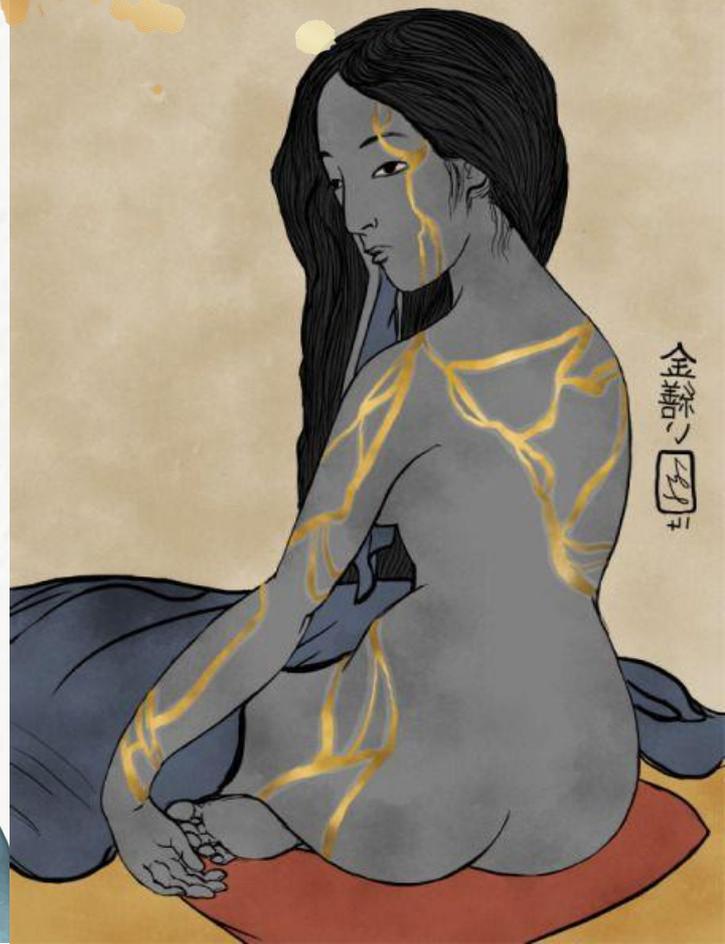


# El Arte de reparar lo dañado.

Una experiencia de Terapia Ocupacional  
en Hospital de Día

Carmen Ballesteros Carmona  
Terapeuta Ocupacional





# Contenido

**01**

Sobre mí...

**02**

Qué hacer

**03**

La experiencia del  
bol roto

**04**

Conclusiones





01

Sobre mí...





02

Qué hacer...



“El hombre a través del uso de sus manos, potenciadas por la mente, será capaz de influir sobre el estado de su propia salud.”

— **Mary Reilly, 1962**



# Kintsugi

El arte de reparar  
objetos con oro





03

La experiencia  
del bol roto





# Irene

*...el simbolismo con vidas rotas me parte un trocito de mí cada vez que uno de los boles choca contra el suelo. Quizá el recuerdo de unas cuántas veces que se me ha roto la vida en pedazos.*

*Dejarlo lo más parecido a lo que era aun sabiendo que quedarán esas grietas que acepto vivirán conmigo, en "armonía", con mis pequeños "huecos".*

*¿cómo cerrarlo? Mi vida hoy tiene aún piezas descolocadas...*



# Paula

*...no ha costado tanto reconstruirlo pero pegar una pieza en concreto me ha llevado 3 horas. Creo que esta última pieza me recuerda a un problema que he tenido con mis estudios...*

*Hay un punto en el que te acaba aburriendo ya “el mismo problema de siempre”.*

*Ha habido momentos en los que me parecía imposible encajar alguna determinada pieza con otra, y segundos después lo conseguía!*



Carol



*Le pedí a mi madre una vasija para romper y ella eligió una al azar. Cuando cayó se rompió en mil pedazos...*

*...era imposible reconstruir mi vida con los trozos del pasado...*

*Necesito soltar los trozos pequeños que a los ojos de la niña que fui son gigantes. Esos trozos eran grandes para esa manita. Pero hoy, en mi mano, son pequeños, minúsculos. Y no sirven.*

*Ya no sirve el odio, la culpa, la vergüenza, la pena... ya no sirven para protegerme. Ya no me sirven. Necesito dejar florecer el amor de mi corazón. Ese amor grande que sí sirve. Que se quedó pisado, enterrado por tanto dolor.*

# Nacho

*La reconstrucción del bol se basó en 3 partes:*

*1º: pérdida de los fragmentos...*

*2º: ...llenamos los huecos libres para cohesionar todas sus partes.*

*3º: ...vamos cubriendo toda la parte externa del cuenco.*





# Esther

La vida se me fue haciendo añicos, cada vez más pequeños. Llegó un punto en que no veía forma de reconstruir éso.

“No sé salir de las ruinas. Yo sabía construir, pero lo olvidé”.

...ahora no lo veo imposible, porque al final en mi vida he ido encajando piezas. He conseguido ir viendo qué se había roto y por dónde. He ido entendiendo la forma de las piezas, he ido viendo con cuál unirlas...

Falta mucho trabajo, pero confío en que lo pueda reconstruir.



# Pilar



Si hubiera realizado esta actividad en casa... habría tirado todo a la basura por no tolerar lo imperfecto y el enfado y frustración que me provoca esa imperfección

El bol es un bebé que está dentro de su madre. Cuando sale se encuentra con otras personas... también se encuentra con las costumbres justas e injustas de la sociedad.

La niña estaba con su madre y padre, y el bol se va rompiendo con las injusticias....

Los trozos rotos se están uniendo porque el gran sufrimiento provocado por las numerosas y malas experiencias está bajando de intensidad...

# Soraya

*Mi cuenco está lleno de buenos recuerdos. Con él empecé comiendo poco a poco mis purés porque no comía nada...*

*Veo destruido el cuenco, fue como algo que ya pasó y quedó atrás... Quería ver pegadas todas las piezas pero estoy contenta de lo que he conseguido...*

*...me gusta porque tiene muchos momentos compartidos y el último fue destruirlo y pegarlo.*





## Teresa

*...como si los trozos del cuenco  
contaran una historia vivida de  
mi vida pasada.*

*...era incapaz de juntar una pieza  
con otra.*

*El puzzle de mi cabeza completamente  
roto, ahora lo estaba uniendo y lo hacía  
tranquila, poniendo todo de mi parte y  
si aún así no conseguía cerrar del todo  
la cicatriz, sí uniría las piezas.*

*Hoy por fin acepto mi vida, la vida  
que viví, perdono de alguna  
manera para seguir.*



## Alba

... mi vida viene dada en una taza tamaño sopa y aloja un laberinto de cuerda fina de papel, de lado a lado de los bordes, encontrándose y tocándose por la parte superior, por esa por donde sorberíamos la sopa o nos quemaríamos el morro si lo cogemos con ganas

... Es un símil de la cabeza

Los hilos de la cuerda sobresalen del margen, son los sueños que me permiten seguir en pie de guerra, con ganas de luchar.



## Patri

*Es horrible, la vida rota en mil pedazos, imposible de reconstruir, se necesitaría el mismo tiempo para reconstruirlo que el que se hizo en mil pedazos, 26 años, me agobia incluso la idea de reconstruirlo.*

*Cada pedazo pequeño roto es una historia muy grande y muy larga y dolorosa. Para no verlo lo echo todo en un mismo saco y le pongo lo más bonito que haya en este mundo para mí y lo disfrazo de tal manera que sale algo con lo que me conformaría para vivir.*

# Andrea

*Una vida hecha pedazos que intento reconstruir...*

*Cómo me ven por fuera: Llena de color, intentando disimular las grietas... “por fuera siempre estoy bien, intento que la gente me vea bien, que vea una sonrisa, que no pasa nada, que todo está estupendo”.*

*Por dentro: varias partes.*

*Mi hijo*

*Mis hermanas.*

*Mi lado: negro, sangra. Nada está bien... sólo me ayudan a sentirme mejor momentáneamente.*



# Álvaro



He querido representar el todo del bol como una fortaleza con una base y coronado con una gran corona.

**La torre** representaría mi yo, en el que hay que mantener el equilibrio en la vida. El que espero encontrar en un futuro. Ahora mismo me encuentro un poco perdido... pero tengo la sensación de estar colocando todas las piezas de mi vida... Todas las piezas de la torre representan un aspecto de mi vida (mi familia, mis amigos, mis adicciones...), las que me hacen estar anímicamente de una manera o de otra.

**La base** de mi vida ahora mismo podría decir que es HD. Me está enseñando a vivir la vida de una manera diferente a la que había aprendido a vivir... Vivo con el miedo de poder caer en un futuro, aunque supongo que es algo con lo que conviviré toda la vida. Ojalá me sirva también para reforzar mi autoestima, valorarme y quererme más ya que sin eso es difícil sustentar nada.

La corona representaría mi vida. En la que tengo que aprender a que me importe menos el qué dirán y confiar más en mí mismo. Ser el dueño de mi vida y no permitir que nada me cambie.

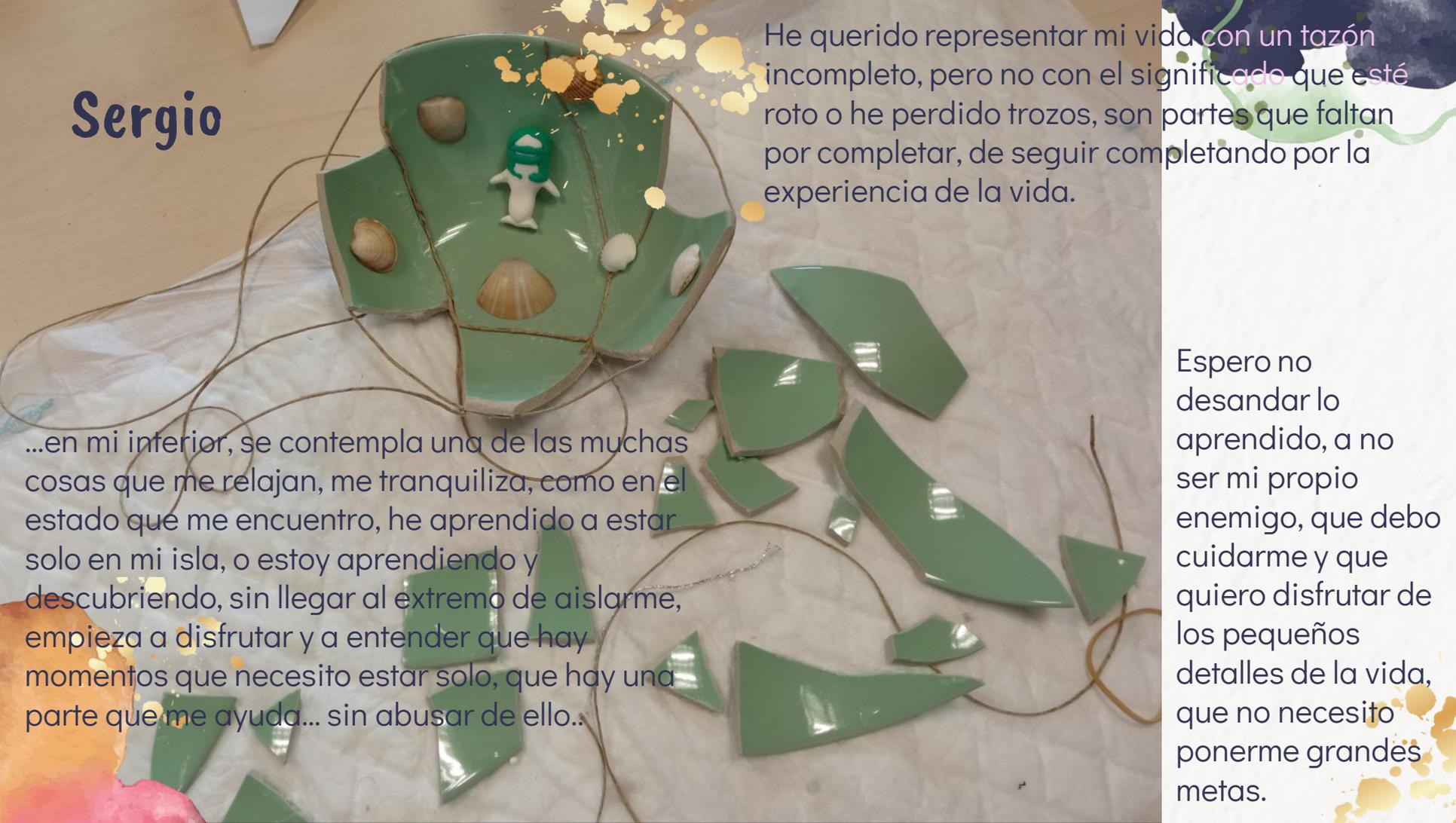


# Sergio

...en mi interior, se contempla una de las muchas cosas que me relajan, me tranquiliza, como en el estado que me encuentro, he aprendido a estar solo en mi isla, o estoy aprendiendo y descubriendo, sin llegar al extremo de aislarme, empieza a disfrutar y a entender que hay momentos que necesito estar solo, que hay una parte que me ayuda... sin abusar de ello..

He querido representar mi vida con un tazón incompleto, pero no con el significado que esté roto o he perdido trozos, son partes que faltan por completar, de seguir completando por la experiencia de la vida.

Espero no desandar lo aprendido, a no ser mi propio enemigo, que debo cuidarme y que quiero disfrutar de los pequeños detalles de la vida, que no necesito ponerme grandes metas.



# Pablo

Este bol semi-reconstruído representa la fortaleza y la formación en mi vida...

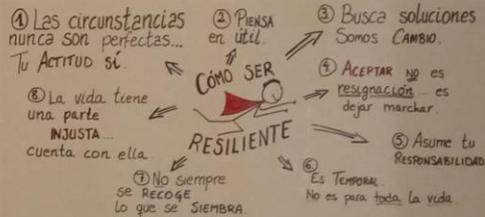
Representa la capacidad que uno tiene de mantenerse intacto ante las adversidades, todo permanece vivo y unido, todo es uno...

“Mi bol está casi reconstruído. Con las piezas que no he logrado encajar he creado una fuente de piedra.

Significado: crecimiento, fortaleza interior y llama de fuego interno en mi vida. Lo que queda por unir sería: arte, vida y vejez.”



Estamos hechos de historias



ESPERE AQUÍ  
A SER  
ATENDIDO

04

Conclusiones

# Conclusiones

Experiencia creativa

Creación de un contexto de  
intervención en constante  
adaptación

Permitir al Otro ser, surgir  
su naturaleza ocupacional

El Arte organiza y guía  
nuestro hacer en lo invisible  
de la Ocupación

Alojar en el Otro la  
esperanza y posibilidad de  
una mejor calidad de vida



Hay una grieta en todo, así  
es como entra la luz

- Leonard Cohen -



# Gracias

por el espacio de construcción  
colectiva compartido

[mcarmen.ballesterosc@salud.madrid.org](mailto:mcarmen.ballesterosc@salud.madrid.org)

+34 646 12 10 09