también es relevante en esta experiencia. Este *dar lugar y tiempo*, un tiempo sin prisa y sin objetivos preestablecidos permitió dar curso al pensamiento, la duda, la curiosidad. Y con ello, el espacio para el desarrollo de ideas grupales y metas individuales.

Se requiere incorporar al concepto de tiempo los sentimientos del pasado, del presente y del futuro que ningún objeto físico podría expresar. Es por ello que la utilización del tiempo se vincula con las actitudes de las personas hacia la vida de lo que resulta y proyecta su particular calidad de vida (Moreno, 2005, p.58).

Confiamos en que un tiempo desestructurado, posible de habitar y acompañar, da lugar a historizar, encontrar y re significar algunos aspectos en cada participante.

Probablemente, la sobreestimación del *tiempo para algo*, del tiempo actual en pos del mañana, al que la posmodernidad ha dotado de carácter urgente, se nos suele solapar el valor del *tiempo porque sí*, del tiempo de la oportunidad del encuentro, del acontecimiento y de lo que con él acontece. (Benassi, Fraile, Nabergoi & Yujnosvsky, 2016. p.121).

Una cuchara dentro de la miel es un tema de discusión que se abre: respeto mutuo, convivencia, registro del otro, comunicación, *me molesta y no lo digo*. La queja y la ausencia de resolución y la Terapia Ocupacional como instrumento para desarmar la queja e identificar la posible solución. ¿Cómo transformar la demanda infinita en soluciones cotidianas? Toma de decisiones en grupo. Roles, gustos, intereses, sujetos. Sujetos que eligen, o que empiezan a elegir. O que empiezan a tener algo entre qué elegir.

Gustavo Cerati, músico argentino, nos regala en su canción Té para tres: “...un sorbo de distracción buscando descifrarlos, no hay nada mejor, no hay nada mejor que casa”. Este sorbo de distracción funciona como instrumento para intervenir el tiempo. Ese tiempo patológico que juega en contra y que la institución donde se desarrolla esta experiencia, desde su nombre y filosofía, se propone revertir para que juegue a favor. Y también ayuda sin duda a descifrarlos, a encontrar aquellas cosas que son significativas para cada uno y nos permiten a los terapeutas ponerlas a circular para favorecer el proceso de construcción o reconstrucción de la identidad.

Compartir, elegir, preferir, esperar... son acciones que demoran la siesta de los martes.

Esta experiencia generada espontáneamente pone en relieve la necesidad de una mirada terapéutica integral y cómo el hacer cotidiano puede ser terapéutico si se acompaña desde una mirada profesional que valore la individualidad aun en un espacio o dispositivo grupal. Se evidencia la importancia de participación del terapeuta durante la actividad como un integrante más del espacio. Sigue siendo un desafío comprometer al equipo interdisciplinario en el “hacer con” ya que es evidente el aumento de participación de los residentes cuando esto sucede. En esta experiencia, parte del equipo de guardia participa en cada encuentro, donde se genera un clima diferente al del resto de la jornada. Este espacio resulta enriquecedor también para el equipo profesional ya que da lugar a los *transaberes* a los que hacen referencia D. Albuquerque, P. Chaná y A. Guajardo (2016) en su práctica diaria, reconociendo al saber como colectivo y cambiante e igualitario en su posibilidad de verdad. Compartir el espacio unifica miradas y construye oportunidad para todos.

Agradecimientos:

Lic. TO Cecilia Lorenzo

Equipo profesional de la Institución Psicoterapéutica Témpora. ■

[Recibido: 07/07/17- Aprobado: 21/11/17]

Referencias bibliográficas:

- Alburquerque, D., Chaná, P., Guajardo, A. (2016). Chile. Los transaberes y la construcción conjunta de la salud. Experiencia Centro de Trastornos del Movimiento (CETRAM). En Simó Algado, S., Guajardo A., Correa Oliver, F, Galheigo, S., García- Ruiz, S. (Ed.), *Terapias ocupacionales desde el Sur*. (p. 135). Santiago de Chile, Chile: Editorial USACH.
- Benassi, J., Fraile, E., Nabergoi, M., Yujnosvky, N. (2016). Procesos del hacer. Aspectos temporales de la actividad humana. En Simó Algado, S., Guajardo A., Correa Oliver, F, Galheigo, S., García- Ruiz, S. (Ed.), *Terapias ocupacionales desde el Sur*. (p. 121). Santiago de Chile, Chile: Editorial USACH.
- Da Rocha Medeiros, M. H. (2008) .Una contribución para el debate: el terapeuta ocupacional necesario y su rol social. En Da Rocha Medeiros, M. H. *Terapia Ocupacional, un enfoque epistemológico y social* (p.78). Santa Fe, Argentina: Editorial Universidad Nacional del Litoral.
- Guzman Lozano, S. (2016). España. El terapeuta ocupacional como promotor de otro modelo de institución. En Simó Algado, S., Guajardo A., Correa Oliver, F, Galheigo, S., García- Ruiz, S. (Ed.), *Terapias ocupacionales desde el Sur*. (p. 505). Santiago de Chile, Chile: Editorial USACH.
- Iwama, M. (2007). El modelo Kawa (Rio). Naturaleza, flujo vital y poder de la Terapia Ocupacional con relevancia cultural. En Kronenberg, F., Simo Algado, S., Pollard, N. (Ed.), *Terapia ocupacional sin fronteras, aprendiendo del espíritu de los supervivientes* (p.214): Editorial medica Panamericana.
- Kielhofner, G (1983). The Art of Occupational Therapy. En Health Through Occupation. Capítulo 15. Philadelphia. Editorial Davis Company.
- Kielhofner, G. (2002). Dimensiones del quehacer. En Kielhofner, G. (Ed.), *Modelo de Ocupación Humana, teoría y aplicación* (p. 106). 4ta edición: Editorial Panamericana.
- Mannoni, M. (1981). *El psiquiatra, su loco y el Psicoanálisis*. Apéndice (p. 223). México: Editorial Siglo Veintiuno.
- Moreno, I. (2005).Que comprendemos por tiempo libre. En Moreno, I. *Todos tenemos tiempo. Nueva práctica del tiempo libre en el siglo XXI* (p.58).Buenos Aires, Argentina: Editorial Lumen HVMANITAS.
- Mosey (1981). En Peloquin, S. (2007). El arte de la Terapia Ocupacional- el espíritu llevado a la práctica. En Kronenberg, F., Simo Algado, S., Pollard, N. (Ed.).*Terapia ocupacional sin fronteras, aprendiendo del espíritu de los supervivientes*. (p.103): Editorial médica Panamericana.
- Pellegrini, M. (2007). Fundamentos del Paradigma de Ciencia de la Ocupación. En: *Terapeutas Ocupacionales, Servicio Andaluz de Salud*. Vol I y II. (p.402-413). Sevilla, España: Editorial MAD.
- Pellegrini, M. (2013). Proceso de Terapia Ocupacional. En Sánchez, Polonio, Pellegrini, *Terapia Ocupacional en Salud Mental, teoría y técnicas para la autonomía personal* (p. 138). España: Editorial Médica Panamericana.
- Peloquin, S. (1995). Espiritualidad: significados en relación con la Terapia Ocupacional. En Williard & Spackman (Comp.). *Terapia Ocupacional*, 10° edición (p.121-125): Editorial Panamericana.
- Peloquin, S. (2007). El arte de la Terapia Ocupacional- el espíritu llevado a la práctica. En Kronenberg, F., Simo Algado, S., Pollard, N. (Ed.).*Terapia ocupacional sin fronteras, aprendiendo del espíritu de los supervivientes*. (p.101): Editorial médica Panamericana.
- Westbrooks (1998). Espiritualidad: significados en relación con la Terapia Ocupacional. En Williard & Spackman (Comp.). *Terapia Ocupacional*, 10° edición: Editorial Panamericana.
- Winnicott, D.W. (1990).La asistencia en internados como terapia. En *Depravación y delincuencia*. (p.256).Buenos Aires, Argentina: Editorial Paidós.

Cómo citar este artículo:

Díaz Usandivaras, M.B., (2017).Espiritualidad, ritual y significado en un espacio de Terapia Ocupacional. Té para diez. Teorizando el té de sobre mesa. *Revista Argentina de Terapia Ocupacional*, 3(2), 27-31.