

UNIVERSIDAD COMPLUTENSE DE MADRID

FACULTAD DE EDUCACIÓN
Departamento de Didáctica de la Expresión Plástica



TESIS DOCTORAL

**Arteterapia en la prevención de la violencia con mujeres
latinoamericanas inmigrantes en los Estados Unidos**

MEMORIA PARA OPTAR AL GRADO DE DOCTOR

PRESENTADA POR

Daniela Aguilar Félix

Directora

Catalina Rigo Vanrell

Madrid, 2016

UNIVERSIDAD COMPLUTENSE DE MADRID

FACULTAD DE EDUCACIÓN

Departamento de Didáctica de la Expresión Plástica



TESIS DOCTORAL

**Arteterapia en la prevención de la violencia
con mujeres latinoamericanas inmigrantes
en los Estados Unidos**

MEMORIA PARA OPTAR AL GRADO DE DOCTOR

Presentada por

Daniela Aguilar Félix

Director

Dra. Catalina Rigo Vanrell

Madrid, 2015

UNIVERSIDAD COMPLUTENSE DE MADRID
FACULTAD DE EDUCACIÓN
Departamento de Didáctica de la Expresión Plástica

TESIS DOCTORAL



**Arteterapia en la prevención de la violencia
con mujeres latinoamericanas inmigrantes
en los Estados Unidos**

Daniela Aguilar Félix

Director:

Dra. Catalina RigoVanrell

Madrid, 2015

A las mujeres que participaron en estos talleres.
A cada una de las personas que colaboraron en la realización
y el enriquecimiento de este proyecto.

Agradecimientos



Figura 1. Obra realizada sobre un lienzo de tela con la técnica mixta de pinturas acrílicas, temperas y rotuladores para textiles en la que se plasman los sentimientos que la gratitud genera.
Fotografía de la investigadora.

Agradecimientos

La realización de este trabajo de investigación doctoral ha sido posible gracias a la colaboración de muchas personas que de forma incondicional me han acompañado, motivado e iluminado con su conocimiento.

Primeramente mi directora de tesis, Dra. Catalina Rigo Vanrell, quien me brindó su guía y compartió conmigo pacientemente sus conocimientos.

A mis profesoras y profesores de la Universidad Complutense al igual que a mis colegas por inspirarme, antes y durante la realización de este proyecto, con sus experiencias y sus enseñanzas.

Al Dr. Phillip Speiser por creer en mí y en este proyecto.

Al centro de salud *Whittier Street Health Center* y a su departamento de arteterapia por haber acogido y patrocinado de forma generosa los talleres para esta investigación.

A cada uno de los y las arteterapeutas de *Whittier Street Health Center* quienes contribuyeron con su experiencia enriqueciendo este trabajo.

A cada una de las mujeres que participaron en estos talleres por haberme regalado su tiempo, su entusiasmo y sus historias, y por haber enriquecido mi vida tanto a nivel personal como profesional con sus enseñanzas.

A los directivos y al personal de *Henry Owen School*, de *Renewal House*, y de *Tobin Community Center* por su confianza y por su apoyo absoluto.

A mis padres, a mis hermanos y a mi esposo Sean, por su compañía, su motivación y porque con ellos a mi lado todo es posible.

Resumen



Figura 2. Obra creada sobre un lienzo de tela en la que se representa la historia de una inmigración. Realizada utilizando la técnica mixta de pinturas acrílicas, rotuladores para textiles y pinturas temperas. Fotografía de la investigadora.

Resumen

Para la presente investigación doctoral se utilizó el arteterapia como una herramienta educativa y terapéutica para la prevención de la violencia, con el colectivo de mujeres latinoamericanas inmigrantes que viven en los EE.UU., quienes han sido o son víctimas de la violencia, y continúan viviendo en situaciones que las ponen en riesgo de volver a serlo.

Los talleres diseñados para esta investigación, fueron patrocinados generosamente por *el centro de salud Whittier Street Health Center*, y los mismos se ofrecieron en ámbitos sociales y en ámbitos educativos. Los lugares que acogieron estos talleres fueron el centro comunitario *Tobin Community Center*, la escuela alternativa *Henry Owen School* y el refugio de emergencia confidencial para sobrevivientes de la violencia de género y de la violencia intrafamiliar *Renewal House*.

Esta investigación se aborda desde el arte, siguiendo la metodología con enfoque cualitativo, mientras que para los talleres se utiliza un enfoque psicosocial y semidirectivo.

Se enseñaron dentro de los talleres grupales, a través del uso del arteterapia, tres estrategias para la prevención de la violencia: el control y manejo de la ira, la resolución de conflictos de forma pacífica y el fortalecimiento de la autoestima. Se ofrecieron un total de 945 talleres de arteterapia a 801 mujeres de entre 18 y 50 años de edad durante un período de 5 años. Las mujeres que participaron en estos talleres lo hicieron de forma voluntaria y los talleres se ofrecieron de forma ininterrumpida.

A través de estos talleres grupales de arteterapia fue posible ofrecer a sus participantes un lugar seguro y confidencial, donde lograron crear conciencia de su situación, rompieron su silencio, compartieron sus historias y solicitaron ayuda. Asimismo dieron inicio a su proceso de recuperación, procediendo a la reconstrucción de una vida sin violencia, poniendo así en práctica las estrategias que aprendieron para su prevención.

Tabla de contenidos



Figura 3. Obra creada para representar la fortaleza y la creatividad que posee la mujer inmigrante. Plasmada sobre un lienzo de papel utilizando la técnica mixta de collage y dibujo.

Fotografía de la investigadora.

Tabla de contenidos

Dedicatoria	4
Agradecimiento	5
Resumen	7
Capítulo 1 Introducción y Justificación	17
1.1 Introducción	18
1.2 Justificación	21
1.3 Hipótesis de la investigación	26
Capítulo 2 Antecedentes	27
Capítulo 3 Objetivos de la investigación	59
Capítulo 4 Metodología	63
4.1 Metodología de la investigación	64
4.2 Enfoque metodológico de los talleres de arteterapia diseñados para la investigación	71
4.3 Procedimientos para la recolección de datos	75
Capítulo 5 Marco Teórico	83
5.1 ¿Qué es arteterapia?	84
5.1.1 Conceptualización	86
5.1.2 Tres mujeres pioneras del arteterapia	87
5.2.1.1 Margaret Naumburg	88
5.2.1.2 Edith Kramer	89
5.2.1.3 Florence Cane	91

5.1.3 Contribuciones del arteterapia a la recuperación del estrés postraumático y del trauma psicológico.	95
5.1.4 Beneficios generales del arteterapia	97
5.1.5 Beneficios del arte	100
5.1.5.1 Beneficios generales del arte	100
5.1.5.2 Beneficios del arte en la educación	101
5.1.6 Talleres de arteterapia grupal: características y beneficios para este colectivo.....	106
5.2 Mujer latinoamericana inmigrante en los EE.UU.	108
5.2.1 Definición y sus derechos.....	108
5.2.2 Factores que la hacen más vulnerables ante la violencia	110
5.2.3 Principales tácticas de poder y control utilizadas en su contra por sus maltratadores	110
5.2.4 Algunas razones por las cuales no logran dejar a sus maltratadores	114
5.2.5 El fenómeno de la migración y sus consecuencias	117
5.2.6 Mujer e inmigración	124
5.3 Violencia contra la mujer en los EE.UU.	124
5.3.1 Definición.....	126
5.3.2 Estadísticas actuales	127
5.3.3 Algunas consecuencias de la violencia.....	131
5.4 La ciudad de Boston	135
5.4.1 Violencia en Boston: causas, estadísticas actuales y consecuencias	135
5.4.2 Breve historia de su inmigración.....	137
5.5 Whittier Street Health Center	138

5.5.1 Su historia	138
5.5.2 Su departamento de arteterapia.....	141
5.5.3 <i>WSHC</i> educando sobre la prevención de la violencia a través del arteterapia	143
5.5.4 Sus estrategias para la prevención de la violencia.....	145
5.5.4.1 El manejo y control de la ira	146
5.5.4.2 La resolución de conflictos de forma pacífica.....	147
5.5.4.3 El fortalecimiento de la autoestima.	148
Capítulo 6 Marco práctico	153
6.1 Las participantes de los talleres	154
6.1.1 Su contexto	154
6.1.2 Su perfil	155
6.1.3 Fragmentos de su historia	158
6.2 Los talleres de arteterapia para esta investigación	167
6.2.1 Características y contenido	167
6.2.2 Objetivos generales de los talleres.....	169
6.2.3 Temporalización general de los talleres.....	172
6.2.4 Metodología didáctica.....	173
6.2.5 Criterio de evaluación.....	178
6.2.6 Condiciones generales de trabajo.....	182
6.2.7 Técnicas y materiales.....	183
6.2.8 Logística de los talleres.....	192
6.2.9 Programa para la prevención de la violencia utilizados en los talleres.....	194
6.2.10 Beneficios de los talleres grupales para este colectivo.....	197

6.3 Lugares donde se ofrecen los talleres	200
6.3.1. En la escuela alternativa <i>Henry Owen School</i>	200
6.3.2 En el centro comunitario <i>Tobin Community Center</i>	205
6.3.3 En el refugio de emergencia confidencial <i>Renewal House</i>	207
6.4 Experiencias terapéuticas	210
6.4.1 En la escuela alternativa <i>Henry Owen School</i>	211
6.4.1.1 Primera propuesta. Mi autorretrato.	
Lo que más me gusta de mí.....	211
6.4.1.2 Segunda propuesta.	
La paz: el arte de la negociación y la resolución de conflictos	217
6.4.1.3 Tercera propuesta.	
Consecuencias de la violencia	221
6.4.1.4 Cuarta propuesta.	
Una relación sin violencia	226
6.4.1.5 Quinta propuesta.	
Un jardín para nuestros difuntos	230
6.4.1.6 Sexta propuesta.	
El árbol de la gratitud	233
6.4.1.7 Séptima propuesta.	
La reconciliación	237
6.4.1.8 Octava propuestas.	
La flor de la paz	241

6.4.1.9 Novena propuesta.	
¿Cómo puedo prevenir la violencia en el hogar?	244
6.4.2 En el centro comunitario <i>Tobin Community Center</i>	249
6.4.2.1 Primera propuesta.	
Construyendo un mundo sin violencia	249
6.4.2.2 Segunda propuesta.	
Manejando la ira	252
6.4.2.3 Tercera propuesta.	
Dibujando lo que más me gusta de mí	255
6.4.2.4 Cuarta propuesta.	
No a la violencia de género	258
6.4.2.5 Quinta propuesta.	
Paz en la comunidad	262
6.4.2.6 Sexta propuesta.	
Pintando los sentimientos	265
6.4.2.7 Séptima propuesta.	
Unificando al grupo	267
6.4.2.8 Octava propuesta.	
Soñando con la paz	271
6.4.2.9. Novena propuesta.	
Planeando mi futuro	274

6.4.3 En el refugio de emergencia confidencial <i>Renewal House</i>	276
6.4.3.1 Primera propuesta.	
Las caras de la violencia	276
6.4.3.2 Segunda propuesta.	
Fortaleciendo mi estima	280
6.4.3.3 Tercera propuesta.	
El arte de la relajación	283
6.4.3.4 Cuarta propuesta.	
Un nuevo renacer	286
6.4.3.5 Quinta propuesta.	
Celebrando la vida de nuestros difuntos	290
6.4.3.6 Sexta propuesta.	
Don caballito de mar	294
6.4.3.7 Séptima propuestas.	
Estrategias para manejar y controlar la ira	297
6.4.3.8 Octava propuesta.	
La caída	300
6.4.3.9 Novena propuesta.	
Algo que nos caracteriza	303
Capítulo 7 Análisis e interpretación de resultados	307
Capítulo 8 Conclusiones	325
Capítulo 9 Aportaciones	337
Capítulo 10 Investigación futura	341

Referencias bibliográficas	351
Bibliografía	363
Lista de figuras	407
Resumen en ingles	419
Anexos	425
Anexo 1 Formatos utilizados para la recolección de datos y de esta investigación.....	427
Anexo 2 Muestra del reporte informativo trimestral de los talleres de arteterapia en inglés.....	445
Anexo 3 Testimonios de visitantes a las exhibiciones de arte públicas.....	455

Capítulo1

Introducción y justificación



Figura 4. Obra realizada sobre un lienzo de tela, utilizando la técnica mixta de pinturas acrílicas, temperas y rotuladores para textil. Composición que representa lo que una mujer necesita para reconstruir una nueva vida sin violencia acorde a una de las participantes de los talleres de arteterapia. Fotografía de la investigadora.

Capítulo 1 Introducción y justificación

1.1 Introducción

La idea del presente trabajo de investigación doctoral surge del DEA (Diploma de Estudios Avanzados) de la investigadora, el cual fue defendido en la Facultad de Educación de la Universidad Complutense de Madrid y titulado *El arteterapia: una alternativa de concienciación, auto-expresión y educación para adolescentes que han experimentado violencia y continúan viviendo en riesgo*. Mismo trabajo de investigación que fue realizado durante las prácticas profesionales del máster en *BIAT* o el *Boston Institute for Arts Therapies* (Instituto de Boston de Terapias Artísticas) de la ciudad de Boston.

Desde el inicio de sus estudios de arteterapia la investigadora tuvo la inquietud de trabajar con el colectivo de mujeres latinoamericanas migrantes en los EE.UU. que son o han sido víctimas de la violencia y que además continúan viviendo en situaciones de riesgo. Concretado este proyecto del master volvió a Madrid para estudiar el año académico del doctorado *Aplicaciones del arte en la integración social: arte, terapia y educación en la diversidad*, y cuando lo finalizó migró nuevamente a los EE.UU. para retomar el trabajo que había comenzado con este colectivo. La investigadora en esta ocasión trabajó en y para *Whittier Street Health Center*, El Centro de Salud de la Calle Whittier, con el cual *BIAT* se fusionó. Entonces *Whittier Street Health Center (WSHC)* (siglas que se utilizarán para esta investigación) ofreció patrocinar y supervisar los talleres que fueron diseñados específicamente para este trabajo de investigación doctoral.

El propósito de trabajar utilizando el arteterapia para la prevención de la violencia con este colectivo surge por la identificación de la investigadora con el asunto, pues siendo

mexicana y habiendo vivido 24 años en una ciudad cercana a la frontera de México con los EE.UU., conoció muy de cerca las anécdotas de mujeres latinoamericanas que migraban de forma ilegal a ese país, experimentando situaciones muy violentas. Durante su vida en México escuchaba noticias y conocía estadísticas que revelaban que en las ciudades fronterizas de México con los EE.UU. se reportaban múltiples casos de muertes de mujeres, cientos más de casos de mujeres desaparecidas y hasta el presente, de todos estos crímenes, solo un 90% es investigado y penalizado.

Mirando a su alrededor en su comunidad, escuchando noticias locales, se iba informando de la situación de la mujer y descubriendo que eran tratadas de forma injusta y violenta, no solo por personas extrañas sino que también por sus propios familiares, por sus parejas íntimas y por las autoridades de su propia comunidad, quienes se suponía que debían protegerlas. También podía percibir que los derechos de la mujer en México eran escasos y que los perpetradores del maltrato y de los crímenes no cesaban porque de antemano sabían que no serían juzgados ni castigados.

Con el deseo de contribuir de alguna manera a la mejora de las vidas de las mujeres de este colectivo, se dio inicio a esta investigación.

La investigadora comenzó trabajando y aprendiendo de varios y varias arteterapeutas con los cuales colaboró a través del departamento de salud mental y del departamento de arteterapia de *WSHC*, quienes se especializaban en el trabajo de campo en ámbitos educativos y sociales, educando sobre el tema de la prevención de la violencia en comunidades con altos índices de criminalidad, a través del arteterapia. Con el apoyo del departamento de arteterapia de *WSHC* y con la experiencia que había adquirido colaborando en el mismo, la investigadora armó el proyecto y se dedicó a trabajar con el colectivo de esta investigación.

El trabajo fue intenso pero muy gratificante y posible, gracias a varios factores que hicieron que tanto la investigación como los talleres fueran acogidos por sus participantes y los centros e instituciones donde se llevaron a cabo. Primeramente facilitó la aceptación del proyecto el estar trabajando en los EE.UU., por ser uno de los cuatro países en el mundo, además de Gran Bretaña, Canadá e Israel en los cuales el arteterapia ya ha sido reconocido como una profesión. Segundo, que en el estado de Massachusetts el arteterapia es una profesión reconocida y cubierta monetariamente por las aseguradoras de servicio médico privado y público, además de ser uno de tantos otros servicios que el sistema de salud mental ofrece. Tercero, que el arteterapia es ofrecido tanto en centros médicos, como en colegios/institutos/escuelas públicas y privados o alternativas, así como en refugios de emergencias confidenciales y en casas de acogida para sobrevivientes de la violencia, además de ser ofrecido en residencias para personas ancianas, personas con deficiencias físicas, médicas o mentales y en centros de la comunidad localizados en los barrios más conflictivos de esta ciudad. Cuarto, que la arteterapeuta ofrecería los talleres en castellano. Quinto, que el departamento de arteterapia de *WSHC* hizo posible que los talleres fueran ofrecidos tanto en el centro de salud como dentro de los barrios y las comunidades de donde las participantes provenían, facilitando así su participación y su asistencia ininterrumpida.

El trabajo de esta investigación ha sido enriquecido por las enseñanzas, las experiencias, las publicaciones y los conocimientos de profesoras, profesores y colegas de la Universidad Complutense y por muchos otros arteterapeutas que trabajan arduamente en esta misma línea de investigación en distintos lugares del mundo.

La investigadora a través de su trabajo desea destacar los aspectos más significativos del proceso arteterapéutico y mostrar la influencia positiva que produce en este colectivo el

uso del arteterapia como una herramienta educativa y terapéutica para la prevención de la violencia.

1.2 Justificación

Esta investigación trata del uso del arteterapia en ámbitos sociales y en ámbitos educativos para la educación sobre la prevención de la violencia con mujeres de origen latinoamericano, inmigrantes en los EE.UU. que son o han sido víctimas de la violencia y que viven en situaciones de riesgo.

La investigación se ha realizado dentro de comunidades y barrios conflictivos de la ciudad de Boston donde la violencia se ha convertido en una epidemia de salud pública como en muchas otras ciudades y países del mundo. Fenómeno que ha sido reflejado en estadísticas locales y actuales que confirman que sus víctimas, sus sobrevivientes y aquellas personas que viven en riesgo en este país son en su mayoría mujeres. Además reafirmando que tanto las víctimas directas como las víctimas indirectas presentarán daños a niveles psicológicos y físicos que permanecerán el resto de sus vidas con ellos/ellas si no reciben el apoyo psicológico adecuado que les permita recuperarse y reconstruirse.

A través de los talleres de arteterapia de esta investigación se pretende ofrecer a sus participantes una alternativa de expresión no verbal, ayudarles a crear conciencia de su situación y enseñarles sobre temas relacionados con la prevención de la violencia, tales como el control de la ira, la resolución de conflictos de forma pacífica y el fortalecimiento de la autoestima; anhelando que estas tres estrategias les ayuden a convertirse en agentes activos y de cambio positivo en sus propias vidas, en sus hogares y en su comunidad. El arteterapia ha sido elegido como la herramienta principal para el trabajo de esta investigación ya que desde hace algunas décadas el arte se ha venido utilizando

terapéuticamente como rehabilitación, como catarsis y finalmente como un instrumento de autoconocimiento (Polo, 2000). El arteterapia es una disciplina que se utiliza con personas de distintas edades y situaciones, como por ejemplo con personas que hayan sufrido abuso sexual o maltrato físico (Billmann, 2006), con grupos de mujeres que han sido maltratadas, para ayudarles a recuperarse y reinsertarse en la sociedad (Della Cagnoletta, 2006; Van der Gijp y Kramers, 2005), con personas sin techo (Subkowski y Dingemann, 2006) o con personas que sufren depresión (Hem, Nortvedt y Heggen, 2008), todas estas características del colectivo con el cual se trabaja en esta investigación.

A su vez Martínez (2004) afirma que el arteterapia es una disciplina cada vez más conocida y que puede beneficiar a un gran:

...Abanico de personas de distintas edades y situaciones... Desde niños o niñas en casas de acogida, niños o niñas que hayan sufrido maltrato físico o abusos sexuales, niñas o niños con enfermedades somáticas, niños y adolescentes con trastornos de aprendizaje, niños y adolescentes con distintos tipos de discapacidades. En grupos de mujeres para proporcionarles los medios necesarios para hacer frente a sus dificultades y mejorar su integración social, familiar y profesional. En mujeres en casa de acogida que han sufrido maltrato de parte de sus parejas, así como a sus hijos e hijas para que no repitan eso que han visto. En personas que sufren trastornos alimentarios en los que la comunicación no verbal ocupa un importante lugar en esta patología... En mujeres y hombres en las cárceles. En la reintegración social de pacientes esquizofrénicos a través de la creación artística. Con hombres y mayores que sufren Alzheimer. Con pacientes geriátricos que el arte terapia les sirve para aliviar el sentido de desamparo y poder tener una visión interpersonal. O como en la ONU que ha visto que ha aumentado el número de personas que solicitan ayuda por haber sido víctimas de la tortura sufrida debida a regímenes dictatoriales de sus países. El grave problema para las víctimas de tortura y sus familiares es generalmente la impunidad de los casos...También se han realizado talleres de arte terapia para las víctimas de la violencia ocasionada por la guerra civil en Sierra Leona, para los niños soldados y niños y niñas

masacrados, violados y torturados, sesiones que les sirvieron para liberar las emociones vinculadas al trauma y canalizar dicha experiencia traumática. En los casos de terrorismo como el 11 de septiembre en Nueva York, que después de la tragedia se hizo una llamada a los y las arte terapeutas a las que acudieron más de 4000 colegiados para trabajar con los familiares de las víctimas. O en el atentado ocurrido hace pocos días en Madrid, donde también y a una escala infinitamente menor, arteterapeutas estaban dispuestos para acudir en ayuda de niños y adultos, familiares de muertos, heridos, supervivientes de la tragedia. (s.p).

Son varias las investigaciones científicas y médicas que aconsejan sobre los beneficios del arteterapia en personas tanto con enfermedades físicas, problemas de salud mental y enfermedades psicológicas.

Estos estudios asimismo han demostrado específicamente que la terapia de arte ha sido utilizada de forma exitosa con personas de distintas edades, de ambos sexos y en distintos ámbitos, que son o han sido víctimas de violencia y viven en situaciones de riesgo.

Para el colectivo de esta investigación el arteterapia apunta ser una disciplina asequible ya que propicia diversos canales de comunicación, no solo la verbal. Asimismo considerando que al haber sufrido maltrato y haber vivido eventos traumáticos repetida y crónicamente las víctimas pierden la capacidad para expresarse de forma verbal, guardando sus emociones, negando sus sentimientos al igual que los hechos de dicho evento de forma inconsciente para evitar revivir el sufrimiento y el dolor.

En estos talleres el arte fomenta la comunicación no verbal consiguiendo que sus participantes logren relajarse, disminuyan sus niveles de ansiedad, liberen su frustración a través del proceso creador. Asimismo a través del el uso de las técnicas de representación y los materiales que encuentren distintas vías alternas para evocar sus recuerdos, para revivirlos, para expresar sus sentimientos, conseguir así externalizar su trauma de forma menos dolorosa y menos provocadora.

Los materiales de arte y las técnicas también serán el puente y la conexión entre la arteterapeuta y las participantes. Asimismo la obra propiciará el diálogo y el inicio del proceso de aprendizaje y de recuperación.

Dentro de los talleres las participantes encontrarán un espacio positivo, tranquilo y creativo, en el cual se fomentará la expresión consciente e inconsciente de sus emociones, sentimientos, preocupaciones, dudas, temores y los desafíos con los que se enfrenten durante su proceso de búsqueda, además de brindarles una liberación emocional. Serán los talleres el espacio en el que logran enfocarse solo en cuidar de su persona y donde se promueva el fortalecimiento de su autoestima, independencia y auto control.

Las obras creadas se convertirán en el testimonio de su realidad, en la voz con la que rompen su silencio y en la evidencia que marca el comienzo de su proceso de liberación y sanación. A través de los talleres grupales de arteterapia se fomentará el aprendizaje de estrategias para la prevención de la violencia para su vida presente y futura.

Se propiciará a través del proceso creador el desbloqueo, la desinhibición y la exploración de nuevas posibilidades para la expresión y la resolución de conflictos internos y externos.

Las participantes de los talleres sabrán desde un inicio que para beneficiarse del arteterapia no se requiere ningún talento artístico sino solo el deseo y la asistencia voluntaria a los talleres, donde podrán iniciar, si así lo desean, un proceso de concienciación, aprendizaje y recuperación, convirtiéndose posteriormente en las protagonistas y arquitectos de su nueva historia. Asimismo sabrán que la arteterapeuta se abstendrá de interpretar sus obras ya que se enfocará a promover la comunicación para que las participantes de los talleres sean las que describan lo que desean expresar a través de su arte.

Por último es importante recordar que el arteterapia no es un solución mágica ni tampoco la más adecuada para los problemas o enfermedades de salud mental, que su uso tampoco garantiza una total recuperación, pero que se debe reconocer que por ser una modalidad de

la psicoterapia es un instrumento que promueve la salud psicológica y el bienestar integral de quien de forma voluntaria elige utilizarla y beneficiarse de ésta.

El arteterapia como cualquier otro tipo de terapia necesita de tiempo, paciencia y constancia. La duración del tratamiento asimismo dependerá de las necesidades personales y de la situación individual de cada cliente/paciente a su vez del ámbito y de las situaciones en las que se esté trabajando.

Estas son algunas de las preguntas que se formulan para describir de forma clara de lo que se tratara esta investigación:

1. ¿Cuál es el objetivo principal de esta investigación?

Utilizar el arteterapia como una herramienta terapéutica y educativa para la prevención de la violencia con mujeres latinoamericanas inmigrantes en los Estados Unidos que son o han sido víctimas de violencia y que viven en situaciones de riesgo.

2. ¿Cuál es la herramienta principal que se utilizará para educar sobre la prevención de la violencia?

El arteterapia como una herramienta educativa y terapéutica a través de talleres grupales con enfoque psicosocial y semidirectivo.

3. ¿Qué estrategias para la prevención de la violencia se pretenden enseñar a través del arteterapia?

El manejo y el control de la ira, la resolución de conflictos de forma pacífica y fortalecimiento de la autoestima.

4. ¿Por qué se desea enseñar estas estrategias para la prevención de la violencia?

Porque se considera que si las participantes de los talleres logran aprender a manejar y a controlar su ira les será posible dar resolución a sus conflictos tanto internos y externos de forma pacífica propiciando así que sean menos vulnerables a

ser víctimas de la violencia nuevamente, fomentando a su vez su auto control, la seguridad en sí mismas y por consiguiente el fortalecimiento de su estima.

5. ¿En qué ámbitos se ofrecerán los talleres de arteterapia para la prevención de la violencia para esta investigación?

Los talleres serán ofrecidos en ámbitos sociales y en ámbitos educativos.

1.3 Hipótesis de la investigación

Si utilizamos el arteterapia como una herramienta terapéutica y educativa para enseñar estrategias que prevengan la violencia en la vida de mujeres que han sido violentadas o que están viviendo en situaciones que las ponen en riesgo de serlo, contribuimos a su prevención.

Capítulo 2

Antecedentes



Figura 5. Representación de lo que significa la reconciliación, acorde a las participantes de los talleres. Obra plasmada sobre un lienzo de tela, utilizando la técnica mixta de pintura tempera, acrílica y rotuladores permanentes.

Fotografía de la investigadora.

Capítulo 2 Antecedentes

Han sido múltiples las publicaciones y las experiencias de arteterapeutas, educadores, artistas y profesionales de la salud mental que han motivado a la investigadora y que han enriquecido los pilares que conforman esta investigación; temas tales como el arteterapia, la mujer latinoamericana inmigrante en los EE.UU., el fenómeno de la inmigración, la violencia en varias de sus formas y su prevención. Publicaciones que fueron utilizadas a su vez a través de los talleres, como bibliografía de consulta por las participantes, como el compendio que Norisigan (1973) ofrece con definiciones, artículos, consejos y estadísticas, entre otros, recopilados y escritos con el propósito de informar a la mujer sobre su salud física, sexual y mental. Idea que surge en los años setenta cuando las mujeres del movimiento feminista en Boston llegaron a la conclusión de que no existía prácticamente ningún libro que hablara específicamente de cómo mejorar y mantener la salud de la mujer. Asimismo pensaban que la bibliografía que había en existencia solo discutía mitos y revelaciones que se habían transmitido de generación en generación, que muchas de estas no eran ciertas y además ya eran muy obsoletas. Así que este grupo de mujeres bostonianas se encargó de comenzar a escribir este libro en los años setenta. A partir de su primera publicación en los años ochenta, mujeres de este país y de distintas partes del mundo se inspiraron para hacer investigaciones, escribir artículos, libros, periódicos relacionados con la salud de la mujer, además de crear grupos de apoyo en centros de salud, específicamente para el beneficio integral de la mujer; siendo esta primera publicación un compendio que informa sobre la imagen corporal positiva, la autoestima, la violencia de género, la violencia intrafamiliar, la sexualidad, el aborto, la infertilidad, la maternidad, la menopausia, la pubertad, el envejecimiento entre otros temas atinentes a los problemas de salud médicos y mentales más comunes y recurrentes en la mujer.

Asimismo aborda temas relacionados con la imagen de la mujer en la sociedad, en los medios de comunicación y en la política, teniendo como uno de sus propósitos el informar a este colectivo sobre las organizaciones y asociaciones nacionales y mundiales que prestan servicios gratuitos para el beneficio y la protección de la mujer. Por lo tanto esta publicación se utilizó en los talleres para esta investigación como un manual de consulta para las participantes, al igual que la página web de Norisigan donde ofrece a su vez, artículos sobre temas actuales y muy interesantes para este colectivo.

Otros recursos que han sido muy valiosos y de gran ayuda son las investigaciones y las experiencias de talleres de arteterapia realizados con el colectivo de mujeres maltratadas que varias arteterapeutas realizan en España y en los cuales analizan y definen la construcción de lo femenino desde distintos puntos de vista para posteriormente reflexionar sobre aspectos de la salud de la mujer y de la terapia; trabajando con el arte y la terapia con un enfoque feminista. A su vez muchas de las investigaciones tienen el propósito de hacer un recorrido por el trabajo de mujeres artistas que han utilizado su arte como su propia terapia, tales como: *Diane Arbus, Louise Bourgeois, Frida Kahlo, Ana Mendieta, Leonora Carrington y Remedios Varo*. Publicaciones que han inspirado y nutrido los talleres y las consigan diseñadas para esta investigación.

Experiencias de talleres de arteterapia y estudios de casos realizados con el colectivo de mujeres maltratadas, mujeres que sufren enfermedades mentales y mujeres con trastornos de la conducta alimentaria, etcétera, han reafirmado en sus autores y arteterapeutas el hecho de que para estos colectivos el arteterapia ha logrado que se motiven a romper su silencio y a dar inicio a la reconstrucción de una nueva vida sin violencia a través de la creación y del arte. Investigaciones feminista sustentadas por los pilares del arteterapia y del estudio de la mujer, como la que propone Alonso (2012) en la cual nos hace reflexionar sobre la identidad femenina y sobre la creación artística que resulta por si sola terapéutica

y que ayuda a las mujeres que son víctimas de la violencia de género y de la violencia intrafamiliar a concienciarse de su situación, a responsabilizarse y a tomar acción para su mejora.

Experiencias de talleres de arteterapia que brindan a través del acto de crear, el favorecimiento y fortalecimiento de la autoestima, el autoconocimiento, la autoexploración, el autocontrol e igualmente propician la liberación de los estereotipos convencionales con los que este colectivo suele cargar (Alonso, 2012).

Proyectos de investigación como los que Pereira (2012) ha realizado trabajando como arteterapeuta atendiendo a distintos colectivos, pero en su mayoría al colectivo de las mujeres maltratadas, acercándose a la dura realidad de la violencia de género desde la experiencia de la utilización del arteterapia con un enfoque constructivista y humanista. Talleres que constatan que al utilizar el arteterapia con el colectivo de mujeres maltratadas es posible ayudarles a pasar del estado inicial de bloqueo, desconcierto y desconfianza en el cual muchas de las víctimas de la violencia de género se encuentran, a un estado de análisis, reflexión y expresión, mediante el uso del arte y el proceso creador. Talleres de arteterapia que tienen como objetivo a su vez lograr que las mujeres maltratadas lleguen a desbloquear sus emociones, a romper con su silencio y a dar inicio a su recuperación para así reconstruirse, fomentando a su vez que estas mujeres recuperen la esperanza para un futuro mejor y para una vida con armonía y con paz. Pereira aborda temas como las agresiones y alteraciones psíquicas, físicas y emocionales que reciben sus víctimas como consecuencia de la violencia. Asimismo aborda temas relacionados con el origen de este tipo de violencia y cómo se produce una relación de maltrato. Además aborda las razones del porqué las víctimas de la violencia de género permanecen en este tipo de relaciones abusivas aun sabiendo que son perjudiciales y dolorosas. Por lo tanto, Pereira propone talleres de arteterapia que primeramente motiven a sus participantes a que creen conciencia

de su situación y expresen lo que sienten, para así facilitar la selección del tipo de intervención que pudiera ser el más adecuado para su caso. Otro propósito de los talleres es ayudar a sus participantes a que sean capaces de afrontar los retos de una vida nueva que se propiciará con el inicio de su proceso de recuperación. Pereira afirma a su vez que una mujer que ha sido sometida a una relación de maltrato por un período largo o de forma repetitiva, sufre un trastorno de estrés postraumático crónico que será mucho más complicado de superar que cualquier otro caso de una mujer que haya sido agredida una sola vez, por poner un ejemplo comparativo. En estos casos el arteterapia puede ser una herramienta que ayude a estas mujeres a recuperar su autonomía personal, a fortalecer su autoestima, a volver a conocerse y a reconstruirse. Además a través de la creación de su obra podrán dar voz y forma a esos recuerdos traumáticos que carecen de una narrativa verbal. A su vez Pereira postula que los talleres de arteterapia se convierten en una oportunidad para romper con el aislamiento y socializar. El arte a su vez fomenta la expresión de las emociones y los sentimientos de una forma segura, menos amenazante y confidencial. De igual manera, al participar en talleres de arteterapia donde se trabaja y se convive de forma grupal, las participantes tendrán la oportunidad de solidarizarse con sus iguales. Talleres de arteterapia dentro de los cuales la o el arteterapeuta desea ofrecer una actitud de empatía, aceptación, acompañamiento y de respeto hacia la situación individual de sus participantes. Estos además suelen ser talleres de arteterapia que aunque tengan estrategias de intervenciones preestablecidas estarán siempre readaptándose para cubrir las necesidades reales y actuales de cada una de las participantes y del ambiente y de la situación en los que se esté trabajando.

Pereira recomienda utilizar la primera etapa de talleres para realizar actividades sencillas y de experimentación en las que sus participantes se familiaricen con los materiales y las técnicas; asimismo para que cada una de las participantes descubra los materiales y las

técnicas de su agrado que le ayuden a fomentar su auto expresión. Durante esta primera etapa también se tiene como propósito el saber un poco más de las habilidades plásticas y creativas de las participantes, además de fomentar la revelación de fragmentos de su historia actual con el maltratador, los aspectos laborales, económicos y jurídicos de su vida, etcétera. Durante la segunda etapa de los talleres se pretende hacer un recorrido sobre la vida de las participantes desde su niñez hasta la actualidad, recopilando así información sobre los eventos inmemorables tanto positivos como negativos de su historia. Esta etapa será dura y dolorosa porque implicará recordar y revivir momentos traumáticos del maltrato sufrido, pero a su vez será una etapa vital para poder crear conciencia de la situación que se está viviendo y poder marcar un antes y un después. Durante la tercera y última etapa de los talleres, se tiene como propósito realizar actividades y consignas que centren a los participantes en el presente y en la reconstrucción del futuro; siempre considerando que aunque las etapas de los talleres están definidas la arteterapeuta estará dispuesta a readaptarlas a las necesidades reales y existentes de sus participantes. Pereira a su vez explica que tanto el cuerpo como la mente de la mujer que es víctima de la violencia de género, son agredidos directamente por el maltrato físico, sexual y psicológico, además de ser brutalmente traumatizados, factores que propician un cambio de la percepción y del aprecio que la mujer tenía de estos. Asimismo comenta que a través de los talleres de arte terapia se les invita y se les motiva a expresarse, concienciarse y recuperarse a través de la creación de sus obras y, se les ayuda a encontrar el poder y el valor para recuperar su esperanza y comenzar de nuevo.

Pereira (2009) igualmente afirma que el maltrato, tanto físico como sexual y psicológico, quebranta el cuerpo de su víctima, en este caso de la mujer, quien ha padecido de la violencia de género, haciéndola sentir miedo, culpa, dolor y soledad por la situación en la que vive, afectando su cuerpo no solo de forma física sino también la imagen que ella tiene

de sí misma y la que otros tienen de ella.

Pereira plantea que el cuerpo es un registro de la vida para el ser humano, ya que a través de él se comunican, viven, sienten, se relacionan consigo mismo y con los demás, se gozan y gozan e igualmente sufren. A su vez indica que en el caso de las víctimas de violencia de género es en su cuerpo donde quedan las huellas del abuso y de los maltratos tanto físicos como psicológicos. Pereira quien ha trabajado como arteterapeuta con el colectivo de mujeres maltratadas desde el año 2001, ha realizado talleres en distintas situaciones y con diferentes períodos de duración, abordando diferentes situaciones, estrategias y recursos, e igualmente acumulando extensa experiencia en la comprensión de la problemática y en el descubrimiento de estrategias para motivar a este colectivo a romper su silencio, a tomar conciencia de su situación y a su vez a dar inicio a su recuperación a través del arteterapia. El cuerpo ultrajado se refiere a un cuerpo femenino que ha sido sometido al abuso sexual y que en muchos casos las víctimas de la violación lo viven como un enemigo o como una fuente de dolor que no merecían. Las víctimas del abuso sexual en muchas ocasiones atribuyen este acto tan inhumano a su comportamiento y a su inhabilidad para satisfacer las necesidades y los deseos sexuales de su pareja sentimental o su marido. El cuerpo de las víctimas de la violencia sexual queda anulado y se convierte en algo extraño y en algo que no es atractivo para ellas. Las víctimas a su vez pierden todo deseo sexual dejando a su vez de pertenecerse. Pereira afirma que el maltrato psicológico estará siempre presente en el maltrato físico y sexual y que sus víctimas presentarán una imagen, una autoestima y una identidad sumamente afectadas y alteradas después de haberlo sufrido. El maltrato psicológico puede llevarse a cabo a través del lenguaje verbal, a través de los gestos y del lenguaje corporal, suele ser también más sutil y por lo tanto más difícil de detectar, tanto para la víctima como para sus seres queridos o quienes la rodean. En este caso no se daña de forma física el cuerpo o la sexualidad pero si se daña

profundamente la imagen de la víctima, la cual queda anulada dando así más poder y control sobre ella misma a su maltratador. Otras de las características de algunas de las mujeres que han sido víctimas de la violencia de género es que fueron a su vez víctimas de maltrato en su niñez recibiendo: golpes, abandono, negligencia y abuso de parte de sus padres e incluso en algunos de los casos, siendo abusadas sexualmente; factores que las hicieron más vulnerables a padecer la violencia de género durante la adolescencia y la adultez. El arteterapia puede ayudar a este colectivo a crear conciencia de su situación, a expresar lo que sienten sin necesidad de usar el lenguaje verbal y a exponer lo que les ha pasado, a través de su obra. Asimismo les enseña estrategias que les ayuden a resolver conflictos, encontrar soluciones, tomar decisiones y construir una nueva vida sin violencia. Pereira afirma que las actividades de tipo proyectivo planteadas a través de objetos, relatos, imágenes y palabras, facilitan de forma inconsciente la verbalización de sus realidades, sus sentimientos y sus vivencias. La fotografía y el video son otras de las herramientas que facilitan la búsqueda de sí mismas. El modelado de barro puede ser una técnica efectiva y apropiada para temas relacionados con la sexualidad ya que ofrece un contacto más directo y más natural con la materia estimulando los sentidos del tacto, el olfato y la vista, y fomentando que renazcan vivencias muy físicas y muy profundas. El modelado de barro a su vez propicia el desbloqueo de sentimientos reprimidos, la frustración y el dolor. Pereira a su vez dentro de sus talleres de arteterapia utiliza actividades que facilitan los relatos biográficos, actividades que resultan muy efectivas porque brindan la oportunidad de reflexionar sobre la vida antes del maltrato, durante y después de este. Son actividades que a su vez propician el análisis del estado de sus relaciones tanto afectivas como sociales. La creación artística propicia la ruptura del silencio y fomenta la liberación emocional. Pereira además plantea que la recuperación de las mujeres que han sido víctimas de maltrato psicológico, físico o sexual, tanto en su

niñez como en su adolescencia y su adultez, tendrán una recuperación larga y complicada, pero por el solo hecho de haber tenido el valor de salir de la situación en la que se encontraban para romper su silencio y pedir ayuda, se convierten en mujeres sobrevivientes que no solo tuvieron la fortaleza y la valentía para soportar el abuso, el trauma y el dolor, sino que también la tienen para afrontar su situación y luchar por un futuro mejor. Los talleres de arteterapia ofrecen a este colectivo un acompañamiento y estrategias para ver la vida desde distintas perspectivas y además, a través de la creación de su obra se les brinda la oportunidad de crear, reflexionar y analizar las opciones y las posibilidades que tienen para volverse nuevamente dueñas de su cuerpo, de su presente y de su futuro.

Por su parte, Cury y Masini (2012) proponen talleres de arteterapia los cuales han sido parte de la investigación doctoral que se ha venido desarrollando desde el 2006, desarrollados en un entorno hospitalario y diseñados para la intervención con el colectivo de mujeres con enfermedades de salud mental, tanto de grado agudo como de grado sub agudo que han sido víctimas de la violencia de género e intrafamiliar en algún momento de su vida. Cury y Masini, plantean que los datos recogidos en esta investigación confirman que las enfermedades mentales de la mayoría de estas mujeres han sido detonadas o bien agravadas por la violencia de género e intrafamiliar de la cual han sido víctimas. Este artículo es abordado desde un desarrollo teórico además de la presentación de un caso clínico. Formulan a su vez que cualquier mujer en su edad adulta que es víctima de la violencia tuvo previamente una vulnerabilidad de tipo social o de tipo psicológico como por ejemplo, el haber sido maltratada durante su niñez y el tener una autoestima baja o nula que crea esa urgencia por sentirse querida y necesitada. Además de que los roles pre establecidos históricamente en la sociedad, dibujan a la mujer como sumisa y cuidadora y las hacen más vulnerables al abuso y al maltrato. Las mujeres del colectivo de sus talleres,

son víctimas o sobrevivientes de la violencia y presentan síntomas somáticos tales como: pánico, ansiedad y angustia, los cuales suelen ser tratados por medio de ansiolíticos y antidepresivos; medicamentos que dejan a la víctima tan relajada que la vuelve aún más vulnerable porque parece ser más obediente y más resignada a causa de los efectos del medicamento que toma. Las mujeres de estos talleres suelen no poder confiar en ellas mismas como lo hacen en los demás, tienen que lidiar con los estereotipos que la sociedad les otorga por ser maltratadas y son expuestas a un trauma crónico que las hace cada vez más vulnerables ante el abuso. A través de los talleres de arteterapia es posible ayudarlas a potenciar su participación, a fomentar su validación y a propiciar la reintegración a la vida social a través del trabajo en grupo. Además es posible hacerlas sentir acogidas, escuchadas y acompañadas en cada una de las sesiones con el propósito de que aprendan a recuperar la confianza en sí mismas y en los demás. Es posible ofrecerles a través del arte y de la creación, un puente de conexión con sus emociones más profundas, además de fomentar la revelación de sus experiencias con la violencia para motivarlas a que afronten su situación, se concienticen sobre esta e igualmente den inicio a la búsqueda de sus soluciones.

Aportaciones de investigaciones teóricas y prácticas, en las cuales se plantea y profundiza el valor del proceso terapéutico y las imágenes plásticas, que florecen dentro de un espacio arteterapéutico y sus posibles contribuciones dentro de una terapia psicológica grupal para mujeres, como la que García y Santos (2011) han realizado con un grupo de mujeres que asisten a los servicios de psicología y de psiquiatría del *Hospital Morales Mesenger* de la ciudad de Murcia en España., proyecto que consistió en 19 talleres semanales con duración de dos horas cada uno; talleres que confirmaron que al integrar el arteterapia en talleres de psicoterapia se facilita el proceso simbólico y de transferencia, tanto a nivel individual como a nivel grupal, ambos procesos necesarios para la resolución de conflictos. Estos

talleres que ellas llamaron *Psicoarteterapéuticos*, propiciaron un encuentro para el diálogo, estimularon la simbolización y permitieron que sus participantes alcanzaran niveles más profundos de expresión al combinar el arteterapia y la psicoterapia dinámica. Talleres con una perspectiva de género en donde sus participantes aprendieron estrategias eficaces para la resolución de sus conflictos.

Experiencias terapéuticas con un grupo de mujeres del Sur de España en situación de maltrato a las que se les ofrece a través de los talleres de arteterapia, un lugar seguro que propicia la expresión emocional y posibilita caminos para la mejora de su desarrollo personal, son planteadas por Ojeda y Serrano (2008) quienes consideran que las mujeres maltratadas suelen tener una baja autoestima ya que han perdido su propia identidad y tienen dificultad para concienciarse de su situación y para aceptarla. En los talleres de arteterapia con este colectivo que Ojeda y Serrano proponen, se desea a través del arte, producir cambios que den comienzo a la reflexión, al análisis, la expresión y les permitan afrontar su situación de forma menos traumática. Otro de los objetivos es ayudarlas y motivarlas para que se sientan más responsables, independientes y que se transformen en las protagonistas de su propia recuperación. Ojeda y Serrano afirman que:

...Tras la etiqueta de “mujeres maltratadas” existen personas reales, mujeres que viven envueltas en una enorme maraña de sensaciones y percepciones que no consiguen poner en orden. En muchos casos llegan a perder el sentido de la realidad objetiva y no aciertan a encontrar dónde estuvo el límite que sobrepasaron, donde comenzaron a ceder demasiado, a olvidarse de sí mismas, a perderse en el olvido. Pero en cada historia existe siempre un punto de inflexión, un momento en el que algo cambia y una luz se enciende alumbrando la salida o al menos, mostrándola posible y cercana. El potencial del arteterapia se hace entonces evidente: la capacidad para ayudarles a encontrar la fuerza en sí mismas como la transformación y el cambio... (p.160).

Talleres de arteterapia que se ubican en el aquí y en el ahora, teniendo como objetivo que sus participantes reflejen, tanto sus vivencias como sus emociones, sus miedos y sus necesidades, para así poder proponerles opciones para la mejora de sus vidas.

A su vez Omenat (2006) propone talleres de arteterapia para mujeres que viven en situaciones difíciles tales como: el maltrato, el aislamiento y el alcoholismo (en algunas de las ocasiones). Talleres de arteterapia que tienen además la función de servir como un grupo de apoyo emocional para familiares de ex alcohólicos, en este caso mujeres, Talleres que han sido diseñados específicamente para responder a las necesidades de este colectivo, quienes por distintas razones no había podido ser asistido ni a través del municipio ni a través de alguna otra iniciativa de su comunidad. Talleres que se han venido desarrollando desde el 2002 y que originalmente no se diseñaron para dar apoyo a estas mujeres, esposas de hombres ex alcohólicos, pero sobre la marcha la arteterapeuta consideró interesante dar respuesta a la demanda que la Asociación de Alcohólicos Rehabilitados de la zona en la comarca de *Baix Llobregat* de la ciudad de Barcelona, le solicitó. Y así fue como se diseñaron estos talleres de arteterapia para dar un espacio a estas mujeres. Esta experiencia consistió en dar apoyo grupal y emocional a este grupo de mujeres a través del arteterapia. La mayoría de las mujeres que participaron en estos talleres estuvieron vinculadas a un núcleo que padeció la enfermedad del alcoholismo, transformándose en víctimas secundarias, porque aunque no fueron dependientes del alcohol, padecieron las consecuencias de esta adicción a través de su pareja y también de alguna manera, se enfermaron. Primeramente tuvieron que convertirse en la figura protectora, proveedora, cuidadora y la cual debía y tenía que solucionar los problemas que esta adicción estaba acarreado. Asimismo la enfermedad de su marido puso en peligro su propia relación de pareja y desestructuró a la familia. Estas mujeres vivieron en aislamiento y sin tener el tiempo para comprenderse a sí mismas; mujeres que por la situación en que vivían

quedaron a cargo de las responsabilidades que conlleva un hogar y una familia, mientras su esposo enfermo se rehabilitaba. Vivieron un proceso que suele ser desgastante y mientras tanto no recibieron ningún tipo de apoyo psicológico que les ayudara a sobrellevar los cambios y los ajustes en su vida, al igual que en la de sus hijos/hijas; sin olvidar la nueva vida del esposo que al estarse recuperando pasaba por distintas crisis, las cuales tenían que ser entendidas y atendidas por dichas mujeres. No fue hasta que su esposo enfermo se recuperó que la calma volvió al hogar y fue cuando ellas tuvieron el tiempo de pensar en cuidarse y en buscar la manera de iniciar su propia rehabilitación. Omenat formula que: “Los grupos de mujeres pueden dar respuesta a estos interrogantes y ayudar a la mujer a reconstruirse. Posibilitan la creación de un espacio femenino donde explorar el mundo interno de cada mujer y también establecer asociaciones entre lo individual y lo social y sus vinculaciones con la cultura de género” (p.139). Omenat a su vez postula que los objetivos de los talleres de arteterapia para este colectivo tienen el propósito de ofrecerles un espacio seguro y propio donde puedan reunirse de forma regular para recibir apoyo psicológico y expresarse a través de la creación artística; un lugar donde puedan sentirse acompañadas y donde aprendan juntas de sus propias experiencias; un lugar en el que a través de la creación artística tengan la oportunidad de expresarse, de empatizar con sus iguales y de recuperar la seguridad en ellas mismas.; asimismo, fortalecer sus habilidades para mejorar su escucha, respetarse y apreciar y conocer antes de estereotiparse o hacerlo con los demás. Los talleres de arteterapia y apoyo les brindan las herramientas para deshacerse de sus culpas, concienciarse de su situación y dar inicio a una recuperación en la que ellas serán testigos de su evolución, testificando a través de esta experiencia como el arteterapia puede ser utilizada de forma beneficiosa en distintos contextos y con distintos colectivos, tanto para educar, como para apoyar, para acompañar, para sanar, para reconstruir, y para motivar a quienes la utilizan, a romper el silencio, a compartir su

historia y dar inicio a su recuperación, sea cual sea su problema o su enfermedad de salud mental. Teoría apoyada por Rico[†](2012) quien afirma que el arte puede ser utilizado con fines terapéuticos, educativos y sociales, en distintos ámbitos y con distintos colectivos., y a su vez, realiza talleres de arteterapia, talleres de arteprosocial, talleres de escritura creativa y sesiones de cine con niños, niñas y mujeres migrantes en Pueblos Unidos localizado en La Ventilla, Madrid, Centro Social de Atención al Inmigrante, los cuales se han venido realizando desde el año 2004, y mediante ellos se ha podido ayudar a sus participantes, personas del barrio y de etnias musulmanas y ecuatorianas en su mayoría, a encontrar nuevos caminos para mejorar su integración en la sociedad, su educación, su participación cívica y así acabar con la exclusión social de la que muchas son víctimas por ser inmigrantes. Rico[†], como lo cita Martínez (2012) ha realizado un libro con estas experiencias que presenta a modo de un manual breve, con una recopilación teórica, una investigación, además de aportar materiales, proyectos, actividades, experiencias terapéuticas, exposiciones realizadas y consignas entre otros, para los profesionales que estén interesados, dedicados o decididos a embarcarse en una labor social y artística con el contexto de la inmigración (Rico[†], 2012).Rico aborda la intervención terapéutica grupal en migración a través del arte, con mujeres. Se enfoca específicamente al caso de una de las participantes en estos talleres, una mujer de origen marroquí quien lleva viviendo en España más de 20 años, y que a pesar de ello no ha logrado integrarse completamente en la sociedad y tener una vida más plena. Kauthar (nombre ficticio utilizado para esta participante para proteger su identidad), prueba los talleres una vez que conoce la experiencia a través de sus dos hijas quienes ya han participado en estos. Entonces es que Kauthar inicia a través del arte su auto búsqueda y una participación más activa dentro de la comunidad en la que ya ha vivido por más de dos décadas. En el caso de esta mujer no se le dificulta la comunicación verbal ya que domina el castellano por haber vivido gran

parte de su vida en España. Para Kauthar al trabajar de forma grupal con mujeres que proceden de su misma educación y comparten experiencias comunes, el proceso de comunicación, expresión, búsqueda y transformación se hace más sencillo. Ella ha tenido la oportunidad de trabajar dentro del taller sobre su infancia, su adolescencia y sus orígenes; igualmente trabajó sobre su presente, poniendo en perspectiva las costumbres de su país de origen con las costumbres del país en el que ahora viven tanto ella como sus dos hijas. A su vez le fue posible descubrir un poco más sobre la situación de la mujer en España: sus derechos, sus obligaciones, sus sueños, sus deseos, el papel que desempeña en la sociedad, etcétera. Durante este proceso realizó consignas en las que refleja lo que desea hacer, aprender, cambiar y descubrir en su futuro, dando con esto inicio a la transformación para convertirse en una mujer más segura de sí misma, con mayor madurez, con nuevas ilusiones y con una autoestima fortalecida.

Tucker y Treviño (2011) por su parte, presentan otras experiencias terapéuticas reveladoras las cuales se han venido desarrollando dentro de una población indígena de la ciudad de México, donde se ofrecieron talleres de arteterapia a mujeres víctimas de la violencia intrafamiliar y de género, pero junto con sus maltratadores. Experiencias terapéuticas que afirman que el arte motiva a los participantes de los talleres a expresar sus emociones y sus sentimientos tanto gráficamente como verbalmente, de forma pacífica y menos amenazadora. Asimismo los arteterapeutas declaran que las mujeres que participaron en los talleres afirmaron que trabajar mano a mano con sus maridos y maltratadores les proporcionó una experiencia mucho más efectiva, más reveladora y más enriquecedora en comparación con las experiencias terapéuticas en las que participaron, ya sea sola, con sus hijos e hijas o en grupos con solo mujeres. Las participantes testifican que al abordar el tema del abuso y del maltrato a través del arteterapia y en forma grupal, con otras mujeres y sus maltratadores, hizo posible que sus maridos, realmente logran darse

cuenta del daño que les estaban causando tanto a ellas como a sus hijos e hijas. Afirman que los maridos al escuchar las historias de maltratos y de abusos de sus propias esposas, de las otras mujeres víctimas de sus esposos y las de otros maridos maltratadores, lograron crear conciencia de su situación, les fue posible entender la gravedad del asunto, lograron aprender a expresarse, a comunicarse y a resolver sus conflictos de forma efectiva y sin usar la violencia. Asimismo las participantes afirman que sus maridos lograron concienciarse de como las consecuencias de la violencia de género e intrafamiliar afectarán no solo a la víctima directa quien ha sido abusada de forma física, sino también a las indirectas, en este caso sus hijos e hijas y a cualquier otro familiar que viva bajo el mismo techo donde la violencia está sucediendo. En esta experiencia fueron el arte y el proceso creador los dos elementos principales que fomentaron el entendimiento, la interacción y la comunicación de forma positiva y no hostil entre los participantes de los talleres. A su vez los arteterapeutas alegan que aunque fueron varios los beneficios que estos talleres de arteterapia para la prevención de la violencia brindaron a sus participantes, también se enfrentaron a varios desafíos que son comunes cuando un arteterapeuta se embarca en la implementación de programas interculturales de arteterapia, desafíos tales como: las dificultades para comunicarse de forma verbal, ya que algunos de los participantes solo hablaban su dialecto, la flexibilidad para hacer frente de forma objetiva a lo inesperado, la escasez de recursos, la falta de conocimiento del contexto de la población donde se trabaja, entre otros factores que se fueron presentando inesperadamente durante el proceso de su trabajo de investigación.

Otra experiencia arteterapéutica ha sido la que Fernández (2007) propone en la cual ha utilizado el arte como medio para fomentar la autoestima, las relaciones sociales positivas y la prevención de la violencia en el proyecto que realizó en el ámbito de la educación primaria e infantil pública en un colegio de Madrid, donde la mayoría de su alumnado es

extranjero. Proyecto basado en los principios del arteterapia y en torno a la educación artística, musical y física., teniendo como objetivo el favorecer la convivencia entre iguales mediante las artes plásticas, la música y la danza, lo cual ha sido incluido dentro del programa institucional “Convivir es vivir” el cual subvenciona a determinados centros que trabajan en torno a la prevención de la violencia en el ámbito educativo. Este proyecto además de ofrecer talleres al alumnado del colegio también se enfocó en ofrecer talleres de arteterapia, musicoterapia y danzaterapia al profesorado implicado en la educación de este alumnado. También abordan tempranamente y de forma anticipada las estrategias para la prevención de la violencia en la niñez, para así poderla detectar, tanto en las aulas como en el colegio y en los hogares del alumnado, y así encontrar soluciones y estrategias para su prevención. A través del arte los talleres enseñan a sus participantes a detectar los escenarios que los ponen en situaciones de riesgo y las herramientas para que sean capaces de tomar decisiones que los mantengan alejados de la violencia, siendo el arte el medio de comunicación no verbal, la herramienta que fomenta la convivencia, el canal para la autorreflexión y la motivación para el aprendizaje de modos de prevención de la violencia, como lo es la resolución de conflictos de forma pacífica.

La inmigración, el género y la creación artística son a su vez temas que están íntimamente relacionados con este trabajo de investigación y los mismos son abordados por Carrascosa (2010) quien a través de su experiencia terapéutica define el fenómeno de la inmigración, siendo la mujer la protagonista y demostrando como el arte y la creación artística puede ser una alternativa muy eficaz para su integración social. Carrascosa afirma que se suele pensar que la mayoría de los inmigrantes a nivel mundial son hombres, y lo cierto es que casi la mitad de la población inmigrante es de mujeres. Mujeres quienes no sólo migran para ser reagrupadas con su familia y/o con su marido, sino que también lo hacen como un proyecto personal y propio de vida, con la finalidad de buscar oportunidades de empleo, o

bien para escapar de situaciones que las ponen en riesgo. Mujeres que además migran a otros países para tener una vida que les ayude a proveer un mejor futuro para sus hijos/hijas y el resto de su familia que dejan atrás. Es claro que los motivos para migrar de cualquier individuo son distintos, al igual que para la mujer migrante, y están comúnmente basados en su contexto cultural y social. Para este colectivo la creación artística proporciona herramientas para la integración social. Dentro de los talleres de arteterapia las mujeres migrantes pueden utilizar la expresión artística, el lenguaje creativo y la comunicación no verbal para expresar y canalizar las experiencias traumáticas y dolorosas que los duelos y las consecuencias de la inmigración producen mientras viven el proceso de adaptación e integración, y a su vez ser acompañadas y guiadas por la o el arteterapeuta. Carrasco propone que las primeras sesiones de los talleres de arteterapia sean para formular un acercamiento a lo que serán los objetivos, posteriormente las sesiones se destinarán a enseñar a sus participantes la conexión entre los materiales de arte y sus sentimientos. Se realizarán actividades lúdicas mediante las cuales las participantes experimenten con las técnicas artísticas; asimismo podrán crear obras al azar mediante collage, salpicado, garabateo, etcétera, para romper con la inhibición y fomentar la creatividad. Por medio de la experimentación lograrán las participantes perder sus miedos al utilizar nuevos materiales y aceptar que pueden cometer algún error o no hacerlo de cierta forma. A través de la creación de su obra las participantes de los talleres de arteterapia podrán dar voz a sus sentimientos y con el apoyo y la ayuda de la arteterapeuta crear discursos articulados donde reflexionen, analicen, observen y comprendan su situación y encuentren soluciones para la mejora integral de sus vidas como inmigrantes.

Aportaciones que han ayudado a entender a la arteterapeuta la importancia de reconocer la realidad migratoria del ser humano como una circunstancia pero no como su identidad, como Melero (2010) lo postula en su manual de migración en el cual alega que es muy

importante no olvidar que independientemente de que una persona sea un inmigrante, es un ser humano con derechos y obligaciones. Melero a su vez explica de forma detallada en que consiste el enfoque psicosocial y como este es aplicable a la realidad de la personas migrantes, afirmando que es un enfoque que ofrece herramientas para entender el fenómeno de la migración, los motivos por los cuales el ser humano migra y las situación real del inmigrante que se embarca en esta odisea. La intervención psicosocial con el colectivo de la inmigración ofrece distintos caminos para abordar los temas de la diversidad cultural, la inmigración y la convivencia humana.

Publicaciones que abordan el tema de la inmigración, considerando que este es y ha sido un fenómeno natural a través de la historia del ser humano pero que en la actualidad es vivido en condiciones tan aterradoras que están afectando la salud mental y física de los migrantes que se embarcan en esta aventura, como lo afirma Achotegui (2012), quien a su vez plantea temas sobre la salud mental del inmigrante y considera que al estar viviendo este fenómeno de la inmigración estando expuesto a niveles de estrés prolongado que se van intensificando con el paso del tiempo, el inmigrante estará más vulnerable a tener problemas de salud mental que podrían convertirse en enfermedades. Achotegui hace una comparación entre el fenómeno de la inmigración del siglo pasado con el de este siglo y formula los estresores más relevantes del *síndrome de Ulises* o bien el *Síndrome del Inmigrante con Estrés Crónico y Múltiple*, desde la salud mental, estresores que son potenciados por varios factores a los que están expuestos los inmigrantes, tales como: el no tener una red social de apoyo, el no tener control sobre su situación, el no contar con el apoyo necesario y suficiente de parte del sistema sanitario y psicosocial del país en el que residen, ya sea por desconocimiento, por discriminación o simplemente por desinterés. Achotegui postula que los inmigrantes que padecen el síndrome de Ulises presentan trastornos afectivos, adaptativos y síntomas de estrés postraumático, recalcando que este

síndrome es un problema de salud mental y no una enfermedad, pero que podría convertirse en la antesala de una enfermedad mental si no se atiende a tiempo. Achotegui en sus investigaciones presenta casos de inmigrantes con el *Síndrome de Ulises* y casos de inmigrantes con trastornos mentales con la finalidad de poder analizar su diagnóstico diferencial, señalando a su vez la importancia de las intervenciones realizadas desde la perspectiva de la prevención. Hace además referencia a las aventuras que los inmigrantes viven en el presente, comparándolas con la odisea del héroe griego Ulises, quien sufrió incontables desgracias y peligros lejos de su tierra y de sus seres queridos. Achotegui denomina este síndrome inspirado en las hazañas de este héroe para honrar así la imagen del inmigrante que en la actualidad ha sido tan desvalorizada ya que solo se habla de las desventajas de la inmigración y no de los beneficios que esta trae tanto al país de acogida como al de origen. Achotegui ha trabajado por más de 30 años en la ciudad de Barcelona, en el área de salud mental y de inmigración, en los servicios de atención psicopatológica y psicosocial para inmigrantes y para refugiados dentro del *Hospital de Sant Pere Claver*, años de experiencia y de trabajo que dan origen al concepto de síndrome de Ulises en el año 2002.

Asimismo Achotegui (2014) afronta las características del duelo y del estrés que padecen los inmigrantes y afirma que la inmigración como cualquier otro evento en la vida del ser humano tiene ventajas y desventajas, y que las desventajas traerán a su vez consecuencias, tales como experimentar la soledad, el miedo, la desesperanza y el estrés crónico, solo por mencionar algunas. Plantea además que el duelo de la inmigración posee características específicas y que es distinto al duelo clásico. Asimismo afirma que el duelo migratorio además de no haber sido tan estudiado como el duelo clásico, es un duelo parcial, no es un duelo total como la desaparición o la muerte de un ser querido. En el duelo migratorio el inmigrante sufre por estar separado de su país de origen y de su gente, pero solo de forma

tempo espacial, por lo tanto sabe que están ahí aunque no pueda tenerlos, y sus vínculos permanecerán por siempre, a diferencia de cuando alguien muere, porque la persona ya no está y ese recuerdo se irá desvaneciendo poco a poco y además se sabe de antemano que ya no habrá más interacción con ese ser que murió. Achotegui de igual manera afirma que la inmigración es un fenómeno complejo, que supone un cambio que no es solo de carácter geográfico, ya que los inmigrantes experimentarán a su vez varios eventos que transformarán su vida y la cambiarán de forma radical y para siempre.

Muñoz y Crespo (2014) quienes también abordan el tema de la inmigración y el tema del paisaje y sus influencias en el individuo migrante, analizan a través de sus experiencias terapéuticas los beneficios del uso del arteterapia con este colectivo, implementando el estudio del paisaje y la influencia que este tiene en el desarrollo social e individual, la mejora de la calidad de vida y el crecimiento personal del individuo migrante dentro de su nuevo entorno. A través de esta propuesta abordan la transformación y la intervención del paisaje mediante la utilización del arte y como una alternativa de integración social en un centro de migraciones de Madrid. Los talleres proponen: el arteterapia como una herramienta para la inclusión social, el fortalecimiento de la autoestima, el fortalecimiento de la identidad cultural y personal, a través de la apropiación simbólica del nuevo paisaje. Muñoz y Crespo postulan que si un individuo logra conocer y comprender el contexto en el que vive podrá crear nuevos vínculos y así mejorar su vida tanto a nivel social como a nivel personal. En sus talleres de arteterapia incluyen la experiencia ambiental involucrando todos los sentidos y propiciando a través de la creación y del arte la interacción y la intervención en el nuevo paisaje. Los talleres de arteterapia tienen como propósito fomentar la aceptación del nuevo paisaje donde el migrante está residiendo y consecuentemente su integración de forma más saludable dentro de su nuevo contexto.

Ojeda, García y Bailón (2013) postulan que acorde con el reporte anual del 2012 del

American Psychological Association las circunstancias precarias en las que las personas están migrando en la actualidad, los colocan en riesgo de sufrir desórdenes psicológicos. Ellos afirman a su vez que los inmigrantes mexicanos, en este caso, cruzan la frontera de los EE.UU. con el propósito de iniciar una nueva vida que les proporcione la manera de mejorar su situación económica familiar; un viaje que muchos mexicanos desean emprender con el objetivo de conseguir un buen empleo que les permita ganar más dinero, siendo motivados por las historias que se cuentan en sus comunidades, que consideran que la vida en general es mucho más fácil y más placentera en los EE.UU. Entienden que la inmigración conlleva beneficios, pero aun sabiendo que también tendrá sus consecuencias negativas, prefieren ignorarlas, hasta que llegan al nuevo país al que migran y comienzan a sentir la tristeza y soledad por estar lejos de su tierra, de su gente, además de los sentimientos de desesperación, desesperanza, estrés y frustración producidos por no haber alcanzado las expectativas que tenían contempladas. Entonces, cuando estos inmigrantes se enfrentan a los duelos que el fenómeno de la migración produce, muchos de ellos comienzan a buscar apoyo moral y espiritual en las iglesias, para motivarse y fortalecerse para hacer frente a sus problemas. La iglesia para ellos se convierte en un lugar en el que encuentran a otras personas y familias de su misma etnia que están pasando por situaciones similares, con quienes pueden compartir sus vivencias además de recibir sus consejos, su apoyo y su ayuda. Los talleres de arteterapia que Ojeda, García y Bailón ofrecen, han sido diseñados a petición del sacerdote de la iglesia de *San Finbar*, la cual está localizada cerca de la ciudad de los Ángeles. El sacerdote desea escuchar y ayudar a quien lo solicita y lo necesita, pero al no tener el espacio ni el tiempo suficiente para atender a las necesidades de todos sus feligreses, solicita a estos arteterapeutas que ofrezcan en la iglesia talleres de arteterapia en los que se trabaje la resolución de conflictos para la mejora del funcionamiento matrimonial y familiar, de parejas de origen latinoamericano que son

inmigrantes en los EE.UU. Talleres de arteterapia que fueron ofrecidos y enfocados a explorar a través del arte, las historias de sus participantes tanto matrimoniales como familiares. Talleres con la finalidad de que sus participantes logaran utilizar sus propias historias como una vía de auto reflexión y concienciación de la situación en la que viven. Asimismo para mejorar sus niveles de comunicación y para aprender a solucionar sus conflictos de forma eficaz y pacífica. Al trabajar a través del arteterapia con este colectivo igualmente se descubrió que les ayudó a manejar el estrés, a modificar sus comportamientos y actitudes, además de entender la importancia y los beneficios de la integración en la nueva cultura en la que viven.

Knill, Levine & Levine (2005) presentan una recopilación de trabajos de investigación que exponen las experiencias de terapeutas creativos que utilizan las artes para la resolución de conflictos en forma pacífica. Son terapeutas que trabajan en el campus de *Lesley University* de la ciudad de Cambridge, Massachusetts y en su otro campus localizado en la ciudad de Tel Aviv en Israel. También presentan experiencias de terapeutas creativos de la *European Graduate School* en Suiza. Todas estas instituciones educativas fomentan la utilización de las artes para enseñar estrategias para la prevención de la violencia, tales como el manejo y el control de la ira y la resolución de conflictos de forma pacífica. Los autores han dividido esta publicación en tres secciones: la primera sección en la que se narran experiencias de terapeutas creativos que utilizan las artes como herramienta para ayudar a sanar lo que causa el conflicto. La segunda sección, que presenta los proyectos e intervenciones en los que los terapeutas creativos utilizan el arte, la escritura, la poesía, el teatro, la música, la danza y la combinación de algunas de estas para la resolución del conflicto. Reforzando estas experiencias y consignas, con fotografías y poemas que fueron realizados inspirados en los distintos temas y colectivos con los que se trabajó. Experiencias de talleres de arteterapia con mujeres beduinas en Israel, arte con objetos

encontrados por personas que viven refugiadas en distintos países, además del uso de la poesía y la escritura creativa con sobrevivientes de torturas y de guerras, de origen iraquí; un grupo de música, teatro y danza para hombres mutilados en la guerra de Sierra Leona; talleres de pintura y de dibujo con niños y niñas autistas y talleres de arteterapia con mujeres presas en Kenia. Asimismo las experiencias en un grupo de arte, juego y danza para voluntarios y trabajadores de una ONG en Darfur, quienes viven en situaciones de riesgo y están expuestos a un nivel de estrés muy alto. Igualmente narran la experiencia de talleres de arteterapia realizados en Bolivia con niños de la calle, además de un taller de cuenta cuentos, teatro y arteterapia en comunidades etíopes y judías en Israel, en el que cuentan sus historias de traumas que no habían podido ser develados de forma verbal. Experiencias terapéuticas que tienen como objetivo recuperar, a través del uso de las terapias creativas, a mujeres, niños, niñas y hombres sobrevivientes de conflictos bélicos, del trauma, y de la violencia, para que se motiven a romper su silencio, a encontrar la valentía para afrontar su trauma, a su vez que la fortaleza para dar resolución a sus conflictos externos e internos de forma pacífica, además de dar inicio a su proceso de recuperación para sanar y aprender a vivir de nuevo.

Experiencias de talleres de arteterapia con víctimas de la violencia política en el ámbito de la salud mental también han sido propuestos, tales como los que Kalmanowitz (2005) diseña y realiza con personas que vivieron en países donde padecieron conflictos armados, guerras civiles, fueron torturados, fueron prisioneros, exiliados o son asilados políticos en la actualidad. Experiencias psicoterapéuticas que utilizan el arteterapia para trabajar con víctimas de la violencia política en distintos lugares del mundo; lugares como la antigua Yugoslavia, en territorios palestinos, en Sri Lanka, en Sudán, en Sudáfrica, en el Reino Unido y en los EE.UU., reafirmando a través de su obra y analizando las experiencias de muchos otros arteterapeutas de distintos países del mundo, que el arte y la

creación artística utilizadas en una sesión de arteterapia brindan ese espacio seguro y confidencial donde se fomenta la expresión de sentimientos intensos y recuerdos dolorosos sin necesidad de utilizar el lenguaje verbal. Asimismo a través del arte y del proceso creador es posible motivar a los participantes de los talleres para que creen conciencia sobre su situación, encuentren la fuerza y la valentía para contar su historia, para que logren hacer las paces con ese pasado que les atormenta y para que den inicio a la recuperación de su presente y la reconstrucción de una vida futura sin violencia.

En esta investigación al trabajar con el colectivo de mujeres inmigrantes que han sido o que son víctimas de la violencia y que continúan viviendo en situaciones de riesgo, el trauma y la recuperación son temas muy relacionadas con sus experiencias; temas de los cuales, Herman (2004), hace un análisis sugestivo, enfocándose en el estudio del estrés crónico y postraumático que padecen tanto las mujeres maltratadas como los veteranos de guerra y los prisioneros de guerra, quienes son sobrevivientes de tragedias. Propone una clasificación sobre los avances más reciente de la psicología del trauma y hace un estudio de la histeria, apoyándose en el movimiento republicano anticlerical en Francia a finales del siglo XIX y se enfoca en el estudio de las traumáticas consecuencias a nivel psicológico que padecen las víctimas de las guerras, principalmente de la Primera y de la Segunda Guerra Mundial y de las guerras de Corea y de Vietnam, todas guerras del siglo XX, abordando a su vez el estudio de las consecuencias traumáticas de las víctimas de la violencia doméstica y sexual, a nivel psicológico, estudio que fue utilizado para respaldar el movimiento feminista. Herman con sus aportaciones da voz y apoyo a las víctimas de traumas, maltratos y violencia, reconociendo su dolor, describiendo sus síntomas y aportando posibles alternativas para su cura. Igualmente, propone estrategias para devolverles el deseo de vivir y ayudarles a recuperar la confianza para reintegrarse de nuevo en su entorno. Herman también formula que al trabajar con el colectivo de mujeres

que han sido víctimas de la violencia de género por períodos prolongados y de forma repetitiva, se debe asegurar que las intervenciones terapéuticas tengan como objetivo trabajar con ellas para ayudarles a sentirse nuevamente seguras en su propio cuerpo; trabajar con ellas para ayudarles a que logren retomar el control de sus emociones y de sus sentimientos; además trabajar para ayudarles a fortalecer sus niveles de socialización, de confianza y de auto control. Del mismo modo recomienda que a través de la terapia se les apoye y se les motive para que recuperen su seguridad y su control, tanto de su propio cuerpo como del entorno en el que estén viviendo.

Ya existe un protocolo de arteterapia que fue diseñado específicamente para abordar la memoria traumática del individuo de forma no verbal a través de la creación artística. Es el que Talwar (2007) propone mediante una intervención de tipo sensorial, estructurada y diseñada para trabajar con niños y niñas, con adolescentes y con sus padres quienes han sido víctimas de la violencia de forma repetitiva, con el propósito de ayudarles a expresar las experiencias traumáticas que han vivido y encontrar soluciones para su recuperación. Protocolo que fue diseñado originalmente para trabajar con personas diagnosticadas con trastornos de estrés postraumático; personas que reportan evocar sensaciones, recuerdos y emociones durante meses e incluso años después de haber experimentado las situaciones traumáticas; personas con pesadillas y *flashbacks* que les hacen revivir involuntariamente ese trauma que a veces se manifiesta de forma desproporcionada causándoles tantos síntomas que no les permiten llevar una vida normal. Este protocolo fue creado con el propósito de integrar a través de la creación artística los niveles cognitivos, emocionales y fisiológicos de esos individuos que han experimentado eventos traumáticos durante su vida. Para llegar a este protocolo Talwar define lo que es el trauma y analiza las investigaciones actuales relacionadas con las funciones cerebrales que integran la experiencia y la memoria en el ser humano; examina a su vez el tema de la creación

artística, la creatividad y la forma en que estas podrían beneficiar áreas y funciones específicas del cerebro. Asimismo manifiesta que en los últimos años, tanto en el campo de la neurobiología como en el de la psicoterapia, se ha utilizado el arteterapia para ayudar a esos clientes/pacientes que no logran comunicar de forma verbal sus experiencias traumáticas. Afirma que aunque no existen muchas investigaciones científicas publicadas que confirmen los beneficios que el arteterapia brinda a las personas que padecen el trastorno de estrés postraumático, hay reportes de numerosos psicoterapeutas, sobre los beneficios que el uso de las terapias creativas le otorgan a sus clientes/pacientes, argumentando que la arteterapia es beneficiosa, ya que es una disciplina que no requiere de comunicación verbal y que es reconocida por ser nutrida principalmente por las imágenes que se crean durante la sesión que servirá para dar inicio a la comunicación entre cliente y arteterapeuta. Este protocolo surgió de la experiencia en la práctica clínica y aunque aún no existe ningún estudio de investigación que se haya llevado a cabo en relación con el mismo, las personas que se han beneficiado de él, han reportado resultados positivos en la manera de procesar y de expresar tanto sus recuerdos como sus experiencias traumáticas, sin tener que hacer uso del habla y de forma menos amenazadora, a través de la creación y del arte. Expresa Talwar, que el arteterapia, posibilita la integración de las funciones de ambos lados del cerebro para propiciar la integración de las experiencias traumáticas durante el proceso de crear una imagen. Agrega, que el lado izquierdo del cerebro durante el proceso creador se encarga de decidir entre colores, pinceles, formas, trazos y cualquier otra toma de decisión secuencial en la que se utilice el pensamiento analítico, mientras que el lado derecho activa la parte motora, espacial y visual, las emociones y las regiones sensoriales del ser humano; concluyendo que la estimulación bilateral del cerebro, que ha sido posible gracias a la creación artística, se dedica entonces a la integración de las funciones de planificación y de la memoria, para

dar así inicio a la narración de vivencias traumáticas que a través de la comunicación verbal no hubiese sido posible develar.

A su vez Goodman & Smyth (2011) declaran que las víctimas de la violencia que padecen un trastorno de estrés postraumático son personas que a causa de las experiencias tan traumáticas y aterradoras que han vivido, sentirán impotencia, miedo y terror, además de revivir de forma inconsciente y repetitiva, a través de *flashback*, ataques de pánico, ataques de ansiedad y pesadillas, estas vivencias tan dolorosas. Dice que son personas que estando en cualquier entorno, por más pacífico que este parezca, podrán ser estimulados de forma negativa a través de sensaciones, sonidos, olores, personas, etcétera, que los harán revivir la angustia de su trauma, causándoles episodios de terror y de dolor. Afirma también que si se evita exponerles a estas situaciones con el fin de prevenir la ansiedad y la angustia, se estaría propiciando su aislamiento social y por lo tanto el alejamiento y la prohibición inconsciente de seguir viviendo y disfrutando de esas experiencias que se solían gozar antes de haber vivido el trauma. Manifiesta que existen tratamientos conductuales eficaces para tratar los trastornos del estrés postraumático, estrategias muy prometedoras que normalmente requieren que las personas se enfrenten gradualmente a esos factores que producen la ansiedad asociada con su trauma. Goodman & Smyth citan que en las últimas dos décadas, a través de múltiples investigaciones, se ha explorado la eficacia del uso de terapias alternativas y complementarias para la mejora de las vidas de personas diagnosticadas con un trastorno de estrés postraumático, las cuales involucran enfoques terapéuticos que incluyen en sus sesiones el arte, la música y el movimiento, para facilitar otros medios de expresión, sobre todo con pacientes/clientes que han sido diagnosticados con un estrés postraumático y que suelen perder la habilidad para comunicar de forma verbal lo que les ha pasado; enfoques como el arteterapia que permiten a los individuos con este trastorno expresar sus pensamientos y sus sentimientos sin necesidad de tener que

verbalizar su trauma. El arteterapia les motiva a compartir sus experiencias para poder confrontarlas directamente, a dar forma y color a sus memorias traumáticas de forma menos amenazadora, a regular y a tomar control de sus emociones, a disfrutar de una liberación emocional y a dar inicio a su proceso de curación.

Por otro lado, Levine (2009) explora la naturaleza de las experiencias traumáticas y el papel terapéutico que las artes y el arteterapia juegan brindando soluciones. Sugiere que al recordar, expresar y recrear las experiencias dolorosas, trágicas y traumáticas que el ser humano ha padecido, mediante el proceso de la creación artística, se producen los siguientes beneficios: se facilita la concienciación de su situación, se encuentra la fuerza y la valentía para admitirla y para pedir ayuda, se propicia el inicio de la recuperación y se deja de sentir o ser una víctima para transformarse en un/una sobreviviente. Levine postula que la memoria y la imaginación pueden reconocer el caos de la vida de un ser humano y encauzarlo de forma creativa, a través de la creación artística, para trabajar en la mejora de su trauma, su tragedia y su sufrimiento y brindarle soluciones.

Otro elemento importante en este trabajo de investigación es el papel que el arte juega al ser utilizado como una herramienta educativa dentro de los talleres de arteterapia. Una propuesta muy reveladora que utiliza este concepto es la que Berry (2009) relata en una de sus publicaciones, en la que describe el trabajo de *Tim Rollins*, un artista, activista y pedagogo norteamericano, quien en 1978, diseña, organiza y lleva a cabo, a través de la educación artística, talleres para chicas y chicos de origen afroamericano y latinoamericano residentes del barrio del Bronx en la ciudad de Nueva York, uno de los barrios más conflictivos y con uno de los índices de violencia más altos de los EE.UU. durante los años setenta. Sus talleres de arte están enfocados al colectivo de adolescentes que han experimentado violencia en sus vidas y continúan viviendo en situaciones de

riesgo, además de tener problemas de aprendizaje, dislexia en su mayoría, y un bajo rendimiento académico, teniendo como objetivo que los chicos y las chicas que participan en estos talleres, a través del diálogo, la puesta en común y la creación de arte en forma colectiva, tengan la oportunidad de analizar críticamente su situación social, descubran sus causas y entiendan las posibles consecuencias. A través de los talleres, Rolling desea que sus participantes den inicio al proceso de comparación de sus vidas con otras situaciones, al igual que con otras posibilidades que propicien la reconstrucción de una vida mejor para su presente y su futuro. La metodología de estos talleres gira en torno al pensamiento del sociólogo y teórico J. Dewey, y es así que Rolling propone dar inicio con un proceso de diálogo y creación, mediante el uso de la lectura de temas que se asocien con las circunstancias y los acontecimientos de las vidas de los participantes de los talleres, para así lograr que se vean proyectados en estas lecturas, motiven su creatividad antes de iniciar el proceso creador y den inicio a su proceso de recuperación. El grupo de los participantes de estos talleres de arte se les llamó *K.O.S o Kids of Survival* (Chicos y Chicas Sobrevivientes) y Rolling les enseñaba a través del arte a sus participantes la importancia del proceso creador y no la del valor estético del producto final, para que crearan conciencia de su realidad y aprendieran las herramientas necesarias para transformarla.

Otros temas que están fuertemente relacionados con la baja estima son: la identidad negativa y la imagen corporal negativa, las cuales forman parte de las consecuencias que la violencia de género e intrafamiliar propician en la mujer y que si no son tratadas a tiempo podrían desencadenar en desórdenes alimentarios; temas que pueden ser abordados a través del arteterapia, tal como Hunter (2012) lo propone. Ella es una de las fundadoras de la clínica de desórdenes alimentarios llamada *Meghan's Place Eating Disorder Center*, localizada en California, donde se ofrecen talleres arte terapéutico con el propósito de fomentar la exploración de la imagen corporal de sus pacientes, su sentido de identidad, el

fortalecimiento de su estima y su auto aceptación; consignas que son realizadas plasmando sentimientos y emociones a través del arte y utilizando como lienzos bolsos y zapatos de tacón alto. Las participantes de estos talleres son mujeres que presentan problemas crónicos de aceptación de su imagen corporal, lo cual podría convertirse en un futuro en un problema de desorden alimentario. Mediante estos talleres de arteterapia se pretende ofrecerles alternativas efectivas e innovadoras para que prevengan estos desórdenes, o si ya los padecen, para fomentar su rehabilitación. Talleres de arteterapia que presentan consignas que utilizan variados materiales y técnicas de arte, para trabajar de forma abierta y creativa, temas relacionados con la imagen corporal, el control y la expresión de las emociones, el fortalecimiento de la estima, el fomento de una identidad corporal saludable y positiva, además de la educación de estrategias para la prevención de desórdenes alimentarios, entre otros. El enfoque que se utiliza para estos talleres es conductual. A través de las consignas se fomenta a su vez el diálogo y la evaluación, con el objetivo de concienciar a sus participantes sobre su situación y validar lo que están haciendo para mejorar su vida en el presente y en el futuro. Estos talleres de arteterapia son diseñados para trabajar con mujeres, niñas y adolescentes que estén interesadas o necesiten ayuda sobre temas relacionados con la imagen corporal y con los desórdenes alimentarios que una imagen corporal negativa pudiera originar. Hunter se interesa y se sensibiliza con este tema ya que existen estudios actuales que demuestran que un 80% de las mujeres en los Estados Unidos admiten estar insatisfechas con su imagen corporal, y, además, porque su hija padeció un tipo de desorden alimentario durante su adolescencia y Hunter considera que la cultura y los medios hacen creer a muchas mujeres que es mucho más importante el aspecto físico que la parte interior del ser humano. Por lo tanto es cada vez más difícil encontrar mujeres que se sientan realmente satisfechas con la imagen de cada una de las partes de su cuerpo, y es por eso que se proponen estos talleres de arteterapia, para enseñar

a sus participantes a verse a sí mismas más allá de su cuerpo y de su imagen física, que logren aceptarse y quererse de forma incondicional y que se sientan realmente satisfechas dentro de su propio cuerpo y de su propia piel.

Capítulo 3

Objetivos de la investigación



Figura 6. Imagen que captura un fragmento de una actividad Grupal en la que sus participantes logran trabajar de forma armónica, Rompiendo con sus inhibiciones, relajándose y divirtiéndose.
Fotografía de la investigadora.

Capítulo 3 Objetivos de la investigación

Objetivo general

- Determinar si el arteterapia utilizada como herramienta terapéutica y educativa favorece la prevención de la violencia en mujeres que han sido víctimas de esta o que viven en situaciones que las ponen en riesgo de serlo.

Objetivos específicos

- Investigar e identificar cuáles son los tipos de violencia y de maltrato a los que han sido expuestas las mujeres del colectivo de esta investigación.
- Identificar cuáles son las situaciones que las ponen en riesgo de ser víctimas de la violencia de forma repetitiva.
- Identificar y seleccionar estrategias que les enseñen a prevenir la violencia.
- Seleccionar proyectos, actividades e intervenciones para los talleres de arteterapia grupales que fomenten la utilización, la exploración y el entendimiento de estas estrategias.
- Impartir los talleres dentro de las comunidades donde este colectivo reside, estudia y pasa sus momentos de ocio para facilitarles su participación.
- Impartir estos talleres de forma ininterrumpida y gratuita.
- Utilizar metodologías, técnicas y materiales de arte, que sean intuitivos, dinámicos, creativos, sencillos, expresivos y que favorezcan el proceso de enseñanza-aprendizaje. Que brinden seguridad, acompañamiento, que fomenten el autocontrol, además de propiciar el diálogo sin inhibición.

Capítulo 3 Objetivos de la investigación

- Enseñar a estas mujeres a que creen conciencia de su situación, rompan su silencio y se responsabilicen de su propia recuperación.
- Enseñarles estrategias que les ayuden a identificar personas y situaciones que las ponen en riesgo de ser víctimas de la violencia.
- Proporcionar un espacio seguro y confidencial dentro de los talleres en el que se motive la expresión, la participación y el desarrollo integral de cada una de sus participantes.
- Enseñar estrategias que propicien la resolución de conflictos de forma pacífica además de la mejora en el manejo y el control de la ira.
- Enseñar estrategias para el fortalecimiento de la autoestima, la reconstrucción de una identidad positiva y la toma de decisiones asertivas.
- Motivar a estas mujeres a que se mantengan alejadas de relaciones manipuladoras, controladoras y abusivas.
- Fomentar su integración en la nueva cultura y la asimilación de los nuevos valores del país en el que están residiendo para que su vida sea más segura y menos conflictiva.
- Montar exposiciones de arte públicas en la que se expongan las obras creadas en los talleres para así crear conciencia dentro de la comunidad sobre la violencia, sus causas, sus consecuencias y las estrategias que existen para su prevención.

Capítulo 4

Metodología



Figura 7. Lienzo de tela pintado utilizando la técnica mixta
Con pinturas acrílicas y temperas además de rotuladores para tela.
Obra creada para representar un sentimiento muy intenso
que no tiene nombre. Fotografía de la investigador

Capítulo 4 Metodología

4.1 Metodología de la investigación

Para esta investigación se ha utilizado la metodología cualitativa y la investigación se ha abordado desde el arte ya que la arteterapeuta e investigadora viene del campo de la educación artística.

La investigación de tipo cualitativo es una aproximación sistemática que favorece la descripción y el encuentro de significados de las experiencias cotidianas de la vida, su objetivo principal es captar acontecimientos y acciones desde la perspectiva del sujeto de estudio para poder así entender las experiencias humanas como el dolor, la impotencia, el trauma, la depresión, la desigualdad, el racismo, por mencionar algunas de las situaciones por las que están pasando el colectivo de mujeres con el que se trabaja en esta investigación.

Para entender de forma más clara y sencilla del por qué se ha utilizado este tipo de metodología para esta investigación se mencionan a continuación algunas de sus conceptualizaciones que responderán a muchas de estas interrogantes:

- Bodgan & Biklen (1982), desde un aspecto sociológico sitúan los orígenes de la investigación de tipo cualitativo, en el interés sobre problemas que están relacionados con la sanidad, la educación, la salud y la asistencia social, dentro del seno de los EE.UU., cuyas causas es preciso buscarlas en el impacto de la migración y la urbanización de grandes masas.

- Taylor & Borgan (1986) postulan que la metodología cualitativa es aquella que consiste en más de un conjunto de técnicas para recolectar datos ya que es una forma de encarar el mundo empírico.
- Por otro lado Pérez Serrano (1994) define la investigación cualitativa como un proceso activo, riguroso, de indagación dirigida y sistemática en el cual se tomaran decisiones sobre lo investigable.
- Strauss & Corbin (1990) definen la investigación de tipo cualitativo, como cualquier tipo de investigación en el que no se han utilizado procedimientos de cuantificación o estadísticos para producir u obtener los resultados.
- Denzin & Lincon (1994) declaran que la investigación cualitativa es un campo interdisciplinario que atraviesa las ciencias sociales, las humanidades y la física.
- Mientras que Sandin (2003) define la metodología cualitativa como una actividad sistemática que tiene como objetivo principal la comprensión a fondo de los fenómenos sociales y educativos.

La metodología cualitativa, tiene una perspectiva representativa y explicativa e igualmente promueve el descubrimiento y el entendimiento de las características del fenómeno y del sujeto que se estudia. Asimismo hace posible que mediante la exploración y la observación se recaude datos importantes, tanto del sujeto como del fenómeno. Esta metodología es de naturaleza flexible, analiza sin prejuicios, trata de comprender lo mejor posible lo que se estudia, además de tener como propósito la recopilación del mayor número de cualidades posibles de tanto el fenómeno como el sujeto de estudio.

Esta metodología de igual manera permite analizar la situación del sujeto, el contexto en que el sujeto se desarrolla, sus problemas además de sus posibles soluciones. Igualmente estudia las acciones y los comportamientos para promover de esta manera la reflexión.

Permite entender y considerar a profundidad los sentimientos, pensamientos y las emociones del sujeto que se está estudiando.

Por medio del uso de la metodología cualitativa en esta investigación se ha podido hacer un análisis constante de los problemas en la realidad de las mujeres que participan en los talleres, diseñados para esta investigación, logrando así poder entender su naturaleza y los factores que los provocan. La metodología cualitativa le ha permitido a la investigadora entender mejor el contexto y el colectivo de esta investigación permitiéndole así poder diseñar y readaptar los talleres de arteterapia para la prevención de la violencia acorde a las necesidades reales y actuales de sus participantes, logrando así cubrir de mejor manera sus necesidades y el cumplimiento de sus objetivos.

A continuación se presentan algunas de las características de la metodología de investigación cualitativa y de los investigadores que la practican.

Características de la metodología:

- La metodología cualitativa no transforma las palabras ni las acciones de la gente en ecuaciones estadísticas ya que no desea perder de vista el aspecto humano de la vida social.
- Estudia a las personas de forma específica, llegando a conocerlas a nivel personal y experimentando lo que sienten en su lucha cotidiana dentro de su contexto.
- La investigación cualitativa es inductiva.
- Los métodos cualitativos son humanistas.
- Para la realización de una investigación cualitativa es esencial experimentar la realidad tal como los sujetos de estudio la experimentan.

- La investigación cualitativa implica la recolección y utilización de una gran variedad de datos, recolectados a través de imágenes, sonidos, entrevistas, historias de vida, experiencias personales, entre otros, que ayuden a describir de manera clara, profunda y precisa al fenómeno de estudio y a su contexto.

Características de sus investigadores:

- Los investigadores cualitativos desarrollan conceptos, interpretan y comprenden partiendo de las pautas de los datos que recolectan y no de recoger datos para la evaluación de modelos, hipótesis o teorías preconcebidos.
- En sus estudios siguen un diseño de investigación flexible comenzando sus estudios con interrogantes vagamente formuladas.
- En la metodología cualitativa el investigador observa al sujeto de investigación y a su contexto con una perspectiva holística, considerándolos como un todo sin reducirlo a variables.
- El investigador cualitativo estudia a las personas en el contexto de su pasado y de las situaciones en las que se hallan en el presente.
- Los investigadores cualitativos son sensibles a los efectos que ellos mismos causan sobre las personas que son sus sujetos de su estudio.
- Tratan de comprender a las personas dentro del marco de referencia de ellas mismas.
- Los investigadores cualitativos se identifican con las personas que estudian para poder comprender su percepción.
- El investigador cualitativo suspende o aparta sus propias creencias, perspectivas y predisposiciones, de su investigación.

- Para el investigador cualitativo todas las perspectivas son valiosas. Este investigador no busca “la verdad” o “la moralidad” sino una comprensión detallada de la perspectiva de otras personas.
- El investigador cualitativo considera que todos los escenarios y las personas son merecedores de estudio. Ningún aspecto de la vida social es demasiado superficial o insignificante como para ser estudiado. Asimismo todos los escenarios y personas son únicos.
- Son flexibles en cuanto al modo en que conducen y realizan sus estudios (Taylor & Borgan, 1986).

Para este trabajo de investigación, un estudio de una situación social, la investigación cualitativa, ha sido la metodología idónea, ya que los procesos que se desean estudiar, explorar y analizar variaran, además de estar relacionados con cualidades no demostrables o cuantificables mediante medios científicos. Sin olvidar que a través de este trabajo de investigación se estudian hechos y fenómenos, no estadísticas.

En la construcción de esta investigación la investigadora se pudo valer de la metodología cualitativa para lograr ejecutarla como le era necesario, pudiendo resumir los problemas, las situaciones, las características y las vivencias del colectivo con el que se trabajó, al igual que del fenómeno, para entenderlo y poder mejorarlo.

Con la metodología cualitativa de investigación, la investigadora logró implicarse en la realidad investigada al trasladarse a vivir en el país donde esta se realiza. Elaborando un trabajo de campo, en el cual visita e imparte los talleres de arteterapia para la prevención de la violencia dentro de los centros comunitarios, las escuelas alternativas y los refugios de emergencia confidencial para sobrevivientes de la violencia donde sus participantes viven, estudian y pasan sus momentos de ocio. Igualmente la investigadora ha realizado

talleres en las iglesias, las bibliotecas públicas, los centros de salud, los centros culturales y sociales latinoamericanos y otros lugares de gran afluencia para el colectivo de esta investigación con la finalidad de conocer a fondo su contexto y sus necesidades reales.

La investigación cualitativa ha beneficiado esta investigación ya que se caracteriza por ser planteada para mejorar prácticas ya existentes, ya sean de tipo educativo, social o personal. Asimismo se desarrolla de forma participativa siguiendo un proceso en el que se incluyen la planificación, la acción, la observación y la reflexión. Este tipo de investigación se convierte en un proceso sistemático de aprendizaje en el que se ejecuta un análisis crítico de las situaciones de forma constante (Buendía et al, 1998).

A su vez en la metodología de investigación para este trabajo de tesis se ha utilizado la metodología narrativa basada en el método biográfico para narrar los fragmentos de las historias de algunas de las participantes de los talleres, considerando que el método biográfico, el cual es caracterizado por ser naturalistas, brinda a la investigadora un alto grado de libertad para la reconstrucción de algunos elementos para esta investigación y poder así entender e interpretar de manera más precisa las experiencias vividas por el colectivo, su contexto y el fenómeno que se está estudiando. A su la metodología narrativa, ha facilitado la comprensión a niveles más profundos de los principales cambios sociales del colectivo de esta investigación y de su contexto (Berg, 2001).

A través del método biográfico, ha sido posible indagar en las experiencias vividas del colectivo de esta investigación, facilitando la elaboración de fragmentos de sus historias para poder presentarlas de forma narrativa con gran detalle. Dando forma y sentido a su experiencias y permitiendo a su vez la construcción de su identidad social e individual (Give, 2008).

Las técnicas utilizadas para realizar este tipo de investigación son muy variadas, pero las más comunes son los siguientes: la observación participativa, la observación no participativa, la encuesta y la entrevista. Estos métodos han sido utilizados para este trabajo de investigación además de la realización de bitácora creativa, la toma de fotografías y de videos, la elaboración de reportes terapéuticos grupales, la elaboración de reportes informativos para patrocinadores y colaboradores de los talleres al igual que visitas de campo y aplicación de evaluaciones finales, entre otros.

A pesar de que los orígenes de la investigación con enfoque cualitativo se remontan a la década de los sesentas a partir del auge de las ciencias sociales se desarrolla este tipo de investigación de forma más continua convirtiéndose en los EE.UU. y en Gran Bretaña en una metodología de primera línea que evoluciona en la teoría y en la práctica.

El concepto de la investigación con enfoque cualitativo en los últimos años se ha ido ampliando cada vez más, aunque las artes, las ciencias humanas al igual que las ciencias sociales aún no se consideran del todo científicas.

Aunque los métodos cualitativos no han sido tan refinados y estandarizados como otros enfoques investigativos, pero están cambiando poco a poco gracias a las investigaciones que se están desarrollando en este ramo por profesionales que dedican su tiempo y su trabajo a su crecimiento y a su evolución.

La investigadora considera que al haber realizado su trabajo de investigación sobre una disciplina relativamente nueva, ha podido sentir algo de frustración al descubrir que la investigación en este campo, para muchos profesionales aún resulta subjetiva. A su vez reconoce que se tiene un largo camino por recorrer para lograr ser tomada tan en serio, como si se tratase de una investigación científica. Por otro lado al leer publicaciones de distintos autores que ya tienen vasta experiencia en este campo de investigación, le fue

posible encontrar respuestas a muchas de sus interrogantes, especialmente cuando parecía imposible transmitir a través de un texto y de imágenes, los beneficios, aprendizajes y las aportaciones que el trabajo de varios años con este colectivo ha proporcionado tanto a las personas que han participado en los talleres como a las personas que han contribuido a su elaboración.

Para fines de esta investigación la metodología cualitativa ha permitido a la investigadora comprender de mejor manera el mundo en el que el colectivo de la investigación vive, a adaptarse a las necesidades reales de estas mujeres, de su contexto y del fenómeno de estudio, a medir las cosas intangibles y a poder hacer aportaciones relevantes, que en algunos casos a través de las ciencias exactas no es posible medir o conseguir.

4.2 Enfoque metodológico para los talleres de arteterapia

El enfoque que se ha seguido para los talleres de arteterapia de esta investigación es de tipo semidirectivo y psicosocial para beneficiar a sus participantes estableciendo metas, enseñándoles estrategias y habilidades, desafiando patrones de pensamiento e igualmente fomentando la interacción social mientras se les acompaña durante el proceso. También se les ha podido ofrecer un ambiente terapéutico para su bienestar psíquico, cognitivo y social en el que les ha sido posible lograr crear conciencia sobre su situación y prender sobre las causas y las consecuencias de la violencia además de las estrategias para su prevención.

Este es un enfoque que resulta muy útil para el trabajo de esta investigación ya que contribuye al análisis y a la evaluación de problemas, la resolución de conflictos, además de fomentar la toma de decisiones dentro del entorno social donde el colectivo que se está estudiando vive y convive con sus iguales y con los problemas que padece.

El enfoque psicosocial se refiere al desarrollo de una intervención psicológica en un entorno social de interacción con iguales y se encarga del estudio del funcionamiento de

los individuos en sus entornos sociales como partes integrantes de una sociedad o de una comunidad, es un enfoque de tipo cualitativo que se orienta al estudio del ser humano, dentro del entorno en el cual se desarrolla y si bien no nació con la psicología, pronto surgiría como necesidad inmediata para explicar algunos procesos que tienen lugar en la sociedad y que obviamente son el resultado de la acción del hombre, mismos que resulta complicado explicar de manera exacta y científica. Fue hasta principios del siglo pasado, en los EE.UU., de la mano de Floyd Allport, que surgirían sus principales definiciones y posteriormente se convertiría en una auténtica disciplina.

Algunos de los temas de estudio de la psicología social son las actitudes del ser humano, los procesos de la comunicación, los estereotipos, las habilidades sociales, las expectativas, la identidad, el liderazgo, los comportamientos, los prejuicios, la socialización, los valores, la integración, la inclusión, la diversidad, el desarrollo y la violencia, entre otros. El enfoque psicosocial tiene como objetivo ayudar al individuo a integrarse y desarrollarse dentro de un entorno social para vivir, trabajar y relacionarse con sus iguales, ente otros aspectos de forma efectiva, saludable y productiva, como los objetivos que se han establecido para estos talleres de arteterapia.

Authier (1977) postula que el enfoque psicosocial, es un enfoque terapéutico que no se centra solamente en el diagnóstico del problema o de la enfermedad de salud mental y en su tratamiento o cura, sino también se enfoca en el establecimiento de nuevos objetivos, en la enseñanza de estrategias y en el desarrollo de nuevas destrezas, igualmente que en la satisfacción generada por estos y otros logros. Hayes & Grant (1992) por su parte, afirman que las intervenciones educativas con enfoque psicosocial fomentan la dignidad y el fortalecimiento de la autoestima, debido a la confianza y a las herramientas de autoayuda que se depositan en los beneficiarios. Las intervenciones de tipo psicosocial al ser utilizadas en la psicología y en la educación, fomentan la resistencia del individuo ante situaciones de estrés,

proveen habilidades para comprender su situación y afrontarla y promueven el proceso de toma de decisiones al igual que el de resolución de conflictos. Asimismo el enfoque psicosocial es recomendado para trabajar con víctimas de desastres naturales, de catástrofes y de la violencia, ya que estimula la resiliencia entre iguales y dentro de las comunidades, facilita y promueve la reanudación de actividades cotidianas, propone la participación de la población afectada en su propia recuperación y de igual manera previene las consecuencias patológicas en situaciones potencialmente traumáticas.

A través de estos talleres de arteterapia, con enfoque psicosocial, se promueve la interacción social entre las participantes, el apoyo interpersonal, la integración, cooperación, diversidad, el respeto, la tolerancia, la inclusión, el trabajo en equipo, la validación de iguales y la compasión, asimismo se pretende ayudar a sus participantes a darse cuenta que no están solas viviendo esta experiencia, recuperándose y reconstruyéndose. Por otro lado, para el desarrollo de las consignas de los talleres, la arteterapeuta ha seguido el enfoque semidirectivo, ya que como anteriormente se ha mencionado, para los talleres se utiliza el arteterapia no solo como una herramienta terapéutica sino también como una herramienta educativa, por lo tanto, dentro de los talleres siempre existirá un grado de dirección en el proceso educativo para lograr llevar a cabo los objetivos, potenciar la participación de las integrantes y fomentar su aprendizaje.

El enfoque semidirectivo ha sido considerado el más apto para los talleres de esta investigación, ya que contribuye al logro de los objetivos establecidos tanto para sus participantes como para la investigación misma. Se utiliza el enfoque semidirectivo al inicio de los talleres, proporcionando a las participantes el tema sobre el cual se trabajará, los materiales y las técnicas a utilizar durante el proceso creador. Mediante este enfoque se crea un ambiente de seguridad y confianza ya que un gran número de participantes nunca antes había utilizado el arte, sus técnicas y sus materiales, aunado a caracterizarse por carecer de

habilidad para tomar decisiones y tener confianza en ellas mismas ambas producto de las consecuencias de la violencia de la que han sido víctimas. Por lo tanto si no son acompañadas, guiadas y dirigidas durante el proceso aunado a contar con demasiadas opciones para elegir, las participantes se paralizaran y bloquearan instantáneamente; costándoles demasiado volver a relajarse para poder concentrarse, poder lograr confiar en ellas mismas y dar así comienzo o continuación a su participación y realización de la consigna.

El enfoque semidirectivo también les favorece ya que varias de las participantes tienen déficit de atención, hipervigilancia e hipersensibilidad por el trauma y los efectos de la violencia que han sufrido, por lo que si la sesión no se estructura de forma clara, sencilla e incluso contenida, pierden su concentración, su atención, la seguridad en ellas mismas y consecuentemente también la motivación para participar en las actividades y aprovechar los beneficios que estos talleres de arteterapia les ofrecen.

Pero el enfoque semidirectivo no se utiliza durante toda la sesión o durante el todo el ciclo de los talleres, porque una vez que el tema es discutido, presentados los materiales y las técnicas introducidas, las participantes suelen dar inicio a su proceso creador de forma independiente. Es aquí cuando las participantes se sumergen en su proyecto, trabajan de forma espontánea, autónoma, segura y creativa, dándole forma a sus emociones y a sus vivencias, a través de la creación de su obra.

En síntesis, el enfoque semidirectivo se utiliza durante los primeros talleres hasta que el grupo está conformado y las participantes se sienten más relajadas, cómodas y seguras en el ambiente terapéutico que los talleres les ofrecen, pues ya tienen mayor control de sus habilidades para representar lo que piensan y lo que sienten a través del arte de forma autónoma.

4.3 Procedimientos para la recolección de datos

Para la planeación de este trabajo de investigación al igual que para su realización la investigadora se trasladó al lugar de los hechos migrando a los EE.UU. y, desde allí, llevo a cabo la recolección de los datos en forma directa y desde la realidad utilizando técnicas de observación directa e indirecta, la aplicación de encuestas y evaluaciones, la realización de entrevistas, la elaboración de reportes informativos, la toma de fotografías entre otros.

Encuestas y entrevistas que fueron realizadas con el fin de obtener datos específicos acerca del sujeto de estudio al igual que de su contexto y poder así entender mejor el fenómeno de estudio.

Observación directa e indirecta, tanto hacia el sujeto de investigación, de los objetos materiales, de los hechos y de cualquier cosa que proporcionara información relacionada al fenómeno de investigación al igual que del contexto de los sujetos de estudio.

Cuestionario de evaluación y evaluaciones, utilizadas como instrumentos de la investigación cualitativa, usados durante el desarrollo de la investigación en el campo de las ciencias sociales como la educación para extraer información importante dentro de un intervalo breve de tiempo. Reportes informativos, con la finalidad de conocer a fondo el pasado de los sujetos de investigación al igual que del fenómeno y también poder hacer una evaluación previa al inicio de la investigación. La toma de fotografías, para documentar el contexto, al sujeto y al fenómeno de estudio al igual que para capturar fragmentos gráficos de las experiencias vividas durante el proceso de la investigación.

Para este trabajo de investigación doctoral se recolectaron datos realizado de forma ininterrumpida de principio a fin del proyecto. Primeramente se recolectaron datos antes de que la investigación y de que los talleres se iniciaran, para así entender mejor la situación y las características de los sujetos y del fenómeno en estudio. Datos para decidir y encontrar los lugares que acogerían este proyecto de mejor manera, datos para encontrar

quien patrocinara los talleres para esta investigación al igual que para poder diseñar los talleres, sus actividades y consigna acorde con las necesidades y los objetivos establecidos para su colectivo.

Posteriormente se hicieron entrevistas a las personas que dirigen y que trabajan en los lugares elegidos potencialmente para impartir estos talleres. A su vez se realizaron charlas con ellos para explicarles las definiciones y beneficios del arteterapia, dar a conocer las características de los talleres, objetivos generales y específicos, así como informarles sobre los propósitos de este trabajo de investigación doctoral.

Se les dio a conocer los retos que podrían presentarse, las obligaciones y los derechos, tanto de las futuras participantes como de la arteterapeuta que impartiría los talleres. De igual manera se realizaron observaciones no sistemáticas y entrevistas informales con las futuras participantes de los talleres, con el propósito de obtener el mayor número de datos relacionados con sus antecedentes y su contexto. Asimismo se aplicaron cuestionarios a las participantes antes del inicio de los talleres para saber cuál había sido el tipo de violencia, el grado de la misma y el tipo de abusos a los que habían sido expuestas o de los que habían sido víctimas. Otros de los datos recolectados antes del inicio, fueron las firmas y el relleno de los contratos de compromiso de los talleres y los contratos de autorización para el uso de fotografías y de videos de cada una de las participantes, con fines educativos e informativos, tanto para el departamento de arteterapia de *WSHC* como para la arteterapeuta que realiza estos talleres para su trabajo de investigación doctoral.

Además se realizaron lecturas, análisis y recopilación de información, metodología y experiencias terapéuticas de arteterapeutas especializados trabajando con este colectivo, para enriquecer el diseño de las consignas y de las actividades de los talleres. Se investigó sobre los materiales de arte y técnicas para utilizar dentro de las consignas, para así elegir

los que fueran más factibles y compatibles con las necesidades del colectivo de la investigación.

Se recolectaron datos de forma exhaustiva para realizar el marco teórico, el marco práctico, la elaboración de conclusiones, la realización de sus aportaciones, además de la propuesta para una investigación futura.

Para el capítulo del marco teórico en su primer bloque, se investigó sobre el tema del arteterapia recopilándose datos para su conceptualización, la vida y el trabajo de tres de sus pioneras, y del mismo modo, para definir el papel que juega esta disciplina en la recuperación del trauma psicológico. Asimismo, se compiló información sobre los beneficios que ofrece el arteterapia para este colectivo y el provecho que los talleres de arteterapia grupales le brindan. El segundo bloque que se indagó fue el de la mujer latinoamericana migrante en los EE.UU. reuniéndose información y datos sobre lo que la define, sus derechos, los factores que la hacen más vulnerable a convertirse en víctima de la violencia y las principales tácticas de poder y de control que son utilizadas contra ellas por sus maltratadores. Para el tercer bloque se investigó la situación de la violencia contra la mujer en los EE.UU., recogiendo datos para elaborar definiciones, determinar características, elaborar estadísticas actuales y definir las consecuencias que la violencia produce en sus víctimas, tanto directa como indirectamente.

Para el cuarto bloque se investigó sobre la historia de la ciudad de Boston, reuniendo información y datos sobre sus índices de violencia, las causas de esta, sus cifras actuales, las consecuencias que se están padeciendo y algo sobre la historia de la inmigración en esta ciudad. Por último, para el quinto bloque del marco teórico se investigó y se recolectaron datos sobre el centro de salud *Whittier Street Health Center*, datos relacionados con su historia, las características y necesidades de sus pacientes/clientes, las

características y los objetivos de su departamento de arteterapia y el papel que este centro de salud juega en su comunidad educando sobre la prevención de la violencia.

Para la recolección de datos del marco práctico de esta investigación la investigadora recolectó datos, para el primer bloque, relacionados con las participantes de los talleres, para poder definir su contexto, su características y sus necesidades, además de capturar algunos fragmentos de su historia que permitieran la comprensión más amplia de la situación en la que viven estas mujeres y sus necesidades específicas. Para el segundo bloque de este capítulo se recopilaron datos relacionados con los talleres de arteterapia para la prevención de la violencia, diseñados para la investigación. Esta información favoreció la definición de las características de los talleres, la elaboración de sus objetivos generales, la definición de su enfoque, el establecimiento de los beneficios que ofrecerían a este colectivo, la elección de las posibles técnicas de artes y los materiales a utilizar para las consignas, acorde con las necesidades de las participantes, la logística a seguir para la planeación y el desarrollo de los talleres, el diseño del plan de desarrollo cronológico de las sesiones, al igual que la definición de sus reglas de paz y para diseñar el programa para la prevención de la violencia que se utilizaría dentro de estos talleres. Para el tercer bloque se recolectaron datos relacionados con los lugares que acogieron los talleres para poder definir sus objetivos específicos basados en las necesidades individualizadas de sus participantes y para determinar el ambiente y las condiciones bajo las cuales se trabajaría en cada uno de estos talleres. En el cuarto bloque se recolectaron datos relacionados con las experiencias terapéuticas con la finalidad de registrar cada una de las consignas que se realizaron durante el trabajo de esta investigación, además de poder establecer sus objetivos específicos, su duración, los materiales y las técnicas que se utilizaron durante el proceso creador y el recaudo de información relacionada con el desarrollo de cada una de

las sesiones, con miras a descubrir la reacción de las participantes de los talleres a las consignas, al igual que los logros obtenidos y los desafíos enfrentados al realizarlas.

La recolección de datos durante el proceso de los talleres se hizo para poder documentarlos y evaluar los beneficios que estos estaban ofreciendo a sus participantes y para verificar si se estaban cumpliendo los objetivos de la investigación.

Por último, se recolectaron datos para saber qué aportaciones ofrecieron estos talleres para la prevención de la violencia al colectivo con el que se trabajó, a los lugares que los acogieron y a la sociedad en general. Durante los talleres se realizaron observaciones directas y participativas. De igual manera la arteterapeuta realizó visitas de campo a las urbanizaciones, barrios, comunidades, al refugio de emergencia confidencial donde las participantes residían, a la escuela alternativa en la que las participantes estudiaban y al centro comunitario donde pasaban sus momentos de ocio, para recoger información que ayudara a el mejor entendimiento del contexto de las participantes y la mejora de los talleres. Además, la arteterapeuta visitó los lugares populares de la comunidad, tales como iglesias, las bibliotecas públicas, las sociedades y asociaciones para latinos, el centro de salud y varios lugares que las participantes frecuentaban con la finalidad de saber cada vez más sobre su situación.

Se recolectaron datos al documentar los procesos terapéuticos de los talleres a través de la toma de fotografías, durante el proceso creativo y a las obras finales, al igual que para la elaboración de registros grupales escritos al finalizar cada una de las sesiones. También se recopilaron narraciones anecdóticas del proceso creador, a partir de las manifestaciones plásticas y verbales de las participantes. En algunas ocasiones se hicieron grabaciones de videos cortos de segmentos de los talleres. Se realizaron llamadas telefónicas cada dos semanas aproximadamente, para comunicarse con las participantes o con alguno de sus familiares, para así dar seguimiento a su recuperación. Se realizaron visitas trimestrales a

los lugares en los que las participantes y ex participantes viven, estudian, trabajan o pasan su tiempo de ocio, para tener la oportunidad de corroborar si las estrategias sobre prevención de la violencia aprendidas dentro de los talleres de arteterapia habían sido utilizadas.

La recolección de datos finales ayudó a la elaboración de las conclusiones y de las aportaciones, además, a la implementación de la propuesta para investigación futura en este trabajo de investigación doctoral.

Durante este período de recolección de datos finales, se aplicaron evaluaciones, tanto a las participantes de los talleres como a los directivos y al personal de los lugares que los acogieron, con la finalidad de saber cuáles fueron los beneficios que obtuvieron de estos y las dificultades que se afrontaron, para así poder mejorar y enriquecer el siguiente ciclo de talleres.

Además, se elaboraron reportes informativos trimestrales para el centro de salud *Whittier Street Health Center* y los lugares que acogieron estos proyectos, con el propósito de mantenerles informados sobre los objetivos cumplidos, el aprendizaje obtenido, al igual que las dificultades y los retos con los cuales, tanto las participantes como la arteterapeuta se habían enfrentados durante el ciclo de los talleres y en el desarrollo de cada una de las sesiones.

Igualmente, en cada una de las exhibiciones públicas de arte que se montaron, se recopilaron testimonios de sus asistentes para poder captar y entender su impresión y saber qué fue lo que más les impactó de forma positiva de este proyecto, así como las recomendaciones para su mejora.

Para la recolección de datos del marco práctico como para la recolección de datos del marco teórico, la investigadora ha utilizado recursos tales como la consulta y lectura de libros, revistas y periódicos; la consulta de documentales, películas, series televisivas,

programas de radio, obras teatrales, ha escuchado entrevistas y música sobre los temas relacionados con esta investigación. A su vez la investigadora ha realizado la toma de fotografías, en algunos casos de videos cortos, en cada uno de los talleres, la elaboración de reportes informativos y la elaboración de reportes terapéuticos. La arteterapeuta ha consultado variadas páginas de la web, tanto de instituciones como de asociaciones relacionadas con estos temas.

Simultáneamente la investigadora asistió a cursos, conferencias, talleres y jornadas, antes y durante el proceso de la investigación, para enriquecer este trabajo y hacer más fructífera la experiencia para sus participantes.

La investigadora ha tenido la oportunidad, a través de la metodología de campo con enfoque cualitativo, de conocer a fondo el fenómeno que estudia; ha podido convivir continuamente con los sujetos de investigación al haber desarrollado los talleres dentro de los barrios y comunidades, en el refugio de emergencia confidencial *Renewal House*, en la escuela alternativa *Henry Owen School* y en el centro comunitario *Tobin Community Center*, donde las participantes de los talleres vivían, estudiaban y pasaban su tiempo de ocio, lo que hizo posible influir de forma positiva en el acogimiento del proyecto, la adaptación continua a las necesidades reales y actuales de las participantes de los talleres, como a las de sus habilidades. Todos estos elementos, aunados al factor de haber podido impartir los talleres en castellano, han beneficiado tanto a la investigación como al bienestar integral de sus participantes.

Capítulo 5

Marco teórico



Figura 8. Obra realizada con la técnica mixta De dibujo y collage sobre un lienzo de papel. Composición que representa la libertad emocional que se alcanza al poder expresarse a través del lenguaje gráfico. Fotografía de la investigador

Capítulo 5 Marco teórico

5.1 ¿Qué es arteterapia?

Arteterapia no es un taller ocupacional ni una clase de pintura, no es un apéndice de la escuela ni un mero entretenimiento o un experimento, puesto que se lleva haciendo desde hace décadas en Estados Unidos e Inglaterra. Arteterapia es un medio discreto y natural...en general más cercano a las personas, generándoles más tranquilidad al alejarse de la patología. ...Es una forma de comunicar que no precisa lenguaje ni habilidad previa y que permite trabajar entre sesiones muy bien, generando mucha autonomía y capacidad de trabajo personal, que es el objetivo último que tenemos los terapeutas (Rico[†], 2014, s.p)

El arteterapia es una disciplina que promueve al autodescubrimiento y fortalecimiento emocional del ser humano y es un proceso que se conforma de dos partes, la creación del arte y el descubrimiento de su significado; es por eso que el arteterapia asume que las imágenes y los símbolos visuales creados por una persona son las formas más reales y naturales de comunicación no verbal de sus experiencias. Por lo tanto en una sesión de arteterapia se le invita al cliente/paciente a que visualice y de forma, utilizando el arte, a esos pensamientos y emociones que no les es posible expresar de forma verbal. El resultado de la obra final es dirigido, analizado e interpretado por el/la cliente/paciente y no por el arteterapeuta. Las actividades utilizadas dentro de una sesión de arteterapia son actividades que promuevan el autodescubrimiento, la autoexpresión y el deseo propio de la recuperación.

El arteterapia es la aplicación de las artes visuales y del proceso creador dentro de una relación terapéutica que tiene como propósito apoyar, mejorar y mantener la salud psicológica, física, cognitiva, social y espiritual de la personas que se beneficia de esta disciplina (Malchiodi, 2010).

El arteterapia capacita para la ayuda humana utilizando los medios artísticos, las imágenes, el proceso creativo y las respuestas de las personas a esos productos creados; es una combinación entre arte y psicoterapia, en donde cada una de las partes se estimula en su unión con la otra, en donde lo más importante es la persona y su proceso. (Martínez, 2001, s.p)

Aunque el ser humano siempre ha utilizado el arte con fines terapéuticos, el inicio del arteterapia se registra en 1942, cuando en Gran Bretaña un artista llamado *Adrian Hill* utilizó y escribió el término arteterapia por primera vez, mientras permanecía internado por un largo período en un hospital, recuperándose de las heridas que sufrió durante la segunda guerra mundial. *Hill* durante el tiempo de su hospitalización, exploró sus experiencias vividas dentro del hospital a través del arte y encontró en el proceso creativo una ayuda para la recuperación emocional. Al igual que *Hill*, otros de los pacientes del hospital utilizaron el arte para lidiar con sus conflictos y sanar física y mentalmente de dolencias, motivados también por algunos de los médicos del hospital, que veían claramente la mejoría que la pintura les ofrecía en su recuperación emocional y por lo tanto, física.

El arteterapia ha sido reconocido como profesión en cuatro países del mundo: EE.UU., el Reino Unido, Canadá e Israel, pero es una disciplina que se usa en ámbitos educativos, clínicos y sociales en muchos más países. El arteterapia es llamada también: terapia por el arte, terapia a través del arte, terapia de artes creativas, psicología del arte o terapia de artes expresivas, y es una disciplina que puede ser utilizada por cualquier persona sin importar su edad, sexo o creencias religiosas; además no es necesario contar con ningún tipo de habilidad artística para beneficiarse de ella.

En el estudio del arteterapia se encuentran dos corrientes, ambas considerablemente importantes, una está inclinada hacia el lado artístico y en la cual se le da mayor importancia al proceso creativo y curativo del arte, y la otra corriente está enfocada hacia

el lado psicoterapéutico, en la cual se considera que el arte es utilizado como una forma de expresión y de comunicación que logra exteriorizar esos sentimientos tan profundos del inconsciente que no afloran fácilmente a través del lenguaje verbal. En esta investigación se utiliza la corriente inclinada hacia el lado artístico.

5.1.1 Conceptualización.

A continuación se presentan algunas conceptualizaciones que permitirán ir contestando varias de las interrogantes que el arteterapia podría originar, por ser una profesión relativamente nueva y quizás aún no muy conocida.

Para *AATA* o la *American Association of Art Therapy* (La Asociación Americana de Arteterapia) (2015) esta disciplina está definida de la siguiente manera:

El arteterapia es una profesión en el área de la salud mental que usa el proceso creativo para mejorar y realzar el bienestar físico, mental y emocional de individuos de todas las edades. Se basa en la creencia de que el proceso creativo ayuda a resolver conflictos y problemas, desarrolla habilidades interpersonales, manejo de la conducta, reduce el estrés, aumenta la autoestima, la autoconciencia y permite que se logre la introspección (s.p).

Por otro lado *BAAT*, la *British Association of Art Therapists* (La Asociación Británica de Arteterapeutas) afirma que:

El arteterapia es una forma de psicoterapia que usa el medio artístico como una forma primaria de comunicación. Las personas que son derivadas a arteterapia, no necesitan experiencia o formación en arte. El arteterapeuta no hace diagnóstico o asesoría estética de la imagen del paciente. En definitiva, se busca capacitar a la persona a efectuar cambios y crecimientos en un nivel personal a través del uso de materiales artísticos en un entorno protegido y facilitado (s.p).

Mientras que *CATA*, la *Canadian Association of Art Therapy* (La Asociación de Arteterapia Canadiense) (2015), declara que:

El arteterapia combina el proceso creador y la psicoterapia, facilitando el auto expresión y el entendimiento. Y usando el simbolismo, el color y la forma como parte del proceso creativo y terapéutico, los pensamientos y los sentimientos pueden ser expresados cuando son difíciles de verbalizar (s.p).

Y para *AFIA*, la *Asociación Foro Iberoamericano de Arteterapia* (2015), esta disciplina se conceptualiza de la siguiente manera:

El arteterapia es una disciplina especializada en acompañar, facilitar y posibilitar un cambio significativo en la persona mediante la utilización de diversos medios artísticos: atendiendo a su proceso creativo, a las imágenes que produce y a las preguntas y respuestas que estas le suscitan.

Se trata de una disciplina cuya práctica profesional se apoya por una parte en el conocimiento y la práctica del arte, y por otra en el estudio del desarrollo del ser humano y de las teorías psicológicas.

Bajo esa doble perspectiva práctica-teórica, y tomando como punto de partida al individuo, su objetivo es apoyarlo en su desarrollo, utilizando la expresión artística como un canal alternativo de expresión, argumentando más allá del terreno verbal (s.p).

5.1.2 Tres mujeres pioneras del arteterapia.

Al mencionar específicamente a tres mujeres que han sido pioneras del arteterapia no se pretende olvidar al resto de los profesionales de esta disciplina que han contribuido para hacer posible que el arteterapia exista y que crezca, ni tampoco se pretende negar el reconocimiento a cientos de hombres y de mujeres que han hecho un trabajo extraordinario

para contribuir a su enriquecimiento, pero para efectos de esta investigación solo se indagará en la historia y el trabajo de *Margaret Naumburg*, *Edith Kramer* y *Florence Cane*.

5.1.2.1 Margaret Naumburg (1890-1983).

Naumburg fue educadora, terapeuta y fundadora del arteterapia en los EE.UU. Nace en Nueva York y es reconocida como la primera psicoterapeuta con formación psicoanalítica que utilizaba el arte como herramienta de tratamiento en sus sesiones. *Naumburg* utilizó el proceso artístico de manera sistemática dentro de su trabajo como psicoanalista. Ella pensaba que todas las personas podían beneficiarse del arteterapia porque no era necesario tener un previo entrenamiento en arte y porque todos los seres humanos serían capaces de proyectar los conflictos internos a través de sus imágenes. *Naumburg* a su vez fundó en 1915 la escuela de día y privada *Walden School* localizada en la zona de Manhattan, Nueva York, la cual era reconocida por su sistema educativo progresista, pues los maestros podían ser llamados por sus alumnos por su nombre de pila y los alumnos podían elegir con gran libertad su línea de estudio. *Naumburg* fomentaba en los estudiantes de esta escuela la espontaneidad y la libre expresión, dos de los elementos que ella consideraba básicos y necesarios para el tratamiento psicoterapéutico. La escuela era muy popular entre las familias intelectuales y a lo largo de su historia se destacó por sus programas de artes visuales e interpretativos. *Naumburg*, que había estado expuesta a las teorías de John Dewey en *Columbia University*, instaura como principio educativo en la *Walden School* la expresión creativa de sus alumnos y el aprendizaje como una decisión propia y auto motivador. Igualmente trabajó en instituciones psiquiátricas desarrollando el arteterapia con una orientación dinámica, método que utilizaba para tratar a pacientes psicóticos y emocionalmente perturbados, a niños y adolescentes. Basándose en este trabajo, comenzó su primera investigación en 1941 utilizando el arteterapia en el *New York State Psychiatric*

Institute, investigación que fue publicada en los *Studies of the "Free" Art Expression of Behaviour Problem Children and Adolescents* con el título de *Diagnosis and Therapy*. A su vez *Naumburg* publicó variados escritos sobre arteterapia además de impartir seminarios sobre esta disciplina en *New York University* en los años cincuenta. *Naumburg* concordaba con las ideas de Freud y Jung, utilizaba las técnicas del psicoanálisis en sus terapias y consideraba que la expresión artística era la forma de comunicación más concreta, más simbólica y sin ninguna censura, que existía para el beneficio del ser humano.

5.1.2.2 Edith Kramer (1916-2014).

Kramer quien utiliza por primera vez la frase arteterapia (Ulman, 1987) fue pintora, escultora y arteterapeuta. Nace en Viena, vive ahí durante casi 20 años y emigra a los EE.UU. como refugiada política en 1938. Sus primeras experiencias con el arte fueron al estudiar con el reconocido profesor de arte, *Freidl Dicker-Brandeis*, asociado con la Bauhaus, cuyo trabajo y puntos de vista filosóficos se han utilizado para reflejar algunos de los aspectos del arteterapia, debido a la labor que realizó con niños y niñas en los campos de concentración de Terezín. Cuando *Kramer* llega a los EE.UU. y comienza a vivir en Nueva York tiene como uno de sus objetivos seguir su carrera de pintora, aunque la vida tenía otros planes preparados para ella. Primero trabajó dando clases de escultura, durante tres años, en *LREH o The Little Red School House*, una escuela progresista fundada por la reconocida educadora y psicóloga *Elisabeth Irwin*. Después, durante la época de la segunda guerra mundial, *Kramer* trabaja en un taller mecánico localizado en el barrio de *Soho*, y es ahí donde comienza a dibujar imágenes de las personas con las que trabajaba mientras estas realizaban sus labores, siendo esta actividad la que propicia el crecimiento de su interés por el realismo social. Posteriormente en uno de sus viajes a

Europa, en 1947, *Kramer* visita las cuevas de *Lascaux*, un complejo de cuevas ubicadas en el sur de Francia cerca de *Montigna*, donde se encontró cara a cara con algunas de las obras de arte más antiguamente conocidas por la humanidad, convirtiéndose este grupo de pinturas rupestres en lo que para ella sería el mayor y mejor ejemplo del lenguaje universal del arte a través de los tiempos. Cuando *Kramer* llega a la edad de 33 años, regresa a los Estados Unidos y toma un empleo en la *Wiltwyck School*, una escuela alternativa para chicos, fundada en 1936, pero diseñada originalmente como un campamento de verano experimental para delincuentes juveniles de origen africano, americanos y protestantes de religión, al igual que para esos chicos que se consideraban ya posibles delincuentes. Así que como el tribunal de menores de ese lugar, requería una institución que aceptara a los chicos y jóvenes con este perfil, ya que las otras instituciones educativas estatales típicas, no los aceptaban ni tomaban en cuenta sus necesidades básicas, la *Wiltwyck School*, después del primer verano de su campamento, decidió reinaugurarse como una institución educativa para este colectivo y permaneció abierta todo el año como cualquier escuela pública/o privada de esta ciudad. La filosofía de esta escuela hacía hincapié en la necesidad de un tratamiento integral para la mejora de la conducta de estos chicos y para su readaptación en la sociedad; un tratamiento que incluía no solo a los chicos sino también a sus familias; así que al contratar a *Kramer* se le dio el título de terapeuta de arte. Ella promovía a través de sus clases, una orientación con base en las teorías psicoanalíticas, pero enfocando su trabajo en la capacidad terapéutica de la propia experiencia artística y no solo en los contenidos inconscientes de las obras. *Kramer* también trabajó durante 13 años en la sala de psiquiatría infantil en el *Jacobi Hospital*, localizado en la zona noroeste del *Bronx* en Nueva York, y a la par trabajó en el gremio judío para ciegos de esta ciudad. *Kramer* fue reconocida por trabajar con chicos “perturbados” como llamaban en ese entonces a los que cumplían con el perfil de los

alumnos de la *Wiltwyck School*, ya que ella decía que estos chicos le daban una oportunidad única para desarrollar los fundamentos de la integración de la teoría psicoanalítica en su trabajo. *Kramer* fue profesora en el programa de posgrado de terapia de arte de la *New York University*, desde 1973 hasta el 2005. Incluso trabajó en Washington, DC, como profesora en el programa de posgrado de terapia de arte de *George Washington University*, desde 1972 hasta el 2000. *Edith Kramer* fue prolífica autora de documentos y libros muy influyentes en el ámbito del arteterapia, entre los cuales se destaca el libro editado en castellano en 1982, titulado: *Terapia a través del arte en una comunidad infantil*. *Kramer* será siempre recordada por su legado de las conexiones entre la creación artística y el concepto de sublimación de la teoría freudiana y por haber sido una arteterapeuta que contribuyó con esta disciplina hasta los últimos años de su vida, ya que se mantuvo activa hasta los 92 años de edad, ofreciendo conferencias, talleres y entrevistas.

5.1.2.3 Florence Cane (1882-1952)

Cane fue una educadora de arte muy progresista, arteterapeuta y se esmeró en liberar el artista que lleva dentro cada niño, mediante el uso de técnicas terapéuticas y creativas. En 1910, estudió análisis Junguiano con *Beatrice Hinkle*, lo que la ayudó en gran medida en su carrera e influyó en los enfoques terapéuticos y educativos que utilizaría en sus futuros trabajos. En 1915 comenzó a trabajar en la *Walden School*, enseñando arte, escuela que en 1917 fue fundada por *Naumburg*, hermana menor de *Cane*. Después de tener mucho éxito en la *Walden School*, *Cane* continuó enseñando arte a través de clases particulares desde su casa, impartiendo conferencias y seminarios a maestros e igualmente trabajando en la creación de sus propios proyectos.

Cane a menudo criticaba los métodos de enseñanza de arte tradicionales de la época, porque consideraba que no se fomentaba ni se permitía a los alumnos la individualidad, la creatividad, ni la espontaneidad y que solo el realismo de la obra era la meta final. Para ella las emociones jugaban un rol muy importante en la creatividad, así que se alejó de los métodos tradicionales y comenzó a utilizar su propio enfoque, de un modo integrado que involucraba la creatividad emocional y la libre asociación.

A pesar de que ella no era oficialmente una arteterapeuta, se le consideraba una profesora de arte con grandes conocimientos de psicología, tanto así que Jung le refirió algunos de sus pacientes porque estaba consciente del importante papel que jugaría el arte como herramienta terapéutica en el proceso de su recuperación.

En su trabajo enfatiza la importancia de reconocer los símbolos de las ilustraciones y los dibujos de sus alumnos, como profesora de arte, porque esto podría hacer mucho más fácil la tarea de detectar y determinar los problemas y las necesidades de estos.

Cane descubre dificultades comunes en sus alumnos al hacer arte, tales como: el miedo, el orgullo y la resistencia, los cuales según ella, eran causados a menudo por un bloqueo creativo que generaría algún tipo de problema psicológico en el futuro. También afirmaba que la resistencia en un niño o una niña al hacer arte se debía a la falta de energía psíquica y creía que muy probablemente esta energía estaba siendo gastada de forma negativa, por ejemplo al tener problemas en la escuela o en la casa. Una manera con la que *Cane* ayudaba a los niños y a la niñas con los que trabajaba, para que pudieran romper con la inercia, la resistencia y el bloqueo, era dándoles un dibujo que estaba a medio terminar y pidiéndoles que lo miraran y que decidieran cómo finalizarlo. Otro procedimiento que utilizaba con alumnos temerosos, era darles una consigna muy simple para que sintieran satisfacción al terminarla, porque si en este caso la consigna era muy complicada se desanimarían y convertirían ese miedo en fracaso. .Otro método también muy reconocido

que ella desarrolló fue el del garabato, ya que era una alternativa para conseguir un desbloqueo creativo. Para *Cane* el garabato era un juego en que se utilizaban líneas que fluían de forma continua y libre; y en este juego los ojos podían estar abiertos o cerrados. Si los ojos se cerraban el movimiento era más libre, más fluido e ininterrumpido, porque no se sentía la necesidad de dirigir o controlar la creación.

Cane no solía recompensar a sus alumnos con elogios por el grado de estética de su obra ya que no quería que se enfocaran solo en lo estético del producto final, sino que disfrutaran el proceso creativo. Sus técnicas potenciaban la imaginación consciente e inconsciente y fomentaban la expresión emocional. Además ella creía firmemente en el psicoanálisis y en la capacidad que los pensamientos, los recuerdos y las emociones tienen en el proceso de catarsis.

Estas tres pioneras hicieron un trabajo extraordinario con sus aportaciones, sus publicaciones, sus numerosas conferencias y sirviendo como educadoras de esta disciplina, e igualmente por ofrecer los primeros programas oficiales de posgrado de terapia del arte. No obstante es importante recordar y mencionar que ha habido muchos otros pioneros, pioneras, líderes y terapeutas del arteterapia que entonces y ahora, trabajan en distintos lugares del mundo haciendo sus valiosas aportaciones para el desarrollo de esta disciplina.

5.1.3 Contribuciones del arteterapia a la recuperación del trastorno del estrés postraumático y del trauma psicológico.

El trastorno de estrés postraumático es el resultado de haber vivido una o más veces, un evento que pone en peligro el bienestar del sujeto que lo sufre, sin que esta persona tenga ningún tipo de control sobre lo que le está sucediendo. El estrés postraumático se manifiesta con recuerdos dolorosos y negativos de esta situación, los cuales reaparecen una y otra vez en la mente de la víctima, aun en contra de su propia voluntad, causando un nivel muy alto de ansiedad e igualmente de pánico, a pesar de que este evento haya

sucedido, días, meses o años atrás. La persona que sufre el trastorno de estrés postraumático también presenta una gran dificultad para expresar de forma verbal lo que le ha pasado y aceptar esas emociones, porque ello le causa ansiedad, dolor y pánico. Este trauma psicológico es el resultado a la exposición directa a un acontecimiento que representa una amenaza real a la integridad física y psicológica del individuo. El papel que el arteterapia juega en esta situación es el de proveer a través del arte, un canal de autoexpresión no verbal, elemento esencial para la recuperación del trauma de estas víctimas. A través del uso del arte como terapia, les será posible organizar emociones internas, conseguir entenderlas y asimilarlas, para posteriormente expresarla sin tener que hacer uso del lenguaje verbal. El arteterapia propiciará, a través del proceso creador, el dar significado a las emociones que el trauma ha producido, ayudará a fortalecer la autoconciencia y a aumentar la tolerancia del estrés, para poder así hacer frente a los síntomas y a las consecuencias del trauma e iniciar el proceso de recuperación.

Existen evidencias científicas sobre cómo el arteterapia puede ayudar a personas que sufren de estrés postraumático y de cualquier otra enfermedad mental. Investigaciones realizadas en *Lesley University*, en colaboración con *Boston Medical Center*, *Boston Children Hospital* y con *Massachusetts General Hospital*, han podido comprobar que la expresión emocional a través del arte produce beneficios positivos en el sistema inmunológico, nervioso y cardiovascular del ser humano, y que estos beneficios contribuyen al mejoramiento de la salud física y psicológica de quienes se benefician de ella.

Asimismo el *National Online Resource Center on Violence Against Women (NRCDV)*, El Centro Nacional en línea de Recursos para la Violencia Doméstica, recomienda el uso de las artes como uno de los componente en la recuperación de las víctimas que han sido maltratadas, al igual que para la prevención y la educación sobre la violencia. Uno de

estos programas recomendados es: *Arte Sana*, la cual es una agencia sin fines de lucro, dirigida por mujeres latinas, que se dedica a trabajar con personas marginadas, sobrevivientes de violencia de género y discriminación racial, promoviendo su recuperación, el fortalecimiento de su autoestima y de la identidad positiva, utilizando el arte como una herramienta para educar sobre la prevención. Este programa ofrece talleres, conferencias y cuenta con una galería para exponer el arte de sus participantes, además de ofrecer sus servicios en castellano y en inglés. Otro de los programas recomendados es: *A Long Walk Home* (Un Camino Largo a Casa) el cual utiliza el arteterapia y la creación de documentales de tipo social para documentar el trauma y la violencia hacia la mujer y así crear conciencia y educar sobre la prevención de la violencia de género. También recomiendan el programa *Points with purpose* (Puntos con un propósito), en el cual el artista *David Ilan*, utiliza la técnica de puntillismo, para asociar cada uno de los puntos de su obra con una víctima de la violencia física y sexual y honrar a estas mujeres. *Ilan* utiliza sus obras para motivar a las víctimas y a las sobrevivientes de la violencia de género, a que se recuperen, se fortalezcan, recuperen su esperanza y reconstruyan sus vidas. Otro programa es: *Corazón Lastimado*, según el cual, a través de la exposición del arte creado por mujeres sobrevivientes del abuso sexual, ellas ofrecen su testimonio de forma gráfica con el objetivo de crear conciencia sobre las consecuencias que el abuso produce, tanto en sus víctimas directas como en sus víctimas indirectas. Las sobrevivientes pintan corazones de madera durante las sesiones y para las exposiciones, como un vehículo de expresión y para dar inicio así a su recuperación. Un proyecto que comenzó en marzo de 2001 en colaboración con otros programas dedicados a prevenir la agresión sexual hacia las mujeres, en el estado de Texas y con la organización latina *Peña Artes Latino Organization*, *Corazón Lastimado*, es ahora un programa de *Arte Sana*, una organización sin fines de lucro que cree en el poder curativo e intrínseco del arte y la cultura.

Uno de los objetivos de *Corazón Lastimado* es ofrecer, a través de la creación artística, un vehículo de expresión y de curación a las mujeres que han sido víctimas de la violencia, tanto de forma directa como indirectamente, en especial a esas sobrevivientes que por distintas razones han sido marginadas y no han sido atendidas propiamente para ayudarles a superar su trauma. Otro de sus objetivos es utilizar el arte para educar y concienciar al público en general sobre las causas y las consecuencias del abuso sexual y el impacto tan devastador y negativo que causa en las vidas de tantas personas. Asimismo, intenta proporcionar una red de apoyo y de asistencia en los EE.UU. y en América Latina, a las comunidades que estén interesadas en participar o desarrollar su propio *Corazón lastimado*, ofreciendo apoyo a programas que deseen educar sobre las consecuencias y la prevención de la violencia intrafamiliar, violencia de género y cualquier tipo de abuso que afecte la salud física y mental de la mujer.

Estos son solo algunos de los programas que utilizan las artes, para la educación sobre la prevención de la violencia y la recuperación del trauma psicológico de miles de mujeres que han sido víctimas de la violencia de género, la violencia intrafamiliar y los abusos físicos, psicológicos y sexuales que la violencia conlleva; programas que consideran que a través de las artes las víctimas encuentran una forma clara y segura para expresar sus sentimientos y sus experiencias traumáticas sin tener que hacer uso de la palabra; y así son capaces de descargar su terror y su ansiedad a través de la creación de su obra, logrando alcanzar la libertad que habían perdido al permanecer calladas por miedo al rechazo. Estos programas son ofrecidos en los EE.UU. y en muchos otros lugares del mundo, con el deseo de proteger y fomentar el bienestar integral de la mujer a nivel mundial.

5.1.4 Beneficios generales del arteterapia.

El arteterapia ofrece la posibilidad de recrear pensamientos y sentimientos a través del arte y de la creación de la obra y, del mismo modo, ofrece un camino para la transformación de sentimientos y emociones en algo tangible, facilitando con esto el inicio del proceso de recuperación. Otro de sus beneficios es, que favorece el uso de imágenes personales para fomentar la autoconciencia, la creatividad y la imaginación. A su vez la creación de la obras se convierte en una autorreflexión y en una guía para lograr la transformación; además de facilitar el reconocimiento y la aceptación del duelo, la pérdida y otras consecuencias psicológicas del maltrato físico, psicológico y sexual, de forma menos amenazadora y dolorosa.

El arteterapia también fomenta el aprendizaje de estrategias para la socialización, tales como la mejora de la comunicación, la interacción con iguales, el aprendizaje de valores prosociales, la resolución de conflictos y la toma de decisiones de forma eficaz y pacífica, haciendo con esto la vida del ser humano más placentera y funcional.

Como se mencionó anteriormente, son varios los beneficios que el arteterapia ofrece tanto para sus clientes/pacientes con problemas y enfermedades de salud mental, como para los que tienen problemas de salud física. Estos beneficios que se han comprobado de forma científica y han sido publicados en varias revistas de ciencia, como por ejemplo, en la revista *American Journal of Public Health* (Revista Americana de la Salud Pública), donde Stuckey & Nobel (2010), en su artículo, *The Connection Between Art, Healing, and Public Health: A Review of Current Literature*, Las Conexiones entre Arte, Sanación y Salud Pública: Una Revisión de Literatura Actualizada, abordan el vínculo que existe entre el arte, la curación y la salud pública; planteando en su investigación la revisión de 100 estudios publicados por distintos investigadores, en los cuales se habla del impacto positivo del arte en la salud física y mental del ser humano, y en la capacidad que la

creación del arte brinda por si sola para la autosanación. En estas investigaciones, que fueron revisadas para este artículo, se estudiaron los efectos de la música, la escritura, la danza y las artes visuales. De las artes visuales se utilizaron: la pintura, el dibujo, la fotografía, la cerámica y la elaboración de textiles, y cada estudio examinó más de 30 pacientes, quienes luchaban contra distintas enfermedades crónicas y contra el cáncer. Al terminar el estudio, los investigadores enlistaron los siguientes beneficios obtenidos por los pacientes que utilizaron las artes visuales:

- Disminución considerable de emociones negativas, gracias a la ocupación y la distracción que las actividades de arte proporcionan.
- Disminución considerable de los niveles de depresión, de estrés, de angustia y de ansiedad, ya que las artes visuales lograban relajar y desconectar a los pacientes de cualquier dolor físico o mental durante el proceso creador.
- Aumento considerable en los niveles de tolerancia al dolor.
- Mejoría notable en su nivel de comunicación, socialización y espontaneidad.

Además, los investigadores afirman que los resultados positivos no solo se podían ver en el estado físico de los pacientes sino que también eran notorios en su estado anímico.

A su vez, en la revista *Journal of Psychosomatic Medicine* (Revista de Medicina Psicosomática) Petrie y et. al (2004) publicaron un artículo donde se plantea una investigación que utilizó la escritura creativa como un tratamiento alternativo con pacientes con VIH, y se encontró que aquellos que se beneficiaron de esta, tuvieron una notable mejoría en los recuentos de los linfocitos *T-CD4*, lo cual indica que esta actividad creó un impacto positivo en las células de los pacientes y en consecuencia, mejoró su sistema inmunológico. Otros beneficios del arteterapia, que el autor descubrió a través de su investigación son:

- Expone a sus clientes/pacientes a través del arte, a diversas ideas y perspectivas que favorecen a la mejora de su condición humana.
- Brinda una alternativa de comunicación no verbal que potencia la expresión y el lenguaje creativo.
- Estimula la elaboración rápida de estrategias en la resolución de conflictos.
- Desarrolla la autonomía y fomenta la espontaneidad.
- Provee a través del proceso creador una alternativa segura y confiable para el auto exploración.
- Rompe con la monotonía, canaliza la energía de forma positiva y alimenta la autoestima.
- Proporciona a través de la obra final, motivación y sentido de recompensa.
- Desarrolla la sensibilidad, la creatividad y la imaginación.
- Ayuda a liberar el estrés, la ansiedad y la frustración.
- Fomenta el desafío mental y resolución de conflictos de forma objetiva y pacífica.
- Mejora la coordinación, la percepción espacial y la destreza motora fina.
- Permite centrar la atención y los pensamientos en la tarea que se está realizando.
- Brinda un sentido de orgullo y de logro a través de la realización de una consigna, y la obra final.
- Fomenta la perseverancia.
- Fortaleza la memoria y su recuperación.
- Fortalece la dignidad y la autoconfianza.
- Aumenta los niveles de resiliencia.
- Reduce los comportamientos antisociales y auto destructivos.

5.1.5 Beneficios del arte.

5.1.5.1 Beneficios generales del arte.

Los seres humanos han expresado sus sentimientos a través del arte durante la historia, utilizando rituales, la elaboración de máscaras, creando piezas de cerámica, tallando esculturas en madera y en piedra, pintando murales y confeccionando trajes típicos, entre muchas otras formas artísticas de expresión. La pintura rupestre y los jeroglíficos son las manifestaciones artísticas más antiguas y el récord visual de autoexpresión y comunicación, a través del tiempo y por medio del arte, que el ser humano ha dejado a su paso por este planeta. El arte ha sido considerado también como una herramienta muy poderosa y espiritual de sanación; por ejemplo, en el caso de los monjes budistas a través de la creación de sus mándalas y el de los indios americanos nativos a través del diseño y elaboración de pinturas con arena. El arte se ha utilizado también a través de la historia como medio de expresión no verbal del ser humano, convirtiéndose así para muchos pueblos y generaciones, en una herramienta de sanación integral y natural. En varios países de Latinoamérica el arte juega un papel muy importante en la vida cotidiana del ser humano, y en México, por poner un ejemplo, se suele utilizar el arte en los momentos de ocio, de celebración, de trabajo y también en los momentos de duelo. El arte es considerado como medio de expresión que fomenta la liberación de la ansiedad, del estrés y de las angustias, ya que proporciona paz, gozo y satisfacción. Así que en casi todas las familias, y por varias generaciones, se practica la pintura, la escultura, el tejido, la cerámica, el grabado, el tallado y otras diversas técnicas para realizar artesanías las cuales son objetos artísticos y de significación cultural que se hacen a mano y son piezas de arte que enorgullecen, reflejan y revitalizan la identidad de la región donde se elaboran. Las artesanías son piezas que conservan técnicas de trabajo tradicionales y diseños autóctonos. Muchas familias en México, viven de esta actividad y pasan la mayoría de su tiempo en

casa, rodeados de amigos y de familiares, que también colaboran en esta actividad, haciendo arte y utilizando esta labor, como pasatiempo que sana y como una fuente de autoempleo para el sustento familiar. El arte también se utiliza en momentos de tristeza y de duelo, tal como en el día de los muertos; día en el que ciudades enteras se preparan para recordar y recibir las almas de sus difuntos. Para esta celebración se hacen variadas y coloridas artesanías que serán utilizadas para honrar y celebrar la vida de los seres queridos que ya han muerto. Se elaboran para la celebración, piezas de papel picado, flores de papel crepé y las catrinas o imágenes de la muerte vestida de dama antigua, de forma muy elegante para la ocasión; catrinas hechas tanto con azúcar, con madera, con barro, con papel maché o con pan. Todas estas piezas de arte son colocadas en altares junto con otros de los objetos favoritos y las fotografías del difunto que se va a honrar. Durante este proceso creativo de artesanías y el diseño del altar, quienes lo están elaborando recuerdan los momentos felices y las anécdotas positivas y memorables vividas al lado de ese ser querido que ya falleció. Se venera y honra la vida del difunto, creando, recordando y celebrando con alegría, y no con el duelo y con la tristeza por su muerte. El arte se convierte en esta ocasión en un medio de expresión y comunicación que ayuda a canalizar emociones de forma positiva y gratificante; además es una herramienta que beneficia al ser humano en un todo con sentido tanto a nivel cognitivo, como educacional, emocional, social, psíquico y personal (Marinovic, 1994).

5.1.5.2 Beneficios del arte en la educación.

Eisner (2004) al igual que Lownedfeld & Brittain (1993), analizan de forma sistemática la naturaleza del arte, las variadas posibilidades y beneficios que ofrece dentro de los procesos educativos, tanto a nivel social como general, afirmando que a través del uso del arte en la educación es posible fomentar la simbolización, el desbloqueo de las emociones, la estructuración del pensamiento, la mejora del sistema de interiorización y del sistema

psicomotor, transformando el proceso de la educación en una experiencia aún más enriquecedora.

Según Callejón y Granados (2005) el uso del arte como herramienta terapéutica y educativa al igual que las imágenes que se realizan a través del proceso creador y las repuestas de la personas que las han creado, son beneficiosas porque ayudan a facilitar la comunicación, a estructurar las emociones y los sentimientos, a dar inicio a la resolución de conflictos internos y externos, a madurar como personas, a desarrollar la sensibilidad y a fomentar un auto concepto.

Asimismo, las imágenes cerebrales que se han tomado en los último años, revelan algunos indicios del porqué las actividades artísticas son importantes y benefician el proceso del aprendizaje en el ser humano. A través de estas imágenes se ha podido descubrir cómo ciertas estructuras de la corteza cerebral responden a ciertos estímulos propiciados solo a través de la creación artística. Además, se confirma que a través de la creación y de la representación artística, se activan las regiones del cerebro que propician el lenguaje verbal conectado con el sistema límbico y la parte emocional del ser humano. Dichas imágenes confirman que la parte del cerebro que está a cargo del proceso visual es la que se encarga de generarlas imágenes reales o ficticias que posteriormente se representan a través de la creación artística en este caso (Sousa, 2011). También han demostrado estas imágenes que, a través de la creación artística se activan diferentes regiones cerebrales que en actividades cotidianas quizás no resulte posible activar. La música por ejemplo, se procesa en la corteza auditiva que está en el lóbulo temporal del cerebro, las artes que conllevan movimientos como el baile o el teatro, activan la corteza motora, las artes visuales como la pintura, se procesa principalmente en los lóbulos occipitales y temporales, mientras que la poesía o la prosa, implican las áreas de Broca y Wernicke, relacionadas con el procesamiento lingüístico (Posner et al., 2008).

Los beneficios del arte en la educación son variados, permitiendo que los alumnos adquieran un mayor compromiso emocional al utilizar las artes en el proceso educativo y de aprendizaje; contribuyendo a que los alumnos trabajen de forma más activa y creativa.; propiciando el aprendizaje entre iguales y volviéndolo más cooperativo, y potenciando a su vez la unidad, la integración y la unificación del grupo.

Igualmente, cuando se logra integrar en la práctica pedagógica la creación artística, se promueve el pensamiento creativo y divergente en los alumnos y se consigue fomentar el desarrollo de un pensamiento más profundo. La creatividad en la creación artística permite que los problemas reales tengan más de una solución, ayuda a analizar los problemas desde diferentes perspectivas, haciendo uso de la imaginación y mejorando los procesos de resolución (Eisner, 2004). El arte en la educación beneficia y fortalece la memoria de largo plazo, mejora las habilidades sociales, reduce los problemas emocionales, desarrolla y fomenta la comunicación, la cooperación y la resolución de conflictos (Wright et al., 2006, Hardiman et al., 2014).

Un programa que utiliza las artes en la educación *Artful Thinking*, Pensamiento lleno de arte, desarrollado por el *Zero Project*, Proyecto Cero, en *Harvard University*, emplea el poder de las imágenes visuales, el de las obras de arte y el de la música, para estimular los procesos de la curiosidad, de la observación, de la comparación o relación entre ideas, con la finalidad de desarrollar el pensamiento creativo y potenciar el aprendizaje en sus participantes y estudiantes (Hardiman, 2012). Este programa se utiliza en la educación primaria, en la educación post-secundaria y en los museos. El programa se centra en experimentar y apreciar el arte y tiene dos objetivos generales: el primero es el de ayudar a crear conexiones entre obras de arte y temas curriculares y el segundo es el de ayudar a utilizar las artes como una fuerza para el desarrollo de las habilidades del pensamiento.

(Winneretal, 2006) ha identificado los siguientes hábitos que se practican a la hora de participar en una clase de arte o con arte, o en la que se participa en la creación artística, los cuales se pueden transferir a otros dominios del aprendizaje:

- Desarrollo de nuevas habilidades: al aprender estrategias para el uso de nuevas técnicas y la manipulación de nuevos materiales.
- Involucrarse en una actividad de forma perseverante: ya que se involucran en proyectos que requieren de su total atención y de trabajo continuo y de forma persistente para realizar su creación artística y finalizarla.
- Ampliar la visión: ya que a través de la creación artística se fomenta la generación constante de imágenes e ideas, fortaleciendo la imaginación y el pensamiento creativo.
- Fomentar la expresión: utilizando su creatividad e imaginación para plasmar su visión, sus pensamientos, sus sentimientos y sus ideas personales en su obra.
- Fomentar la observación: ya que al hacer uso del color, de las líneas, de las texturas, de estructuras, de la expresión, del estilo, entre otros, aprenden a observar de forma cuidadosa y detenida las cosas que anteriormente pasaban desapercibidas.
- Fomentar el sentido de reflexión: ya que querer juzgar, explicar el proceso, y el significado de su obra, requiere del análisis y de la reflexión previa al proceso de la comunicación.
- Explorar y estar dispuesto a la adaptación y al cambio: ya que en el proceso creador constantemente se toman decisiones, se explora, se experimenta, se toman nuevos caminos y riesgos y se transforman los “errores” en elementos de la composición.
- Comprender mejor el mundo del arte: ya que al crear y al hacer arte se aprende sobre corrientes, técnicas, propiciando así el entendimiento de su historia, su apreciación y su valoración.

Hábitos que a su vez benefician el proceso de la educación, fomentando la participación y la perseverancia al comprometerse con el proyecto o la consigna que se está realizando, promoviendo la imaginación a la vez que se ejercita la visualización y la observación; favoreciendo la expresión al transmitir la visión propia de quien realiza la obra a través de su creación; impulsando el desarrollo de una mirada propia y un nivel más alto de atención que permita percibir esos pequeños detalles que suelen pasar desapercibidos; motivando la reflexión y con esta, fomentando la evaluación crítica y constructiva. Asimismo se logra potenciar la exploración que ayuda a que el individuo pueda ir más allá de la creación y se motive a tomar nuevos riesgos y aprender de los errores que estos conllevan.

Otro de los beneficios de utilizar el arte en el proceso de educación es que impulsa la comunicación, proponiendo y brindando a su vez la posibilidad de adquirir un lenguaje personal que puede beneficiar a esas personas a quienes les cuesta comunicarse de forma verbal, por distintas razones o bien, por su condición física o mental. La creación artística a su vez alienta e invita a que se entre en un mundo propio lleno de posibilidades en el que se estimula la parte creativa del ser humano, además de permitirle apartarse de forma positiva de la realidad, para generar un descanso mental que disminuya su estrés y propicie la relajación.

A través de la creación artística también se puede fortalecer la autoestima, promover los logros personales, impulsar la individualidad y la autonomía. Además se ejercita y se fortalece la motricidad fina al sostener, cortar, rasgar, pintar, dibujar, y al manejar y utilizar los materiales de arte que a su vez estimulan nuevas conexiones cerebrales y desarrollan nuevas habilidades, mediante la experimentación y la exploración.

Utilizar las artes en la educación aviva la concentración, ayuda a identificar los sentimientos y aumenta la capacidad de expresión. Permite que el individuo se enfoque en

el presente y en lo que está haciendo o creando, olvidándose así de las preocupaciones, sacando las angustias, además de sentir placer y paz. Durante el proceso creador se puede vencer el miedo a enfrentarse a sí mismo, motivarse para realizar y terminar un proyecto personal, sentir satisfacción y concentrarse de forma muy profunda, como cuando se medita.

La creación artística estimula ambos hemisferios cerebrales, involucrando la parte lógica y racional y explorando la creatividad y las emociones a la hora de aprender. Fortalece a su vez la inteligencia emocional que integra la parte creativa que todo ser humano lleva dentro; promueve la fluidez de emociones, crea armonía entre el cuerpo y la mente, fomenta la tranquilidad y la empatía; desarrolla la individualidad, propicia una personalidad creativa e inventiva, promueve la organización de ideas, además de proporcionar serenidad y seguridad.

El cerebro humano tiene una capacidad extraordinaria para crear imágenes mentales internas a través de la creación artística, y varias investigaciones han confirmado que se activan las mismas regiones del cerebro al ver una escena o imagen real, que al imaginarla y que la visualización es una herramienta primordial en el proceso de la memorización y del aprendizaje del ser humano (Thompson et al., 2009).

5.1.6 Talleres de arteterapia grupales: características y beneficios que ofrecen para este colectivo.

En el caso de esta investigación se considera que el arteterapia favorece la comunicación y la autoexploración de emociones a través del uso del lenguaje simbólico, sin producir en las participantes la ansiedad y el estrés que cotidianamente sienten por no hablar el idioma del país en el que actualmente están residiendo. El arteterapia también

fomenta la concienciación del uso de la terapia psicológica ya que por ser esta, abordada a través del arte, les resulta a las participantes, menos amenazante y menos vergonzosa que cualquier otro tratamiento de psicoterapia convencional, considerando que en la mayoría de los países de origen de las participantes, según sus testimonios, al asistir a la terapia psicológica, se admite abiertamente en su sociedad el padecimiento de la locura.

El arteterapia también potencia la creatividad, el autocontrol y la independencia a través del proceso creador y mediante el disfrute de un ambiente seguro y confidencial, en el cual pueden expresarse sin miedo al rechazo, o a ser juzgadas. Asimismo se obtiene, a través del hecho de haber creado y de haber terminado una consigna, un sentimiento de capacidad y de logro, además del fortalecimiento de su autoestima.

La psicoterapia grupal es una experiencia terapéutica en la que se comparte y se trabaja con dos o más clientes/pacientes que están pasando por situaciones similares. En la terapia de grupo se pueden trabajar temas interpersonales y personales, temas que hayan sido expuestos por uno de sus clientes/pacientes o bien por la/el arteterapeuta. Los talleres de arteterapia grupales para esta investigación ofrecen la intervención psicológica, el apoyo emocional, y la educación de estrategias para la prevención de la violencia, además de los beneficios que se enlistan a continuación:

- Mejorar la interacción social de forma pacífica y fomentar la empatía y el apoyo emocional entre iguales.
- Enseñar a conectar con otros individuos de forma positiva y en un ambiente de apoyo.
- Disminuir las posibilidades de aislamiento social en el ambiente en que las participantes podrían estar, ya sea por miedo al rechazo o por sentirse excluidas.
- Aumentar el nivel de su seguridad, de autovaloración y de autoconfianza, al relacionarse, al socializar y al integrarse.

- Promover a través de las consignas grupales, la colaboración, la confianza en otros, el respeto, la paciencia y la tolerancia.

5.2 Mujer latinoamericana inmigrante en los EE.UU.

5.2.1 Definición y sus derechos.

La mujer inmigrante, con o sin documentos, es definida como una mujer que se instala a vivir, durante un período mayor de 6 meses, en este caso en los EE.UU., ya sea por razones económicas, políticas, personales o sociales, y al tener un estatus ilegal de inmigración, su condición la colocará en desventaja y en riesgo de experimentar eventos negativos en el futuro, tales como: pobreza, maltrato, racismo y discriminación, entre otros. Es claro que dentro del colectivo de mujeres inmigrantes de origen latinoamericano en los EE.UU., no todas están en ese país sin documentación, pero las mujeres que han inmigrado de forma ilegal a los EE.UU. y que han sido maltratadas, además de ser vulnerables por sentirse desamparadas e inadaptadas, es muy posible que se encuentren con un sinnúmero de obstáculos a la hora de querer hacer valer sus derechos y pedir protección de la justicia en contra de su maltratador, debido a su estatus migratorio.

El creciente clima anti-migratorio en Estados Unidos, es expresado en leyes políticas muy riesgosas para este colectivo, por ejemplo la proposición de la ley 187 del estado de California, que prohíbe la educación, el servicio de salud y otros servicios sociales básicos a las personas que están en los EE.UU. sin documentos. Factores como estos contribuyen con el aislamiento de las mujeres ilegales que son maltratadas, porque sienten y creen que al pedir ayuda para ser liberadas de quienes las maltratan, serán también deportadas. Existen derechos que protegen a las personas inmigrantes sin documentos en los EE.UU., pero sin conocerlos, no hay manera de solicitarlos y hacerlos valer. Es importante informar a este colectivo sobre estos derechos, porque ello podría salvar la vida de las

mujeres en grave peligro por parte de sus maltratadores. A continuación se citan los derechos para inmigrantes ilegales que viven en los EE.UU. que el *ILRC Information Center for Illegal Immigrants* (2008) publicó en su página web (www.ilrc.org), derechos que a su vez han sido decretados y avalados por el Servicio de Inmigración y de Aduanas de los Estados Unidos de América:

1. Derecho a ser protegidas(os) por todas las leyes y la Constitución de los Estados Unidos de América, por estar viviendo en ese país, incluso sin importar su estatus migratorio.
2. Derecho a guardar silencio y pedir un abogado si son detenidas(os) por un oficial del servicio migratorio en la vía pública.
3. Derecho a exigir la presentación de una orden de allanamiento firmada por un juez competente, antes de permitir la entrada a su vivienda a la policía o a cualquier agente migratorio, si estos llegan de manera inesperada y amenazan con entrar a la fuerza.

Asimismo, en los EE.UU. existen recursos gratuitos y leyes que protegen a la mujer maltratada, sin importar su estatus migratorio, tales como:

- Residencia gratuita en albergues y refugios de emergencia confidenciales y casas de acogida.
- Leyes de protección y servicios de abogados sin costo alguno.
- Servicios de psicoterapia individual y grupal, para las víctimas directas e indirectas de la violencia.
- Servicios sociales y médicos gratuitos.

Sin embargo, a pesar de que existen estos recursos y que son ofrecidos a este colectivo, sin importar el estatus migratorio, las mujeres latinoamericanas que están de forma ilegal en este país tienen miedo a solicitarlos y cuando lo hacen es porque el grado de violencia

ha escalado a tal magnitud que tanto ellas como sus hijos/hijas estuvieron a puntos de perder la vida. Las mujeres que están utilizando estos servicios son aquellas que ya estuvieron, tanto ellas como uno de sus hijos o hijas, internados en terapia intensiva a causa del maltrato recibido, o bien que ya están residiendo y escondiéndose de su maltratador en un refugio de emergencia confidencial.

5.2.2 Factores que la hacen más vulnerables ante la violencia.

Se mencionan a continuación los factores que hacen más vulnerables a las mujeres del colectivo de esta investigación y que las llevan a convertirse en víctimas de la violencia:

- Su estado migratorio.
- La barrera del idioma.
- El desconocimiento de los derechos legales de la mujer en los Estados Unidos sin importar su estatus migratorio.
- Las creencias relacionadas con el rol que la mujer debe jugar tanto en el hogar como en la comunidad, según su cultura.
- La discriminación social y económica de la cual son víctimas por ser inmigrantes.

5.2.3 Principales tácticas de poder y control utilizadas en su contra por sus maltratadores.

Considerando que las experiencias de maltrato son individuales y varían en el caso de cada una de sus víctimas, a continuación se señalan y se describen algunas de las tácticas de poder y control, a las cuales han sido sometidas las participantes de estos talleres.

El maltratador comienza controlando e igualmente prohibiendo, y lo puede hacer utilizando las siguientes tácticas:

- Prohibiendo la socialización con familiares, amigos y personas que hablan el mismo idioma de la víctima, como una manera de aislarla.
- Prohibiendo la escolarización, en este caso, para que no aprenda el idioma que se habla en su actual país de residencia, y de ese modo mantenerla incomunicada.
- Leyendo su correspondencia, vigilando llamadas telefónicas, mensajes de texto y correos electrónicos entre otros medios de comunicación.
- Supervisando y controlando sus salidas.
- Prohibiendo su asistencia a citas médicas, a charlas con trabajadores sociales o con cualquier otro dependiente del gobierno o de la policía que puedan sospechar o descubrir la situación de maltrato en la que vive la víctima.

Después, el maltratador pasa a la etapa de las amenazas:

- Amenazando a los hijos(as) con que serán enviados a su país de origen, si su madre no hace lo que le pide.
- Advirtiéndoles que si piden ayuda o reportan el maltrato que están recibiendo, serán deportadas y les quitarán a sus hijos, porque están de forma ilegal en el país.
- Amenazando con que serán destruidos todos sus documentos importantes, tales como: pasaportes, identificaciones, actas de nacimiento, para que en realidad nunca puedan salir, ni ella ni sus hijos/hijas del país, escapando de la relación y de la situación que están padeciendo.
- Destruyendo todas las pertenencias y objetos de valor sentimental de la víctima que son de su país de origen, tales como: fotos, artesanías y regalos de sus familiares queridos.
- Amenazando con que se le hará daño a cualquier persona que le ofrezca apoyo o de quien reciba ayuda y consejo.

- Divulgando secretos íntimos y familiares o información personal de su pasado, que afecte su estatus migratorio o propicie su deportación.

El maltratador, posteriormente de abusar psicológicamente de su víctima, controlándola y amenazándola, prosigue con el maltrato físico y sexual. A continuación se señalan los tipos de maltratos y ejemplos de situaciones mediante las cuales el maltratador abusa de su víctima:

El abuso psicológico o emocional, que se podría manifestar de la siguiente manera:

- Mintiéndole sobre su estatus migratorio y amenazando con denunciarla, a fin de que sea deportada a su país.
- Amenazándola con el argumento de que si no hace lo que se le pide, se anulará el proceso de legalización de sus documentos.
- Llamándola con nombres despectivos y discriminatorios.
- Amenazándola con matar a sus hijos/hijas, a cualquier otro miembro de su familia o a una de sus amistades cercanas, si no hace lo que se le pide.
- Aislándola, con el pretexto de que no hablan el idioma y pueden ser deportadas por estar ilegalmente en el país.

El abuso económico se podría manifestar de la siguiente manera:

- Forzándola a que trabaje de forma ilegal y privándola de su sueldo íntegro.
- Forzándola a que firme documentos en inglés para estafarlas.
- Disponiendo y malgastando el dinero que la víctima tiene designado para enviar a su país de origen, para la manutención de su familia.

El abuso sexual podría ser manifestado de la siguiente manera:

- Acusando a la víctima de provocar a otros hombres por su forma vulgar de vestir y de actuar.
- Acusándola de tener relaciones sexuales con otros hombres cuando sale sola o se queda sola en casa.
- Teniendo relaciones sexuales con la víctima, sin su consentimiento.

En el abuso físico podría presentarse de la siguiente manera:

- Empujando, pellizcando, dando bofetadas, jalones de cabello, apretones bruscos y mordiscos, entre otros.
- Lanzado objetos o golpeando cosas para amenazar, o bien para lastimar con estos.

En fin, el maltratador se asegura de que la víctima sienta que todo lo que pasa es por su culpa, haciéndola sentir que es ella quien debería estar avergonzada, arrepentida y sentirse responsable, convenciéndola con las siguientes razones:

- Los actos violentos que ocurren en casa no son criminales ya que no suceden en áreas públicas y además el maltrato es merecido.
- Que la víctima ha sido disciplinada físicamente por no haber hecho lo que debería y por haber provocado el incidente, por su majadería y su inconsciencia.
- Que si la víctima denuncia lo que ha pasado y la familia se desintegra, nunca se lo perdonarán, ni él ni sus hijos/hijas y se convertirán en una familia desestructurada por su egoísmo y por su culpa.

5.2.4 Algunas razones por las cuales las víctimas no logra dejar a su maltratador.

Mucha gente se pregunta: ¿Por qué las víctimas de la violencia de género no dejan a sus maltratadores? Y ello podría parecer insensible, por cuanto solo pasando por una situación similar se podría entender lo complejo y riesgoso que supone tomar la decisión de dejar al maltratador y huir. Es una pregunta que se hace muy a menudo, ya sea por los testigos de esta violencia, tanto dentro del círculo familiar como en la comunidad, y la cual según Dowd (1998), director del *PACE Women's Justice* (PACE Justicia para la Mujer) de la facultad de leyes de *PACE University*, al ser elaborada y preguntada, se sugiere que:

1. La mujer que ha sido o que está siendo maltratada puede controlar la violencia, pero no quiere hacerlo.
2. Y que la mujer que no deja a un maltratador tiene la culpa de lo que le pasa por ser incapaz de dejar a esa pareja abusiva.

Olvidándose así que la víctima no puede controlar la violencia que la está afectando, ni tampoco es responsable de lo que le está sucediendo, ya que los únicos culpables son los maltratadores, quienes perpetran el abuso de las víctimas de la violencia de género en este caso.

Es importante reconocer que existen muchas razones por las cuales una mujer se queda en una relación abusiva y de maltrato, y estas suelen ser para la víctima, muy convincentes. Además es importante recordar que la víctima de la violencia que logra romper su silencio y pedir ayuda, para así poder escapar de esta situación de maltrato, suele hacerlo con asistencia de instituciones jurídicas, médicas o de la salud mental, o con el apoyo de amigos, familiares y miembros de la comunidad, pero nunca sola; mientras que esas víctimas que optan por quedarse en la relación abusiva, tienen distintas razones, que solo conociendo el caso específico y su profundidad, se podrían determinar y juzgarlas.

A continuación consideramos varias razones por las cuales algunas mujeres se quedan en una relación abusiva:

- El miedo a lo desconocido: Se trata del temor a que el maltratador cumpla sus amenazas de muerte en contra de ellas o de sus hijos e hijas, si se atreven a denunciarlo y a dejarlo, y les preocupa desconocer cuál sería su destino.
- El tener hijos/hijas: Y ser madre soltera resulta para muchas mujeres maltratadas una experiencia aterradora, aunado a que los hijos/hijas suelen usarse por el maltratador como instrumento de intimidación y de chantaje, para prometer que todo va a cambiar, que no pasará otra vez y que si se le denuncia o se le deja, se llevará a los hijos/hijas con él y a un lugar donde jamás pueda la víctima encontrarlos.
- La culpabilidad: Creen que quizás su maltratador está enfermo y necesita de su ayuda y de su comprensión y piensan que pueden salvar la relación siendo pacientes y tolerantes y de esa forma ayudarían al maltratador a cambiar.
- Autoestima baja: La víctima, a causa de su pobre o nula autoestima, llega a pensar que merece el maltrato que está recibiendo, y que no puede aspirar a nada mejor; todo esto considerando que la falta de autoestima rebasa niveles sociales, educativos, creencias religiosas y culturales y afecta a cualquier persona, sin importar el lugar que ocupa en la sociedad o en su familia.
- Por amor: Resulta evidente que algunas mujeres estuvieron tan enamoradas de su marido o de su pareja sentimental y maltratador, que este sentimiento no cambia incluso al ser maltratadas, y es porque se apegan a creencias religiosas o culturales que las hacen asumir que al hacer votos matrimoniales, deberán permanecer con esa persona en el bien y en el mal y hasta que la muerte los separe, convirtiendo esas relaciones en realidades aterradoras. que las motivan a permanecer en esas

relaciones tóxicas.

- Aceptación social de la violencia dentro del matrimonio: En muchas culturas esto es aceptado por cuanto se cree que el marido tiene el derecho de disciplinar a su mujer para mantenerla a raya, lo cual resulta denigrante, pero sucede y la víctima, su familia y sus amigos, en muchos casos, no ponen ninguna objeción sino que por el contrario, lo consideran aceptable.
- Dependencia económica: La realidad de la mujer maltratada, especialmente la que tiene hijos/hijas, es que no trabaja fuera del hogar y por lo tanto no tiene ningún ingreso económico, dependiendo en su totalidad, de los aportes que le hace el marido maltratador; circunstancia que se convierte en una razón sumamente poderosa para que las víctimas directas e indirectas, permanezcan en la relación.
- Creencias religiosas: En muchos casos la religión de las víctimas incide en su conducta, pues según sus postulados, consideran que lo que viven “es un plan de Dios” o que deben “cargar con su cruz” y no renuncian a su matrimonio por el bien de sus hijos/hijas, siendo esta una razón muy poderosa para que muchas de las víctimas guarden silencio, soporten el maltrato y se queden sufriendo dentro de la relación.
- Creencias y valores culturales: En muchas culturas, el fracaso, el divorcio y la separación matrimonial, son muy criticados y considerados deshonorosos y una vergüenza para las familias y, por ello muchas mujeres deciden comprometer su seguridad y continuar en relaciones abusivas, para evitarle a sus padres, a sus hijos/hijas y al resto de sus familiares, la humillación y la vergüenza.
- Adicción al período de reconciliación después del maltrato: Los maltratadores suelen parecer muy arrepentidos, ser tiernos, encantadores, permisivos y muy cariñosos después de haber perpetrado el abuso físico, haciendo creer así a sus

víctimas que en el futuro todo cambiará.

Abandonar a un maltratador no es tan sencillo como se cree, además de ser altamente peligroso; es por eso que se debe ser muy considerado y sensible al hacer conjeturas y realizar preguntas, porque no se sabe realmente cuál es la situación que afecta a una víctima de violencia, sea de género o intrafamiliar, si no se está en su misma situación.

5.2.5 El fenómeno de la migración y sus consecuencias.

El fenómeno de la inmigración en la actualidad es mucho más complicado de lo que parece, aunque desde los albores de la humanidad, el ser humano se había desplazado de un lugar a otro en búsqueda de nuevos horizontes y oportunidades, migrando como un acto natural y convirtiendo este acto en un factor transcendental de la historia de la humanidad.

En la actualidad, la inmigración resulta un más compleja, ya que las condiciones en las que el ser humanos migra son más complicadas y, aterrorizantes en algunos casos. Asimismo las barreras para el migrante pobre son cada vez más estrictas. En la actualidad existen fronteras y variados trámites migratorios obligatorios y necesarios para poder contar con las condiciones óptimas que faciliten la entrada, el establecimiento y la aceptación social del inmigrante en el nuevo país donde se pretende establecer.

La inmigración conlleva duelos, como bien lo afirma Achotegui (2010), duelos que puede ser simples o complicados, tales como:

- El duelo que se sufre con la separación de la familia y de los amigos, el cual se intensifica cuando el inmigrante está pasando por situaciones difíciles, ya que no cuenta con su red familiar y social de apoyo, aunando en el migrante los sentimientos de soledad, desesperación y miedo.

- El duelo por la inhabilidad de comunicarse a través de su lengua materna, ya que la adquisición de una nueva lengua no es tarea fácil y el inmigrante en muchos casos carece de tiempo y de dinero para invertirlos en clases de idiomas; y por otra parte, muchos inmigrantes en su país de origen nunca asistieron a la escuela y no aprendieron a leer y a escribir, por lo tanto el aprender una nueva lengua se convierte entonces en una labor casi imposible.
- El duelo por la cultura, el cual incluye desde la forma y el tipo de la alimentación, la forma de vestir, el lenguaje corporal, la religión, los valores, las costumbres y el sentido del tiempo y del espacio, entre otros. El inmigrante en este caso, además de hacer un esfuerzo por integrarse a una nueva cultura, a nuevos valores y nuevas costumbres, deberá enfrentarse a la par con la falta de tolerancia, el rechazo a la inclusión, y el racismo, que suelen encontrarse en los países de acogida.
- El duelo por la pérdida del paisaje y de la tierra, que puede ser más duro de lo que parece, pues ese vínculo es muy intenso, e inconscientemente los une con sus raíces, sus antepasados y con sus familias, específicamente con sus padres y sus madres. En este caso, además de los otros duelos, el inmigrante tendrá que adaptarse a cambios en el clima, los niveles de humedad o de sequía, la contaminación ambiental, los olores, la luminosidad o la oscuridad, la ausencia de amaneceres, atardeceres y noches estrelladas, el tipo de vegetación, el cambio de un medio rural a un urbano o viceversa, entre muchos otros escenarios.
- El duelo por la pérdida de su estatus social. Las estadísticas muestran que la mayoría de los inmigrantes suelen retroceder a nivel de su condición social respecto a la sociedad de donde son originarios; por ejemplo, algunas personas que tienen estudios universitarios y de posgrado que estaban acostumbradas a trabajar en oficinas, en grandes empresas, y ahora en el país donde son

inmigrantes, si logran conseguir un empleo, realizan trabajos de otra índole, como limpieza, cuidados de niños, ancianos o enfermos, de construcción o bien, labores a las que no estaban acostumbrados y que no se corresponden con su profesión.

- El duelo por la pérdida de contacto con el grupo étnico al que el inmigrante pertenece, el cual está relacionado directamente con la identidad del individuo. Su identidad tanto de género como generacional, religioso, familiar, profesional, educativo y social.
- El duelo por la pérdida de su seguridad física, lo que para muchos inmigrantes comienza con su travesía para llegar al nuevo país en el que desean establecerse. En muchos casos esta travesía comienza en algunos casos, con el cruce a pie de desiertos enteros, viajando en embarcaciones inseguras o viajando en los techos de trenes o camiones, todo por la falta de dinero y de documentos legales para llevar a cabo una inmigración digna y segura. La vivienda es otro de los elementos que fomentan este duelo, debido a que, en muchos casos, no se posee una propia o bien es compartida con tantas personas a la vez que se vuelven incómodas, antihigiénica y hasta peligrosas. La alimentación es otro agente fundamental, pues a menudo es escasa o inadecuada debido a la falta de empleo o por los sueldos tan injustos que reciben. El trabajo y sus condiciones son otros factores importantes, tal vez los de mayor peso para muchos de los inmigrantes, ya que por la búsqueda de empleo y de mejores ingresos, es por lo que la mayoría de ellos emprende el inicio esta aventura. Es por ello que aceptan trabajos que son ilegales, irregulares, extremos, y que los convierten en víctimas de la explotación que a su vez los pone en peligro de sufrir accidentes laborales y los exponen a padecer enfermedades de tipo respiratorio y dermatológico.

La soledad, la tristeza y el desamparo, también serán protagonistas de su nueva historia, consecuencias de la separación familiar, voluntaria o forzada, que han vivido. Su situación económica, el aislamiento, la desintegración social, el miedo a lo desconocido, la falta de servicios médicos, la ausencia de una red de apoyo social, la indefensión y el sentimiento de fracaso en el logro de los objetivos de su proyecto migratorio, serán también otras de las consecuencias de la inmigración que se está viviendo en este siglo XXI.

Son múltiples las razones por las cuales el inmigrante se estresa, se siente fuera de lugar y sin control y lo hace vulnerable a varios estresores que lo ponen nervioso, tenso, excesivamente preocupado, irritable, con falta de motivación, sintiendo un cansancio crónico, además de sufrir trastornos de sueño entre otras sintomatologías.

Es claro que la inmigración, además de tener consecuencias negativas, también las tiene de forma positiva, y son esas las que motivan al inmigrante a dejar su tierra y buscar oportunidades para progresar en otro lugar. No obstante los obstáculos y las limitaciones con las cuales los inmigrantes se enfrentan, las estadísticas globales afirman que en los últimos 50 años se han duplicado las cifras de personas que migran a nivel mundial.

Duelos derivados de la inmigración



Figura 9. Gráfica de anillos seccionados con los duelos derivados del fenómeno de la migración por los cuales el migrante suele pasar según Achotegui (2010).

En este mismo orden de ideas, añadimos que al inmigrante le costará mucho más adaptarse a un nuevo contexto cuando está viviendo un proceso de supervivencia extrema, de estrés crónico y de duelo, que muy probablemente afectará de igual manera su salud, a nivel físico y mental.

La gente migra de un país a otro por varias razones, algunos son obligados a cambiar de residencia por ser perseguidos, otros por querer escapar de algún conflicto, o simplemente por prejuicios; otros lo hacen de forma voluntaria para buscar nuevas oportunidades, aprender otros idiomas, estudiar, o simplemente para experimentar nuevas vivencias que sean más enriquecedoras y más emocionantes en otro país. Desde otro punto de vista, la

migración puede representar un acto de valentía, porque el mudarse a un país con otra cultura, otras normas, otras costumbres, quizás costos más altos, aunado a estar lejos de la familia, de los amigos y de su patria, puede resultarle a muchas personas muy desalentador, amenazante y doloroso.

Aunque la inmigración internacional podría ser un componente vital para la globalización, para la promoción del desarrollo y para la reducción de la pobreza a nivel mundial, los recelos, los temores e incluso la xenofobia, hacen que los beneficios de la inmigración sean minimizados y las desventajas maximizadas. Si se consideran de antemano las presiones sociales, económicas y culturales que la inmigración producirá y se planean y se proveen los servicios sociales necesarios para fomentar una integración y la validación y el respeto de los derechos humanos del inmigrante, la inmigración florecería como un proceso muy enriquecedor, que favorecería el nivel económico tanto en el país de origen como en el de acogida. Sin embargo con las estructuras económicas, comerciales y sociales que actualmente existen en el mundo, son solo los países más ricos y más poderosos los que verdaderamente se enriquecen y benefician de la inmigración.

Como lo afirma Achotegui (2012), las condiciones sociales en que la mayoría de los inmigrantes extracomunitarios viven, son precarias, y ello, conjuntamente con el duelo de la migración, las dificultades legales y económicas, la discriminación, el racismo, la marginación y muchas otras dificultades que experimentan de forma cotidiana, son factores que propician el fracaso de su proyecto migratorio. Los inmigrantes son seres humanos fuertes y sanos, como cualesquiera otros, tienen sueños y deseos de superación, pero si solo reciben rechazo y cultivan fracasos, seguro que presentarán problemas y enfermedades de salud mental.

Acorde con Heredia (2011), economista y político mexicano quien ha escrito *La migración Mexicana y el debate en los Estados Unidos. A la Sobra del Tea Party*, estos son los diez mitos que existen sobre la inmigración en los EE.UU.:

1. Los inmigrantes no pagan impuestos.
2. Los inmigrantes viven a expensas del bienestar social.
3. Los inmigrantes envían todo su dinero a su país de origen.
4. Los inmigrantes roban empleos y oportunidades a los estadounidenses.
5. Los inmigrantes son una pesada carga para la economía de los EE.UU.
6. Los inmigrantes no quieren aprender inglés ni convertirse en ciudadanos estadounidenses.
7. Los inmigrantes de hoy son diferentes de los de hace cien años.
8. La mayor parte de los inmigrantes cruza la frontera de manera ilegal.
9. Un débil cumplimiento de la ley en la frontera ha llevado al incremento de la inmigración indocumentada.
10. La guerra contra el terrorismo se puede ganar mediante mayores restricciones a la inmigración (p.p.136-138).

Pero los estudios independientes que se han realizado en los EE.UU. y que miden el impacto de la inmigración en este país proyectan de manera constante resultados claros que confirman que los inmigrantes aportan a este país una contribución positiva y de crecimiento para su economía.

5.2.6 Mujer e inmigración.

El Fondo de Población de Naciones Unidas (UNFPA), que trabaja para contribuir a que las mujeres y los jóvenes del mundo logren llevar una vida más sana y más productiva, afirma que hoy en día hay 98 millones de inmigrantes mujeres quienes constituyen casi la mitad del total de los inmigrantes a nivel mundial. Declaran a su vez que cada año, millones de mujeres que ocupan empleos en el extranjero, envían cientos de millones de dólares en remesas a sus hogares y comunidades de origen, para saciar el hambre de sus hijos e hijas y de familias enteras que dejan atrás, además de cubrir gastos fijos de la vivienda, de la educación y la salud de todos esos seres queridos. Las mujeres inmigrantes suelen desarrollar trabajos de limpieza, cuidado de niños, cuidado de ancianos y cuidado de enfermos, todos estos trabajos duros y muy dignos. Para muchas de las mujeres que deciden migrar a otros países sus motivaciones son, buscar oportunidades para vivir en un país donde haya más igualdad, menos opresión, menos discriminación, más libertad y mayores oportunidades de empleo y de superación. A pesar de que las estadísticas comprueban que casi la mitad de los inmigrantes a nivel mundial son mujeres, estas no habían sido tomadas en cuenta dentro de los temas de interés de las agendas políticas internacionales hasta el 2006, cuando en una de las reuniones de la Organización de Naciones Unidas, sobre inmigración internacional, se dio un espacio para escuchar las voces de mujeres inmigrantes acerca de sus necesidades humanas de igualdad, respeto, y la libertad de poder inmigrar sin riesgo de explotación y abuso, e igualmente en condiciones legales para poder así asegurar una vida sin violencia y con bienestar integral.

5.3 Violencia contra la mujer en los EE.UU.

Existe una raíz cultural histórica sobre la violencia en contra de la mujer, ya que durante mucho tiempo las sociedades en casi todo el mundo han querido creer que el hombre tiene

el derecho primario a controlar, a disciplinar, e incluso a maltratar y a abusar. Todo esto ha sucedido bajo la premisa del rol económico del hombre proveedor. La violencia de género no es un problema nuevo, pues ha existido desde siempre, pero ahora que está considerado como un problema de salud pública que afecta a muchas mujeres y a sus familias, tanto en los EE.UU. como en el resto del mundo, es que se habla abiertamente del tema.

En los países en los que se han realizado estudios sobre su prevalencia, se reportan cifras alarmantes. La violencia de género tiene consecuencias muy perjudiciales tanto a nivel físico, psicológico y social; consecuencias tales como: homicidio, enfermedades de transmisión sexual, suicidio, enfermedades y problemas mentales además de físicos e igualmente las consecuencias en las víctimas secundarias. Fue en 1985 cuando por primera vez en los EE.UU. se catalogó la violencia de género como un problema de salud pública. El Coronel *Everett Koop*, cirujano y veterano de guerra, quien la catalogó, a su vez motivó a las comunidades para que desarrollaran programas de intervención y prevención para la violencia de género e intrafamiliar. Desde entonces, varias organizaciones e instituciones se han dedicado a crear programas para tratar de prevenir y controlar la violencia hacia la mujer. Algunas de las actividades y proyectos que *Everett Koop* propuso, fueron desde el desarrollo de definiciones uniformes de lo que es la violencia de género hasta la creación de programas comunitarios para evaluar el problema y educar sobre las características, causas y consecuencias de esta epidemia, con la finalidad de proteger a la mujer que es víctima de la violencia o que está en riesgo de serlo. La violencia contra la mujer en cualquiera de sus formas, supone graves riesgos, ya que impacta y tiene consecuencias negativas, no solo en la víctima directa sino también en las personas que conviven bajo el mismo techo donde esta ocurre, convirtiéndolas en víctimas indirectas que también sufrirán las mismas consecuencias. La violencia hacia cualquier ser humano, además de

ser una violación de los derechos humanos, es un problema social y de salud pública. Esta epidemia, además representa costos sociales y económicos, tanto para las personas que la padecen como para los servicios públicos y privados en los que se debe invertir para su atención y prevención.

5.3.1 Definición.

En términos generales, podríamos definir violencia de género como el uso premeditado de la fuerza para controlar, manejar y maltratar a una mujer. Se trata de un abuso psicológico, físico o sexual que sucede entre dos personas que comúnmente están relacionadas de manera emocional, sentimental o sexual. A la violencia física le antecede violencia psicológica, que puede ser manifestada a través de: desprecios, insultos, amenazas, críticas destructivas y culpabilidad. Y resulta muy difícil convencer a una persona que está pasando por esta situación para que pida ayuda, porque la mayoría de las veces no cree necesitarla. Hay mujeres que se avergüenzan por lo que les sucede, creyéndose además, por su baja autoestima, que son merecedoras del abuso y del maltrato, así que prefieren mantener en secreto su situación, prolongándola así durante años y potenciando una vida de aislamiento, intimidación e injusticias.

Algunos de los patrones de comportamiento más comunes que los maltratadores de las víctimas presentan son: comportamientos agresivos, incluyendo ataques físicos, sexuales y psicológicos, así como dominación económica; un patrón de comportamiento en que la fuerza física y el terrorismo psicológico deliberado, están dirigidos a conseguir la obediencia y el control sobre la víctima.

Todavía hay mucho por hacer para combatir esta epidemia de salud pública en los EE.UU. al igual que en el mundo entero, pero por el momento las cosas podrían mejorar para la mujer de origen latinoamericano en aquel país, que ha sido o que es víctimas de la

violencia de género, ya que se les facilitará la petición de asilo político y la protección legal, gracias al trabajo que se ha venido realizando para proteger a este colectivo en el Fondo de prevención de la violencia familiar y en el Centro para el estudio de mujeres refugiadas, durante la administración del presidente de turno, Barak Obama.

Uno de los casos más recientes de violencia que el departamento de seguridad de los EE.UU. ha revisado, es el caso de una mujer de origen mexicano que pidió asilo porque temía ser asesinada por su esposo. Esta mujer, maestra de profesión, había sido violada varias veces por él, amenazada con un revólver y secuestrada. A su vez el esposo y maltratador, le había robado todas sus pertenencias e intentó quemarla viva cuando descubrió que estaba embarazada. La policía local en México, desmintió las denuncias, y el juez que la iba a representar trató de seducirla. Desafortunadamente este es solo uno de tantos casos que reflejan la vulnerabilidad de la mujer frente a la violencia y la falta de protección de sus derechos humanos.

El departamento de seguridad de los EE.UU. afirma que cualquier mujer de origen latinoamericano que es víctima de la violencia de género y presente pruebas contundentes y fundamentadas de que está siendo perseguida por su maltratador, podrá salir de inmediato de su país de origen para ser acogidas y protegida en los EE.UU.

5.3.2 Estadísticas actuales.

Según las estadísticas publicadas en el año 2010 por el *American Institute of Domestic Violence*, el Instituto Americano de Violencia Domestica:

- Una de cada cuatro mujeres que viven en los EE.UU. reporta haber experimentado violencia de parte de su compañero sentimental en algún momento de su vida.

- En el 2007 se reportaron 248,300 violaciones de mujeres en los EE.UU., lo que se traduce en una cifra de más de 500 casos por día.
- Un 92% de las mujeres afirma que el combatir o reducir la violencia intrafamiliar, la violencia de género y la agresión sexual, debería hoy en día ser una prioridad en los gobiernos a nivel mundial.
- Una de cada tres mujeres, alrededor del mundo, ha sido golpeadas, forzada a tener relaciones sexuales, o sometida al abuso de alguna forma durante su vida.
- De 2 a 4 millones de mujeres anualmente son agredidas por su compañero íntimo, esposo, novio, o amante.
- Las mujeres adolescentes y jóvenes adultas que han sido maltratadas, son 20% más propensas a involucrarse en otros comportamientos que conllevan riesgos, a tener embarazos no deseados, a intentar suicidarse, a utilizar drogas y sufrir de trastornos alimentarios, entre otros.
- Una de cada tres adolescentes reporta saber de una amiga o conocida que ha sido golpeada, estrangulada o lastimada físicamente por su pareja.
- Las mujeres de todas las razas son igualmente vulnerables a la violencia ejercida por una pareja íntima.
- El 37% de todas las mujeres que buscan atención médica en las salas de urgencia de un hospital en los EE.UU., lo hacen por heridas y lesiones causadas por sus compañeros íntimos.
- Hay más víctimas de la violencia de género anualmente, que el número de violaciones, accidentes de autos y asaltos en la vía pública, juntos.
- Actualmente el problema de la violencia de género es comparable con el problema del SIDA.

- Un 30% de las mujeres que sufren maltrato han sufrido su primer incidente durante su primer embarazo. 324,000 mujeres cada año experimentan violencia por parte de su pareja íntima durante su embarazo.
- El 74% de las mujeres maltratadas que trabajan han sido acosadas sexualmente.
- Una mujer es atacada por su compañero sentimental cada quince segundos. Una mujer es violada cada 6 minutos.
- Más del 50% de las mujeres son golpeadas alguna vez en su vida y más de un tercio son golpeadas repetidamente cada año.
- La evidencia del porcentaje de violencia física en relaciones prematrimoniales es del 20-35%.
- El 40% de las mujeres víctimas de homicidios, murió a manos de compañeros sentimentales o esposos.
- El 95% de los informes policíacos sobre violencia se refiere a hombres que han golpeado a sus compañeras sentimentales o esposas.
- 9 de cada 10 mujeres asesinadas murieron a manos de un hombre y 4 de cada 5 asesinatos ocurren en el hogar.
- 1 de cada 4 hombres y 1 de cada 6 mujeres consideran que el varón tiene derecho a golpear a su esposa o compañera sentimental.
- Un 35% de mujeres que han sido víctimas de la violencia de género han tratado de suicidarse.
- Aproximadamente el 50% de las mujeres alcohólicas fueron maltratadas en algún punto de su vida.
- 30% de las mujeres maltratadas han sido asesinadas por sus esposos, ex-esposos o compañeros sentimentales y sólo el 3% de los hombres fueron asesinados por sus

esposas, ex-esposas o compañeras sentimentales. En la mayoría de estos casos la mujer había sido ya abusada y cometió el crimen por defensa propia.

- El 26% de las violaciones y asaltos sexuales fueron cometidos por esposos, ex-esposos, novios o ex-novios de la víctima.
- El 75% de todos los ataques violentos contra niñas fueron cometidos por hombres que ellas conocían.
- La violencia de género es el crimen menos declarado en los Estados Unidos y en todo el mundo.
- La principal causa de muerte de mujeres embarazadas en los EE.UU. es el asesinato a manos de sus esposos o compañeros sentimentales y la segunda causa de muerte es sufrir un ataque al corazón.
- Una de cada cinco muertes de mujeres embarazadas fue a consecuencia de un ataque violento, generalmente perpetrado por su compañero íntimo.
- Solo en el año 2012 fueron reportados 1,260 asesinatos a mujeres por su esposo y/o compañero sentimental, lo que nos refleja la muerte de más de 3 mujeres diariamente.
- Cada año, más de 324,000 mujeres embarazadas son golpeadas por su compañero sentimental.
- Las mujeres embarazadas tiene mayor riesgo de morir a causa de ser víctimas de la violencia de género que cualquier otra mujer que es víctima de este tipo de violencia.
- Los maltratos perpetrados a mujeres embarazadas por su compañero sentimental causan más daño a la madre y a su hijo, que todos los posibles problemas médicos del embarazo junto.

- 80% de las mujeres que han sido víctimas de violencia de género continuarán repitiendo el mismo patrón sin no reciben ayuda psicológica.
- El 81% de las mujeres que han sido víctimas del abuso físico y psicológico y el 88% de las mujeres que han sido víctimas del abuso sexual, presentan problemas de salud tales como: diabetes, asma, enfermedades de tipo digestivo y respiratorio.

5.3.3 Algunas consecuencias de la violencia.

Estadísticas actuales de la Organización de las Naciones Unidas sobre las consecuencias de la violencia en niños y niñas, quienes han sido víctimas indirectas reflejan que:

- 15.5 millones de niños y niñas en los EE.UU. son miembros de familias con violencia intrafamiliar y 7 millones han presenciado severos casos de la misma.
- En el 2008, en un solo día, se registraron 16,458 niños y niñas viviendo en refugios confidenciales para víctimas de la violencia intrafamiliar.
- Cada año, dos millones de niños son maltratados por uno o ambos padres, o por otro miembro de la familia.
- De los dos millones de personas sin techo a causa de la violencia que viven en los Estados Unidos, medio millón son personas menores de veintiún años de edad.
- Un niño/niña que es agredido(a) a los 8 años de edad, será más propenso a cometer crímenes violentos, cuando llegue a la tercera década de su vida, ya que el abuso físico y verbal hace que un niño/niña sea doblemente propenso a cometer crímenes violentos durante su edad adulta.

- Decenas de miles de jóvenes, adolescentes, niñas y niños que se han fugado de sus hogares, están huyendo del maltrato físico, emocional o sexual del que son víctimas en sus hogares.
- 4 de 5 niño/niña que han sido víctimas de violencia física presentan problemas de aprendizaje en la escuela y dejan la escuela antes de finalizar sus estudios de preparatoria.
- La vida de los niños/niñas que son víctimas de la violencia de forma directa o indirecta, carece de estabilidad, ya que suelen vivir en casas de grupo, orfanatos y con distintos familiares, durante los períodos en que sus progenitores son rehabilitados, hospitalizados o encarcelados a causa del maltrato recibido o perpetrado.
- Los niños/niñas víctimas de la violencia padecen de negligencia y carecen de la supervisión de parte de sus padres, lo que traerá consecuencias en su adultez y se harán más propensos a cometer actos de violencia y delincuencia.
- Los niños/niñas que crecen en un barrio pobre con alto índice de violencia y que han sido víctimas de esta, suelen creer que su vida será tan mala o peor que la de sus progenitores, quienes suelen ser adictos a las drogas, al alcohol y han sido encarcelados por cometer actos violentos y delictivos.
- 3 millones de niños/niñas viviendo en los EE.UU. se enfrentan de una manera directa o indirecta a la violencia intrafamiliar en sus hogares, pues se ha comprobado que de 40% a 60% de los hombres que abusan de las mujeres también abusan de sus hijos e hijas.
- En el 25% de los casos de asesinatos de mujeres sus niños/niñas están presentes.

- Los niños/niñas que son víctimas directas e indirectas de la violencia de género e intrafamiliar, sufren de: baja autoestima, depresión, ansiedad, pánico, carecen de buena salud física, presentan dificultades para dormir, padecen estrés postraumático y están en riesgo de abusar del alcohol y las drogas, ser sexualmente activos a edades prematuras, fugarse de su hogar, tener comportamientos destructivos o suicidarse.
- 2,000 niños mueren violentamente en los EE.UU. anualmente, y 140,000 quedan seriamente heridos a causa de la violencia intrafamiliar.

Acorde con el reporte de *Domestic Violence Round Table*, Mesa Redonda de Violencia Doméstica, del 2008, la niñez que crece en un hogar violento además de vivir una experiencia aterradora y traumática, sufre síntomas tales como: incontinencia, trastornos de sueño, alergias en la piel y asma, problemas gastrointestinales, dolores de cabeza, además de ser más propensos a cualquier otro tipo de enfermedades. Y, tratándose de las niñas, están en mayor riesgo de ser víctimas de violencias de género en su edad adolescente y adulta, mientras que los niños tendrán más del doble de probabilidades de maltratar a su pareja y a sus hijos/hijas durante su adultez.

Según *South Carolina Coalition Against Domestic Violence and Sexual Assault* (La Coalición que lucha en contra de la Violencia Doméstica y del Abuso Sexual de Carolina del Norte), estas son algunas de las consecuencias que sufrirán las víctimas de la violencia intrafamiliar:

- Estarán 7 veces más en riesgo de ser abusados sexualmente los niños/niñas que viven en un hogar con violencia.
- De un 50% a un 70% de los niños/niñas que viven en un hogar con violencia serán golpeados y abusados también por el maltratador.

- 27% de las víctimas de homicidios de violencia intrafamiliar son niños/niñas.
- De cada uno de los niños/niñas que muere en una pelea de violencia intrafamiliar, un 90% de las víctimas son menores de 10 años y un 56% son menores de 2 años.
- Los niños/niñas que han sido víctimas y testigos de violencia, son 25 veces más propensos a cometer violaciones sexuales en su adultez, 6 veces más propensos a suicidarse y 1000 veces más propensos a abusar de sus propios hijos cuando sean adultos.
- Los niños/niñas que han vivido en hogares violentos son 74% más propensos a cometer crímenes en su adultez.

Sin olvidar a todos los seres humanos que pierden sus vidas al igual que a cada una de las víctimas que son afectadas, tanto de forma directa como indirecta por la violencia, es importante saber que esta epidemia también afecta a los ciudadanos de la ciudad o del país donde se origina. Y en este caso la violencia cuesta aproximadamente 67 billones de dólares cada año al gobierno de los EE.UU., cantidad que es pagada del presupuesto que también está destinado a la educación y a la salud entre otros servicios básicos de los ciudadanos, que lógicamente serán afectados por ello.

5.4 La ciudad de Boston

5.4.1 Violencia en Boston: causas, estadísticas actuales y consecuencias.

Basados en información recaudada por trabajadores sociales de *WSHC* y jóvenes expandilleros que trabajan y viven en los barrios más conflictivos de Boston en el año 2008, algunos de los motivos que propician que la violencia exista y continúe creciendo en estos barrios donde las minorías residen son:

- La falta de empleo y de oportunidades para las minorías.
- La carencia de educación.

- El racismo, la marginación y las pandillas.
- La desestructuración familiar.
- Las comunidades desunidas.

Todos estos factores están íntimamente ligados, ya que si no se cuenta con un empleo tampoco se tiene un ingreso fijo ni la manera de cubrir los gastos básicos de un hogar y de una familia, y esto generará muchos otros problemas e igualmente complicaciones. Además, la vida en zonas urbanas es mucho más costosa, y conseguir empleo resulta más difícil, aunado a que se debe tener cuidado de no cruzar territorios o violar las leyes de las pandillas porque al hacerlo se pone en riesgo la vida del que busca empleo y de toda su familia. Otro de los factores considerados, es que al existir el racismo y la marginación hacia las personas por su color de piel, su acento, su raza o el barrio al que pertenecen, a veces resulta casi imposible ser contratado. Las estadísticas muestran que un 90% de las personas que solicitan empleo en la ciudad de Boston, son personas que viven y vienen de barrios conflictivos con altos índices de criminalidad y que, por lo tanto están automáticamente estereotipadas y etiquetadas como delincuentes, no serán contratadas y el posible empleador pondrá algún otro pretexto para no tener problemas más adelante con las leyes y los derechos humanos del trabajador.

El siguiente paso al desempleo es la desesperación y con esta, la tendencia al abuso del alcohol, la droga y el crimen, los cuales además de no ser elementos que fomenten un estilo de vida saludable promoverán que los índices de violencia aumenten en esa comunidad. Y aunque es cierto que los índices de violencia en los barrios urbanos donde habitan las minorías y la pobreza abunda, son más altos, es importante recordar que ahora la violencia está tocando todas las latitudes.

La información que se presenta a continuación fue extraída del reporte realizado en junio del 2006 por el Comité de Violencia Juvenil para la Prevención del Crimen de la ciudad de

Boston, en el cual se afirma que los EE.UU. es el país del primer mundo que tiene el índice más alto de homicidios en la niñez, suicidios y muertes relacionadas con jóvenes que portan armas de manera ilegal. Y es así que, en la ciudad de Boston:

- Más del 40% de los adolescentes y los jóvenes adultos que asisten a escuelas públicas ha tenido en sus manos un arma blanca.
- Más de un 40% piensa que sería relativamente fácil conseguir un revólver de forma ilegal.
- Uno de cada cinco estudiantes ha sido testigo de un tiroteo y no se siente seguro en su comunidad.
- En el 2006 hubo 74 homicidios en esta ciudad y los índices de asaltos a mano armada aumentaron en un 26%.
- 3/4 de los estudiantes adolescentes de escuelas públicas de Boston han presenciado actos de violencia dentro de las instituciones educativas.
- El 87% de las víctimas que han recibido impactos de balas en sus cuerpos son adolescentes o jóvenes entre 13 y 34 años de edad.
- En los últimos años el índice de homicidios en Boston ha aumentado un 19%.
- El índice de tiroteos entre pandillas en Boston se incrementó en un 48% en el 2006.
- La actividad de las pandillas y el número de ellas, se incrementó en el 2007, identificándose aproximadamente 100 pandillas en la ciudad.
- El número de armas confiscadas en las escuelas públicas de Boston aumentó un 42% en los últimos 12 años.

En diciembre del 2007, el gobernador de Massachusetts, *Deval Patrick*, hizo una donación de 5.1 millones de dólares para programas contra la prevención de la violencia que se llevan a cabo en los barrios de Boston con mayores índices de violencia, ya que

como él ha afirmado en varias de sus entrevistas, la prevención de la violencia es primordial, por cuanto los actos de violencia solo toman un par de segundos, mientras que las consecuencias en la comunidad y en la vida de las víctimas, directas e indirectas, se quedarán para siempre.

5.4.2 Breve historia de su inmigración.

Según la página web *Massachusetts Office of Travel and Turism* (2015), la ciudad de Boston es la capital del estado de Massachusetts, la ciudad más grande de Nueva Inglaterra, y una zona comercial y cultural que atrae anualmente, a más de 16 millones de visitantes de todo el mundo. Esta ciudad fue fundada en 1630 por ingleses puritanos y tuvo el orgullo de presenciar la independencia de su país en 1776. Conforme con la *Massachusetts Historical Society* (2015), la historia de inmigración en Boston es larga y muy interesante, pues esta ciudad es y ha sido un puerto de entrada para muchas de las familias de distintas partes del mundo que decidieron inmigrar a los EE.UU., durante y después de la segunda guerra mundial. Uno de los más conocidos y dramáticos períodos de crecimiento ocurrió en el siglo XIX y a principios del siglo XX, con la llegada de inmigrantes de Europa Occidental. En 1920 el 32% de la población en Boston era de origen irlandés, y se instalaron a vivir en la zona Sur de esta ciudad. Alrededor de 1974 en la ciudad de Boston sus habitantes de origen caucásico y con los niveles intelectuales y económicos más altos, se comenzaron trasladar a las afueras de la ciudad para construir ahí sus mansiones y vivir en paz y alejados de los nuevos inmigrantes. Entonces en el centro de Boston donde estos solían vivir, comenzaron a establecerse los ciudadanos de origen africano, americano y los inmigrantes de origen latinoamericano (en ese entonces en su mayoría de República Dominicana y de Puerto Rico). Y fue en los años ochenta cuando la ciudad de Boston se transformó en una ciudad multicultural y con ello también se comenzó

a experimentar un alto índice de violencia juvenil y de pobreza dentro de las zonas de esta ciudad donde las minorías estaban establecidas.

5.5 El Centro de salud *Whittier Street Health Center*

Whittier Street Health Center con siglas *WSHC* o bien el Centro de salud de la calle Whittier, en castellano, es un centro de salud urbano localizado en uno de los barrios con mayor índice de delincuencia y pobreza de la ciudad de Boston, donde la mayoría de los grupos minoritarios residen.

5.5.1 Su historia.

WSHC fue fundado en 1933, siendo primero una clínica especializada para tratar a bebés recién nacidos y que además ofrecía servicios médicos de alta calidad y en varios idiomas en uno de los barrios más marginados y conflictivos de Boston. Con el paso de los años los servicios que *WSHC* ofrecía, fueron aumentando al igual que el número de sus pacientes, quienes ya no solo eran las personas de ese barrio, sino también grupos minoritarios de otras comunidades que también eran conflictivas y marginadas, convirtiendo a *WSHC* en el centro de salud de mayor predilección de grupos minoritarios e inmigrantes. En la actualidad el perfil de los pacientes de este centro de salud, es:

- Personas con un nivel socio-económico bajo o muy bajo
- Personas con salarios muy bajos o desempleados
- 49% de sus pacientes son inmigrantes de origen latinoamericano.
- 37% de sus los pacientes son de origen africano americano
- 14% de sus pacientes son de origen caucásico, africano y asiático.
- La mayoría de sus pacientes son inmigrantes originarios de más de 20 países.

- El 34% del total de sus pacientes está considerado como personas que viven en extrema pobreza.
- El 20% de estos pacientes no cuentan con un seguro médico.
- Entre los pacientes de este centro de salud se presentan cifras alarmantes de casos de: diabetes, cáncer, asma, obesidad, enfermedades cardiovasculares, sida, adicciones, depresión, problemas con el manejo de la ira, hiperactividad, déficit de atención.
- Han sido o son víctimas de la violencia y viven en situaciones de riesgo.

WSHC es reconocido en la comunidad por proveer servicios sociales y de salud a casi 12,000 personas, además de comprometerse a atender a cualesquiera que acuda a sus instalaciones sin importar su estatus migratorio y si puede o no pagar por los servicios médicos que solicitan y posteriormente requieran.

WSHC es uno de los 30 centros de salud de los EE.UU. enfocado en el cuidado de la salud de sus clientes/pacientes, también desde su casa, ofreciéndoles servicio domiciliario a esos clientes/pacientes que por impedimentos físicos o psíquicos no tienen la capacidad de salir de casa y solicitar y recibir los servicios médicos directamente en el centro de salud.

WSHC es el único centro de apoyo y asesoramiento para refugiados políticos de la ciudad de Boston y es el primer centro de salud urbano de este país en el que se ha incorporado un departamento de arteterapia.

La filosofía que maneja *WSHC* es que para poder asistir a sus clientes/pacientes y que estos alcancen una buena salud física y mental, es necesario que su equipo trabaje de forma multidisciplinaria. Por lo tanto actualmente ofrecen los siguientes servicios para el bienestar integral de sus clientes/pacientes:

- Medicina Familiar.

- Medicina para adultos.
- Medicina para la niñez y la adolescencia.
- Medicina para la mujer, Ginecología y Obstetricia.
- Planeación familiar y sexualidad.
- Medicina para el hombre y Urología.
- Oftalmología, Ortopedia y Podología.
- Terapia física y Terapia Ocupacional.
- Laboratorios, radiología y servicios de farmacia.
- Servicio de urgencias.

Además cuenta con:

- Departamento de Arteterapia.
- Departamento de Salud Mental y Abuso de Sustancias.
- Departamento para la Prevención de la Violencia, la Protección y Recursos para la Mujer.
- Departamento de Nutrición y Obesidad.

WSHC también cuenta con clínicas especializadas en: el tratamientos del asma, la atención primaria para sobrevivientes de cáncer y para los problemas cardiovasculares y también ofrece servicios y programas sociales, tales como:

- Programa para la defensa de la infancia
- Programa de apoyo para pacientes diagnosticados con VIH y sida
- Programa de reinserción para personas que han sido encarceladas
- Programa de búsqueda de vivienda y de empleo
- Programa de servicios de evaluaciones para personas con discapacidades del desarrollo
- Programa ambulatorio para las adicciones

- Programa de estrés postraumático para los veteranos de la guerra
- Programa para la prevención y el tratamiento de la diabetes
- Programa para la detección temprana del cáncer
- Programa para adolescentes embarazadas
- Programa *WYSE* para el apoyo y servicios de la juventud.

En la actualidad son aproximadamente 7,600 clientes/pacientes los que utilizan los servicios médicos y las clínicas, y 3,454 clientes/pacientes que utilizan los programas y servicios sociales anualmente.

5.5.2 Su departamento de arteterapia.

En el departamento de arteterapia de *WSHC* se ofrecen terapias grupales e individuales para un grupo muy heterogéneo de clientes/pacientes, entre los cuales se encuentran:

- Estudiantes de las escuelas alternativas y públicas de la ciudad de Boston
- Residentes de refugios de emergencia confidenciales para víctimas de la violencia intrafamiliar y de género.
- Personas de la tercera edad y ancianos con Alzheimer y otros tipos de demencia.
- Centro de rehabilitación.
- Adultos, jóvenes y adolescentes con discapacidades físicas, cognitivas y médicas.
- Estudiantes de las escuelas de educación especial del sistema educativo público y privado.
- Sobrevivientes de desastres naturales o de ataques terroristas locales y mundiales.
- Sobrevivientes de cáncer, y pacientes que lo están padeciendo.
- Pacientes con SIDA y VIH.
- Ex convictos y presos.

El departamento de arteterapia ofrece sus servicios a aproximadamente 3000 clientes, de forma anual. También participa en conferencias, talleres y jornadas educativas e informativas sobre los beneficios del arteterapia en ámbitos clínicos, médicos, educativos y para la inclusión social. Dentro de *WSHC* también se ofrecen talleres comunitarios de arteterapia con una duración de 30 minutos en la sala de espera del departamento de medicina familiar y en el de la niñez y la adolescencia, al igual que en el departamento de salud mental y adicciones, con el objetivo de invitar a clientes/pacientes a participar de forma voluntaria en actividades arteterapéuticas, mientras están esperando por su cita. Los temas que se abordan, son: estrategias prácticas para la prevención de la violencia, la importancia de mantener la salud física y mental e igualmente temas relacionados con la mejora integral de la vida del ser humano, teniendo a su vez como uno de sus objetivos principales, el de informar a sus clientes/pacientes sobre los servicios de arteterapia que se ofrecen en el centro y que están disponibles para quienes los necesiten y los soliciten.

WSHC ofrece en su departamento de arteterapia un programa interdisciplinario con arteterapia, musicoterapia, dramaterapia y danzaterapia. Las terapias de arte han sido establecidas en Whittier como una profesión más para el cuidado de la salud mental, utilizando el arte dentro de las psicoterapias para la mejora del cliente/paciente tanto a nivel cognitivo, como emocional y de socialización como de comportamiento.

Cada vez aumenta considerablemente el número de médicos y de otros profesionales de la salud de este centro que están trabajando mano a mano con arteterapeutas, tanto en los ámbitos clínicos como sociales, convirtiendo así esta disciplina en un componente importante e integral de la salud de los clientes/pacientes de *WSHC*.

Los requisitos y entrenamiento requeridos para trabajar como arteterapeuta en este centro de salud, son:

- Obtener un título de maestría en arteterapia.
- Tener experiencia mínima de dos años de trabajo con la niñez, la adolescencia y la adultez que presentan problemas y enfermedades de salud mental.
- Contar con experiencia trabajando con el arteterapia en ámbitos educativos, sociales y clínicos.
- Asistir a terapia individual y grupal semanalmente, las cuales son ofrecidas dentro del centro, por sus psicoterapeutas.
- Tener disponibilidad para ofrecer talleres de arteterapia en la comunidad y dentro del centro de salud, para así poder cubrir las necesidades de la comunidad.
- Trabajar 25 horas clínicas semanales directamente con clientes/pacientes y 15 horas más documentando sesiones, planeando actividades y recaudando materiales para sesiones.

5.5.3 WSHC educando sobre la prevención de la violencia a través del arteterapia.

Considerando que la situación actual de la epidemia de violencia en los EE.UU. está aumentando aceleradamente y afectando a núcleos familiares, instituciones educativas, instituciones médicas y a comunidades enteras, *WSHC* ha implantado desde hace varios años, un programa para la prevención de la violencia con los siguientes objetivos generales:

- Concienciar a sus usuarios de la situación actual en la que viven, informándoles sobre las estadísticas actuales de la violencia, sus características y sus consecuencias.

- Enseñar estrategias que ayuden a detectar las situaciones y las personas de riesgo, tener un plan de acción a seguir en esta situación y saber cómo y a quién pedir ayuda antes de que sea demasiado tarde
- Enseñar estrategias para la prevención de la violencia.

En *WSHC* se inicia el proceso de educación en este proyecto para la prevención de la violencia, informando a sus pacientes/clientes sobre los orígenes de esta, porque muchas personas suelen creer que por pertenecer a cierto grupo étnico o por haber nacido y crecido en cierto barrio, eso les convierte automáticamente en individuos violentos al igual que a todos los miembros de la familia a la que pertenecen, y a sus futuros descendientes. Se hace hincapié en que los comportamientos violentos se aprenden y no se nace con ellos y que es en general a una edad temprana durante la niñez, cuando estos comportamientos violentos se comienzan a adquirir, pero que si se aprenden conductas no violentas durante la niñez el individuo será menos propenso a ser víctima o a victimizar a otros en el futuro. Asimismo se les informa que en el transcurso de la vida se intensifican los comportamientos violentos que se hayan aprendido, pero que también es posible modificar estos comportamientos para que no sean violentos. Antes de comenzar la enseñanza y el aprendizaje de las herramientas para la prevención de la violencia, se les insiste en que es necesario no olvidar que no se nace violento y que para evitar convertirse en una víctima o en un victimario es preciso aprender herramientas, tales como: el manejo y control de la ira, la resolución de conflictos de forma pacífica y el fortalecimiento de la autoestima, entre otras.

Para *WSHC* es primordial ofrecer este tipo de servicios a sus clientes/pacientes, ya que la mayoría ha sido víctima de la violencia, son víctimas, son sobrevivientes o viven en situaciones de riesgo. La violencia no solo ha dejado huellas en sus vidas, recuerdos

traumáticos y dolorosos, muertes trágicas de familiares y de amigos, sino que también ha dejado en sus sobrevivientes las heridas físicas, las cicatrices emocionales y los efectos del estrés postraumático.

Durante el programa de prevención de la violencia se les recuerda una y otra vez a sus participantes que los individuos aprenden comportamientos violentos a través de la observación, como lo afirma Bandura (1965), por ejemplo, observando a la gente que les acompaña o les rodea constantemente: padres, familiares cercanos, maestros, amigos, vecinos, líderes de la comunidad y por cualquier otro tipo de aprendizaje social adquirido, imitando a sus iguales, o a través de los mensajes que reciben de los medios de comunicación.

Décadas de investigaciones realizadas a través de las ciencias sociales confirman que los comportamientos violentos son aprendidos, pero que también pueden ser modificados. Es también a través de los comportamientos propios que se enseña a otros, por lo tanto es importante comportarse de forma positiva y no violenta para así contagiar de forma positiva a iguales, y contribuir así a la disminución, a la prevención y a la erradicación de la agresividad y de la violencia. Otro de los objetivos de *WSHC* es el de promover el desarrollo de conocimientos, habilidades, actitudes y valores positivos que creen paz en la comunidad y en los hogares, además de motivar y ayudar a sus pacientes/clientes a convertirse en mediadores de paz, transformándose de víctimas o sobrevivientes a agentes de cambio positivo. Personas que fomenten el uso de las estrategias para la prevención de la violencia, para su bienestar integral y el de los demás, en sus hogares y dentro de sus comunidades.

5.5.4 Sus estrategias para la prevención de la violencia.

Todo ser humano siente enojo e ira, pero cuando la ira les controla, esto se vuelve un problema de seguridad, tanto para el individuo que la está sintiendo como para los que lo

rodean. Cuando la ira controla al individuo la violencia aflora, lo que deja en todo el mundo, cada año, más de 1.6 millones de víctimas que pierden sus vidas, y por cada una de estas víctimas muchas más resultan heridas y sufren las consecuencias y los problemas que esta conlleva., afectando la salud física, la salud mental e igualmente lastimando gravemente la autoestima.

Son tres las herramientas para la prevención de la violencia que se enseñan en el departamento de arteterapia de *WSHC*: El manejo y control de la ira, la resolución de conflictos de forma pacífica y el fortalecimiento de la autoestima.

5.5.4.1 El manejo y control de la Ira.

Enojarse o sentir ira es una respuesta normal del ser humano que es experimentada como una reacción a la frustración o a la dificultad. La ira es una emoción que todo ser humano refleja cuando siente que algo es injusto, diferente, o que involucra un cambio en una rutina ya establecida. Considerando que es un sentimiento natural y cotidiano, es importante aprender a expresarlo de forma apropiada y no permitir que domine a la persona que la está sintiendo, para así no perder el control ni permitir que la ira domine y propicie comportamientos y actos violentos que pongan la seguridad en riesgo.

Son muchas las consecuencias que la ausencia de control de la ira puede generar, tales como: problemas de estrés crónico, trastornos del sueño, problemas digestivos, dolores de cabeza, entre otros síntomas somáticos. A su vez, si se aprende a controlar la ira se reducirán los niveles de hostilidad, de agresión y de depresión de quien la padece.

Cuando se está enojado y dominado por la ira se tiende a ser más impulsivo y dramático, pero si se logran reemplazar estos pensamientos fatalistas y violentos por otros más objetivos y pacíficos, se podrá manejar y controlar la ira para prevenir así la violencia.

A través del programa de prevención de la violencia en *WSHC* se enseñan estrategias sencillas y prácticas para manejar la ira y controlarla, tales como: técnicas de respiración, técnicas de meditación, relajación y de visualización, además de dietas y suplementos alimentarios que promuevan la reducción de ansiedad, frustración y estrés.

Las personas que tienen problemas para manejar y controlar su ira se sienten amenazadas cuando tienen una necesidad, quieren hacer las cosas a su manera, no son escuchados o no se sienten satisfechos, y a raíz de esto transforman inmediatamente sus frustraciones y sus desilusiones en ira, para evitar sentirse heridos. Pero este tipo de comportamiento no hará que se sientan mejor sino todo lo contrario, ya que así propiciarán que la ira tome el control y los afecte a ellos mismos y a los demás. Mejorar las estrategias de comunicación podría ser una alternativa viable, ya que si la comunicación es efectiva, se logrará, por ejemplo, pedir algo siendo más objetivo, considerado y menos egoísta, lo cual dará como resultado que la persona consiga lo que desea, de forma cordial y evitando la hostilidad y la violencia.

Otras de las características de las personas que tienden a ser controladas por su ira es la ausencia de capacidad para la resolución de sus conflictos tanto internos como externos. Suelen sacar conclusiones sin considerar primero sus alternativas; no logran controlarse a la hora de discutir, no dan oportunidad a la otra persona para exponer sus puntos de vista; no tienen la paciencia para escuchar, ni tampoco se toman el tiempo y el espacio necesarios y suficientes para dar una respuesta asertiva en lugar de decir lo primero que sienten.

5.5.4.2 La resolución de conflictos de forma pacífica

Los conflictos son parte de la vida de todo ser humano, ya que al socializar y al estar expuesto a otras costumbres, ideas o filosofías, estos aflorarán, pero el ser tolerante,

paciente además de saber manejar y controlar la ira, propiciará una resolución de conflictos efectiva y no violenta. Mientras que si la persona se comportan de forma violenta cotidianamente por lo consiguiente tendrá una mayor probabilidad de carecer de la habilidad para resolver conflictos de forma pacífica y efectiva.

Por otra parte si el ser humano aprende a predecir las consecuencias de sus acciones y a hacer un listado de posibles soluciones para el conflicto, logrará reducir sus niveles de frustración, las incidencias de comportamientos negativos y violentos, el sentimiento de desilusión y a su vez promoverá la resolución de sus conflictos de forma segura. Consiguiendo mejorar asimismo sus relaciones interpersonales además de prevenir conductas violentas en un futuro que le perjudiquen y también afecten a los que le rodean.

Los individuos estarán expuestos al conflicto desde su niñez y hasta la vejez, por lo tanto mientras más pronto se aprendan habilidades y herramientas que fomenten el auto control, fortalezcan la capacidad de aceptar otras puntos de vista y le ayuden a comunicarse de forma efectiva, se hará mucho más fácil y más efectivo el camino que se tome para llegar a la resolución de forma pacífica.

5.5.4.3 El fortalecimiento de la autoestima.

El fortalecimiento de la autoestima es importante para todo ser humano pero vital para los clientes/pacientes de *WSHC* al igual que para las participantes de los talleres de esta investigación, ya que en la mayoría de los casos han estado sometidos(as) a malos tratos desde su niñez, tanto por sus familiares como por otros miembros de la comunidad, y de igual manera en su edad adulta continúan siendo víctimas de la violencia intrafamiliar y de la violencia de género.

Las personas con baja autoestima, son individuos que llegan a tener un nivel muy alto de desestructuración, que pierden la capacidad de valorar objetivamente lo que les está

pasando, que se confunden y ya no saben si son las víctimas o los culpables de lo que les está sucediendo; suelen sentirse inútiles, desagradables, poco inteligentes e incluso una carga para todos los que los rodean. Todos estos sentimientos afloran como consecuencia del maltrato y del abuso del que se ha sido víctima y por consiguiente es el reflejo de una autoestima muy baja o en ocasiones inexistente. Es por esto que a través del programa para la prevención de la violencia de *WSHC*, se fomenta el fortalecimiento de la estima a través de la reconstrucción de la identidad positiva, el fortalecimiento del auto control, el fomento de la independencia, la motivación para la toma de decisiones, el desarrollo de la habilidad para detectar a esas personas y esas situaciones que ponen en riesgo su salud mental y física e igualmente estrategias de comunicación eficaz que les permitan expresar sus sentimientos, romper su silencio, pedir ayuda y comenzar a forjar su propio presente y su futuro sin violencia.

Autoestima se define como la forma en que una persona se siente acerca de sí misma. Puede parecer poco importante preocuparse por la autoestima, pero en realidad, esto podría afectar de manera irreparable la salud mental y física del individuo que carece de un nivel de estima adecuado. Estudios muestran que tener una autoestima alta podría ayudar a manejar el estrés emocional, a recobrar la confianza en uno mismo, a tomar decisiones saludables, a tener relaciones sociales y sexuales seguras, a evitar comportamientos de riesgo tales como: el uso de drogas y el alcohol; a involucrarse en comportamientos destructivos como: el pandillerismo, el crimen y la prostitución. A su vez tener una estima alta podría evitar problemas y enfermedades emocionales y mentales tales como: la depresión, los desórdenes alimentarios, los ataques de ansiedad y de pánico, el estrés crónico y el intento de suicidio entre otros. Algunas de las consecuencias que la baja autoestima genera, son: el aislamiento social, los comportamientos hostiles, sentir una preocupación excesiva por los problemas personales, tener síntomas físicos tales

como: fatiga, insomnio y dolores de cabeza; de igual manera tener miedo a probar cosas nuevas, no tener la habilidad para sentirse amado/amada, culpar a otros por los errores propios, ser incapaz de tolerar un nivel normal de frustración, no poder reconocer que se tienen talentos y habilidades y ser fácilmente influenciable.

En el caso de este colectivo algunos de los factores que provocan una autoestima baja son: el ser criticadas constantemente por tener una determinada apariencia física, una manera de vestir, un acento distinto, su estatus migratorio, el nivel educativo, el nivel económico, el barrio en el que viven, el empleo que tienen, la escuela en la que estudian y cualquier otra situación o comportamiento que las estereotipe o las haga verse y sentirse diferentes al resto de las personas “normales” del país en el que son actualmente inmigrantes. Igualmente perjudica su autoestima las constantes críticas destructivas a las que son expuestas por su maltratador, quien repetidamente les hace saber que: nunca hacen nada bien, que no son lo suficientemente inteligentes, ni bellas, ni útiles, ni diligentes; además de hacerles sentir que no son valoradas, necesarias, ni queridas., provocando en ellas una sensación dolorosa y continua de rechazo.

Algunas de las estrategias para fortalecer la autoestima que se les aconseja en el programa son:

- Evitar a las personas que no sean respetuosas, que manipulen y que quieran controlar.
- Aprender a expresar opiniones y sentimientos de forma efectiva.
- Permitirse cometer errores y pedir ayuda cuantas veces sea necesario.
- Celebrar sus logros, confiar y creer en ellas mismas.
- Resistir y eliminar los pensamientos negativos.
- Auto conocerse y aceptarse incondicionalmente.

- Establecer límites y aprender a decir que no.
- Reconstruir la confianza en ellas mismas haciendo cosas que disfruten y que dominen.
- Cuidar de la salud mental al igual que de la salud física.
- Aceptar defectos y fortalecer cualidades.
- Fortalecer la paciencia y la tolerancia.
- Aprender a manejar y a controlar la ira.
- Ser responsables de las decisiones tomadas.
- Fomentar la autonomía y la independencia

Capítulo 6

Marco práctico



Figura 10. Imagen que captura un fragmento del proceso creador de una de las participantes de los talleres quien decide plasmar en su lienzo un sentimiento muy intenso que no tiene nombre.

Fotografía de la investigadora.

Capítulo 6 Marco práctico

6.1 Las participantes de los talleres

6.1.1 Su contexto.

Las participantes de los talleres son mujeres valientes, fuertes, creativas, soñadoras, generosas, llenas de amor para dar, y con deseos de ser aceptadas y amadas con la misma intensidad. Son mujeres que deciden emigrar a otro país apostándolo todo, con el objetivo de tener un empleo para así proveer una vida digna a sus hijos/hijas y a los familiares que dejan atrás. Todas ellas son mujeres vulnerables que plasman constantemente en sus obras, la frustración, la ansiedad, el miedo, la soledad e igualmente la nostalgia que sienten por estar lejos de su país y de su familia. Son también víctimas de aislamiento, al que muchas veces se someten inconscientemente por miedo al rechazo, por ser extranjeras, por no hablar el idioma o por no ser incluidas y aceptadas en la sociedad en la que viven. El deterioro de su autoestima y de sus habilidades de socialización e independencia resulta muy evidente, al igual que la carga emocional de terror e incertidumbre en la que coexisten, a causa de la violencia de la que fueron o son víctimas, o bien de las situaciones de riesgo en las que viven. Son mujeres de distintas edades, de origen latinoamericano e inmigrantes y, en su mayoría, sin documentos, en los EE.UU., que viven en barrios conflictivos de la ciudad de Boston.

La etapa de la vida en que las participantes de estos talleres se encuentran, es la de su juventud y de su adultez. Son mujeres entre 18 y 50 años de edad; largo período de sus vidas en el cual intervendrán muchas variables sociales, culturales y psicológicas que determinarán su desarrollo personal.

Las participantes de estos talleres, a pesar de contar a través de su obra sus historias de trauma y de dolor, contagian a su vez, su vitalidad, su entusiasmo, su esperanza y sus deseos de recuperación. Mediante su dedicación, su motivación, el color y el detalle en su obra, desean mostrar uno de los objetivos que tienen en común, que es el de recobrar su salud mental y física, recuperarse de su trauma, reconstruir su paz interior y poder vivir una vida sin violencia; además de exponer sus deseos de llegar a convertirse en agentes de cambio positivo para ellas mismas, para su familia y para beneficio de su comunidad.

6.1.2 Su perfil.

Las participantes de estos talleres son, en su mayoría, pacientes de los servicios médicos y del departamento de salud mental de *WSHC*; son mujeres que viven en situaciones de riesgo, que ya han sido víctimas de violencia o que lo están siendo en el momento en que participan en los talleres. Ellas tienen vidas muy complicadas y necesitan ser ayudadas, porque además de sus problemas cotidianos, luchan continuamente contra prejuicios culturales en relación con la salud mental, miedos con respecto a su estatus migratorio, temores por el tipo de relación en la que viven en sus propios hogares, aunado ello a la pobreza que enfrentan. Es por esto que los talleres de esta investigación se acercan a ellas, impartándose en las escuelas alternativas, en los centros comunitarios y en los refugios de emergencia confidencial donde ellas estudian, pasan momentos de ocio, y residen.

Estas mujeres, al no hablar la lengua del país en el que son inmigrantes, también suelen aislarse, ya sea por sentir miedo a ser rechazadas, no solo por la condición del idioma, sino también por sus valores culturales y su apariencia física. En su mayoría, viven en casas de acogida, refugios, iglesias, centros comunitarios o con familiares y amigos, compartiendo espacios muy pequeños y sin tener el suyo propio de forma constante.

Se presentan a continuación algunas de las características de las mujeres que participan en estos talleres:

- Son mujeres originarias de Ecuador, El Salvador, Guatemala, República Dominicana, México, Honduras y Puerto Rico.
- El 100% de ellas viven en urbanizaciones pobres, con alto índice de violencia y localizadas en barrios conflictivos de la ciudad de Boston.
- Un 40% de las madres de estas mujeres abusaron de drogas y de alcohol durante la etapa de su gestación.
- El 80% sufrió negligencia y abuso por parte de sus padres, en su infancia y en su adolescencia.
- Un 45% experimentó cambios frecuentes e inesperados de residencia y de su custodia legal.
- El 40% vivió en casas de grupo y casas de adopción temporal, en su niñez o adolescencia, y en su adultez en refugios de emergencia confidenciales para sobrevivientes de la violencia de género e intrafamiliar.
- El 90% de ellas son miembros de familias desestructuradas.
- El 65% presenta problemas para manejar y controlar su ira.
- El 100% ha experimentado maltrato físico y maltrato psicológico.
- El 65% padece algún problema de salud mental.
- El 90% ha perdido algún ser querido en un acto de violencia.
- El 100% frecuentemente experimenta sentimientos de soledad, confusión, tristeza y desesperanza.
- El 75% presenta una personalidad cambiante, voluble e impredecible.

- 85% de ellas tienen la percepción de no ser comprendidas, reconocidas ni aceptadas en sus hogares, ni en su comunidad.
- 90% de ellas no disfruta probar cosas nuevas que les puedan hacer dudar de sus habilidades.
- Son resilientes y se sobreponen a su dolor emocional, al igual que al fin de situaciones tan adversas en las que viven.
- No tienen habilidad para expresar sus sentimientos negativos o positivos, en forma verbal.
- Presentan sentimientos de culpabilidad, dependencia y de negativismo.
- Presentan dificultades para establecer vínculos.
- Están en un estado continuo de hipervigilancia, además de ser sumamente desconfiadas.
- Reflejan ausencia de autoestima e identidad positiva.
- Carecen de independencia y autocontrol.
- Son vulnerables a la violencia de género e intrafamiliar.

Las mujeres que participan en estos talleres responden de forma positiva y más relajada a un ambiente estructurado, ordenado y contenido. Un ambiente que les permita saber con exactitud lo que se tiene planeado para cada sesión evitándoles así, sentir ansiedad, estrés e incertidumbre, sentimientos que caracterizan sus vidas y que las hacen caóticas e impredecibles.

Aunque en cada uno de los lugares donde se desarrollan los talleres para esta investigación se trabaja con el mismo colectivo es importante mencionar que en cada uno de estos sitios las participantes tienen sus propia historia ya que han sido expuestas a diferentes tipos de violencia, maltratos y abusos asimismo los períodos de duración de

estos varían por lo tanto las consecuencias que están viviendo cada una de ellas serán únicas.

Las participantes de los talleres del centro comunitario *Tobin Community Center* son víctimas de la violencia intrafamiliar o lo están siendo, en su mayoría. Las participantes de los talleres de la escuela alternativa *Henry Owen School*, son sobrevivientes de la violencia intrafamiliar y de género, han cometido actos de violencia y se han involucrado en actos delictuosos, además de continuar viviendo en situaciones de extremo riesgo. Asimismo han sido abusadas de forma física y mental. Mientras que las participantes de los talleres del refugio de emergencia confidencial *Renewal House* han sido víctimas de la violencia de género, de la violencia intrafamiliar y expuestas al abuso físico, sexual y psicológico repetidamente y por períodos muy largos de tiempo. Estas son mujeres que padecen de un trastorno de estrés crónico postraumático y que están escondiéndose de sus maltratadores en este refugio porque temen que la próxima vez que su maltratador las encuentre las asesine al igual que a sus hijos e hijas.

Para las participantes de estos talleres el poder hacer algo de forma independiente sin ser criticadas y tener el gozo de llevar las riendas de su propio proyecto de principio a fin al igual que de poder ver los resultados de su esfuerzo mientras redescubren habilidades que parecían perdidas, les pare algo invaluable y muy alentador sin olvidar lo vigorizante que resulta para el fortalecimiento de su identidad positiva, de su autocontrol y de su autoestima.

6.1.3 Fragmentos de su historia.

A continuación se exponen fragmentos de las historias de vida de algunas de las participantes de estos talleres; mujeres que se considera que podrían representar el común

denominador de las vivencias del colectivo de esta investigación. Historias que ayudarán a comprender de mejor manera por qué fueron invitadas a participar en los talleres de arteterapia para la prevención de la violencia diseñados para este trabajo de investigación.

Es de hacer notar que, aunque las participantes han dado permiso y firmado una autorización para la utilización de sus identidades, sus fotografías, tanto de ellas, como del proceso creador y de las obras que realizaron para su uso dentro de esta investigación, por respeto, consideración y por su seguridad, la arteterapeuta ha preferido utilizar nombres ficticios para la narración de estos fragmentos tan íntimos y delicados de sus historias.

- Vanessa es de Honduras y tiene 19 años de edad, vive en un edificio donde encontró a dos niños jugando con un revólver. Estos niños tuvieron un accidente y uno de ellos murió. Vanessa además comenta que en su edificio hay varias personas que venden drogas, que se prostituyen o prostituyen a sus familiares. Esto le asusta, no le permite dormir por las noches, no desea estar sola en su casa ni tampoco salir de esta sin ser acompañada por su padrastro o sus primos. Ella además de estar cursando el último año del instituto, se encarga de cuidar de sus 3 hermanas menores, mientras su madre mantiene dos trabajos de limpieza y su padrastro trabaja en la construcción por las noches. En su casa, solo su tres hermanas menores, quienes nacieron en los EE. UU., y por ley recibieron la nacionalidad, son las únicas que viven legalmente en ese país; ella, sus padres y su hermana mayor, esperan la oportunidad de poder arreglar su situación migratoria, para así mejorar sus oportunidades y cambiarse a vivir a un barrio menos conflictivo.
- Karina es de Guatemala y tiene 19 años de edad, vive en el refugio de emergencia confidencial donde se ofrecen los talleres, con su madre y sus cuatro hermanos, quienes son menores que ella. Su padrastro abusaba de su madre y de ella, y

estaban siempre tristes, enojadas y aterradas, al igual que sus hermanos. Una noche decidieron escapar de su casa y solo tomaron con ellos lo que llevaban puesto, un teléfono celular y algunos documentos importantes que lograron encontrar en los escondites de su maltratador. Ahora viven ocultos en el refugio, todos duermen en una pequeña habitación, y comparten todo con otras cuatro familias, pero viven tranquilos, sin miedo a ser maltratados y sobre todo, rodeados de gente que se preocupa por ellos, les brinda su apoyo y les están enseñando a recuperarse y a reconstruir una vida mejor.

- Natalia es de República Dominicana y tiene 36 años de edad. Ella cuenta que cuando era niña su padre la abandonó y su dolor fue tan grande que comenzó a cortarse porque eso era lo único que le hacía sentir mejor. Después empezó a tomar medicinas para el dolor, para dormir, o para cualquier otro malestar que la ayudara a desconectarse y a no sentir rechazo ni dolor. Con el tiempo se dio cuenta de que solía enojarse por todo y con todos, que no se lograba controlar y que cuando se ponía furiosa todos se alejaban de ella, porque cuando la ira la controlaba era capaz de cualquier cosa y no podía medir las consecuencias de sus actos. Se hacía daño y le hacía mucho más a los demás. A los 20 años comenzó a ir a consulta psiquiátrica. Ahora, con 36 años toma calmantes para la ansiedad, el pánico y otros medicamentos para la depresión y se siente mejor y controlada. Agrega que, durante sus años de adolescencia padeció desórdenes alimentarios: bulimia y anorexia, porque como se sentía muy gorda esta era la única manera de bajar de peso y así controlar algo en su vida. Cuenta que se sentía satisfecha al vomitar lo que comía y creyó que podría parar cuando alcanzara su peso deseado, pero no fue así. Dice que le costó mucho dejar de hacerlo e incluso tuvo que ser internada en una clínica de rehabilitación para que la ayudaran a salir de una vez

por todas de este terrible ciclo adictivo en el que había entrado. Natalia afirma que quiere estar bien, que no quiere que la gente crea que está loca, pero que necesita ayuda, y es por eso que asiste a todos los programas de psicoterapia que son ofrecidos en *WSHC* y en la comunidad donde vive. Comenta que el arteterapia le ha gustado mucho porque puede dibujar lo que siente y le duele menos, que decirlo.

- Nelly es de El Salvador y tiene 43 años de edad. Ella está casi siempre deprimida, siente que todo le sale mal, que son pocas las veces que se siente satisfecha con y en su vida. Comenta que cuando la angustia, la frustración y la desesperación la abruman, se corta los brazos y las piernas, porque al sentir solo ese dolor físico puede olvidarse del dolor emocional y de todo lo demás. No quiere seguir viviendo así, tampoco quiere suicidarse, pero es muy difícil vivir percibiéndose sola, desamparada, desintegrada y sintiendo que a nadie le importa. Dice que desde que era una niña nadie la quiso y todos la maltrataron. Su padre la abandonó antes de que naciera, su madre la abandonó al nacer y su abuela fue la única que se ocupó de ella, pero ella ya murió. Ahora vive en una casa de acogida y espera poder encontrar la paz y el amor algún día.
- Lucía es de Guatemala y tiene 35 años. Ella ha sido abusada brutalmente por su pareja quien todas las noches la violaba, la golpeaba y la insultaba. Además, Lucía cuenta que cuando vivía en Guatemala, en su niñez y en su adolescencia era maltratada por su padre, su abuelo y sus hermanos y si se quejaba la maltrataban más, así que creció creyendo que era lo normal que una mujer fuera vejada por todos los hombres que la rodeaban. Su marido siempre llegaba a casa borracha, y un día que llegó más temprano que de costumbre la encontró hablando con uno de sus compañeros de piso. Ellos compartían una casa de 3 habitaciones con otras dos

familias, y todos vivían en los EE.UU., de forma ilegal. Esa noche su marido se enfureció porque ella no estaba en su habitación y además porque estaba hablando con un hombre, así que ahí mismo comenzó a golpearla con los puños, en la cara, la cabeza y el pecho, y cuando cayó al suelo, comenzó a patearla con tanta fuerza que le rompió costillas, la moreteó entera, le lastimó los dos ojos, le causó inflamación y daños en órganos internos, le tumbó casi todos los dientes y la dejó tirada en el suelo, desangrándose. Sus compañeros de piso la llevaron al hospital y la dejaron ahí abandonada, por miedo a ser culpados y deportados. Además, temían que le negaran la atención médica o les hicieran a ellos asumir los costos de la atención, por ser ella ilegal y no contar con un seguro médico. En el hospital la atendieron, cubrieron los gastos y cuando se recuperó del todo encontraron un lugar para que viviera, y una trabajadora social que llevara su caso. Ahora ella vive en el refugio de emergencia confidencial donde se ofrecen los talleres de esta investigación. Lucía y sus dos hijas, una niña de 8 años y una niña de 6 años, son residentes de este refugio y aunque ahora son conscientes de que las heridas físicas y las heridas psicológicas que la violencia de género y la violencia intrafamiliar les han producido no serán fáciles de sanar, ellas desean recuperarse, aprender a vivir de nuevo, fortalecer su autoestima y reconstruir un futuro mejor sin violencia.

- Amanda es de la ciudad de San Salvador, y tiene 30 años. Su marido abusaba de ella física, sexual y psicológicamente. La ponía a trabajar de forma ilegal, le quitaba todo su dinero y no tenía ni para comprar toallas sanitarias o para comprar una tarjeta telefónica para llamar a su familia. Todas las noches en cuanto ella se dormía su marido la golpeaba y después la violaba. Un día pudo escapar, y ahora viven ella y su hijo en el refugio confidencial donde se ofrecen los talleres de esta investigación. Desafortunadamente su hijo de tan solo 8 años, ha sufrido las

consecuencias de este abuso y ahora presenta comportamientos muy violentos contra Amanda. El niño por las noches tiene pesadillas y le reclama a su madre y a la vez la golpea, exactamente como su padre lo hacía con ella. Además, tiene varios problemas de adaptación, tanto en la escuela como dentro del refugio, porque el niño maltrata física y verbalmente a las niñas y a las mujeres del refugio e igualmente a las de su grupo en la escuela. Ahora ambos asisten a consulta psiquiátrica y toman medicamentos para la ansiedad, el pánico, la depresión y el estrés postraumático.

- Carolina es de México y tiene 40 años de edad. Ella ha sido cruelmente maltratada tanto de forma física, como psicológica y sexual, por su marido. Un día él ofreció ir a lavar la ropa, lo cual le pareció muy sospechoso porque su marido nunca solía colaborar con las labores del hogar. Ese día ella iba a salir porque había conseguido un empleo limpiando en un hospital de noche, así que como estaba tan ocupada tratando de dejar todo listo en casa, para él y para su hija, aceptó su ayuda y le pidió que hiciera la lavandería. Mientras él se marchó a lavar la ropa, ella se duchó, hizo la cena, limpió la casa y esperó a que él llegara para tomar algo de la ropa limpia y cambiarse antes de irse a trabajar. Cuando él llegó, ella tomó su ropa, se la puso, se despidió y salió de prisa de casa. Al comenzar a caminar para ir a tomar el autobús empezó a sentir un ardor abrumador en sus partes íntimas. Siguió con su viaje, pero al llegar al hospital ella sentía un dolor y un ardor que apenas le permitía moverse, así que decidió ir al baño para checar qué era lo que le pasaba. Al bajarse la ropa interior se dio cuenta que estaba completamente quemada y que la piel de la vagina y de los glúteos se le caía a pedazos. Pidió ayuda y ahí mismo en el hospital la revisaron y la curaron. El ginecólogo que la atendió se dio cuenta que había sido quemada con ácido. Su marido había rociado

ácido en la ropa interior una vez que la lavó y la secó, con la intención de castigarla por haberlo desobedecido y haber tomado la iniciativa de buscar y conseguir empleo. Y, de acuerdo con este hombre maltratador, quería dejarla inutilizada de sus partes, para que no se prostituyera todas las noches en su trabajo.

- Rosy es de Puerto Rico, y tiene 19 años de edad. Ella ha sido maltratada física y verbalmente por su padre, sus hermanos y su madre, durante toda su vida. Rosy, en una oportunidad, llegó a los talleres con un ojo morado, y a las participantes les parecía raro que ella se hubiera golpeado así de fuerte con la puerta de su habitación. Poco a poco durante la sesión, contó lo que le pasaba. Su hermano mayor la había vendido a un hombre que prostituía jovencitas; las llevaba a vivir a un departamento donde las vestía y las alimentaba y les daba un lugar para vivir, pero todo era con la intención de prostituirlas y beneficiarse de ello. Si las chicas como Rosy querían parar de trabajar, debían de pagarle el doble del dinero que él le dio a la persona que se las vendió o bien no dejaría que se marcharan. Rosy estaba asustada y sabía que si lo denunciaba le iría muy mal. El ojo morado era porque se negó a atender los requerimientos de uno de los clientes.
- Ana es originaria de El Salvador y tiene 40 años de edad. Ana tiene dos hijas y vive en el refugio de emergencia confidencial porque su maltratador trató de ahorcarla, y la dejó encerrada en su apartamento con sus dos niñas, asumiendo que estaba muerta, pero no fue así. Ella logró pedir ayuda y fue llevada al hospital, a tiempo para darle los servicios médicos necesarios que ayudaron a su recuperación. Inmediatamente después de su hospitalización fue trasladada al refugio, para ser escondida y prevenir que su maltratador la encuentre y que logre su cometido de acabar con su vida. Ahora Ana y sus dos hijas no tienen nada de sus pertenencias ni sus documentos legales y están a la espera de la sentencia de su maltratador.

- Sofía, de República Dominicana, Tiene 36 años de edad, tiene cinco hijos, y su hija mayor ya tiene una bebé de meses. La madre de Sofía también se embarazó sin planearlo ni quererlo, a los 15 años de edad, así que ahora viven en una casa de 2 habitaciones: Sofía, su madre, su hija con su bebé y sus otros 4 hijos. Sofía y su madre trabajan para una empresa de limpieza, en un restaurant, limpiando y sirviendo. La hija de Sofía dejó de asistir al colegio cuando se embarazó y ahora que su bebé nació, se queda en casa a cuidarlo, además de cuidar a sus otros cuatro hermanos cuando regresan del colegio, y hasta que su madre y su abuela regresan a casa de trabajar.
- María, es de México, tiene 29 años de edad y cruzó la frontera de México a los EE.UU., de forma ilegal. Dice que la travesía duro más de un mes. Que la asaltaron, la violaron, la golpearon y la abandonaron varias veces durante su viaje. Pagó a un hombre de su pueblo para que la cruzara, la mitad del monto total al inicio del viaje y la otra mitad una vez llegada a los EE.UU. Viajaban de noche, y de día se escondían en moteles donde comían y dormían si se podía, porque eran tratados de forma inhumana, y si se quejaban los dejaban tirados a medio camino. Ella, como otras mujeres y otros hombres, lo aguantaban todo con tal de cruzar al otro lado y tener una vida mejor. Ahora que está en los EE.UU. se ha dado cuenta de que no era tan fácil como se lo decían, y que el abuso y la discriminación continúan, y no solo por los americanos, sino por otros inmigrantes como ella que, por haber llegado antes y hablar el idioma, creen que tienen el derecho de abusar de los recién llegados. Trata de ser lo más sumisa posible, de pasar desapercibida y de evitar meterse en problemas, porque no quiere que la deporten. Vive en constante angustia y con miedo, porque sabe que su presente y su futuro no son ni están seguros.

- Lourdes, de Guatemala, tiene 45 años de edad, tiene 6 hijos y su hija menor que nació en los EE.UU., la tuvo con su última pareja, un hombre 10 años menor que ella, con quien vivió por dos años antes de que su hija naciera y dos más después de haber nacido. En una pelea, su maltratador, quien abusaba de ella de forma psicológica, física, sexual y económica, comenzó a aventarle todo lo que encontraba en su casa; ella estaba planchando la ropa cuando la pelea comenzó, pero en el transcurso de la discusión y de los golpes, fue acorralada en una de las esquinas de la habitación en la que se encontraban; ella gritaba y lloraba y el hombre le decía que se callara, pero ella no podía parar porque estaba estimulada por el miedo, así que el hombre cogió la plancha y se la puso sobre la mitad de la cara, lesionándola con quemaduras de primer grado y desfigurándole la cara. Lourdes comenzó a ser maltratada de forma física cuando salió embarazada, y conforme el embarazo iba evolucionando el hombre se volvía más violento, y cuando el bebé nació él se volvió celoso y más posesivo, a tal grado que le imponía a Lourdes que no dejara de atenderlo a él, si el bebé lloraba o necesitaba de sus cuidados.

Estas son solo algunas de las historias aterradoras que las mujeres que participaron en estos talleres han vivido. Historias que les costó mucho revelar, tanto por el dolor que sentían por haber sido maltratadas de tal manera, como por la vergüenza de no haber podido antes encontrar la fuerza, el valor y el apoyo para poder escapar de las personas que las maltrataban.

6.2 Los talleres

6.2.1 Características y contenido.

Características.

Los talleres diseñados para esta investigación fueron impartidos en tres lugares: en un centro comunitario, en una escuela alternativa y en un refugio de emergencia confidencial. Talleres que fueron generosamente gestionados por *Whittier Street Health Center* quien realizó con la ayuda del *Dr. Phil Speiser*, director del departamento de arteterapia de este centro, los contactos con los distintos lugares de la comunidad donde las participantes potenciales para estos talleres solicitaron servicios de arteterapia. *WSHC* se encargó de crear conciencia sobre la importancia de la prevención de la violencia, proporcionar los distintos espacios donde se impartieron los talleres además de proporcionar los materiales de arte para cada una de las sesiones y el pago de los honorarios de la arteterapeuta.

Los talleres se caracterizaron por:

- Brindar un espacio seguro y confidencial en donde sus participantes pudieran aprender estrategias para la prevención de la violencia, lograran procesar y expresar sus sentimientos, crearan conciencia sobre su situación y dar inicio a su proceso de recuperación.
- Ofrecer una zona de paz para que el diálogo y la expresión florecieran.
- Brindar un lugar de reunión, bienvenida, integración, escucha, respeto y validación para cada una de sus participantes.
- Ser un lugar donde se fomentó y motivo la participación voluntaria de las mujeres que formaron partes de estos.
- Un lugar para aprender, contribuir de forma positiva a la comunidad y experimentar a través de: la participación en concursos, la elaboración de pequeñas campañas de concienciación sobre la prevención, las causas y las consecuencias de

la violencia; la realización de visitas a centros de rehabilitación y asilos de ancianos para llevarles el arte a esas personas que por su situación médica o cognitiva no les era posible venir a él. La donación y venta de obras grupales para ayudar a sobrevivientes de la violencia sin techo y a otras mujeres que viven en situaciones muy desesperantes.

- Un lugar donde se fomentó la socialización entre iguales al igual que la integración en su nuevo contexto a través de visitas a museos, exhibiciones públicas y privadas de arte, asistencia a conciertos, conferencias y otros programas de arte ofrecidos dentro y fuera de su comunidad.

Contenido general de los talleres.

Los talleres de arteterapia para esta investigación proponen unas consignas diseñadas de forma estructurada con el objetivo de transmitir seguridad a sus participantes. Facilitándoles la información de cada uno de los temas a tratar, las actividades a realizar, la dinámica a desarrollar dentro del taller y el orden cronológico de las actividades para minimizar así sus niveles de ansiedad, fortalecer su autoconfianza y su auto-control.

Actividades que a través del arte permitirán a sus participantes descubrir sus realidades, dar forma y color a sus emociones e igualmente plasmar sus vivencias en su obra. Asimismo podrán experimentar a través del proceso creador un crecimiento personal, lograrán motivarse para cambiar su vida, conseguirán fortalecer su autoestima además de aprender a confiar nuevamente en ellas mismas y en los demás.

Mediante el uso de distintas técnicas artísticas y de materiales se facilitara la representación del abuso y del maltrato de los que han sido víctimas de una forma menos dolorosa y menos aterradora.

Los talleres de arteterapia grupal se ofrecen un lugar idóneo para el diálogo, la reflexión, la concienciación además de un lugar de encuentro con sus iguales. Un espacio en el que juntas podrán expresar sus emociones más profundas, sanar sus heridas, reinventarse y aprender estrategias para mantenerse alejadas de la violencia a través del arte y su creación.

Y al terminar el ciclo de cada uno de los talleres las participantes, con ayuda de la arteterapeuta y del personas del lugar donde se hayan llevado a cabo, podrán organizar y montar exhibiciones públicas de arte en las que expongan sus obras para crear así conciencia, a través del arte, sobre la violencia, sus causas, las consecuencias y las estrategias para su prevención.

Las participantes también tendrán la posibilidad mediante estas exhibiciones de arte de mostrar a la comunidad como a través del arteterapia es posible aprender y poner en práctica estrategias para la prevención de la violencia.

Exhibiciones que serán diseñadas y dirigidas para personas de todas las edades quienes son residentes de barrios y comunidades conflictivas donde los talleres se han desarrollado al igual que para profesionales y estudiantes del ramo de la salud mental además de las terapias creativas y de la educación quienes se interesan por esta disciplina.

6.2.2 Objetivos generales de los talleres.

Los objetivos generales establecidos por la arteterapeuta para los talleres de arteterapia de esta investigación se mencionan a continuación.

Los objetivos generales para la arteterapeuta son:

- Utilizar el arteterapia como una herramienta que integre el desarrollo humano, las artes visuales y el proceso creador.

- Enseñar a través del arteterapia estrategias para la prevención de la violencia tales como: el control de la ira, la resolución de conflictos de forma pacífica y el fortalecimiento de la autoestima.
- Conocer las situaciones específicas de las participantes para diseñar los talleres acorde a sus necesidades e ir adaptando cada sesión, consigna e intervención a sus realidades del día a día.
- Brindar acompañamiento y soporte emocional durante el proceso de enseñanza-aprendizaje.
- Crear un ambiente seguro y confidencial dentro de los talleres en el que se propicie la libre expresión y el dialogo sin temor.
- Crear un espacio en el que las participantes se sientan escuchadas, valoradas, respetadas y nunca juzgadas.
- Proponer consignas con enfoque semidirectivo que les brinden seguridad y control a las participantes.
- Proponer el uso de materiales y técnicas de artes que sean creativas, fáciles de utilizar y que motiven a la creación.
- Proponer consignas individuales y grupales que unifiquen grupo.
- Estimular a las participantes para que a través del arte rompan su silencio, desvelen sus sentimientos más profundos y se expresen sin sentirse amenazadas.
- Ofrecer a través de las técnicas y los materiales varias alternativas de expresión que enriquezcan la sensibilidad y fomenten la imaginación al igual que la creatividad.
- Cultivar en las participantes el don de la paciencia, el respeto y la tolerancia.
- Promover la integración, la socialización y la empatía entre iguales a través del trabajo en equipo para la realización de las consigas grupales.

- Enseñar a las participantes a que disfruten y se beneficien del proceso creador sin preocuparse por el resultado final de su obra plástica.
- Ofrecer los talleres dentro de los barrios y las comunidades donde sus participantes viven, estudian y socializan para facilitar su asistencia de forma ininterrumpida.

Los objetivos generales para las participantes de los talleres son:

- Utilizar el arteterapia como una herramienta educativa y terapéutica para prevenir la violencia en sus vidas.
- Aprender estrategias y habilidades para la resolución de los conflictos de forma pacífica, el manejo y el control de la ira además del fortalecimiento de la autoestima.
- Dar forma y representación, a través del arte, a sus problemas, miedos y conflictos.
- Identificar, expresar y comunicar sentimientos a través del arte y de su creación.
- Descargar la ansiedad, la ira, el estrés y los miedos a través del proceso creador.
- Utilizar también las técnicas y los materiales como medio de expresión y de comunicación no verbal.
- Romper con la inhibición para facilitar la autoexpresión.
- Crear sin inhibiciones ni miedos a cometer errores.
- Utilizar la creatividad, la imaginación, la espontaneidad, la curiosidad, la experimentación además de la innovación.
- Disfrutar el proceso creador.
- Mejora sus niveles de autovalorización, autoaceptación y de respeto hacia ellas mismas.
- Romper con el aislamiento, integrarse y socializar.
- Fomentar la independencia y la toma de decisiones acertadas.
- Fortalecer la autoestima y reconstruir la identidad positiva.

- Integrarse a la nueva sociedad de la que se forman parte.
- Fortalecer niveles de paciencia y de tolerancia.
- Fomentar la inclusión, la unificación, el compañerismo y la cooperación.
- Reconocer y celebrar sus habilidades y sus logros.
- Promover y potenciar la independencia y la autonomía.
- Promover la igualdad.
- Propiciar el diálogo.
- Fomentar la empatía.
- Crear conciencia de la situación en la que se está viviendo y asimilarla para poder así mejorarla.
- Motivarse para romper su silencio y solicitar ayuda.
- Reencontrar la fuerza y el coraje para el proceso de reconstrucción y recuperación.

6.2.3 Temporalización general de los talleres.

La temporalización general de los talleres para los tres lugares donde estos fueron ofrecidos fue diseñada con el fin de que las participantes de cada uno de estas tuvieran la oportunidad de asistir con facilidad, de manera ininterrumpida y sacando el mayor provecho de esta oportunidad.

La temporalización general de los talleres fue la siguiente:

- Los talleres fueron ofrecidos durante 5 años continuamente, iniciando el proyecto en el mes de Enero del 2007 y finalizando en el mes de Enero del 2012.
- Se llevaban a cabo dos sesiones semanales en cada uno de los lugares donde los talleres fueron ofrecidos con una duración de 2 horas cada una de ellas.

Luego en cada uno de los lugares donde los talleres fueron ofrecidos existe una temporalización específica la cual se adapta a los calendarios escolares, los calendarios festivos y a sus necesidades.

6.2.4 Metodología didáctica.

Para la metodología didáctica de todos los talleres de esta investigación se utilizó una combinación de técnicas con el fin de que el proceso de enseñanza-aprendizaje se diera de forma natural, dinámica, intuitiva y creativa. Esta metodología está basada en lograr un aprendizaje significativo como proceso grupal e individual. Se presentan a través de las consignas proyectos, actividades y procesos que propicien que se involucre la parte cognitiva, emocional, perceptiva, de pensamiento y de acción, con la finalidad de estimular la imaginación creadora de las participantes de los talleres al igual que su proceso de aprendizaje. El arte, las técnicas y los materiales posibilitaron un acercamiento a la parte teórica y práctica de los talleres con el fin último de la enseñanza.

Con esta metodología didáctica se deseó educar a las participantes a través de un proceso de formación continua que favoreciera la construcción del conocimiento. Asimismo que se favoreciera el uso de herramientas y estrategias que dieran lugar al desarrollo y la evolucionar para así poder alcanzar una mejora integral. Otro de los objetivos fue que las participantes desarrollaran la capacidad de reflexión sobre sus obras y las de sus iguales. Además se anheló que se incentivara el aprendizaje de la lectura de las imágenes reconociendo los mensajes que producen cada una de ellas en sus composiciones dando con esto inicio a la interpretación significativa y al análisis de sus mensajes icónicos. Tenido siempre como objetivo principal el disfrute del proceso creador de su obra y el uso expresivo de la representación plástica.

La metodología didáctica utilizada para estos talleres se caracteriza por lo siguiente:

- Fomentar la autocompresión y la visión crítica positiva.
- Establecer objetivos reales.
- Enseñar a mirar, a pensar y a crear.
- Aportar apoyo, seguridad, acompañamiento y confianza.
- Aplicar de forma práctica los temas a desarrollar en los talleres.
- Propiciar la participación activa de todas las participantes en actividades y consignas.
- Ser flexible y considerar las individualidades y los valores de las participantes tanto de la cultura de la que parten como de la que pertenecen.
- Propiciar y favorecer el diálogo a través de la comunicación y de la expresión.
- Fomentar el desarrollo de nuevas destrezas y buenos hábitos.
- Favorecer la reconstrucción de una identidad positiva.
- Valorar el proceso creativo completo y no solo el producto final
- Valorar las circunstancias de cada una de las participantes a la hora diseñar intervenciones, actividades, consignas y evaluaciones.
- Fomentar la originalidad y la independencia.
- Reconocer, incluir y valorar a cada una de las participantes.
- Realizar autoevaluación y coevaluación al fin de cada consigna para poder mejorar el proceso de aprendizaje y el de enseñanza.
- Fomentar la observación, la experimentación, el descubrimiento, la reflexión y el análisis.
- Fomentar la cooperación, la tolerancia y la flexibilidad.
- Rechazar y penalizar cualquier tipo de discriminaciones entre participantes.

- Experimentar con diversas técnicas y materiales artísticos.
- Fomentar la verbalización de los procesos y la experimentación creativa.
- Fomentar la aceptación de los propios errores como instrumento de mejora.
- Enseñar a expresarse en un estilo individual, con sus propios niveles de originalidad y sus propios estilos de creatividad.
- Fomentar el aprendizaje en grupo.
- Fomentar la espontaneidad, la capacidad expresiva y el despliegue de la originalidad.
- Enriquecer y profundizar sus experiencias a nivel cognitivo, afectivo, social y expresivo.
- Generar a través del proceso de aprendizaje espacios y situaciones de encuentros con experiencias interesantes y enriquecedoras.

La arteterapeuta para convertir esta metodología didáctica en un proceso interactivo e interesante para sus participantes utilizó las siguientes herramientas:

- **Excursiones.** Complementando talleres con excursiones a lugares históricos, artísticos y culturales para ayudar a que las participantes de los talleres pudieran ver la manifestación del arte en otras cosas fuera del círculo del taller de arte terapia para la prevención de la violencia. Además de unificar al grupo y fomentar la integración en su nuevo contexto.
- **Dinámicas grupales.** Haciendo uso de todas aquellas actividades educativas donde las participantes de los talleres socializan, dieran inicio al diálogo y se integran a través de una participación activa de forma novedosa y menos amenazante.
- **Paneles.** En los cuales personas de la comunidad expertas en ciertas cuestiones fueron invitadas a los talleres para que hablaran sobre temas relacionados a las causas, las consecuencias y las estrategias para la prevención de la violencia.

Posteriormente motivando a las participantes para que hicieran preguntas a los integrantes del panel y así clarificaran sus dudas enriqueciendo su conocimiento con datos actuales y relevantes.

- **Grupos de discusión.** En esta dinámica un grupo de participantes se reunían con un líder entrenado para discutir y deliberar cooperativamente sobre un tema de interés mutuo. Teniendo como objetivo primordial que todos los miembros del grupo tuvieran un espacio seguro para expresar sus opiniones y a la vez aprender de las opiniones otros. Nombrando un/a líder para que dirigiera el proceso de discusión.
- **Lluvia de ideas.** Dinámica en la cual la arteterapeuta presentaba un problema o situación a las participantes de los talleres quienes en respuesta sugerían las soluciones y alternativas posibles. Sugerencias que se registraban en papel o en pizarra sucesivamente y sin ser evaluadas o criticadas. Una vez que este listado de sugerencias se terminaba de elaborar entonces estas eran discutidas y evaluadas por todo el grupo. Con el objetivo de encontrar el mayor número de soluciones para el problema o situación específica que se había expuesto al inicio de la lluvia de ideas.
- **Estudio de casos.** En el cual se presentaban situaciones reales que le habían ocurrido a personas determinadas mismas que serían analizadas por las participantes de los talleres quien posteriormente ofrecería algunas posibles soluciones para resolver esta situación o bien compartirían experiencias propias similares y sus reacciones hacia estas. Eligiendo previamente para cada caso que se estudia un objetivo de aprendizaje.
- **El juego.** Mismo que permitió a las participantes descargar ansiedad, ira o energía sobrante y contenida además de ayudarlas a canalizar intereses, a estimular su

desarrollo, a motivarles y relajarles antes de iniciar el proceso de aprendizaje y el proceso creador de su obra. Ayudándoles también a fomentar su imaginación y creatividad, a ejercer técnicas autoevaluadoras y a desconectarse de la realidad y de los problemas para poder así aprovechar plenamente los talleres de arteterapia.

Los temas presentados en cada taller se enseñaron de forma espontánea e intuitiva, utilizando recursos tales como: videos, canciones, poemas, cuentos, documentales y entre otros, con la finalidad de motivar a las participantes a través de sus sentidos y prepararlas así para su propio camino hacia el aprendizaje. Ayudándolas a desvanecer poco a poco sus miedos e inseguridades. La razón por la cual el proceso de aprendizaje se trató de hacer lo más sencillo posible es porque muchas de estas mujeres, o bien nunca fueron a la escuela, o si lo hicieron mostraron un bajo rendimiento académico como resultado a las consecuencias de la violencia a la que habían estado expuestas y de las condiciones de extrema pobreza en la que vivían.

El aprender algo nuevo les aterra por varias razones pero las dos principales son su baja estima y el no tener confianza en ellas mismas. Estas mujeres suelen pensar que capaces de aprender algo nuevo y que les es imposible mejorar por lo tanto el simple hecho de pensarlo les horroriza y angustia. Por consiguiente la arteterapeuta trataba de ir adaptando constantemente las actividades y los procesos para poder llevarlos a cabo de forma simple, sencilla, pero siempre de manera enriquecedoras.

La enseñanza se llevó a cabo acompañado a cada una de las participantes, conduciéndolas pero no controlándolas o inhibiéndolas durante su propio proceso de aprendizaje y una vez que ellas se sentían y mostraban seguras y en control, continuaban fuertes y motivadas su proceso de aprendizaje y expresión nutriéndose de los conocimientos y las estrategias que consideraban necesarias para su bienestar integral y para mantenerse alejadas de la violencia.

6.2.5 Criterio de evaluación.

La evaluación es uno de los aspectos más importantes del proceso educativo por lo tanto la arteterapeuta evalúa a las participantes de los talleres no para calificarlas o para juzgarlas sino con la finalidad de recolectar información que le permita adaptar y cambiar los procesos de enseñanza que se están utilizando en los talleres de arteterapia al igual que la programación y el aprendizaje de las participantes. No las evalúa solo para examinar y medir su rendimiento sino que se hace para tener un seguimiento de la evolución del proceso enseñanza-aprendizaje, y poder así valorar su funcionamiento y adaptar continuamente el este proceso educativo a las necesidades reales y actuales del colectivo de esta investigación.

Antes de elegir y establecer los criterios de evaluación para los talleres la arteterapeuta tomó en cuenta los siguientes factores con el deseo de poder así evaluar a las participantes de forma justa.

- Factores tomados en cuenta para establecer el criterio de evaluación:
- El tamaño del grupo.
- Las edades de las participantes de los talleres.
- Las necesidades del grupo al igual que las de cada una de las participantes.
- El contexto de las participantes.
- Los recursos humanos y económicos disponibles para los talleres.
- Las capacidades propias del arteterapeuta.
- Los objetivos de la investigación.

El proceso de evaluación que se utiliza para los talleres consta de 3 partes:

- La evaluación inicial misma que se desarrolla al principio de los talleres para poder conocer los conocimientos previos de las participantes, saber qué diferencias

existen entre ellas y así poder adaptar los talleres a la realidad y a las expectativas de sus participantes. En esta parte la arteterapeuta evalúa a través de aplicación de entrevistas, encuestas, evaluaciones, observación directa e indirecta y visitas de campo.

- La segunda parte que es la evaluación formativa, misma que se de forma continua para ayuda a las participantes durante el proceso de enseñanza-aprendizaje. Explicando paso a paso lo que sucede para facilitar así el entendimiento. Parte en la que la arteterapeuta evalúa realizando registros grupales terapéuticos, toma de fotografías, grabación de videos, entrevistas, reportes informativos, evaluaciones, bitácora creativa al igual que visitas de campo.
- Y la tercera parte que es la evaluación de resultado realizada al terminar el proceso de enseñanza- aprendizaje para poder hacer una valoración final y comprobar si se lograron los resultados esperados por las participantes de los talleres al igual que por la arteterapeuta. Aquí la arteterapeuta continúa con la evaluación a través de la aplicación de evaluaciones finales, entrevistas, toma de fotografías, montaje de exhibiciones públicas de arte además de registro de testimonios de las participantes de los talleres al igual que de los directivos y el personal de los lugares que los acogieron.

A continuación se presenta el criterio de evaluación que fue utilizado para todos los talleres de esta investigación.

Criterio de evaluación utilizado para los talleres

1.- Actitud 40%

- Asistencia y puntualidad.
- Participación, integración y contribución por iniciativa propia.

- Respeto, tolerancia y actitud optimista hacia ellas mismas y las demás participantes.
- Esfuerzo, la dedicación y el nivel de entusiasmo por proyecto.
- Convivencia e integración.
- Utilización de un lenguaje verbal y gestual pertinentes.
- Tolerancia a la frustración y aprendizaje partiendo de los errores cometidos.
- Constancia y perseverancia.
- Manejo y control de la ira.
- Resolución de conflictos de forma pacífica.
- Cumplimiento de las normas de paz establecidas por las participantes para los talleres.

2. Expresión artística 30%

- Desarrollo de habilidades expresivas y comunicativas a través del arte que les permitan plasmar sus emociones y sus sentimientos en su obra.
- Participación activa en la planeación y creación de dinámicas grupales e individuales.
- Actitud de compromiso, motivación y concentración dentro de los talleres asimismo mientras se realizan las consignas.
- Experimentación, exploración e innovación con técnicas y materiales.
- Utilización de la creatividad, la curiosidad, la imaginación y la flexibilidad.
- Utilización del pensamiento complejo y del pensamiento divergente a la hora de crear.
- Búsqueda de soluciones y planteamiento de nuevos retos a través de la creación de su obra.
- Participación activa y creativa en la puesta en común de las obras.

- Tolerancia y pérdida del miedo a cometer “errores” a la hora de crear.

3. Apreciación artística 30%

- Identificación de las funciones y finalidades del arte en distintos campos de acción.
- Identificación del rol de la comunicación y expresión en el arte.
- Tolerancia y respeto por las producciones de todas las participantes de los talleres así como a las diversas manifestaciones estético culturales.
- Apreciación por la inventiva y la innovación.
- Reflexión y análisis sobre sus obras.
- Apertura a nuevas ideas.

Actitud **40%** + Expresión artística **30%** + Apreciación artística **30%** = **100%**

A través de la evaluación se desea informar y ayudar a cada una de las participantes para su mejora al igual que para la de la arteterapeuta deseando convertir esta experiencia en un proceso enriquecedor de enseñanza-aprendizaje para ambas partes.

Las participantes al iniciar el ciclo de los talleres, diseñan un poster con las reglas de paz, reglas que son a su vez evaluadas en la parte de actitud en cada uno de los talleres por petición de las propias participantes quienes consideran estas reglas de paz necesarias para que el respeto, la armonía y la tolerancia prevalezcan. Reglas que en común acuerdo desean seguir para que en cada de sus sesión puedan sentirse seguras al expresar sus sentimientos.

Las participantes de cada taller diseñan y crean juntas su poster con las mismas reglas de paz y al finalizar lo firma como símbolo del compromiso grupal que hacen para no olvidar cumplirlas y facilitar así el proceso de expresión y recuperación. Este poster se pone en el

aula donde se llevan a cabo los talleres como un recordatorio del respeto, la cordialidad y la confidencialidad.

A continuación se muestran las reglas de paz:

- Confidencialidad. Recordar que lo que se escuche y lo que pase dentro de las sesiones de este programa es privado y confidencial, seamos considerada.
- Respeto. Mostrar respeto por uno misma, por las otras participantes, por la arteterapeuta y por las obras que se realizan durante las sesiones. También mostrar respeto por el aula y los materiales. Y considerar que la puntualidad y el tener apagados los móviles durante las sesiones es otra manera de respetar.
- Honestidad. Tratar de expresa sentimientos honestos ya que será para un beneficio propio de auto descubrimiento y de búsqueda de soluciones.
- Creatividad. Hacer uso de la imaginación, de la espontaneidad, de la exploración y de la experimentación y usar la creatividad sin límite y sin miedo.
- Recreación. Disfrutar cada una de las actividades, técnicas y materiales sin olvidar que el proceso creador es más valioso e importante que el valor estético de la obra final.

6.2.6 Condiciones generales de trabajo.

Afortunadamente las condiciones de trabajo en cada uno de los lugares donde se ofrecieron los talleres de arteterapia fueron óptimas gracias a la dedicación y a la generosidad de los directivos y del personal que laboraba en ellos y que acogieron este proyecto con agrado y compromiso.

A continuación se muestran las condiciones generales en las que se trabajó en cada uno de los talleres:

- Los talleres se llevaron a cabo en un aula privada, silenciosa, bien iluminada, con buena ventilación, clima y baño disponible.
- El mobiliario con el que se cuenta fueron grandes mesas, varias sillas y con uno más armarios para colocar el material y las obras al terminar cada sesión.
- Se contó con todos los materiales de arte necesarios para las sesiones y además con el apoyo y autorización para comprar lo que fuese necesario. Evitando así que por falta de materiales se perjudicara el proceso de enseñanza-aprendizaje o los beneficios y objetivos deseados para el taller.
- Se trabajó con grupos de 10 a 12 participantes para poder garantizar que se mantuviera dentro del grupo un sentimiento de unidad, el contacto visual, la escucha clara e igualmente un ambiente terapéutico de trabajo donde cada una de las participantes tuvieran el espacio y el tiempo suficiente para compartir su experiencia y su obra.
- Siempre hubo personal disponible para apoyar a la arteterapeuta en caso de que fuera necesario.
- Se proporcionó un medio de transporte privado o bien el costo del transporte público para realizar las visitas planeadas para contribuir a la mejora de los talleres además de a la integración y socialización de las participantes.

6.2.7 Técnicas y materiales.

Las técnicas y los materiales de arte que se han utilizado para los talleres de arteterapia fueron diversos y seleccionados antes de iniciar el ciclo de talleres en función a las habilidades y la situación particular del colectivo con el que se iba a trabajar.

Las técnicas artísticas en las que se inspiraron los talleres fueron las técnicas mixtas, el *collage*, la pintura y el dibujo. Se eligió la corriente de arte contemporáneo que se caracteriza por el uso de representaciones actuales, de forma muy espontánea y sobre todo muy expresiva. Se emplearon procedimientos artísticos que permitieran la experimentación, la espontaneidad, la desinhibición y el azar, mediante el garabato, el salpicado de pintura, el collage, el rasgado de papel y el uso de distintos materiales para que así se fomentara el auto descubrimiento y la estimulación de los sentidos.

A través del uso de estas técnicas y materiales les fue posible a las participantes romper con la inhibición, estimular la creatividad, explorar, jugar, perder el miedo a cometer errores y en transformar lo inesperado en expresión y creación.

La técnica mixta.

Esta técnica se refiere a la utilización de dos o más técnicas o materiales artísticos para la realización de una obra plástica. Técnicas tales como el collage con papel y el dibujo con rotuladores permanentes o ceras; la fotografía con temperas y acrílicos, solo por poner algunos ejemplos. En la técnica mixta las técnicas y los distintos materiales son combinados y utilizados dentro de la misma obra plástica.

La técnica mixta es versátil y ofrece posibilidades infinitas además de brindar una riqueza a las texturas, la forma, la pigmentación, las dimensiones y las sensaciones visuales de la obra. Es también menos costosa y podría resultar menos amenazadora y condicionante sobre todo para las personas que no tienen mucha experiencia utilizando materiales artísticos y experimentando con el arte que el caso del colectivo de mujeres que participan de forma generosa en esta investigación.

Esta técnica es intuitiva, fomenta el instinto creativo del ser humano y permite experimentar con una amplia gama de técnicas y de materiales a la vez. Es una forma de reciclaje artístico en el que se le puede dar uso a ciertos materiales sobrantes o a ciertas

técnicas artísticas que quizás no parecían muy interesantes pero combinadas brindan resultados únicos e interesantes.

Su historia se remonta al inicio de la historia del arte cuando las técnicas de pintura y las técnicas de dibujo se mezclaron a finales del siglo XV por *Leonardo da Vinci* quien decide combinar la técnica de pastel con otras técnicas de dibujo mezclando técnicas secas con técnicas húmedas por primera vez. Luego a finales del siglo XVIII, *William Blake* añadió lavados de acuarela a sus grabados creando así efectos únicos en su obra. Estos artistas, junto con muchos otros, decidieron experimentar utilizando la mezcla de técnicas y materiales desiguales con el objetivo de crear un mayor detalle, contraste, profundidad y contenido en sus obras.

Las creaciones de los artistas del imperio Bizantino entre los años 330 al 1453 D.C son otro ejemplo claro de la utilización de la técnica mixta, artistas quienes solían usar pan de oro dorado en sus mosaicos, pinturas, frescos y manuscritos para dar un efecto de brillo y de mayor luz a sus obras.

Luego en 1912 los cubistas, *Pablo Picasso* y *George Braque*, utilizan esta técnica en sus obras dando entonces origen al término *collage*, como se ha mencionado anteriormente, el cual es probablemente uno de los tipos de técnicas mixtas más conocidos ya que en este se suelen utilizar un sin fin de materiales para su creación. La obra de *Picasso*, su primer obra con técnica mixta la cual titula: *Naturaleza muerta con silla de paja*, la realizó pegando papel, hule, cuerdas y tela encerada y pintado a la vez con oleos sobre un lienzo de tela. Siendo esta obra considerada el primer *collage* moderno.

Mientras que los primeros *collages* construidos exclusivamente con papel fueron realizados por *Braque* quien utiliza papel tapiz de grano de madera y dibujos al carbón para crear sus obras. Ambos artistas utilizando la técnica mixta de *collage* durante la misma época y por vez primera.

Paul Klee fue otro pintor muy reconocido por el uso de la técnica mixta. Un artista expresionista de principios del siglo XX quien utilizaba para crear sus obras técnicas como el óleo, la acuarela y la tinta china además de pegar trozos de poemas y fragmentos de notas musicales en una obra a la vez. Obras que hacían alusión a temas sobre la poesía, la música y los sueños.

Henri Matisse también hace uso de las técnicas mixtas y en 1947 publica una pequeña colección de veinte láminas a color de sus diseños de recorte hechos con la técnica mixta de collage. *Joan Miro* y *Willi Baumeister* son otros artistas que utilizan esta técnica e introducen en la pintura el uso de arena, yeso y argamasa para darles a sus obras un efecto plástico.

El artista *Robert Rauschenberg* por su parte también utiliza esta técnica y a partir de 1950 comienza a realizar el *Combine Painting* el cual consistía en introducir objetos industriales dentro de sus pinturas para que los objetos alcanzaran una aproximación poética.

Las técnicas mixtas son una forma de arte accesible tanto para los artistas expertos y como para los que son novatos.

Artistas como: *Max Ernst*, *Edgar Degas*, *Marcel Duchamp*, *Hannah Höch* y *Man Ray* también han sido asociados con el uso de las técnicas mixtas.

La técnica mixta en el siglo XXI es extraída del trabajo de antiguos artistas y se considera una forma de arte accesible para profesionales y aficionados del arte ya que se limita solo por la imaginación de quien decide utilizarla. Mezcla de ensamblaje, collage, acrílicos, acuarelas, temperas, papeles rotos, fotografías, trozos de tela, arena, son solo algunos de los materiales y técnicas artísticas que se pueden utilizar.

El arte de la instalación asimismo es una técnica mixta, un tipo de arte que no se pueden comprar y llevar a casa porque a menudo es creado dentro de un entorno arquitectónico,

una galería o un museo utilizando objetos cotidianos para contar una historia o llamar la atención sobre un tema en particular. Un tipo de expresión artística que invita al espectador a que entre dentro del espacio de arte y que se convierta, si lo desea, en parte de la experiencia en lugar de ser solo un observador.

Hoy en día son muchos los artistas que utilizan las técnicas mixtas por ejemplo *John Anthony Baldessari*, un artista de California, que utiliza el texto y las fotografías como elementos de sus pinturas. También incorpora en su obra el grabado, la instalación y la escultura. Otro artista es *Lawrence Weiner*, quien es muy reconocido por su trabajo de *collage*, en el que utiliza textos. *Weiner* considera que su obra plástica es una escultura en contraposición al *collage* ya que las construye dentro de un entorno de instalación.

La técnica mixta fue elegida para estos talleres porque no es necesario ser un artista profesional para poder utilizarla y además propone proyectos para todos los niveles artísticos, creativos y de interés. Esta técnica les permitió a las participantes de los talleres crear sin inhibición dando origen a composiciones muy expresivas, originales e imaginativas.

El collage.

La técnica del collage que fue creada por los cubistas *Picasso* y *Braque* en 1912 constituyendo uno de los pilares de la revolución pictórica vanguardista de inicios del siglo XX. Una técnica no amenazante, sencilla, creativa, expresiva, dinámica y que simplemente consistente en el pegado de varios fragmentos de papel, fundamentalmente, y de otros materiales sobre una superficie. Una técnica accesible en cuanto a sus costos ya que se utilizan en su mayoría materiales tales como: las revistas, fotografías, catálogos, folletos o cualquier otro medio impreso que ha sido reciclado, además de tijeras y cola. Es

una técnica que se enriquece con la calidad del papel, la diversidad de texturas y la riqueza cromática de los materiales. Sus posibilidades creativas son habitualmente ilimitadas.

Asimismo es una técnica que no pretende imitar la realidad pero si utiliza en su creación trozos de esta. Es divertida, flexible y muy expresiva.

La pintura.

La técnica de la pintura ofreció múltiples beneficios a las participantes de los talleres tales como:

- desarrollar y fortalecer la motricidad fina: al aprender a manejar el pincel, las esponjas o cualquier otro instrumento para pintar ya que se deben realizar movimientos con gran exactitud.
- Facilitar la expresión: ya que lo que no resulta fácil expresar con palabras a pintura brinda la posibilidad de hacerlo a través de manchones, salpicados, colores, texturas, pinceladas y al plasmar imágenes en el lienzo.
- Fomentar la relajación: ya que al concentrarse a la hora de pintar llega un momento en que la mente se abstrae del mundo que le rodea y es posible llegar a olvidarse de todo lo que inquieta o estresa.
- Fomentar la conexión con uno mismo: facilitando a su vez la identificación de los sentimientos.
- Activar ambos hemisferios cerebrales: ya que al realizar la actividad de pintar se ponen a trabajar a la vez los dos lados del cerebro. A la hora de pintar el lado izquierdo se encarga de realizar las tareas lógicas y las relacionadas a la motricidad, mientras que el lado derecho del cerebro se responsabiliza de la creatividad, funcionando y trabajando así de forma paralela al intentar expresar algo con un sentido y un significado y de una manera creativa y poco convencional.

- Ampliar y modificar la visión de las cosas: al pintar no se amplía la visión al aprender el uso de materiales y de técnicas nuevas sino también se despierta el interés por el arte y la creación de otras personas. Propiciando a su vez el entendimiento de lo que se hace y la motivación para evolucionar y perfeccionar.

Se utilizó la pintura acrílica ya que es una técnica que proporciona un efecto muy similar al óleo pero que secan rápidamente sin cambiar de color y sin oscurecerse con el paso del tiempo. Asimismo se utilizan las pinturas tempera porque es una técnica acuosa que puede ser usada también como acuarela para representar la transparencia, la luz, los brillos además de ser económica secar rápidamente.

A través de la pintura las participantes se relajaron, se desconectaron, estimularon sus sentidos, experimentaron, jugaron y dejaron de pensar por un momento en sus experiencias traumáticas y dolorosas.

El dibujo.

La técnica del dibujo fue elegida junto a otras para los talleres de esta investigación ya que es una técnica básica utilizada para cualquier manifestación de las artes plásticas, ya que detrás de cada una de estas ya sea elaboración de una pieza de cerámica, creación de una escultura, la pintura, por mencionar algunas, se crea un dibujo real o mental antes de la ejecución final de la obra. Gracias al dibujo se le permite al artista una creativa y sencilla resolución de los problemas planteados a la hora de decidir la composición, la forma, el tamaño, el color, la perspectiva, etcétera, de su futura obra. El dibujo es una técnica de representación artística que ayuda a la reflexión de conceptos básicos y permite realizar visualizaciones que benefician el pensamiento científico. Es una técnica que permite que las participantes de los talleres de esta investigación se involucren en las actividades

convirtiéndolas en receptoras activas del proceso de aprendizaje. Fomenta el razonamiento creativo, es una estrategia pedagógica que permite organizar de manera clara y sencilla los conocimientos adquiridos. Fomenta la destreza espacial, mejora la capacidad de síntesis, brinda otra herramienta muy valiosa para la expresión y la comunicación no verbal además de favorecer la clarificación de nuevas ideas.

A través de la realización del dibujo las participantes trabajan ambas partes de sus hemisferios cerebrales. Aprenden a su vez a ver la vida de una forma personal y creativa mientras que incrementan sus habilidades de memoria de corto y de largo plazo. Ponen en práctica sus habilidades para la toma de decisiones, sin olvidar el efecto de relajación y de gozo que la simple acción de crear, cuando se dibuja, del cual se beneficiara el/la artista.

Los materiales.

Se utilizaron materiales de artes variados, comunes y no convencionales, con el objetivo de que a través de su uso se les facilitara a las participantes la autoexpresión, se les fomentara la creatividad y se promoviera la desinhibición. Se utilizaron materiales nuevo y reciclados tales como: cartones, papeles, telas, madera, plástico, esponja, piedras, lienzo de tela, plumas, pinturas acrílicas, pinturas temperas, rotuladores permanentes para tela y para papel.

Los materiales que se utilizaron fueron materiales planos en su mayoría, tales como: el papel, el cartón, la tela y las fotografías, pero es posible utilizar objetos con volumen tales como cajas, objetos de metal, trozos de plástico, arena, madera, etcétera. La técnica de collage permite la experimentación, al descubrimiento, el rompimiento con las inhibiciones y la creación de una obra única e innovadora.

Uno de los materiales muy popular dentro de los talleres fueron los rotuladores de tinta indeleble o permanentes llamados por las participantes *sharpies*. Este fue un material de

arte con el que muchas de las participantes se identificaban especialmente las de la escuela alternativa *Henry Owen School* y del centro comunitario *TobinCommunity Center*, ya que solían hacer *tagging* como una manifestación de rebeldía ante sus autoridades o bien quien las desafiaba o las abusaba. Y este *tagging* consistía en rayar lugares públicos con sus nombres o con simbología que las representa agregando su mensaje de protesta. Al principio de los talleres solían tomar los rotuladores, sin pedirlos, y estos iban desapareciendo poco a poco y la arteterapeuta se los hacía ver con respeto y sinceridad. Con el tiempo aprendieron a respetarlos y a darles un uso correcto dentro de los talleres de arteterapia. Las participantes lograron entender y descubrieron que era posible dejar una marca, un mensaje, una huella, pero en el lugar indicado y con un mensaje positivo y de paz. Estos rotuladores les permitían pintar, dibujar, usar acuarelas o cualquier otra técnica sobre o debajo sin dañar o transformar lo que ya se había hecho con estos. Los colores son brillantes, intensos y además se encuentran en tonos metálicos otros de los favoritos de las participantes.

Para elegir los materiales a utilizar para la realización de las consignas se tomó en cuenta la siguiente clasificación de materiales:

- **Materiales compulsivos:** aquellos que se utilizan de forma compulsiva como su nombre lo indica, por ejemplo: los hilos para cocer, los estambres para tejer, las cuentas para hacer joyería, el papel o la paja utilizados para tejer y las reglas para hacer dibujos geométricos repetitivos.
- **Materiales regresivos:** los cuales al ser utilizados transportan mentalmente a la niñez ya que son utilizados de forma espontánea e involucran varios de los sentidos. Por ejemplo: la pintura realizada con las palmas de las manos, las yemas de los dedos y las plantas de los pies. El salpicado, el manchado y el chorreado de

pintura. El estampado con pintura sobre un lienzo de papel y o de tela utilizando elementos de la naturaleza tales como hojas, frutas, caracolas, plumas, rocas, etc.

- Materiales agresivos: llamados así porque ayudan a descargar la ira y la frustración de forma creativa y positiva. Actividades tales como: el rasgado de papel, el amasar plastilina y el barro, el cortar, etcétera.
- Materiales expresivos: Los cuales ayudan a expresar de forma clara sentimientos, tales como: máscaras, marionetas, títeres y muñecas.

Por último se considera importante hacer mención de la música la cual también fue un componente importante para el fomento de la creatividad, la imaginación, la expresión, la comunicación, la concentración y la relajación dentro de los talleres de arteterapia como lo fueron los materiales de arte y las técnicas de representación utilizadas. La música (clásica y de relajación) estuvo presente en algunas de las sesiones siendo tocada durante el proceso creador con la finalidad de recrear un ambiente de paz. Estuvo presente también con la visita de una musicoterapeuta de *WSHC*, quien con su música y con su canto enriqueció estas sesiones.

6.2.8 Logística de los talleres.

A continuación se presentan las actividades llevadas a cabo antes de dar inicio a los talleres que se diseñaron para esta investigación:

- Primero la investigadora junto con el director del departamento de arteterapia de *WSHC* diseñaron un proyecto para pedir patrocinio al gobierno del estado, universidades, asociaciones y a particulares para poder solventar su costo y los honorarios de la investigadora.

- Segundo, una vez que los patrocinios fueron autorizados se inició la publicidad de los talleres a través de trípticos, posters, exposiciones de arte montadas por las participantes de talleres previos, invitaciones enviadas por correo postal y correos electrónicos para varias instituciones, escuelas, colegios, institutos, centros, etc., de los barrios y las comunidades con mayor índice de violencia que podrían beneficiarse.
- Tercero, una vez que los distintos centros nos enviaron un listado de personas que consideraban que podían beneficiarse de estos talleres se les hizo un invitación a estas posibles participantes llamándoles por teléfono y enviándoles una carta directamente o a través de su psicólogo, psiquiatra, trabajador social, maestras/maestros, médicos y o coordinadores de violencia intrafamiliar de su barrio y o su comunidad que las conocían y al igual que nosotros les recomendaban esta experiencia.
- Cuarto, se llevó a cabo una reunión inicial con las posibles participantes para explicarles de que tratarían los talleres grupales del arteterapia para la prevención de la violencia y su dinámica para asegurar que entendieran muy bien de lo que se trataría y decidieran por voluntad propia asistir y beneficiarse.
- Quinto, el programa ya diseñado para estos fue readaptado a las necesidades específicas del colectivo con el que se trabajaría para satisfacer los objetivos generales de los talleres pero sin olvidarse de las necesidades específicas de sus participantes.
- Y sexto antes de entrar de lleno a los talleres se ofrecieron 3 talleres introductorios los cuales se dedicaron a: la explicación de los objetivos generales; a la presentación de las participantes y de la arteterapeuta para la unificación del grupo; a la introducción de las técnicas y los materiales de arte que se utilizarían durante el

ciclo de talleres; y al establecimiento de las reglas de paz que fomentarían el respeto y la confidencialidad en las sesiones.

6.2.9 Programa para la prevención de la violencia utilizado en los talleres.

El programa que se ha utilizado para estos talleres se diseñó de forma general y se fue adaptando acorde a las necesidades de las participantes y de los lugares donde estos talleres se desarrollaron. Este programa está conformado de cuatro bloques mismos que a continuación se exponen.

Bloque 1.

La violencia: definiciones, orígenes, estadísticas y estrategias para su prevención.

En este bloque se enseña/aprende sobre algunas definiciones relacionadas a la violencia, entre ellas: violencia intrafamiliar, violencia de género, violencia física, violencia psicológica y violencia sexual. Se establece un diálogo para saber las definiciones de violencia de las participantes y posteriormente juntas establecen definiciones en común acorde a sus experiencias. Se mencionan las maneras en que la violencia afecta tanto a la persona, como a la familia y a la comunidad. Ya adentradas en el tema de la violencia se establecen las reglas de paz para crear un espacio confidencial y pacífico en el cual las participantes puedan expresarse de forma sincera y sin miedo al rechazo o al juicio. También se trata el tema de las raíces de la violencia en el cual se explica que no se nace violento sino que el individuo se hace violento y esto es acorde a las experiencias vividas. Y por último en este bloque se habla de la importancia de la prevención de la violencia y de 3 herramientas que se pueden utilizar para prevenirla mismas que se enseñaran caso en este programa: el manejo y control de la ira, la resolución de conflictos de forma pacífica y el fortalecimiento de la autoestima.

Bloque 2.

Aprendiendo estrategias para el manejo y el control de la ira.

En este bloque se proporcionan a las participantes con definiciones sobre lo que es la ira. Se hablan de las posibles causas y las consecuencias que esta conlleva al no saber controlarla, y de algunas técnicas que ayudan a la liberación positiva de este sentimiento. También se explica la importancia de la paciencia y la tolerancia dentro del proceso de aprender a manejar y a controlar la ira forma saludable y eficaz. Y por último se habla de los beneficios que el manejo y control de la ira trae a la vida de quien logra aprender a hacerlo y lo pone en práctica.

Bloque 3.

Aprendiendo estrategias para la resolución de conflictos de forma pacífica.

Primero se establece la definición de conflicto y de resolución y se explica que cada conflicto es único por lo tanto su resolución también lo será. Después se explica que siempre habrá conflictos que resolver porque cada ser humano es distinto y tendrá necesidades diferentes, valores distintos, gustos distintos, etcétera. Por lo tanto cuando se desee satisfacer estas necesidades y se tenga que pedir a alguien más que ayude a lograr esa satisfacción y este/esta no sea capaz o no esté dispuesto a hacerlo el conflicto comenzará. También se afirma que es válido ser diferente, pensar distinto y actuar de distinta manera siempre y cuando a la hora de que un conflicto aflora se considere a los demás y también se reciba un trato considerado para así llegar a una resolución de forma pacífica. Se habla también de los conflictos internos que surgirán en uno mismo por ejemplo cuando algo cambie, algo nuevo se tenga que aprender o algo se tenga que dejar por poner un ejemplo. El conflicto aflorará cuando se comienza a sentir resistencia o al quererse aferrar a algo al igual que cuando se cree y se siente que no se pueda cambiar o solucionar ese conflicto. Siendo tan necesario dar resolución a los conflictos internos

como a los externos por el bien de uno mismo. También se les dice que el conflicto genera ira y que si este no se soluciona esta ira se acumula, crece y crea un malestar psicológico, mucho estrés, tensión y resulta en agresividad y en violencia. Asimismo se les dice que si en cambio se aprende a solucionar el conflicto de forma oportuna y pacífica se obtendrán beneficios tales como la relajación, un sentido de logro, la mejoran de las relaciones con iguales además de una sensación de liberación entre otros beneficios a nivel psicológico y físico. Se les aconseja a su vez el uso de los siguientes pasos para alcanzar la resolución de conflictos de forma pacífica:

- Expresar la necesidad que se tiene de forma objetiva y no violenta.
- Entender si la necesidad puede ser cubierta o no, si puede serlo entonces dar solución al conflicto de forma inmediata y si no iniciar la negociación para su resolución.
- Iniciar el diálogo de la negociación mediante una conversación objetiva y considerada, a su vez escuchando a la otra parte para poder iniciar la lluvia de ideas para dar solución al conflicto que le concierne cuanto antes sea posible.

Bloque 4.

Fortaleciendo el autoestima.

En este bloque se comienza definiendo lo que es autoestima y posteriormente mencionando la importancia y los beneficios de tener una autoestima fortalecida al igual que de las consecuencias que acarrearía el no tenerla. Luego la arteterapeuta en conjunto con las participantes enlista las actividades, las actitudes y las personas que pueden contribuir al fortalecimiento de su autoestima para seguidamente diseñar cada una su plan individualizado para el fortalecimiento de su autoestima. También se habla de la importancia del respeto a la diversidad cultural y racial tanto de uno mismo como hacia

los demás como un componente primordial para fortalecer la autoestima de uno mismo y de los demás.

6.2.6 Beneficios de los talleres grupales para este colectivo.

Existen un gran número de problemas psicológicos y emocionales que son tratados en terapia de grupo, que van desde las adicciones hasta el abuso, ya que al compartir problemas con iguales que están experimentando eventos similares se les proporciona un ambiente de apoyo y empatía que no encontrarán en la terapia individual. Otro de los beneficios es que a menudo los integrantes de una terapia de grupo, reportan sentirse inspirados e estimulados para comunicar sus sentimientos cuando escuchan las aportaciones de los otros miembros del grupo. A su vez de sentir que pertenecen a ese grupo por las similitudes que los caracterizan. Las actividades y las consignas de los talleres de arteterapia grupales están diseñadas para promover la comunicación, la confianza, la colaboración y la comprensión entre sus participantes. De igual manera se pretende que lleguen a conocerse de forma más natural y menos amenazadora. Asimismo a través del trabajo en grupo se promueve la empatía, la validación y el respeto entre sus participantes.

Estos son algunos otros beneficios que los talleres grupales de arteterapia ofrecen a este colectivo:

- Fomentar la paciencia, la tolerancia y la compasión al trabajar en grupo.
- Crear empatía ante las necesidades de otros al expresar, compartir y escuchar de forma grupal.
- Aprender a expresarse en público a niveles más profundos al compartir el significado de sus obras.
- Beneficiarse juntas de la conexión que existe entre el arte, la educación y el desarrollo psicológico.

- Fomentar la socialización a través del diseño y la creación de obras grupales.
- Centrarse en las preocupaciones grupales para abrigar así un mayor número de objetivos terapéuticos que se tengan en común.

Se pretende ofrecer a las participantes a través de los talleres grupales la oportunidad de explorar y aprender nuevas dinámicas de comportamiento, socializar y fortalecer su auto control. Asimismo se desea motivarlas para que juntas analicen, procesen y busquen soluciones para sus propios conflictos.

Que el arte se utilice como un canal de expresión genuino y confidencial donde se puedan expresar sentimientos que a veces parecen ser prohibidos o podrían ser censurados se expresaran de forma verbal.

Propiciando dentro de los talleres una forma innovadora de expresión, que no interpretó su obra pero sí permita que ellas mismas la utilicen como el vínculo e invitación al diálogo verbal entre ellas y la arteterapeuta.

Un lugar en el que juntas encuentren el valor para expresar sus sentimientos, para plasmarlos sobre sus lienzos, para darles forma a través del uso de las técnicas y los materiales y para lograr visualizarlos y transformarlos en algo tangible que les facilite entender mejor su situación. Asimismo al finalizar su ciclo de talleres les será posible entender su historia y evaluar su evolución a través de la observación de sus obras.

Mediante los talleres grupales podrán mejorar sus niveles de paciencia, cooperación, y control de emociones negativas al trabajar en equipo. Igualmente se favorecerá su proceso de desarrollo a través de la interacción social.

Durante el proceso creador las participantes dejarán sus sentimientos impresos en sus obras grupales pudiendo así abandonar los talleres con una sensación de liberación emocional.

Talleres grupales de arteterapia estructurados que proporcionaran los límites y el apoyo que necesitan sus participantes para realizar sus consignas con seguridad. Talleres conformados por grupos pequeños de participantes para garantizar así que se mantenga dentro del grupo un sentimiento de unidad, el contacto visual, la escucha clara e igualmente un ambiente terapéutico de trabajo cada una de ellas tenga el tiempo suficiente para compartir su obra además de.

Dentro de los talleres también se utilizará la elaboración de una bitácora creativa, como dinámica de inicio en algunas de las sesiones, con el objetivo de ofrecer la privacidad y el espacio necesario para reconectar y hacer la transición del mundo exterior al lugar seguro y sereno en el que se llevarían a cabo las sesiones de arteterapia.

Las participantes desde un principio sabrán que sus obras plásticas no serán evaluadas. El resultado final, la parte estética de su obra, no será lo más importante en estos talleres sino lo que surja y se aprenda a través del proceso creador. De igual manera se les recordará que el simple acto de crear ofrece un sentimiento de tranquilidad y de satisfacción además de ampliar la conciencia a nivel mental, emocional y corporal mientras se potencia el lenguaje creativo.

A través del proceso creador tendrá también la oportunidad de identificar las emociones que afloran y abrir canales de comunicación para alcanzar su autoconocimiento y mejorar sus niveles de comunicación y expresión. Además mediante este proceso podrán desvelar lo que se está viviendo y sintiendo para utilizarlo después en beneficio de su recuperación. Ya que a través del arte y la creación se puede.

La arteterapeuta además de ofrecer el arte como una herramienta de expresión ofrecerá a las participantes acompañamiento, guía y empatía considerando en todo momento sus necesidades, las deficiencias igualmente valorando sus habilidades. Tratando a cada una de estas mujeres con respeto e igualmente permitiéndoles que trabajen a su propio ritmo.

6.3 Lugares donde se ofrecen los talleres

Aunque los talleres de arteterapia se llevan a cabo en varios lugares de la comunidad tales como en escuelas alternativas, bibliotecas, iglesias, refugios de emergencia confidenciales, casas de acogida, dentro de centro de salud *WSHC*, en centros comunitarios, en asilos de ancianos, en centros de rehabilitación y en escuelas de educación especial, para motivos de esta investigación se eligieron los lugares siguientes: la escuela alternativa *Henry Owen School*, el centro comunitario *Tobin Community Center* y el refugio de emergencia confidencial *Renewal House*.

En estos 3 lugares se encuentran específicamente viviendo, estudiando y pasando sus momentos de ocio las mujeres que se eligieron como el colectivo de estudio para esta investigación. Son lugares que cuentan con las características para poder ofrecerles a sus participantes los talleres de forma ininterrumpida, ilimitada y sin costo alguno. Igualmente cuentan con el entusiasmo y el deseo de acoger los talleres además de tener las posibilidades temporales, económicas y espaciales.

6.3.1 En la escuela alternativa *Henry Owen School*.

La escuela alternativa *Henry Owen School* posee un entorno educativo diseñado para satisfacer las necesidades de comportamiento, salud mental, de educación, y de discapacidades físicas, neurológicas y o médica de sus alumnos. Los alumnos de esta escuela han sido rechazados o no aceptados por varios de los colegios e institutos públicos y privados del sistema educativo de Boston por su condición, argumentando que no tienen los recursos y las herramientas para cubrir sus necesidades.

El alumnado de *Henry Owen School* es de entre 6 años y 21 años de edad, pertenecen a distintos grupos raciales y su estatus migratorio es variado. Un 50% de sus alumnos son de

origen latinoamericano, un 45% de origen africano americano, y el 5% restante del alumnado de origen caucásico, asiático y europeo.

Hay dos plantas en el centro, en una están los niños, las niñas, los adolescentes y los jóvenes adultos con discapacidades físicas, neurológicas y médicas mientras que en la otra planta se encuentra el alumnado con problemas de comportamiento y de salud mental.

Para esta investigación los talleres se llevaron a cabo en la sección de la planta donde las alumnas jóvenes adultas estudian. Mujeres de entre 18 y 21 años que ya han estado encarceladas y que tienen un record criminal siendo esta su última alternativa para terminar sus estudios y modificar sus comportamientos antes de que cometan un crimen que las ponga el resto de sus vidas en prisión.

En esta planta de la escuela están los chicos y chicas con problemas para controlar su ira, con problemas de depresión, de ansiedad, de estrés postraumático; con trastornos de personalidad y adicciones; con baja autoestima, déficit de atención e hiperactividad entre otros problemas y enfermedades de salud mental. Estos chicos y chicas además de tener problemas de comportamiento y un bajo rendimiento académico viven en casas de acogida, en casas de grupo o con familias que son parte del sistema de crianza temporal de los EE.UU. también llamado *Foster Care System* o bien castellano Sistema de Cuidado Adoptivo. Servicio que se utiliza cuando personas de 0 a 21 años de edad viven en una situación que los pone en riesgo dentro de sus hogares, situaciones de maltrato o descuido de tal magnitud que ponen en peligro su vida. En estos casos el gobierno quita la custodia a los padres asignándoles a vivir con familias que les cuidarán responsablemente y de forma temporal hasta que sus padres se rehabiliten y sean capaces de criarlos de forma comprometida; o bien si la corte o los mismos chicos/chicas sienten que sus padres no serán capaces de rehabilitarse y de cuidarles responsablemente ellos son quienes piden permanecer en el cuidado temporal hasta que alguna otra familia decida adoptarlos o hasta

que cumplan la mayoría de edad, 21 años en los EE.UU., y así puedan valerse por sí mismos y vivir de forma independiente.

Las alumnas con las que se trabajó a través de los talleres de arteterapia asisten a esta escuela con el objetivo de encontrar una institución educativa que cubra sus necesidades y que ofrezca el apoyo psicológico y emocional para lograr terminar el instituto y así tener oportunidades de empleo y de asistir a la universidad en un futuro.

Las participantes de los talleres al igual que el resto de los alumnos de esta escuela no tienen la capacidad de aprender con éxito en un entorno escolar tradicional ya que suelen perder el control y la concentración con cualquier distracción y en *Henry Owen School* se les ofrece un enfoque terapéutico donde psicólogos, trabajadores sociales y maestros trabajan de forma multidisciplinaria para que este colectivo tenga planes de estudio y dinámicas de grupo en cada una de sus clases que se acomoden a sus necesidades. Es un entorno contenido y muy terapéutico el que se les ofrece ya que se sabe de antemano que están en riesgo de abandonar la escuela por las secuelas que la violencia intrafamiliar les han dejado y por vivir también en situaciones de riesgo.

Esta escuela alternativa además de proporcionarles un entorno terapéutico les ofrece un entorno más seguro y con una atención individualizada ya que el número de alumnos por aula no es mayor de 10 y cada aula tiene un profesor y dos asistentes. Además el personal está capacitado para tratar y educar con paciencia, disciplina y gran dedicación a este colectivo haciendo todo lo posible para que sus alumnos y alumnas sobresalgan y se gradúen del instituto antes de los 21 años.

En *Henry Owen School* se tienen objetivos educativos distintos a los de los colegios e institutos típicos del sistema educativo de Boston, aquí además de desear que el alumnado tenga un nivel académico por lo menos aceptable se propone ayudarles a que fortalezcan su autoestima, su identidad, sean autosuficientes e independientes, y mejore sus

habilidades de socialización aprendiendo a controlar su ira, resolver sus conflictos de forma pacífica y tomar decisiones saludables que le ayuden a tener una vida productiva.

Los talleres de *Henry Owen School* tendrán a las mismas participantes durante todo el año escolar ya que son alumnas de esa escuela. Por lo tanto aquí se podrá seguir el programa previamente establecido y además se podrá extender tanto como sea necesario porque se contara con el tiempo suficiente para adentrar en cada uno de los temas y tratarlos con calma y profundidad. Y para este *setting* será posible montar una exhibición final y pública en la que todos los alumnos de la escuela al igual que los directivos, el personal y los miembros de la comunidad serán bienvenidos.

Perfil específico de las participantes de los talleres.

- 100% de los alumnos han sido expulsados o rechazada su admisión de los colegios e institutos del sistema públicos y o privado educativo de Boston.
- 100% han sido víctimas de la violencia en sus hogares, escuela y o comunidad y continúan viven en situaciones de riesgo.
- 95% son miembros de familias desestructuradas.
- 85% han sido diagnosticados con problemas y o enfermedades de salud mental tales como: estrés postraumático, ausencia del control de la ira, déficit de atención, desorden de hiperactividad, comportamientos obsesivos compulsivos, comportamientos antisociales, desorden de ansiedad, desordenes de sueño, depresión, baja autoestima, comportamientos autodestructivos, problemas de adaptación, y trastornos afectivos.
- 80% de los alumnos viven en casas de grupo, casas de acogida o con familias que les acogen de forma temporal.

Condiciones específicas de trabajo de los talleres.

- El mobiliario cuenta con escritorios individuales para ciertas participantes con problemas de control de ira, fobias u obsesión compulsiva que necesitaban su espacio para trabajar de forma individual sin sentirse amenazadas.
- En el aula se tiene a una persona capacitada para intervenir en caso de que las participantes tenga un episodio violento y se necesite ayuda para controlarla, calmarla o retirarla del taller si fuera necesario.

Objetivos específicos para los talleres.

Objetivos para la arteterapeuta:

- Motivar el auto control, la tolerancia y la paciencia en las participantes.
- Propiciar la identificación y exteriorización de sentimientos.
- Proponer consignas grupales e individuales que favorezcan la toma de decisiones, el autocontrol y la resolución de conflictos.

Objetivos para las participantes de los talleres:

- Aprender a relajar, a descargar ansiedad y a manejar la frustración de forma saludable a través del arte y la creación.
- Aprender a enfocar todas las energías de forma positiva para la mejora integral del comportamiento y del rendimiento académico.
- Aprender a manejar sentimientos negativos de forma objetiva y positiva.
- Aprender a concentrarse y a seguir instrucciones
- Aprender a controlar los impulsos negativos tanto físicos como verbales.
- Lograr completar una actividad o consigna satisfactoriamente.
- Disfrutar del proceso creador.
- Manejar la ira antes de que esta les controle.
- Dar resolución a conflictos internos y externos de forma saludable.

Temporalización específica

Para la escuela alternativa *Henry Owen School* los talleres se ofrecieron durante todo el ciclo escolar siguiendo el calendario en el que se rigen las escuelas públicas del estado de Massachusetts. Los talleres iniciaban a principios del mes de septiembre del año en curso y terminaban al año siguiente a finales del mes de junio.

Los talleres eran interrumpidos durante las vacaciones de verano, las de navidades y las de semana santa, todos estos festivos marcadas por su calendario escolar.

6.3.2 En el centro comunitario *Tobin Community Center*

El *Tobin Community Center* o bien en castellano el Centro Comunitario Tobin, es un centro comunitario donde se realizan actividades sociales, educativas, recreativas y culturales, que tiene como misión ofrecer a niños, niñas, adolescentes, jóvenes, familias y personas de la tercera edad, programas y actividades que contribuyan a la mejora integral de sus vidas. Programas y actividades para los residentes de su comunidad y comunidades vecinas, mismos que son posibles gracias a la colaboración y generosidad de asociaciones y organizaciones que patrocinan y que diseñan estos proyectos para cubrir con las necesidades e intereses de este centro.

Perfil específico de las participantes.

- Las participantes de estos talleres son de distintas edades desde 19 hasta 50 años.
- 100% de ellas viven en situaciones que las ponen en alto riesgo de ser víctimas de la violencia.
- Algunas de ellas han sido víctimas de la violencia de género y todas han sido víctimas de la violencia intrafamiliar.
- Muestran problemas para controlar su ira y una baja autoestima.

Condiciones específicas de trabajo.

Por ser estos talleres ofrecidos dentro de un centro comunitario, se deberá contemplar que las participantes se darán de baja a la vez que otras podrán inscribirse de forma inesperada, dentro de las primeras semanas del inicio de los talleres, porque por su situación suelen cambiar de residencia con frecuencia y asistir al centro comunitario de donde actualmente estén viviendo. Y en este *setting* será posible llevar a cabo el programa establecido para los talleres de esta investigación pero siempre readaptándolo siempre a las necesidades del grupo actual.

Objetivos específicos de los talleres.

Objetivos para la arteterapeuta:

- Motivar a las participantes para que creen conciencia sobre las causas y las consecuencias de la violencia.
- Enseñar a identificar y modificar comportamientos negativos que se generan al haber sido víctimas o testigos de la violencia intrafamiliar y o de género.
- Ofrecer a través del arte la oportunidad de explorar y de expresar emociones asimismo los sentimientos generados al haber sido víctimas de la violencia para poder después buscar soluciones.

Objetivos para las participantes de los talleres:

- Aprende a identificar y a exteriorizar sentimientos.
- Aprender a resolver sus conflictos.
- Aprender estrategias prácticas para el manejo de la ira.
- Fortalecer la autoestima y reconstruir la identidad positiva.
- Crear conciencia en su comunidad sobre el fenómeno de la violencia, sus causas, sus consecuencias y las estrategias que existen para su prevención.

Temporalización específica.

En el centro comunitario *Tobin Community Center* los talleres se ofrecieron durante ciclos trimestrales todo el año incluso durante las vacaciones de verano, de navidades y de semana santa. El primer ciclo de enero a marzo, el segundo de abril a junio, el cuarto de julio a septiembre y el cuarto de octubre a diciembre, repitiéndose así durante los 5 años de su duración. Los talleres fueron ofrecidos durante las tardes de las 16 a las 18 horas.

En estos centros se deseaba ofrecer alternativas saludables que mantuvieran a los miembros de la comunidad alejados de la violencia. Sobre todo a personas que por no tenían familias o lugares para celebrar y pasar los festivos poniéndoles situaciones de mayor riesgo.

6.3.3 En el refugio de emergencia confidencial *Renewal House*.

El *Renewal House* o bien la Casa de Renovación en castellano es un refugio de emergencia confidencial en el cual mujeres y hombres, en su edad adulta, durante la adolescencia o bien en la niñez, llegan a vivir justo después de que escapan de sus maltratadores solos o con su familia inmediata. Este es uno de los lugares en que se esconden de forma confidencial y donde permanecerán viviendo por lo menos 3 semanas, hasta que el período más riesgoso de su huida pasa. Ya que se considera que las mujeres o las personas que son víctimas de la violencia de género y de la violencia intrafamiliar, que logran escapar, si son encontradas por su maltratador durante las 3 semanas posteriores a su huida, serán un 75% más vulnerables a ser heridas de gravedad o ser asesinadas por su maltratador, acorde a Summers & Hoffman (2002). Por lo tanto para los talleres de este refugio las participantes podrán beneficiarse mientras estén residiendo en este lugar y su asistencia será impredecible al igual que la incorporación de nuevas

participantes, así que estos talleres se van adaptando a las necesidades del grupo con el que se esté trabajando día a día.

En este *setting* no será posible hacer una exhibición de arte pública por cuestiones de seguridad y de confidencialidad pero se tiene dentro del refugio un lugar asignado para exhibir las obras si las participantes así lo desean.

Perfil de las participantes.

- 100% son personas sin techo.
- 100% son sobrevivientes de violencia intrafamiliar y de género.
- 95% han sido diagnosticadas con problemas y enfermedades de salud mental tales como: estrés postraumático crónico, problemas para controlar su ira, comportamientos obsesivos compulsivos, desordenes de ansiedad, depresión, baja autoestima, desordenes de sueño, comportamientos regresivos, comportamientos autodestructivos, problemas de adaptación, trastornos afectivos, diagnósticos que han sido proporcionados antes de iniciar los talleres por los psicólogos de este lugar.
- 65% y tienen problemas de salud física tales como: asma, diabetes, sobrepeso, problemas digestivos, alergias en la piel y alta presión.

Condiciones específicas de trabajo.

- Las participantes de estos talleres participaban de forma ininterrumpida o dejaban de hacerlo sin previo aviso ya que su estancia en este refugio dependía de su seguridad y se hacían cambios o ajustes de planes acorde a ello sin consultar por razones entendibles.
- Las sesiones se llevan a cabo en la cocina y en el salón del refugio. Ambos lugares silencioso, bien iluminados, con buena ventilación, clima y baño disponible.

- El mobiliario con el que se cuenta son dos mesas grandes que están localizada justo en el centro de la cocina con veinte sillas; también hay dos sillones muy grandes, alfombras y un armario para colocar el material y las obras al terminar cada sesión.

Objetivos específicos.

Objetivos para la arteterapeuta:

- Enseñar a las participantes a identificar sus sentimientos.
- Motivar a las participantes a expresar y compartir sus experiencias a través del arte.
- Promover su independencia y su autocontrol.
- Utilizar el arte como una herramienta terapéutica y educativa.
- Proponer actividades que propicien la descargar la ansiedad y de frustración de forma segura durante el proceso creador.

Objetivos para las participantes de los talleres:

- Disfrutar del proceso creador.
- Descargar la ira contenida de forma segura a través del arte.
- Utilizar la creatividad, la curiosidad y la imaginación.
- Romper con el aislamiento, socializar e integrarse mediante su participación en consignas grupales.
- Concienciarse de su situación y ser empáticas con ellas mismas y con las demás.

Temporalización específica.

En el refugio de emergencia confidencial *Renewal House* los talleres se ofrecieron de forma ininterrumpida durante todo el año incluso durante las vacaciones y festivos. Los talleres fueron ofrecidos por las tardes de las 17 a las 19 horas.

En este refugio se deseaba ofrecer actividades que contribuyeran al bienestar de sus residentes durante todo el año y sobre todo durante esas épocas de celebración familiar ya que las residentes estaban escondidas de sus maltratadores viviendo refugiadas en este

lugar y apartadas de familiares y de amigos por lo tanto necesitan más que nunca el apoyo, la distracción positiva y la compañía.

6.4 Experiencias terapéuticas

A continuación se presentan algunas de las consignas diseñadas para este trabajo de investigación doctoral mismas que fueron desarrolladas en los talleres de arteterapia que se ofrecieron en la escuela alternativa *Henry Owen School*, el centro comunitario *Tobin Community Center* y en el refugio de emergencia confidencial *Renewal House*.

Cada una de las consignas presenta su título, el contenido, los objetivos específicos, las técnicas y los materiales, el desarrollo, la duración y algunas fotografías del proceso y de las obras.

La metodología didáctica al igual que el criterio de evaluación, han sido ya especificados Previamente y se han utilizado para todos los talleres de esta investigación.

La temporalización al igual que los objetivos generales para los talleres que se exponen en esta sección de experiencias terapéuticas se muestra a continuación.

Temporalización.

Los talleres fueron similares en los 3 lugares donde se acogieron y desarrollaron considerando que se siguió el mismo programa y sus participantes pertenecen al mismo colectivo. Por lo tanto se diseñó un mismo desarrollo cronológico para todos los talleres de arteterapia para la prevención de la violencia de esta investigación mismo que a continuación se muestra.

Capítulo 6 Marco práctico

Desarrollo cronológico de los talleres y sus consignas.

- Bienvenida: 5 minutos.
- Dinámica para romper el hielo y transportarse del mundo exterior a de los talleres mismos que será individual o grupal dependiendo del ánimo de las participantes el día de la sesión: 10 minutos.
- Presentación del tema del día mediante el uso y la exploración de las lecturas de un cuento, una noticia, un poema, la letra de una canción o mirando un video, un trozo de un documental o un corto metraje para propiciar el proceso de aprendizaje de forma creativa y recíproca: 15 minutos.
- Presentación de la consigna, de la técnica de representación y de los materiales: 10 minutos.
- Estimulación de la creatividad (si es requerida): 10 minutos.
- Proceso creador: 50 minutos. Duración que dependerá de las necesidades del grupo con el que se trabaja y de la complejidad de la consigna. Proceso que podría alargarse y por lo tanto la consigna ser realizada y finalizada dentro de más de una sesión o taller. Alargar la actividad no afecta el proceso de estos talleres ya que el objetivo es que las participantes asimilen y aprendan cada uno de los temas de la mejor forma posible.
- Puesta en común y cierre: 20 minutos.

6.4.1 En la escuela alternativa *Henry Owen School*.

6.4.1.1 Primera propuesta: *Mi autorretrato. Lo que más me gusta de mí.*

Título: *Mi autorretrato. Lo que más me gusta de mí.*

Contenido:

Capítulo 6 Marco práctico

Esta consigna propone la construcción de la imagen propia a través de la creación de un autorretrato en el que las participantes mediante el uso de la técnica mixta de collage con dibujo reflejen lo que más les gusta de ellas mismas. Para que a través del arte y de la creación logren estimular sus sentimientos de aceptación y de autoestima a su vez que promueven la imaginación y las variadas representaciones y simbolizaciones de la subjetividad. Aunque es una consigna individual para llegar a realizarla las participantes necesitan del apoyo y de la ayuda de sus otras compañeras, por lo tanto ponen en práctica sus habilidades de socialización, cooperación, diálogo y resolución de conflictos.

Técnicas y materiales:

La técnica que se ha utilizado para esta consigna ha sido la técnica mixta de collage con dibujo. Los materiales han sido: lienzo de papel, recortes de revistas recicladas, papel de colores, rotuladores permanentes, lápices de colores, ceras de colores, pegamento y tijeras.

Objetivos específicos para las participantes de los talleres:

- Fortalecer la autoestima.
- Fortalecer la identidad positiva, la autovalorización y la autoaceptación
- Fortalecer la paciencia y la tolerancia a través del trabajo en equipo.
- Fomentar la observación, la escuchar y el entendimiento.
- Promover la toma de decisiones.
- Resolver conflictos y aceptar nuevos retos.

Desarrollo:

Para iniciar esta consigna se proyectaron en las paredes del aula autorretratos realizados por *Frida Kahlo*, *Andy Warhol*, *Pablo Picasso*, *Paul Klee* y *Vincent van Gogh*. Posteriormente se comparte la definición de lo que es y representa un autorretrato a su vez que una introducción a las vidas de los pintores que crearon las obras que han sido

Capítulo 6 Marco práctico

proyectadas. Seguidamente se les propone que hagan un listado de las cualidades positivas y las características de su persona, las que más admiran, olvidándose y evitando evocar y enlistar lo que les incomoda o quisieran cambiar de ellas mismas. Una vez que se tiene el concepto de autorretrato y los elementos que desean plasmar, se les invita a las participantes a que busquen en revistas (que fueron previamente elegidas para que los mensajes, la información y las imágenes de su contenido fueran de ejemplo positivo y motivacional para esta actividad) los elementos que previamente han enlistado para armar el diseño de su retrato. Cualidades y características positivas que podrán ser representadas a través de imágenes, palabras, texturas y colores. Ya que las participantes han recortado los componentes que desean poner en su obra se les invita a probar la técnica de la silueta para dar a su obra un toque muy especial y más personal. Se les informa que para la siguiente actividad se trabajara en equipo, ya que para poder lograr dibujar la silueta de su rostro de perfil sobre un lienzo de papel necesitaran de la ayuda de las demás participantes. Dentro o alrededor de esta silueta es donde posteriormente continuaran con la elaboración de su autorretrato a base de la técnica de collage o mixta. Para continuar con la consigna se ponen en el aula varias sillas, situadas cerca de la pared y frente a reflectores de luz. Se les pide a varias de las participantes que se sienten en las sillas mostrando su perfil, mientras ellas están en esa posición, se apagan las luces y solo se dejan los reflectores encendidos para poder ver su reflejo sobre la pared. Seguidamente se les pide al resto de las participantes que contribuyan a la actividad dibujando sobre el lienzo de papel, mismo que previamente fue pegado sobre esta y justamente detrás de las participantes que están sentadas. Las participantes proceden a dibujar las siluetas de los rostros que están reflejados sobre el lienzo gracias a la proyección de la luz. Se sigue el mismo procedimiento con cada una de las participantes, tomando turnos y ayudándose unas a las otras para dibujar así todos los perfiles. Ya con las siluetas dibujadas en el lienzo de cada

Capítulo 6 Marco práctico

una de las participantes, se les pide que prosigan con la elaboración, diseño y decoración de sus autorretratos, utilizando dibujos propios, imágenes, palabras y frases escritas o recortadas de revistas, colores y texturas o cualquier otro elemento que consideren necesarios para la representación de sus cualidades y características positivas. Ya con su creatividad estimulada, con sus ideas puestas sobre papel, los materiales y la motivación las participantes continúan la creación de forma individual de su obra.

Para el cierre de esta sesión, una vez que las participantes han finalizado su consigna, se hace una puesta en común de las obras. Cada una de las participantes comparte algunas de las cualidades que más admiran de ella misma con el propósito de fomentar la auto validación, el fortalecimiento de su estima, su auto control y la seguridad para hablar en público y expresar su opinión y sus sentimientos.

Las participantes se mostraron muy motivadas al ver los autorretratos de distintos pintores y pintoras y al escuchar la historia de sus vidas y lo que les motivo a crear su propio retrato.

A la hora de hacer una listado de sus cualidades y virtudes, mismos que se hicieron sobre la mesa de trabajo, ya que la mesa esta siempre cubierta con papel para que cada vez que venga algo a su mente que quieran compartir, analizar, reflexionar, aprender o preguntar, lo plasmen de inmediato antes de que se les olvide. Asimismo tienen a mano rotuladores de muchos colores, el lugar y el espacio para plasmar sus pensamientos y sus emociones justamente en el momento que estos afloran. Este proceso les fue muy difícil, ya que encontrar alguna cualidad de ellas mismas es algo casi imposible, sobre todo si además deben de escribirla afirmando que realmente tenían algo positivo que ofrecer a los demás. Insistían en escribir lo negativo o lo que querían cambiar pero se les redirigía a que escribieran lo que les gustaba de ellas y no solo físicamente sino como la personas y el individuos valioso que son. Después de varios intentos lograron escribir cosas positivas

Capítulo 6 Marco práctico

sobre su persona, motivándose unas a las otras, lograron encontrar algo de ellas mismas que admiraban.

Cuando escucharon que se trabajaría de forma grupal pusieron un poco de resistencia y querían hacer sus propios grupos pero se les explicó que era importante darse la oportunidad de conocer a las demás participantes y viceversa. Se les comentó también que una vez que comenzaran con la actividad se sentirían más cómodas y además satisfechas de poder ayudar a los demás. Conforme la actividad fue progresando se fueron sintiendo más seguras y disfrutaron esta parte de la consigna.

Para la parte de la consigna en la que trabajaron de forma individual ya el grupo se había unificado, las participantes estaban muy motivadas y creía en ellas mismas y en las cualidades que por muchas o pocas que fueran acorde a ellas mismas, eran de ellas y podían cultivarlas y hacerlas crecer.

En la puesta en común las participantes orgullosas y seguras de sí mismas presentaron su obra final y compartieron las cualidades que ellas mismas fueron capaces de redescubrir y plasmar en su obra. Se unificaron más como grupo, validaron sus cualidades personales, estimularon su creatividad y su imaginación, gozaron al realizar y al poder dar fin a su consigna. Sintieron empatía hacia ellas mismas y hacia las demás participantes, tomaron decisiones, resolvieron conflictos internos y externos. Fortalecieron su seguridad, su auto control, su identidad positiva y su estima. Redescubrieron sus cualidades positivas. Rompieron con el aislamiento. Pudieron confiar en los demás y dejar de estar a la defensiva. Confiaron en sus habilidades y celebraron sus logros. Socializaron, se relajaron y redujeron sus niveles de estrés.

Duración de la consigna:6 horas.

Fotografías:



Figura 11. Pegando

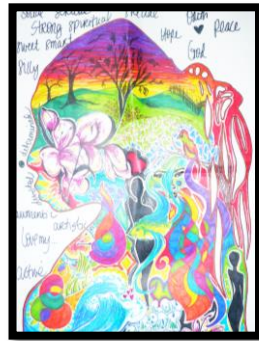


Figura 12. Clara



Figura 13. Cortando



Figura 14. Ana

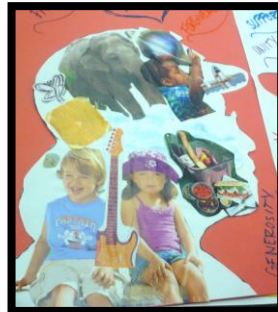


Figura 15. Luz

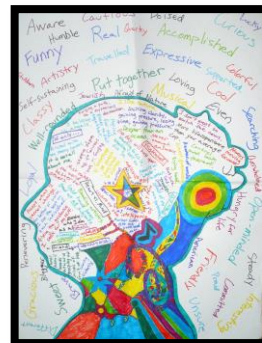


Figura 16. Lynn



Figura 17. My collage



Figura 18. Sandra



Figura 19. Nora

Figuras 11- 19. Grupo de fotografías que muestran fragmentos del proceso creador y algunas de las obras de la consigna titulada: *Mi autorretrato. Lo que más me gusta de mí*. Obras en las que las participantes desean plasmar las cualidades de ellas mismas que las convierten en las personas únicas y especiales que son. Las obras fueron realizadas sobre lienzo de tela y de papel y con la técnica mixta de collage, pintura acrílica, tempera, rotuladores para tela y rotuladores permanentes.

Fotografías de la investigadora.

Capítulo 6 Marco práctico

6.4.1.2 Segunda propuesta: La paz: el arte de la negociación y la resolución de conflictos.

Título: *La paz: el arte de la negociación y la resolución de conflictos.*

Contenido:

En esta una consigna en parte individual y en parte grupal en la cual las participantes utilizaran el arte y la creación para aprender estrategias relacionadas con la negociación y la resolución de conflictos tanto internos como externos de forma positiva y creativa. Juntas aprenderán, a través del trabajo en equipo, a controlar sus impulsos negativos, a tomar en cuenta opiniones nuevas, a entender el significado de una relación sin violencia además de valorar sus habilidades y las de sus iguales. Juntas a su vez asimilaran el significado de la paz y plasmaran su definición común utilizando técnicas y materiales de arte. Una actividad en la que se socializara, se negociara, se dialogara y se enriquecerán unas de las otras.

Técnicas y materiales:

La técnica que se utilizó para esta consigna fue la técnica mixta de pintura con dibujo. Los materiales que se utilizaron fueron: lienzos de tela, pinturas acrílicas, esponjas, rotuladores para tela, lienzo de papel, lápices de colores, ceras de colores, rotuladores permanentes y pinceles.

Objetivos específicos para las participantes de los talleres:

- Fomentar el compañerismo y la inclusión.
- Plasman su definición común de paz de forma grupal.
- Poner en práctica las estrategias para la resolución de conflictos y la negociación.
- Socializar, dialogar, cooperar y romper con el aislamiento.
- Definir el significado de la palabra paz y descubrir los símbolos que esta

Capítulo 6 Marco práctico

representa.

- Aprender técnicas de relajación y de visualización que contribuyan a la reducción de los niveles de estrés, frustración y ansiedad.

Desarrollo:

Se inicia la sesión definiendo el significado de la palabra paz y haciendo un listado de los símbolos que la representan de forma global. Asimismo se les muestran a las participantes la palabra escrita en distintos idiomas con una breve historia del origen de cada uno de sus símbolos. Posteriormente se hace una meditación y una visualización para sentir la paz y fomentar así su relajación, la liberación de su ansiedad y su frustración.

Igualmente se desea que fortalezcan su autocontrol antes de dar inicio a la consigna que realizarán de forma grupal. Seguidamente se les invita a las participantes a que juntas escriban su definición de paz misma que plasmarán en un mural de forma gráfica. Cuando terminan de escribir su definición se proyectan sobre la pared del aula obras de muralistas mexicanos: *Diego Rivera, David Alfaro Siqueiros, José Clemente Orozco, Rufino Tamayo, Roberto Montenegro, Federico Cantú y Jorge González Camarena*. Posteriormente y antes de dar inicio al proceso creador de la consigna se define lo que es un mural y se les cuenta una breve historia del muralismo en México y de sus protagonistas. Seguidamente se les pide que inicien el proceso de la negociación para elegir juntas las imágenes, los colores y cada uno de los elementos que utilizarán para dar forma a su composición. Posteriormente se les invita a que cada una tome elija el lienzo de tela sobre el cual va a trabajar, los cuales son de distintos tamaños. Inician su proceso de negociación, deciden los elementos de su obra plástica y la distribución de estos y ponen sus lienzos juntos para ver las dimensiones de lo que será su mural grupal. Una vez finalizados sus bocetos con el diseño final de su composición proceden a trazar con lápiz de grafito cada uno de los elementos sobre los lienzos dando fin así a la parte de la consigna que se realiza de forma

Capítulo 6 Marco práctico

grupales. Dibujan juntas los elementos de su composición, algunos plasmados en un solo lienzo y otros sobre varios de estos. A partir de aquí cada una de las participantes toma su lienzo, elige sus colores y el resto de los materiales o instrumentos que desea utilizar y comienza su proceso creador de forma individual. Una vez que terminan de plasmar cada una de ellas en su lienzo su contribución para el mural grupal proceden a dar inicio a la puesta en común colocando todos los lienzos juntos y dando así forma a su mural. Crean su mensaje grupal de paz de forma gráfica y para dar cierre a la sesión cada una de las participantes comparte el significado de la sección del mural que ha elaborado.

Posteriormente las participantes donan su mural a su escuela con la finalidad de crear conciencia a través del arte dentro de la comunidad estudiantil sobre la importancia de crear la paz en uno mismo, dentro de los hogares y en la comunidad para el bienestar común y global.

Las participantes mostraron gran interés por saber cómo se escribe la palabra paz en distintos idiomas al igual que por saber la historia del diseño de los símbolos de paz que son utilizados de forma global. Al saber que la consigna se llevaría a cabo de forma grupal que debían tomar decisiones y resolver conflictos juntas temieron no poder hacerlo. Al saber que realizarían juntas un mural mostraron gran interés por el proyecto y mucha emoción ya que decidieron donar su obra final a su escuela para crear conciencia sobre los beneficios de la paz. Sintieron orgullo de su identidad y de sus raíces al contemplar el arte de origen latinoamericano. Trabajaron en equipo de forma armoniosa creando y concienciándose sobre los beneficios de la paz, ellas y a los demás a través del arte. Contribuyeron al bienestar en su comunidad a través de su creación. Propiciaron el compañerismo, la unidad del grupo, la empatía, la paciencia, la inclusión, la tolerancia y la validación de ellas mismas y de las demás participantes al crear una consigna grupal. Fortalecieron su identidad positiva y su autoestima a través de la creación de su obra.

Capítulo 6 Marco práctico

Resolvieron conflictos de forma pacífica. Fueron tolerantes y pacientes, con ellas mismas y con las demás participantes, además de confiar en sus habilidades y las de sus compañeras.

Duración de la consigna: 4 horas.

Fotografías:



Figura 20. La paz



Figura 21. Que viva la paz



Figura 22. Tranquilidad



Figura 23. Peace



Figura 24. Pintando



Figura 25. State of mind



Figura 26. Let it be



Figura 27. Mi paz



Figura 28. Creando mi paz

Capítulo 6 Marco práctico



Figura 29. Esperanza

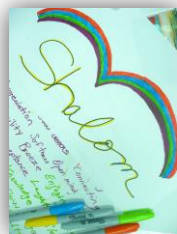


Figura 30. Shalom

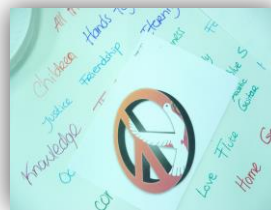


Figura 31. La paloma de la paz

Figuras 20- 31. Colección de fotografías que revelan parte del proceso creador de la consigna titulada: *La paz. El arte de la negociación y la resolución de conflictos*. Asimismo se muestran imágenes de algunas de las obras realizadas durante esta consigna en las cuales las participantes desean plasmar su mensaje de paz. Obras que han sido plasmadas sobre lienzos de tela o de papel y creadas usando la técnica mixta de pinturas acrílicas, temperas, rotuladores para tela, rotuladores permanentes y lápices de colores. Fotografías de la investigadora.

6.4.1.3 Tercera propuesta: *Consecuencias de la violencia.*

Título: *Consecuencias de la violencia.*

Contenido:

Consigna diseñada para que las participantes utilicen su creatividad e imaginación para aprender a identificar las causas y las consecuencias de la violencia. Realizarán un conjunto de actividades y proyectos mediante los cuales de forma dinámica e intuitiva se informaran y aprenderán sobre las instituciones y los centros de ayuda además de rehabilitación, dentro de sus comunidades, tanto para mujeres que están en riesgo de ser víctimas de la violencia como para quienes ya lo están siendo. Una actividad que propone recrear a través de su obra las consecuencias que la violencia deja en sus víctimas o ha dejado en ellas mismas. Actividad que propicia la concienciación de su situación de manera menos dolorosa y amenazadora al igual que el rompimiento de su silencio.

Técnica y materiales:

La técnica que se utiliza para la realización de esta consigna es a técnica mixta de dibujo con pintura y los materiales usados han sido: lienzo de papel, tinta china, ceras de

Capítulo 6 Marco práctico

colores, rotuladores permanentes, lápices de colores, tizas de colores, pinceles, pinturas témperas y pinturas acrílicas.

Objetivos específicos para las participantes de los talleres:

- Aprender a identificar las causas y las consecuencias de la violencia.
- Informarse sobre instituciones, centros de ayuda y de rehabilitación, para víctimas directas e indirectas de la violencia, dentro de su barrio y de su comunidad.
- Expresar las vivencias traumáticas y dolorosas de forma menos amenazante a través de proceso creador y la creación de la obra plástica.

Desarrollo de la sesión:

Para dar inicio a esta sesión se hace un listado sobre las consecuencias que la violencia produce, tanto en sus víctimas directas como en sus víctimas indirectas. Con la ayuda de las participantes se reflexiona y se crean definiciones. Se enlistan las razones por las cuales las personas que viven bajo un hogar donde hay violencia, aunque no sea directamente afectadas de forma física, también saldrán perjudicadas y vivirán las consecuencias de la violencia acorde a la situación individual que han vivido. Asimismo se les pide a las participantes que hagan un listado de las consecuencias que ellas han experimentado a causa de la violencia. Posteriormente cada una de ellas comparte con el resto del grupo algunas de esas consecuencias. Mientras las participantes están mencionando las consecuencias que han experimentado por haber sido víctimas de la violencia la arteterapeuta hace un listado común de estas.

Ya que se termina esta actividad se les muestran a las participantes fotografías de árboles que crecen en la ciudad de Boston y de árboles que crecen en los países de donde ellas son originarias. Se les pide a las participantes que nos cuenten algo sobre su árbol favorito. Luego se les muestran el listado de los cuidados que cada uno de esos árboles requiere para poder crecer sano y frondoso. Asimismo se les muestra el listado de las

Capítulo 6 Marco práctico

consecuencias que estos árboles experimentarían si son descuidados y maltratados. Imágenes de estas consecuencias son a su vez mostradas. Después de haber terminado de leer los listados de cuidados y de las consecuencias al igual que de haber observado las imágenes se llega a la conclusión de que todos los seres humanos y seres vivos requieren y necesitan de cuidados, de respeto y de cariño sin importar la raza, el país de donde son originario, su estatus migratorio o la condición social, para poder crecer sanamente tanto de forma física como de forma mental y que los árboles no son la excepción. Posteriormente se les invita a las participantes a que elijan el tipo de árbol que más les gusta y con el cual se identifiquen. Se les invita entonces a que procedan a dibujarlo sobre un lienzo de papel. Se les propone que plasmen en la imagen de su árbol algunas de las consecuencias de violencia tales como: la negligencia, el descuido, el olvido, la falta de respeto, el maltrato, etcétera. Cada una de las participantes trabaja de forma individual en su consigna y al terminarla expone su obra junto a las demás participantes comentando las causas de la violencia que han afectado a su árbol.

Para finalizar el taller se les brinda a las participantes un listado de algunas estrategias que ayudan a combatir las consecuencias de la violencia, misma que fue proporcionada por el departamento de salud mental de *WSHC*. También se les dan folletos y páginas de la web con información de los centros de ayuda y de rehabilitación para víctimas de la violencia de género e intrafamiliar que están disponibles las 24 horas y de forma gratuita dentro de sus comunidades y barrios.

Se mostraron muy emocionadas al ver fotografías de los países de donde pertenecer, disfrutaron comparando la vegetación y el clima de sus países de origen con el del país donde residen en la actualidad e incluso encontraron ventajas del clima y de la vegetación de la ciudad de Boston frente a la de su pueblo o de su ciudad de origen.

Capítulo 6 Marco práctico

Les fue más sencillo y menos doloroso entender y aceptar las consecuencias que la violencia conlleva al hacerlo a través del uso de árboles en lugar de su persona. Disfrutaron la actividad y compartieron anécdotas de su tierra mientras la realizaban. Mostraron la admiración por la vegetación y el paisaje del país en el cual residen en la actualidad sin dejar de recordar y sentir orgullo por sus orígenes y sus raíces. Crearon conciencia de su situación y de las consecuencias de la violencia. Aprendieron estrategias para su prevención y obtuvieron información de los lugares en los que pueden pedir ayuda si están en peligro. Disfrutaron y se divertieron a través del proceso creador mientras aprendieron sobre temas de su interés. Lograron reconocer las consecuencias de la violencia, algunas de ellas rompieron con su silencio y expresaron sus sentimientos y sus experiencias de forma verbal.

Tomaron decisiones y confiaron en ellas mismas además de confiar en esas decisiones que habían tomado.

Duración de la consigna: 6 horas.

Fotografías:



Figura 32. Sin vida



Figura 33. Fria



Figura 34. Soledad

Capítulo 6 Marco práctico



Figura 35. Terror



Figura 36. Tormenta



Figura 37. Inseguridad



Figura 38. Sin nada



Figura 39. Fragilidad



Figura 40. Melancolia



Figura 41. Miedo



Figura 42. Vida partida



Figura 43. Paciencia

Figuras 32-43. Conjunto de fotografías que muestran algunas de las obras realizadas durante la consigna titulada: *Consecuencias de la violencia*. Obras en las que las participantes reflejan sobre su árbol favorito algunos de los efectos negativos que la violencia deja en quienes la padecen. Las obras son creadas sobre lienzos de tela y de papel utilizando la técnica mixta con acuarelas, ceras de colores, rotuladores, pinturas acrílicas y pinturas temperas. Fotografías de la investigadora.

Capítulo 6 Marco práctico

6.4.1.4 Cuarta propuesta: Una relación sin violencia.

Título: *Una relación sin violencia.*

Contenido:

Esta consigna propone el diseño y la creación de un logotipo que represente lo que para las participantes significa una relación basada en respeto y amor no en violencia.

Un logotipo que posteriormente será utilizado para diseñar tarjetas postales que serán enviadas a centros, instituciones, iglesias, bibliotecas, hospitales, casas de acogida, restaurantes, negocios y refugios confidenciales, entre otros, para crear conciencia sobre las consecuencias que la violencia trae a una relación y las estrategias que existen para prevenir la violencia. Una actividad grupal en la que tendrán las participantes la oportunidad de dialogar, tomar decisiones, trabajar en equipo, retroalimentarse una de la otra, aprender sobre las causas y consecuencias de la violencia al igual que las estrategias para su prevención. Una consigna que les permitirá contribuir a la sociedad mientras se convierten en agentes de cambio positivo en sus vidas y en las de los demás.

Técnica y materiales:

La técnica utilizada para esta consigna es la técnica mixta de pintura con dibujo, siendo los materiales utilizados: los lienzos, las pinturas témperas, pinceles, esponjas, las acuarelas, lápices de colores, ceras de colores y rotuladores permanentes.

Objetivos específicos para las participantes de los talleres:

- Crear conciencia sobre las causas y las consecuencias de la violencia de género e intrafamiliar.
- Reconocer las consecuencias que la violencia acarrea a cualquier tipo de relación.
- Reconocer los beneficios que el manejo y control de la ira al igual que la resolución de conflictos por la vía pacífica y la toma de decisiones aportan a la construcción de una relación sin violencia.

Capítulo 6 Marco práctico

- Aprender y practicar estrategias para el manejo de la ira.
- Reconocer la importancia y los beneficios de la integración tanto en el grupo como en la sociedad.
- Convertirse en agentes de cambio positivo creando conciencia en la comunidad sobre las causas, consecuencias y estrategias para la prevención de la violencia de género.
- Fomentar la autovalidación y el sentimiento de orgullo al realizar de forma total una consigna.

Desarrollo:

Esta sesión se inicia mencionando una serie de factores que contribuyen a que las relaciones humanas estén basadas en el respeto y en la comprensión. Se enlistan además los beneficios que una relación sin violencia aporta a ambas partes. Seguidamente se les invita a las participantes que escriban en los factores que ellas consideran que podría contribuir a que una relación se torne violenta, dolorosa y traumática. Cada una de las participantes después de hacer de forma individual su lista, comparten los factores que consideran dañinos para una relación. Una vez expresadas sus razones del porque una relación sin violencia es mejor y más beneficiosa tanto para los que están involucrados en esta como para los que les rodean, las participantes hacen una lista común de los factores principales que se necesitan para una relación de pareja en la que la mujer no padezca el maltrato y el abuso que la violencia de género propicia.

La arteterapeuta, les invita a que juntas diseñen y creen una composición que represente los valores o factores que consideran necesarios para que una relación este basada en el respeto, la tolerancia y en el amor, no en la violencia. Se les invita a que utilicen colores, formas, trazos, imágenes, símbolos, para plasmar su mensaje pero que traten de no utilizar palabras. Juntas hacen varios bocetos y así llegan a su resultado final. Posteriormente

Capítulo 6 Marco práctico

plasman juntas su diseño en un lienzo de papel de 1.80 metro de largo y 1.20 metros de ancho, utilizando 3 elementos: una pareja abrazándose (en la cual uno de los personajes es más alto que el otro), una corazón que los une además de muchos colores vivos y vibrantes. Las participantes para la puesta en común pegan su obra sobre la pared y la describen dando una breve explicación y justificación del porqué de la elección de cada uno de sus elementos. Comentan que la pareja abrazándose representa un hombre, el más alto de estatura, y una mujer, Las más baja de estatura. Argumentan que también podrían ser dos mujeres o dos hombres según la relación, mismos que estos dos seres son en la composición el símbolo de: el respeto, la confianza, la paciencia y la comprensión, que debe existir siempre en ambas partes. El segundo elemento es un corazón, el cual está localizado casi en el centro de la composición, que representa el amor sincero e incondicional que debería existir en cualquier relación. Los colores vivos y vibrantes simbolizan la complicidad, la alegría, el apoyo, el compañerismo, la lealtad, la diversidad que ambos sexos deben traer a la relación además de la creatividad que debe existir entre la pareja para lograr vencer los obstáculos y las dificultades que seguramente afloraran.

Posteriormente el diseño que han realizado para este poster es utilizado para hacer impresiones de tarjetas postales mismas que son enviadas a distintas asociaciones y empresas de la comunidad con la finalidad de crear conciencia sobre las consecuencias que la violencia de género e intrafamiliar producen y para solicitar su apoyo económico para cubrir los costos de gastos legales y médicos de algunas de las residentes de los refugios de emergencia confidenciales para sobrevivientes de la violencia de género e intrafamiliar de su comunidad.

Las participantes se sienten muy satisfechas al haber sido tomadas en cuenta e integradas al ser protagonistas de la creación de una pequeña campaña de concienciación y de

Capítulo 6 Marco práctico

contribución a la mejora de las vidas de mujeres sobrevivientes de la violencia de género a intrafamiliar.

Disfrutan socializando y comunicándose unas a otras sus ideas y siendo tomadas en cuenta. Se admiran al saber que ellas pueden ser agentes de cambio en su comunidad a través de su creación, de sus ideas, de su creatividad y de su obra. Crean conciencia sobre las consecuencias de la violencia de género a través de su arte. Crean soluciones para contribuir y beneficiar con su arte a un segmento de la comunidad que necesita apoyo y ayuda. Dan resolución a sus conflictos. Fortalecen su estima al sentirse útiles y valiosas al ayudar a los demás. Encuentran de nuevo el valor y la confianza para expresar sus ideas. Sienten que sus ideas son relevantes. Se logran comunicar de forma efectiva y sin sentir inseguridad o frustración.

Duración de la consigna: 5 horas.

Fotografías:



Figura 44. Color

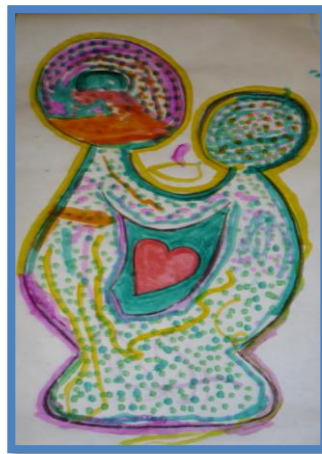


Figura 45. Sin violencia por favor



Figura 46. Puro amor



Figura 47. Juntos



Figura 48. Cooperación



Figura 49. Creación

Capítulo 6 Marco práctico



Figura 50. Con cuidado porfavor

Figuras 44-50. Colección de fotografías que muestran el proceso creador de la consigna grupal titulada: *Una relación sin violencia*. Obra que fue creada sobre un lienzo de papel utilizando la técnica mixta con lápices de colores, acuarelas, pintura dactilar y rotuladores permanentes. Fotografías de la investigadora.

6.4.1.5 Quinta propuesta: *Un jardín para nuestros difuntos*.

Título: *Un jardín para nuestros difuntos*.

Contenido:

Esta consigna propone la elaboración de una obra grupal, un mural, en el que las participantes de los talleres den resolución a los conflictos internos y a las emociones reprimidas de tristeza, miedo y en algunas veces terror que la muerte de compañeros y amigos ha traído a sus vidas. Una propuesta en la que se facilita un espacio seguro y confidencial para validar emociones, aceptarlas y plasmarlas a través del arte en su obra. Actividad grupal ayudara a romper con el aislamiento, a socializar y compartir además de promover la empatía por ellas mismas y por los demás. Consigna que les ayudara a encausar sus sentimientos de forma positiva a través del arte y de la creación mientras fomenta las tradiciones culturales de los países de origen de las participantes, permitiéndoles conectar con sus raíces y con su tierra durante el proceso creador.

Técnica y materiales:

La técnica que se ha utilizado para la realización de esta consigna ha sido la técnica mixta de pintura con dibujo. Los materiales han sido: el lienzo de papel, las pinturas

Capítulo 6 Marco práctico

témperas, pinceles, esponjas, lápices de acuarelas, lápices de colores, ceras de colores, pinturas acrílicas y rotuladores permanentes.

Objetivos específicos para las participantes de los talleres:

- Romper con su aislamiento y fomentar la cooperación a través de la creación de una obra plástica grupal.
- Fomentar la empatía entre iguales trabajando juntas con un objetivo y proyecto en común.
- Encausar sus sentimientos de tristeza y de angustia a través del arte y su creación.
- Recordar sus tradiciones horrando a sus difuntos a través del arte.
- Conectar con sus raíces y con su tierra a través del arte.

Desarrollo:

Esta sesión se inicia hablando sobre el fallecimiento de tres miembros de la comunidad, quienes murieron por causas de salud o por accidentes, ese mismo mes. Se les invita a las participantes a que en silencio realicen una carta o un dibujo para honrar a sus amigos mismas que serán colocadas en una lugar dentro de la escuela donde se les estará haciendo un homenaje a sus vidas a través de fotografías, flores, dibujos, cartas y otros recuerdos, que amigos y maestros habían decidido dedicarles. Cada una de las participantes después de hacer de forma individual su carta o dibujo deciden compartirla con todos los demás para expresar abiertamente como se sentían por su pérdida y lo mucho que apreciaban a los tres estudiantes que murieron. Posteriormente se les invita a las participantes a que se pinte un mural sobre lienzo de papel para recordar y celebrar las vidas de los estudiantes que fallecieron. Las participantes deciden juntas hacer un listado de los elementos que pensaban incluir en su obra grupal y concluyen haciendo un boceto de un jardín con flores de todas partes del mundo, de distintos climas y de distintos colores para representar a la comunidad de donde sus amigos que murieron vivían asignando a su

Capítulo 6 Marco práctico

vez una flor que representara a cada uno de ellos. Juntas trabajan en armonía y mientras pintan cuentan unas a otras anécdotas de sus amigos, momentos de alegría y de gozo que pasaron juntos. Para el cierre de la sesión las participantes deciden pegar el lienzo de papel sobre una de las paredes de la escuela por donde sus tres amigos solían pasar cada mañana con el propósito de dejar una huella de su existencia y del paso por sus vidas y por esta escuela.

Sintieron un alivio al poder expresar lo que pensaban a cerca del fallecimiento repentino de sus compañeros. Sintieron a su vez satisfacción al poder honrar a sus amigos a través del arte algo que también ellos disfrutaban haciendo. Pudieron expresar sentimientos dolorosos y profundos de forma menos amenazadora al pintar y crear juntas. Se acompañaron una a la otra en un momento difícil a través de la creación de arte. Encontrar consuelo y empatía creando una obra plástica grupal. Encausaron de forma positiva sus sentimientos de dolor y de tristeza a través del arte y la creación. Sintieron alivio al poder expresar sus sentimientos a través de la creación de su obra.

Duración de la consigna: 2 horas.

Fotografías:



Figura 51. Descansen en paz



Figura 52. Recuerdos de amistad



Figura 53. Scarlet



Figura 54. Abdula



Figura 55. Edwina



Figura 56. Recordandolos con amor

Figuras 51-56. Grupo de fotografías que muestran el mural grupal realizado para la consigna titulada: *Un jardín para nuestros difuntos*, con el cual las participantes desean honrar y recordar la vida de los compañeros de clase que han muerto. Obra en la que se utilizó para su creación un lienzo de papel y la técnica mixta con ceras de colores, pintura tempera, pintura acrílica y rotuladores.

Fotografías de la investigadora.

6.4.1.6 Sexta propuesta: El árbol de la gratitud.

Título: *El árbol de la gratitud.*

Contenido:

Consigna grupal que plantea un conjunto de actividades mediante las cuales las participantes de los talleres aprenderán la importancia de la gratitud, algunas maneras de demostrarla además de tener la oportunidad de contribuir a la sociedad en respuesta a su propia gratitud, en este caso, con el centro de salud que ha hecho posible los talleres de arteterapia en los que ellas están participando. Una consigna en la que conseguirán poner en práctica sus habilidades de socialización, toma de decisiones, resolución de conflictos, autocontrol, paciencia, cooperación, inclusión además de su imaginación y creatividad. Una oportunidad para celebrar en compañía de sus iguales y de otras personas que quizás no tienen con quien celebrar, un festivo tan importante como lo es “El Día de Acción de Gracias” en los EE.UU. y esta vez lo harán de forma sana además de enriquecedora.

Capítulo 6 Marco práctico

Técnica y materiales:

La técnica mixta utilizada para la elaboración de esta consigna ha sido el dibujo y el collage. Los materiales han sido: rotuladores permanentes, pegamento, tijeras, papeles de colores, ceras y lápices de colores.

Objetivos específicos para las participantes:

- Reconocer y aprender la importancia de ser agradecida.
- Expresar la gratitud.
- Enfocarse en las personas y a las cosas positivas de la vida.
- Aprender a través de las consigan grupal a escuchar y a tomar en cuenta distintas opiniones.
- Fortalecer la autoestima, el auto control y la identidad positiva al trabajar en equipo asistiendo y ayudando a otros.

Desarrollo:

La sesión da comienzo con la definición de gratitud. Posteriormente se hace una lista común de todo aquello por lo que las participantes se sienten agradecidas. La sesión coincide con la víspera del festejo del día de acción de gracias en los EE.UU., día en el cual se celebra y agradece, en unión con familiares y con amigos, por todas las bendiciones que la vida, la familia y la amistad brindan. Este festejo se remonta al año 1621, un año después de que peregrinos puritanos llegaron al estado de Massachusetts para establecerse y poder practicar su religión libremente. Después de un largo y duro invierno en el que cerca de la mitad de estos puritanos murieron sintieron gran desesperación y fueron a buscar ayuda a las reservaciones donde los indios nativos vivían. Los indios les recibieron, les ayudaron, les dieron consejos para mantenerse saludables y sin frío además de haberles enseñado a sembrar maíz y otros cultivos para que pudieran alimentarse durante todo el año. Al año siguiente los puritanos tuvieron una cosecha muy abundante,

Capítulo 6 Marco práctico

que fue en la temporada de otoño, y esto les inspiró a dar gracias y a hacer una cena muy grande y especial a la que invitaron a sus vecinos y amigos los indios para así juntos dar gracias por sus bendiciones y por lo que cada uno de sus grupos raciales aportaba a su comunidad para engrandecerla. Esta fiesta de Acción de Gracias se convirtió en una tradición nacional no sólo porque muchos otros estadounidenses han encontrado la prosperidad en ese país sino también porque los sacrificios de esos peregrinos puritanos y de esos indios nativos trajeron libertad a esta tierra y enseñaron una lección de respeto y de inclusión para fomentar la diversidad. Historia que fue contada a las participantes para motivarlas a sentir gratitud y expresarla.

Asimismo la consigna tiene como propósito fomentar en las participantes este sentimiento invitándoles a que participen colaborando en un taller de arteterapia comunitario que se realiza en la sala de espera de medicina familiar y pediátrica en *WSHC* de forma trimestral. Las participantes aceptan participar en esta consigna y se les trasladan a este centro (con el permiso del lugar donde se está realizado este taller y la autorización para transportar a la participantes a *WSHC* y de regreso a este lugar) y son instaladas con todos los materiales y las directivas de la consigna en la sala de espera de medicina familiar para dar comienzo su labor social. Primeramente se acercan a los pacientes para explicarles en que consiste la actividad y para invitarles a que participen en esta. Luego las participantes se encargan de distribuir hojas de árboles de colores que ellas mismas hicieron para esta actividad y les invitan a los participantes a que evoquen las cosas y las personas por las cuales están agradecidos y que las anoten o las dibujen sobre las hojas que les han dado. A su vez se les reparten a los participantes rotuladores, ceras y lápices de colores.

Así continúan invitando a las personas a que participen por más de 30 minutos, también les ayudan a dibujar, a escribir y les aconsejan que puedan hacer para expresar su gratitud. Asimismo otras de las participantes se encargan de trazar el tronco de un árbol en un trozo

Capítulo 6 Marco práctico

de papel marrón y después lo cortan. Posteriormente pegan ese troco sobre un trozo de papel de color azul el cual se convierte en la base de la obra y en el lugar donde las hojas, que los participantes han decorado, serán pegadas. Ya con la base y el tronco listos se invitan a los participantes del taller a que las peguen sobre las ramas del árbol o en cualquier otro lugar donde ellos y ellas consideren necesario para dar emoción y significado a su composición.

El árbol de la gratitud como ellas deciden titularlo es expuesto en esa sala de espera al igual que algunas fotografías que narran el proceso creador de la obra común.

Las participantes se convierten en ejemplos positivos en su comunidad enseñando con gran motivando además de donar su tiempo, su talento y su dedicación a una labor social. Se divierten haciendo algo positivo que además mejora el estado anímico de otros. Fortalecen su autoestima y su auto control dando resolución a conflictos interno y externos de ellas mismas y de los demás. Fomentan el uso del arteterapia entre los pacientes/clientes de *WSHC*. Crean conciencia sobre la importancia de ser agradecidos y de expresarlo. Encuentran la seguridad en ellas mismas para dirigir la consigna. Confían en ellas mismas y en las demás participantes para juntas dirigir, desarrollar y consumir la consigna. Rompen con sus inhibiciones y con el aislamiento al interactuar con sus iguales y con los pacientes/clientes de *WSHC*. Son pacientes y tolerantes al explicar y al enseñar cada uno de los puntos relacionados a la consigna.

Duración de la consigna: 2 horas.

Fotografías:



Figura 57. Árbol de la gratitud



Figura 58. Gracias por todo



Figura 59. Gracias



Figura 60. Gracias por mi familia



Figura 61. Gracias por mi salud

Figuras 57-61. Conjunto de imágenes que muestran el proceso creador de la obra grupal titulada: *El árbol de la gratitud*, en el cual las participantes hacen mención de personas y cosas por las que están agradecidas. Obra que se creó utilizando la técnica mixta con collage, escritura, ceras de colores, rotuladores permanentes y lápices de colores. Fotografías de la investigadora

6.4.1.7 Séptima propuesta: La reconciliación.

Título: *La reconciliación.*

Contenido:

Consigna grupal que propone el aprendizaje y la práctica de algunas estrategias para alcanzar la reconciliación. Estrategias tales como el manejo y control de la ira, la resolución de conflictos de forma pacífica además de la comunicación efectiva y la toma de decisiones acertadas. Consigna que propone un conjunto de actividades que darán como resultado la realización de su obra grupal. Las participantes realizaran murales para los cuales tendrán que hacer uso de sus habilidades para dialogar, crear, diseñar, tomar en cuenta sus opiniones al igual que las de otros, tomar decisiones, ser tolerantes y plasmar

Capítulo 6 Marco práctico

sus ideas, deseos y sentimientos en relación con lo que para ellas es la reconciliación a través de la pintura y del dibujo.

Técnica y materiales:

La técnica que se utilizó para esta consiga fue la técnica mixta de pinturas acrílicas con temperas. Los materiales que se utilizaron fueron: lienzos de tela, pinceles, esponjas, cepillos, pinturas acrílicas y pinturas tempera.

Objetivos específicos para las participantes:

- Aprender el significado y la importancia de la reconciliación
- Aprender estrategias para lograr la reconciliación.
- Poner en práctica las estrategias para lograr una reconciliación.

Desarrollo:

Se inicia esta sesión definiendo el concepto de reconciliación. Posteriormente cada una de las participantes hace un listado de lo que consideran necesario para poder llegar a reconciliarse con ellas mismas y con los demás. Cada participante expone algunas de sus recomendaciones y juntas llegan a la conclusión de que para poder llegar a la reconciliación es necesario primeramente aprender a manejar y controlar su ira a su vez poder dar resolución a sus conflictos de forma pacífica y perdonarse y perdonar a los demás para llegar a la reconciliación. Una vez que las participantes llegan a esta conclusión se proyecta en la pared dos pinturas, una de *Henri Matisse* titulada *La Danza*, y pintada en estilo *Fauvista* en el año de 1910 y la otra de *Gustav Klimt* titulada *Der Kuss* (El Beso) y pintada bajo los cánones del simbolismo entre 1907 y 1908. Se les invita entonces a que las observen detenidamente por un período de 10 minutos aproximadamente. Después se les pregunta si encuentren similitudes entre la reconciliación y la resolución de conflictos en estas obras. Seguidamente se les cuenta a las participantes la historia de estos cuadros y la de sus autoras. Se les pide que se dividan en 3 grupos para realizar una

Capítulo 6 Marco práctico

consigan grupal. Posteriormente se les pide que tome cada uno de los grupos un lienzo de tela (de 1 x 1.50 metros) en el que posteriormente representaran esa obra a su manera. Seguidamente se les invita a que elijan los colores que deseen, que modifiquen, eliminen o aumenten el número de elementos de la composición, o que tomen solo un fragmento de esta para hacer su propia representación que represente a través de sus ojos la resolución de conflictos de forma pacífica y la reconciliación.

Cada uno de los 3 equipos trabaja dividiendo cada una de las tareas de forma justa y disfrutando el proceso creador de su composición.

Al finalizar la consigna se le invita los 3 equipos a que compartan de forma verbal lo que desean transmitir a través de su obra. En conclusión las participantes afirman desean representar: la unidad, el compañerismo, la paciencia, la tolerancia, la inclusión, la capacidad de escuchar y saber tomar en cuenta a las demás. Asimismo el sentir empatía hacia los demás, irradiar alegría y propiciar un estado de paz en ellas mismas y en los que las rodean. Asimismo para finalizar la puesta en común y mostrando cada uno de los equipos su obra final concluyen afirmando que para poder vivir en paz es necesario aprender a reconciliarse todos los días con uno mismo y con los demás.

Se mostraron sorprendidas al descubrir la importancia y los beneficios del saber manejar y controlar la ira y dar resolución de forma pacífica a los conflictos. Se mostraron muy interesadas en saber por qué los artistas pintaron esas obras y que era lo que deseaban representar. Al igual que por la presencia de la mujer en ambas obras. Se sintieron seguras y motivadas para trabajar juntas realizando una consigna grupal. Pusieron en práctica las estrategias para la prevención de la violencia que han aprendido a través de los talleres: la resolución de conflictos de forma pacífica y el manejo y el control de su ira. Cada uno de los equipos decidió elegir la obra titulada *La Danza* de *Henri Matisse* porque argumentaban que la *Der Kuss* (El Beso) de *Gustav Klimt* les recordaba esas

Capítulo 6 Marco práctico

reconciliaciones falsas que tenían con su pareja donde las amaban después de golpearlas, les hacían promesas y luego volvían a cometer sus abusos y sus maltratos contra ellas. Asimismo afirmaban que el rostro de la mujer de esa obra no se veía satisfecho o sereno sino todo lo contrario como son miedo y rechazo pero a la vez tratando de ser sumisa para no provocar más a su maltratador. En conclusión dijeron que la obra titulada *La Danza* era como ese grupo de apoyo incondicional en el que encontraban la paz y la protección y se sentían aceptadas sin ser juzgadas.

Lograron trabajar de forma armoniosa y confiando en sus habilidades y en las de las otras participantes de su equipo. Mostraron su paciencia y su tolerancia al tomar en cuenta las opiniones de todas las participantes. Socializaron y se integraron aún más como grupo. Les fue posible tomar decisiones de forma individual y conjuntamente. Crearon conciencia de su situación a través de la apreciación y de la creación del arte.

Duración de la consigna: 4 horas.

Fotografías:



Figura 62. El arte de la reconciliación



Figura 63. Reconciliación

Capítulo 6 Marco práctico



Figura 64. Júbilo y reconciliación

Figuras 62-64. Conjunto de fotografías que muestran 3 de las obras realizadas en la consigna titulada: *La reconciliación*. Obras grupales creadas sobre lienzos de tela con la técnica mixta de pintura acrílica, pintura tempera y rotuladores para tela. Fotografías de la investigadora.

6.4.1.8 Octava propuesta: *La flor de la paz.*

Título: *La flor de paz.*

Contenido:

Esta consigna presenta un conjunto de actividades mediante las cuales las participantes de los talleres tendrán la oportunidad de reflexionar sobre las situaciones y las personas que contribuyen a su paz al igual que en la forma en que ellas mismas lo hacen. Aprenderán técnicas de relajación mediante las cuales lograrán descargar el estrés, la ansiedad y la frustración de forma segura y creativa. Reconocerán el papel tan importante que la resolución de conflictos por vía pacífica al igual que el manejo y el control oportuno de la ira juega en el tener una vida sin violencia. Pondrán en práctica su autocompasión además de la utilización de estrategias para mejorar comportamientos autodestructivos. A través del arte les será posible relajarse, disfrutar, situarse en el presente, convivir con sus iguales, divertirse y plasmar en su obra lo que cada una de ellas considera necesario para poder vivir en paz.

Capítulo 6 Marco práctico

Técnicas y materiales:

La técnica que se utilizó para esta consigna es la técnica mixta de pintura tempera y pintura acrílica. Los materiales usados han sido: lienzos de tela, lienzos de papel, pinturas acrílicas, pinturas témperas, pinceles y esponjas.

Objetivos específicos para las participantes:

- Fomentar la relajación a través de la meditación.
- Descargar la ansiedad y la frustración a través de del acto de pintar.
- Reconocer la importancia y los beneficios que la resolución de conflictos de forma pacífica proporcionan.
- Reconocer la importancia y los beneficios que el manejo y el control de la ira proporcionan.
- Aprender nuevas y prácticas estrategias para la relajación.
- Eliminar comportamientos destructivos.
- Aumentar los niveles de autocompasión y auto aceptación.
- Fomentar la inclusión dentro del nuevo paisaje en el que viven.

Desarrollo:

Esta sesión se realiza de forma parcial, en un jardín público de la ciudad de Boston caracterizado por la gran variedad de flores que tiene durante la primavera y el inicio del verano tiene y la otra parte dentro del aula donde los talleres regularmente se desarrollan. Las participantes fueron llevadas a este lugar utilizando el transporte público de la ciudad y ahí uno de los guía del jardín les proporcionó una visita guiada y la explicación del cuidado y de las características de cada una de las flores. Al termina la consigan se tomaron fotografías de las flores favoritas de cada una de las participantes. De regresó a *Henry Owen School*, se imprimieron las fotografías y se habló sobre la experiencia de haber salido a pasear en el centro de la ciudad de forma grupal y el de haber disfrutado de

Capítulo 6 Marco práctico

uno de los lugares más pintorescos y reconocidos por su belleza de Boston. Seguidamente se les pregunto a las participantes que enlistaran lo que más les había gustado de ese lugar al igual que las características de las flores, que cada una había elegido. Posteriormente se habló de la paz y de cómo es posible cultivarla y propiciar su crecimiento y su fortalecimiento al igual que se hace con una flor. Se les invitó a las participantes a que imaginaran que la flor que habían elegido sería la paz y que pensarán en los elementos necesarios para que esta creciera y se fortaleciera. Se invitó entonces a que juntas hicieran un listado de los elementos que una flor necesita para crecer fuerte, sana y rodeada de paz. Posteriormente se pusieron sobre la mesa lienzos de tela y se les invitó a las participantes a que pintaran en su lienzo su flor de la paz y que si deseaban escribieran en sus raíces lo que esta flor necesitaba para crecer, fortalecerse y sobrevivir cada día en un ambiente de paz.

Las participantes trabajaron de forma individual diseñando con un lápiz de grafito sobre el lienzo de tela su flor de la paz. Luego procedieron a elegir sus colores y a pintar su obra. Para la puesta en común se colocaron todos los lienzos juntos y cada una de las participantes describió de forma verbal los elementos necesarios para que su flor pudiera crecer sanamente en un ambiente de paz.

Disfrutaron mucho el paseo y la visita guiada en el jardín público de Boston. Se acompañaron y cuidaron unas de otras durante el viaje al jardín y de regreso a la escuela.

El grupo se unificó aún más al salir de paseo juntas. Lograron expresar a través de su obra sus necesidades por encontrar la paz en sus vidas. Tuvieron la oportunidad de integrarse en el paisaje del país en el que ahora residen mediante una actividad lúdica y educativa. Fomentaron su creatividad y su imaginación al observar las flores en su hábitat. Pusieron en práctica sus habilidades para tomar decisiones y resolver conflictos.

Duración de la consigna: 6 horas.

Fotografías:



Figura 65. Girasol



Figura 66. Sun flower



Figura 67. Dande Lion



Figura 68. Tulipanes

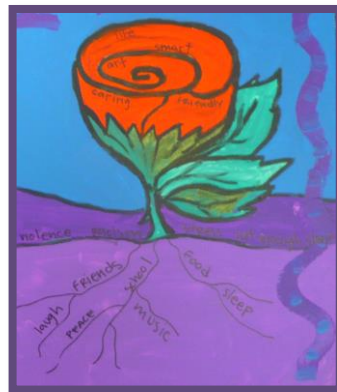


Figura 69. Rosa roja

Figuras 65-69. Colección de fotografías que exponen algunas de las obras realizadas durante la consigna titulada: *La flor de la paz*. Obras individuales pintadas sobre lienzos de tela con la técnica mixta de pintura acrílica, tempera y rotuladores para tela. Obras mediante las cuales las participantes desean plantar de forma gráfica y simbólica en su nueva vida la paz a través de estas flores. Fotografías de la investigadora.

6.4.1.9 Novena propuesta: ¿Cariño o castigo?

Título: ¿Cariño o castigo?

Contenido:

Consigna grupal que plantea el análisis y la reflexión sobre los elementos necesarios para tener una relación familiar sin violencia. Las participantes de los talleres podrán reconocer las causas y las consecuencias de la violencia intrafamiliar además de las estrategias y los recursos que existen para prevenirla o bien para socorrer a quienes la

Capítulo 6 Marco práctico

padecen. Sabrán que las víctimas de este tipo de violencia, como de cualquier otra, no son culpables de lo que está pasando, pero si es necesario, que creen conciencia sobre su situación, rompan su silencio y pidan ayuda, cuanto antes les sea posible. Reconocerán a su vez la importancia de establecer una comunicación clara y sincera, fortalecer el auto control, resolver conflictos pacíficamente al igual que manejar la ira, para lograr prevenir ser violentada o bien violentar a otros. El arte y el proceso creador facilitaran la enseñanza y el aprendizaje haciéndolos más dinámico, intuitivos y naturales. Explorando, jugando y experimentando con técnicas y materiales las participantes plasmaran sus ideas sobre como es posible utilizar las manos dentro de un hogar para dar o recibir cariño y no castigo.

Técnica y materiales:

La técnica que se utilizó para la realización de esta consigna fue la técnica mixta de pintura y dibujo. Los materiales que se usaron fueron: pinturas acrílicas, pinturas témperas, pinceles, ceras de colores, rotuladores permanentes para tela, trozos de tela, listones, esponjas y pegamento.

Objetivos específicos para las participantes:

- Reconocer las causas y las consecuencias de la violencia intrafamiliar.
- Aprender y utilizar las estrategias para su prevención.
- Aprender a controlar y prevenir los comportamientos violentos.
- Reconocer la importancia de la prevención de la violencia.

Desarrollo:

Se inicia esta sesión proyectando un corto metraje titulado *Monsters* el cual fue creado y patrocinado por la compañía telefónica *Verizon* y la *National Domestic Violence Hotline*, que muestra las consecuencias que la violencia intrafamiliar produce tanto en la mujer que la padece de forma directa como en sus hijos e hijas. Un video que narra y describe desde la perspectiva de un niño, de forma sencilla, clara y sincera, cómo los

Capítulo 6 Marco práctico

actos tan atroces que el maltratador realiza en contra de su familia les afecta a nivel emocional, además de las cicatrices y heridas que la violencia intrafamiliar y de género provocan, dejan a su vez como legado inconscientes de su maltratador, herencia que sus víctimas pasaran de generación en generación, si no reciben la ayuda y el tratamiento psicológico que promueva su recuperación y rehabilitación. Es un video de menos de 3 minutos pero que quien lo ve quedara impactado de por vida por el mensaje tan profundo que transmite.

Ya que el video termina se les invita a las participantes a que guarden unos minutos de silencio para honrar y recordar a todas las personas que están padeciendo y padecieron algo igual. Posteriormente se inicia con una reflexión sobre las causas que originan la violencia intrafamiliar. Se hace hincapié en que no es culpa de las víctimas sino del maltratador. Se habla a su vez de como los comportamientos violentos son aprendidos pero que a su vez estos también pueden ser modificados y aprender comportamientos positivos. Luego se hace un listado común de las consecuencias que este tipo de violencia trae a sus víctimas primarias y secundarias. Seguidamente se hace un listado de las herramientas que existen para ayudar a sus víctimas y por ultimo un listado de estrategias para su prevención.

Para esta consigna se elige una parte del cuerpo que puede propiciar la paz, la elección se hace entre todas las participantes mismas que eligen las manos. Las manos para ellas son una parte del cuerpo que cuida, castiga, crea, destruye, acaricia y maltrata. Argumentan que las manos pueden ser una herramienta para promover la paz y la eliminación de la violencia en el hogar.

Una vez que las participantes elijen las manos como medio de reconciliación para alcanzar y promover la paz proceden a enlistar lo que ellas pueden hacer en sus hogares para tratarse y tratar a los demás mejor y sin violencia. Seguidamente se les invita a que tomen

Capítulo 6 Marco práctico

un trozo de tela y que tracen la silueta de su mano o la dibujen sobre este y que le den su toque de personalidad utilizando los materiales que se han puesto sobre la mesa. A su vez se les pide que escriban en su obra las actitudes y las actividades que desean implementar en su hogar para fomentar la paz, promoverla y acabar con la violencia. Trabajan cada una de las participantes en silencio y de forma individual y ya que la consigna individual está terminada se les pide que unan sus trozos de tela con listones y con hilo y aguja para transformar sus obras en una grupal. Las participantes trabajan juntas y de forma armoniosa y para dar cierre a la sesión comparten su obra y algunas de las estrategias que recomiendan utilizar si se desea para fomentar la paz en el hogar. Esta consigna es desarrollada y finalizada dentro de este mismo taller de arteterapia.

A través de esta consigna logran crear conciencia de su situación y rompen su silencio. Ponerse en la situación de las demás mientras trabajan realizando una consigna grupal e igualmente socializan, se integran, se apoyan, se acompañan, expresan juntas sus sentimientos y aprenden una de la otra. Aprenden herramientas para prevenir la violencia en sus hogares a través de la creación y del arte. Diseñan un plan de acción para la prevención de la violencia en sus hogares. Reflexionan sobre las consecuencias que la violencia intrafamiliar trae a los que son afectados de forma directa como a los que lo son de forma indirecta.

Duración de la consigna: 4 horas.

Fotografías:



Figura 70. Help



Figura 71. No al castigo



Figura 72. Ama a tu familia



Figura 73. Stop



Figura 74. Una caricia

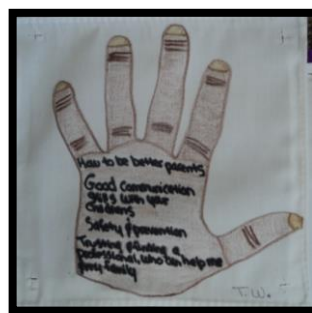


Figura 75. Call 911



Figura 76. Tolerancia



Figura 77. No a la violencia

Figuras 70-77. Compilación de fotografías que muestran algunas de las obras realizadas durante la consigna titulada: *¿Cómo puedo prevenir la violencia en el hogar?*, obras individuales creadas sobre lienzo de tela con la técnica mixta utilizando rotuladores para tela, ceras de colores además de lápices de colores para tela. Eligiendo las participantes el símbolo de las manos para sus obras ya que para ellas a través de las manos somos capaces de dar y recibir cariño o castigo. Fotografías de la investigadora.

6.4.2 En el centro comunitario *Tobin Community Center*.

6.4.2.1 Primera propuesta: *Construyendo un mundo sin violencia*.

Título: *Construyendo un mundo sin violencia*.

Contenido:

Esta consigna propone la creación de una obra mediante la cual las participantes de los talleres plasmen de forma individual o grupal lo que consideran necesario para poder construir un mundo en el que la violencia no exista. Conjunto de actividades que les permitirá aprender definiciones de lo que es la violencia, descubrir los tipos de violencia que existen además de los factores que hacen a las personas más vulnerables de sufrirla. Podrán también expresar lo que han sentido cuando han sido víctimas de la violencia, compartir sus experiencias y contribuir con su consejo y con sus ideas. Se propiciara el diálogo, la cooperación, la planeación, el análisis, la reflexión además de la empatía entre iguales. Podrán a través del arte plasmar sus sentimientos, ideas y sueños además de crear y construir de forma gráfica su propio mundo sin violencia.

Técnica y materiales:

La técnica que se utilizó para la realización de esta consigna fue la técnica mixta de pinturas acrílicas con pinturas temperas. Los materiales usados fueron: lienzo de tela, pinturas acrílicas, pinturas témperas, pinceles y esponjas.

Objetivos específicos para las participantes:

- Aprender a definir lo que es violencia, descubrir los tipos de violencia que existen y sus características.
- Aprender a detectar los factores que la fomentan y la propician además de reconocer que es posible prevenirla.

Capítulo 6 Marco práctico

- Crear conciencia de la situación que las ponen en riesgo.
- Practicar las estrategias para la prevención de la violencia.

Desarrollo:

Para iniciar esta sesión se comienza definiendo lo que es violencia, se enlistan las causas que la originan, se mencionan los tipos de violencia que existen e igualmente los factores que la propician y la fomentan. Consecutivamente se formulan preguntas, mismas que se les invita a las participantes a que contesten de forma individual en un trozo de papel. Las preguntas que se hacen a las participantes se enlistan a continuación:

1. ¿Cómo te sientes cuando experimentas la violencia?
2. ¿Qué haces para eliminar este sentimiento?
3. ¿Cómo contribuirías para erradicar la violencia en tu comunidad?

Ya que se tiene las respuestas de cada una de las participantes, se intercambian entre ellas mismas sus respuestas y posteriormente cada una de ellas las lee sin decir de quien viene. Entonces se les pide a las participantes que enlisten los elementos que ellas consideran necesarios para erradicar la violencia en sus vidas, en su familia y en su comunidad. Consecutivamente se les pide que a través de la pintura plasmen estos elementos en su obra, creando así su receta de paz.

Se les estimula para que trabajen en equipo pero también se les da la opción de crear su obra de forma individual. Una vez finalizadas las obras las participantes comparten con el grupo algunas de las soluciones que consideran podrían disminuir y erradicar la violencia de las vidas de ellas mismas y de los demás.

Duración de la consigna: 4 horas.

Fotografías:



Figura 78. Esto es paz



Figura 79. Un mundo sin violencia



Figura 80. Viendo a través del caos



Figura 81. Mi opinión sí importa

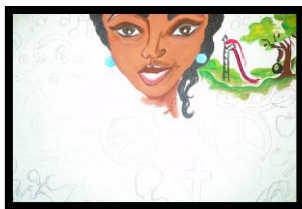


Figura 82. Diseñando



Figura 83. Pintandola paz



Figura 84. Creando



Figura 85. Mi mundo sin violencia



Figura 86. En busca de mi paz

Figuras 77-86. Grupo de fotografías que muestran parte del proceso creador y algunas de las obras realizadas durante la consigna titulada: *Construyendo un mundo sin violencia*. Obras creadas sobre lienzos de tela, de forma individual y con la técnica mixta mezclando pinturas acrílicas, temperas y rotuladores para tela. Obras que enlistan los elementos que las participantes de los talleres consideran necesarios para poder lograr vivir en paz. Fotografías de la investigadora.

Capítulo 6 Marco práctico

6.4.2.2 Segunda propuesta: Manejando la ira.

Título: *Manejando la ira.*

Contenido:

Consigna que propone el aprendizaje, el análisis y la reflexión sobre el sentimiento de la ira. Reconocerán que la ira es como cualquier otro sentimiento que debe ser expresado, tan válido y tan necesario, siempre y cuando una vez que este se exprese no perjudique a quien lo está sintiendo ni a los que le rodean. Las participantes podrán plasmar en su obra las estrategias que individualmente desean utilizar para expresar y manejar su ira de forma saludable sin permitir que esta les controle. También podrán aprender sobre los beneficios que el manejo oportuno de la ira ofrece. Pondrán en práctica las estrategias para la prevención de la violencia que han aprendido mientras pintan sus sentimientos y se favorecen de los beneficios terapéuticos que el proceso creador del arte brinda.

Técnica y materiales:

La técnica que utilizó para la realización de esta consigna es la técnica mixta de dibujo con acuarela. Los materiales que se utilizaron fueron: lienzos de papel, lápices y ceras de colores, acuarelas además de rotuladores permanentes.

Objetivos específicos de las participantes:

- Reconocer la ira como cualquier otro sentimiento que es válido y necesario de expresar, siempre y cuando este no se salga de control y perjudique a quien la está viviendo y a los que lo/la rodean.
- Reconocer la importancia y los beneficios de aprender a manejar y a controlar la ira de forma oportuna.
- Aprender y practicar a través del proceso creador de la obra estrategias que fomenten al manejo y el control de la ira.

Capítulo 6 Marco práctico

- Reconocer el papel tan importante que la paciencia y la tolerancia juegan en el manejo y control de la ira.
- Concienciarse de las consecuencias que se padecen cuando la ira gana y toma control.

Desarrollo:

Para iniciar esta sesión se define lo que es la ira, sus consecuencias y las estrategias para controlarla. Se le pide a cada una de las participantes que escriban lo que sienten cuando se enojan y la ira toma control de ellas mismas. Después juntas, las participantes y la arteterapeuta, hacen un listado de las estrategias que se podrían aprender y utilizar para detectar la ira y para controlarla antes de que esta haga estragos. Entonces ya que se ha asimilado el concepto de ira, sus consecuencias y sus soluciones, se les pide a las participantes que hagan un autorretrato en el que plasmen en la mitad de sus rostros la ira cuando toma control y en la segunda mitad su rostro cuando ellas se relajan y toman control de la ira, plasmando así en su lienzo de papel la imagen que representa la resolución del conflicto interno/externo de forma gráfica. Antes de que las participantes inicien al proceso creador se les estimula la creatividad mostrándoles revistas de caricaturas y de *comics* que muestran historietas en la que los personajes tienen gestos muy acentuados y muy explícitos de distintos sentimientos y en distintas situaciones. También se les facilitan, además de lienzos de papel blanco, trozos de papel en forma ovalada semejando la silueta de un rostro, con el objetivo de ayudar a romper con la resistencia y la inhibición que algunas de las participantes sienten al tener que iniciar su obra en una hoja en blanco sin ninguna guía o apoyo y sin contención.

Cada participante elige el material con el que se siente más identificada para trabajar e inicia su proceso creador. Para la puesta en común las participantes comparten 3 de las estrategias que planean utilizar para controlar su ira, además de compartir su obra final.

Capítulo 6 Marco práctico

Duración de la consigna: 2 horas.

Fotografías:



Figura 87. Wild/Calm



88. Mi explosión



Figura 89. El chupacabras



Figura 90. Transformación



Figura 91. Me estoy quemando



Figura 92. ¿Quién soy?



Figura 93. El diablo



Figura 94. La tormenta



Figura 95. Calma

Figuras 87-95. Conjunto de fotografías que muestran algunas de las obras realizadas durante la consigna titulada: Manejando la ira. Obras individuales creadas sobre lienzos de papel y de tela usando la técnica mixta con pinturas acrílicas, temperas, rotuladores para tela, rotuladores permanentes lápices de colores y acuarelas. Fotografías de la investigadora.

Capítulo 6 Marco práctico

6.4.2.3 Tercera propuesta. Dibujando lo que más me gusta de mí.

Título: *Dibujando lo que más me gusta de mí.*

Contenido:

Consigna que propone la realización de un autorretrato mediante el cual las participantes se representaran mediante su propia mirada poniendo en manifiesto su estado ánimo, las características físicas que más les gustan de ellas mismas, los colores y las formas que las representan y un sinnúmero de detalles que las describen con sus propias palabras. A través de esta actividad podrán testimoniar, contar o bien plasmar como son o bien lo que desea ser. Es un trabajo íntimo y que podrá resultar un tanto amenazante sobre todo a las participantes quien carece de una autoestima alta o bien de una identidad positiva.

Podrán analizar y reflexionar sobre la importancia y los beneficios de tener una estima alta al igual que de las consecuencias de no tenerla. Aprenderán estrategia para fortalecer su estima, su identidad y su amor propio. Fomentaran actitudes como la autoaceptación sin condición, la celebración de sus logros, y la pérdida del temor a cometer errores. A través de la creación de su autorretrato fortalecerán su identidad, su estima y se autovalidarán.

La seguridad en sí mismas, la toma de decisiones, la independencia, el autocontrol y la creatividad serán testigos de la creación de su obra.

Técnica y materiales:

La técnica que se ha utilizado para la realización de esta consigna ha sido la técnica mixta de pintura y dibujo. Lo materiales usados han sido: lienzo de tela, lienzo de papel, pinturas acrílicas, pinturas témperas, pinceles, rotuladores permanentes, ceras de colores, lápices de colores y esponjas.

Objetivos específicos para las participantes:

- Entender las definiciones de autoestima y la importancia de su fortalecimiento.

Capítulo 6 Marco práctico

- Aprender sobre las consecuencias que una estima baja genera al igual que las estrategias para fortalecerla.
- Aprender a detectar situaciones que deterioran la estima de una persona.
- Fomentar las actitudes que propician una estima alta.
- Aprender la importancia de relacionarse con personas que respeten, que valoren, que no controlen y que acepten a sus iguales tal como son y sin condición.
- Aprender a autoaceptarse con virtudes, con defectos y sin condición.

Desarrollo:

Este taller se inicia dando a cada una de las participantes un espejo y pidiéndoles que se miren por un período de 1 minuto. Aunque esta actividad parece ser muy sencilla para la mayoría de las participantes, quienes tienen una estima muy baja, esto resulta doloroso y difícil, pero aun así se les motiva para que lo hagan. Se pone un reloj de arena frente a ellas un cronometro programado para que pare al finalizar el minute de la actividad.

Cuando termina se les pide a las participantes que pongan el espejo boca a abajo sobre la mesa. Se continúa con una charla sobre lo que es autoestima, se expone una definición, las características de una estima baja y las consecuencias que esta genera en la salud física y mental de la persona que la padece. Posteriormente se le pide a cada una de las participantes que compartan sus ideas sobre qué es lo que se podría hacer para fortalecer y mantener la estima alta. Se hace un listado común. Posteriormente se les pide que colaboren para hacer otra lista en la que se enlistaran las actitudes y el tipo de personas que se debería evitar para no dañar la estima de una persona.

Una vez que se analizan las definiciones y se asimila la información. Se les pide a las participantes que hagan un listado de lo que más les gusta de ellas mismas, un listado no solo de la apariencia física sino de las cualidades como persona que poseen. No les resulta muy fácil ya que como se mencionaba anteriormente les cuesta aceptar que son valiosas y

Capítulo 6 Marco práctico

son bellas por dentro y por fuera. Después de luchar con su interior y con sus preconcepciones de lo que son logran enlistar de 3 a 5 cualidades. Después de esta actividad se ponen los materiales de arte sobre la mesa y se les pide que realicen un autorretrato o bien un retrato de algo de ellas que admiran y desean que otros valoricen y admiren también. Se les pide que nuevamente tomen el espejo y se miren por un periodo de 1 minuto nuevamente guiadas por el cronometro. Se les aconseja que utilicen el espejo cada vez que deseen mirar algo de ellas para poder plasmarlo en su obra. Comienza el proceso creador y las participantes al terminar su obra para la puesta en común primero comparten las 3-5 cualidades que admiran de ellas mismas y posteriormente muestran su obra.

Duración de la consigna: 4 horas.

Fotografías:



Figura 96. Lory



Figura 97. Lucy



Figura 98. Marlene



Figura 99. Doris



Figura 100. Angelita

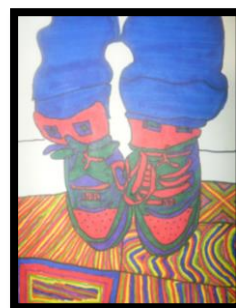


Figura 101. Minerva

Capítulo 6 Marco práctico



Figura 102. Mariangel

Figuras 96-102. Grupo de fotografías que muestran algunas de las obras realizadas durante la consigna titulada: *Dibujando lo que más me gusta de mí.* Obras creadas de forma individual sobre lienzos de tela y de papel usando la técnica mixta con pinturas acrílicas, temperas, ceras de colores, lápices de colores acuarelas y rotuladores tanto para tela como para pape. Autorretratos de las participantes en los que reflejan la parte que las les gusta de ellas mismas. Fotografías de la investigadora.

6.4.2.4 Cuarta propuesta: *El amor verdadero no duele.*

Título: *El amor verdadero no duele.*

Contenido:

Consigna grupal que propone el diseño y la creación de un mural mediante el cual se cree conciencia sobre la importancia del respeto en una relación de pareja. Conjunto de actividades que permitirán a las participantes conocer estadísticas actuales de violencia contra la mujer en su comunidad y en el mundo, las causas y las consecuencia de este tipo de violencia, violencia de género, además de las estrategias para su prevención. Les será posible expresarse de forma creativa a través del arte, compartir sus experiencias a juntas plasmar en su obra lo que para ellas significa una relación en la cual el amor no lastima, no abusa, no victimiza y no causa miedo ni dolor.

Trabajando en equipo pondrán en práctica sus habilidades de escucha, respeto, tolerancia, Inclusión, cooperación y colaboración. Mediante el arte y la creación descargarán emociones, sentimientos, temores, experiencias además de sus sueños y sus deseos.

Capítulo 6 Marco práctico

Técnica y materiales:

La técnica que se utiliza para la realización de esta consigna es la técnica mixta de pintura acrílica con pintura tempera. Los materiales usados son: la pintura acrílica, las pinturas témperas, lienzos de tela, pinceles y esponjas.

Objetivos para las participantes:

- Analizar la definición de violencia de género, las estadísticas globales y locales, además de las causas y las consecuencias.
- Expresión sentimientos y emociones de forma clara y sin miedo a la crítica.
- Expresar de forma honesta y abierta su situación actual además de las consecuencias que el maltrato y el abuso han traído a su vida, su salud física y su salud mental.
- Encontrar y brindar apoyo.
- Escuchar, valoradas y validar sus sentimientos como los de las demás participantes.
- Confiar en ellas mismas y en sus propias habilidades al igual que en las de las otras participantes.

Desarrollo:

La sesión se inicia hablando sobre la violencia en general, sus causas y sus consecuencias y de manera más específica sobre el tema de la violencia de género. Con los objetivo de enseñar a las participantes a detectar la violencia, denunciarla y prevenirla. Se les informa igualmente sobre las estadísticas actuales tanto locales como globales, mismas que muestran cifras alarmantes de víctimas de la violencia de género dentro de la comunidad latinoamericana tanto en los EE.UU. como en los países de origen de las participantes. Asimismo se les orienta sobre centros e instituciones que ofrecen ayuda confidencial a mujeres que son víctimas o que están en riesgo de serlo sin importar su estatus migratorio. Posteriormente para iniciar la consigna, se les pide a las participantes

Capítulo 6 Marco práctico

que escriban las razones por las que ellas consideran que la mujer debe de ser tratada con respeto al igual que cualquier otro ser humano, sin importar su edad, su estatus social, su nivel educativo, su nacionalidad o su estatus migratorio. Posteriormente se exponen las razones del porque no debe existir la violencia hacia la mujer y se hace un listado en común con estas razones. Analizando el listado se llega a la conclusión de que el amor no debería doler, haciendo referencia de que la mayoría de estas mujeres que son víctimas y sobrevivientes de la violencia de género han sido maltratadas por su pareja sentimental o su esposo quien supuestamente debería quererlas y respetarlas. Ya que se llega a esta conclusión grupal se elige ese título para la obra que posteriormente harán en común. Se divide a las participantes en grupos de dos personas cada uno. Se les invita a que juntas diseñen un mural colectivo para comunicar su mensaje dentro de la comunidad a través de un mural mismo que será donado al centro para la prevención de la violencia de *WSHC*. Las participantes inician el proceso de la negociación y de la resolución de conflictos elaborando una lluvia de ideas y bocetos con los mensajes que desean comunicar. Su composición está conformada de muchas lágrimas, una mirada en el presente con el corazón roto, una mirada en el futuro con paz y con amor y un letrero escrito en inglés que dice: *Real Love Doesn't Hurt*, El amor verdadero no duele. Ya con el diseño trazado, cada una de las parejas pinta un lienzo mismo que será la octava parte de ese mural grupal. Cuando terminan su consigan, comparten su experiencia y dan las razones por la que cada una de ellas cree que no debería de existir la violencia hacia la mujer ya que cuando una personas te quiere de verdad te debe proteger y respetar y no te debe maltrata y lastimar.

Duración de la consigna: 4 horas.

Fotografías:



Figura 103. Colaboración



Figura 104. Decisión



Figura 105. Creación



Figura 106. Reflexión



Figura 107. Dolor



Figura 108. Amor sin dolor

Figuras 103-108. Conjunto de fotografías que documentan la realización del mural grupal creado durante la consigna titulada: El amor verdadero no duele. Pintado sobre 8 lienzos de tela usando la técnica mixta con pinturas acrílicas, pinturas temperas y rotuladores para tela. Obra que fue creada para crear conciencia sobre las consecuencias de la violencia intrafamiliar y de género. Para concienciar a las personas de que en cualquier relación el maltrato y el abuso no deben ser tolerados. Fotografías de la investigadora

6.4.2.5 Quinta propuesta: Paz en la comunidad.

Título: *Paz en la comunidad.*

Contenido:

Esta consigna propone crear una obra individual en la que las participantes de los talleres puedan plasmar los elementos que cada una de ellas considera necesarios para instaurar un ambiente de paz dentro de sus comunidades. Mediante esta actividad podrán fomentar la comunicación y expresión de sus sentimientos además de contribuir con sus aportaciones con respecto al tema. Mediante el uso de la música podrán relajarse y divertirse. Asimismo podrán reflexionar y aprender sobre la importancia y los beneficios que la paz trae a sus vidas y a su comunidad. Escucharán sus experiencias y las de otras participantes a través de las cuales contarán como la violencia ha afectado sus vidas, donde han encontrado apoyo para salir de esta y como es que ellas hacen para mantenerse alejadas de situaciones y de personas que las ponen en riesgo de ser victimizadas nueva y repetidamente. El arte hará este proceso menos doloroso y por lo tanto más enriquecedor.

Técnica y materiales:

La técnica que se utilizó para la realización de esta consigna es la técnica mixta de pintura y dibujo. Los materiales utilizados han sido: pinturas témperas, pinturas acrílicas, pinceles, ceras de colores, lápices de colores, rotuladores permanentes y esponjas.

Objetivos específicos para las participantes:

- Aprender estrategias para crear paz en la comunidad.
- Utilizar la musicoterapia para relajarse y para expresar esos sentimientos que es difícil expresar a través del habla o de creación.
- Contribuir de forma positiva para la mejora y el enriquecimiento de la comunidad a través de la creación y del arte.
- Valorar, incluir y respetar a los demás

Desarrollo:

Para dar inicio a esta sesión se escuchó la canción *We are the world* (Nosotros somos el mundo), que en 1985 fue compuesta por *Lionel Richie* y *Michael Jackson* y cantada por el *Super Group USA for Africa*. Canción que fue cantada a capela en el taller por *María Rose*, una de las musicoterapeutas de *WSHC*, quien generosamente visitó las sesiones de arteterapia en distintas ocasiones para enriquecerlas con su disciplina. *María* cantó una vez la canción sola y luego repartió a las participantes hojas con la letra impresa y les invitó a que canten con ella. Las participantes, la arteterapeuta y la musicoterapeuta cantaron un par de veces esta canción. Posteriormente se les pidió a las participantes que analizaran la letra de la canción y que subrayaran los elementos que ellas consideraban necesarios para crear paz en su comunidad. Posteriormente se les invitó a que compartieran sus ideas con el resto del grupo. Entonces se les invitó a que utilizaran los materiales que estaban sobre la mesa para plasmar su mensaje de paz para su comunidad. Cada una de las participantes trabajo de forma individual y al terminar la consigna se les pidió que pusieran todas las obras juntas y compartieran los elementos que consideraban necesarios para crear paz en sus comunidades.

Utilizando éstas obras, el departamento para la prevención de la violencia de *WSHC*, diseño un poster, con el propósito de utilizarlo para crear conciencia sobre las consecuencias de la violencia en la comunidad al igual que las herramientas que existen para su prevención. Posters que fueron distribuidos en centros comunitarios, bibliotecas, iglesias, gimnasios, escuelas, colegios, institutos y centros de salud de esa comunidad y en otras donde el índice de violencia también es muy alto.

Duración de la consigna: 4 horas.

Fotografías:

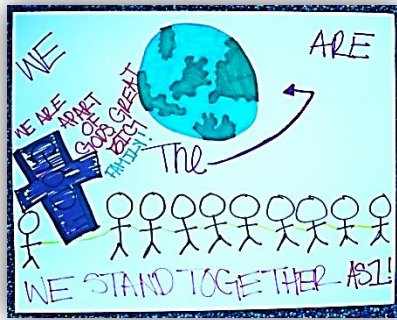


Figura 109. We stand together as one



Figura 110. En armonía



Figura 111. We are the world

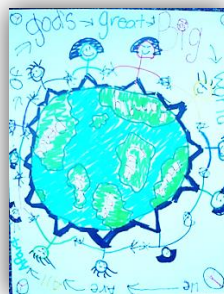


Figura 112. Big great family



Figura 113. Mi mundo

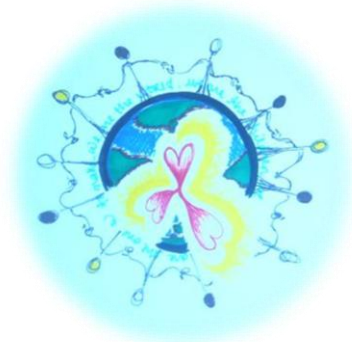


Figura 114. All we need is love



Figura 115. Tocando para ti



Figura 116. World peace

Figuras 109-116. Conjunto de fotografías que documentan fragmentos de la sesión de arteterapia y de musicoterapia que conformaron el taller de la consigna titulada: Paz en la comunidad, al igual que imágenes de las obras que las participantes crearon para conciencia sobre las actitudes y las acciones que podrían ser implementadas en nuestras comunidades para que podamos vivir todos en paz. Obras plasmadas sobre lienzos de papel utilizando la técnica mixta de pinturas acrílicas, temperas, ceras de colores y rotuladores permanentes. Fotografías de la investigadora.

6.4.2.6 Sexta propuesta: Pintando sentimientos.

Título: *Pintando sentimientos.*

Contenido:

Consigna que propone el descubrimiento, la identificación y la expresión de sentimientos, sobre todo de esos sentimientos que resultan difíciles de describir con palabras ya sea por temor al rechazo, a la prohibición o al miedo, a través del arte. Asimismo ofrece la oportunidad de descargar la ansiedad, la ira, el dolor y la angustia que estos sentimientos producen de una forma segura a través de la creación para alcanzar la relajación y una paz interior. Una consigna en la que a través de las técnicas y materiales podrán experimentar, explorar, utilizar su curiosidad, la imaginación, la creatividad además de romper con la inhibición. Pintando sus sentimientos se liberaran de ellos para salir del taller con un bagaje emocional más ligero.

Técnica y materiales:

Para esta consigna se ha utilizado la técnica mixta de pintura tempera con pintura acrílica. Los materiales que se han utilizado han sido: las pinturas témperas, las pinturas acrílicas, pinceles y esponjas.

Objetivos específicos para las participantes:

- Canalizar los sentimientos negativos de forma segura y creativa.
- Descargar la ansiedad, la frustración y el miedo a través del acto de pintar.
- Relajarse y encontrar paz interior.
- Experimentar, imaginar y exploración.

Desarrollo:

Se da inicio a esta sesión hablando sobre los sentimientos y la importancia de aprender a detectarlos, definirlos y expresarlos. Asimismo de reconocer las consecuencias que se generaran cuando estos son reprimidos o ignorados, a su vez de reconocer los beneficios

que su expresión traerá. Se hace hincapié en que ningún sentimiento es prohibido pero que si podría ser dañino si no se maneja y expresa de forma saludable. En este caso se menciona la ira afirmando que como cualquier otro sentimiento es necesario y es natural pero que si no se maneja y se controla de forma efectiva hará que la persona pierda el control, se comporte de forma destructiva y violenta y se perjudique al igual que a los que lo rodean. Se les pide a las participantes que escriban en una lista los sentimientos que comúnmente sienten. Luego juntas las participantes hacen una lista de los sentimientos más habituales entre ellas mismas. Ya con el listado de sentimientos y el entendimiento de porque es necesario y saludable expresarlos, se ponen sobre la mesa materiales de arte y se les pide que pinten en lienzos de tela o de papel un sentimiento que sientan en ese momento. Se les pide que utilicen los colores, las texturas, imágenes, símbolos o cualquier otro elemento excepto palabras para expresar lo que sienten. Mientras las participantes están creando su obra se toca música de relajación. Esta consigna, al igual que muchas otras, tomara más de una sesión, y como se cuenta con el tiempo para dar continuidad a su obra y el espacio para guardarlas en el aula donde se realizan las sesiones, no hay ningún problema. Afortunadamente fue posible extender los temas cuanto se considerara necesario o bien hasta que las participantes logaran entender y asimilar los conceptos, al igual que tener el tiempo suficiente para expresarse a través del arte dando forma a sus emociones, sin prisa alguna.

Duración de la consigna: 2 horas.

Fotografías:



Figura 117.Sin nombreI



Figura 118.Amor



Figura 119.Miedo



Figura 120.Mi amor

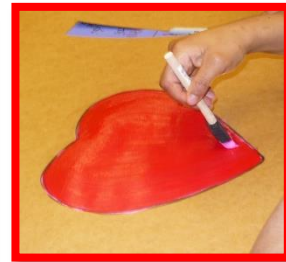


Figura 121.Tu amor



Figura 122.Dolor

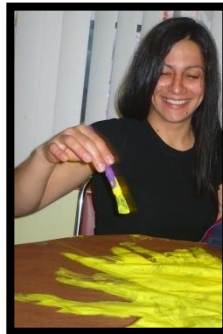


Figura 123.Luz



Figura 124.Sin nombre II

Figuras 117-124. Grupo de fotografías que exponen obras y fragmentos del proceso creador de la consigna titulada: *Pintando sentimientos*. Obras que fueron creadas por las participantes para definir de forma gráfica sus sentimientos más profundos e intensos que no tienen nombre. Utilizando la técnica mixta de pinturas acrílicas, temperas, ceras de colores, rotuladores y plasmándolas sobre lienzos de tela o de papel.
Fotografías de la investigadora.

6.4.2.7 Séptima propuesta: Unificando al grupo.

Título: *Unificando al grupo.*

Contenido:

Consigna propuesta para unificar al grupo mediante la realización de un escudo que las representara. Una actividad diseñada para reflexionar sobre la importancia de pertenecer,

de ser valorizado y tomado en cuenta dentro de un grupo familiar, de amigos y comunitario. Consigna que brinda la oportunidad de aprender y entender el porqué de tener una identidad positiva, una identidad que permita a la persona confiar en ella misma, valorar sus opiniones, sentir orgullo de lo que es y de donde viene además de reflejarlo en su comportamiento y en su actitud frente a la vida. Propuesta que permitirá a las participantes trabajar en equipo fomentando la unidad, el compañerismo y la cooperación.

Técnica y materiales:

La técnica utilizada para esta consigna fue la técnica mixta de *collage*, dibujo y pintura. Los materiales usados han sido: pinturas témperas, pinturas acrílicas, pinceles, esponjas, lápices de colores, ceras de colores, rotuladores permanentes, pegamento, tijeras e imágenes de revistas recicladas.

Objetivos específicos para las participantes:

- Fomentar el compañerismo mientras se trabaja en equipo.
- Reconocer y validar las cualidades y las características propias al igual que las de cada una de las participantes.
- Reconocer la importancia de pertenecer, de ser tomado en cuenta y de ser valorado dentro de un grupo de iguales.
- Jugar y romper con la inhibición.
- Comprender la importancia de confiar en uno mismo y en los demás.

Desarrollo:

Se inicia esta sesión hablando sobre algunos de los beneficios que al lograr romper con el aislamiento e integrarse se propiciarán sobre todo cuando se vive como inmigrante en un país extranjero. A su vez se hace mención de los beneficios de la mejora de los niveles de socialización y comunicación en el ser humano, sobre todo cuando se está tratando de integrar en un nuevo país con una nueva cultura. De igual manera se

mencionan los beneficios que la integración, la comunicación y la socialización traerán a los talleres de arteterapia y a la unificación del grupo. Y de cómo al trabajar de forma grupal se puede aprender a romper con el aislamiento, a socializar, a comunicarse de forma efectiva y a integrarse. Entonces ya con todos estos conceptos asimilados se escriben las ideas que las participantes proponen para lograr la unificación del grupo.

Ya con el listado de ideas se les dice a las participantes que para la consigna se diseñara un escudo que represente al grupo para así iniciar la unificación de forma gráfica.

Luego se les explica que los escudos suelen ser símbolos o emblemas con características específicas de un grupo de individuos, un país, una institución y de una familia, mismos que los representan, transformándose entonces estos escudos en parte de su identidad. Se define a su vez lo que es la identidad y se muestran escudos de países, de familias, de equipos deportivos, de asociaciones, etcétera. Para dar inicio al proceso creador de la consigna se le pide a cada una de las participantes que hagan su lista de cualidades positivas que las representan. Luego se les pide que juntas elijan la forma de su escudo y la dibujen sobre un lienzo de papel de 2 x 2.5 metros. Después que lo corten y que lo tracen de nuevo sobre otro lienzo de papel del mismo tamaño. Entonces se les pide que tomen el primer escudo que trazaron y cortaron, para que lo dividan en el número total de participantes del grupo utilizando una regla y un lápiz. Ya dividido se les pide que la corten en trozos siguiendo los trazos de lápiz que realizaron. Ya que lo han cortado se les pide que cada quien tome un trozo, lo decore y lo diseñe, plasmando las cualidades que las representan, utilizando los materiales de arte que están sobre la mesa. Ya que cada quien termina su parte del escudo se les pide que pongan sobre el otro escudo los trozos que cada una diseñó y así lo armen como si fuera un rompecabezas o un *puzle* y una cada una de las piezas pegándolas. Entonces con esta actividad logran unificar gráficamente a su grupo. Para la puesta en común cada una de las participantes describe las características

que la definen y también las que consideran que unifica al grupo de los talleres de arteterapia al que pertenecen. Asimismo pueden ver la diversidad en personalidades, características y grupos a pesar de estar viviendo situaciones similares que las hacen participar en estos talleres de arteterapia grupal.

Duración de la consigna: 4 horas.

Fotografías:

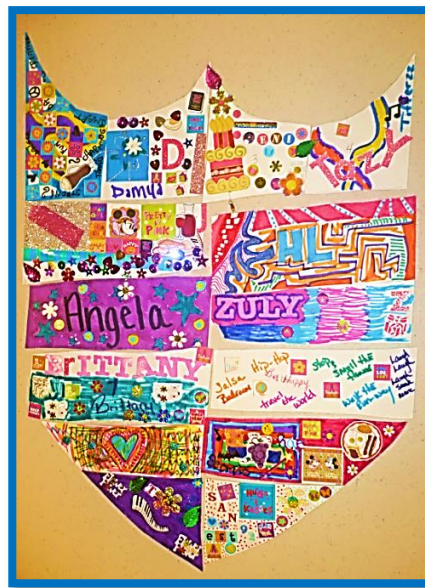


Figura 125. Nuestro escudo



Figura 126. Brittany



Figura 127. Angela



Figura 128. Lucila



Figura 129. Hortencia

Figuras 125-129. Grupo de fotografías que muestran la obra grupal creada para la consigna titulada: *Unificando al grupo*, misma que se planeó y se hizo con ese objetivo. Obra realizada sobre un lienzo de papel utilizando la técnica mixta del collage, rotuladores permanentes, ceras de colores y lápices de acuarela. Fotografías de la investigadora.

6.4.2.8 Octava propuesta: Soñando con la paz.

Título: *Soñando con la paz.*

Contenido:

Consigna que propone a las participantes de los talleres, iniciar su proceso de aprendizaje, asimilando algunas técnicas de relajación y meditación que fomenten su tranquilidad y les permitan descargar sensaciones o sentimientos nocivos. Propiciando que ellas logren contribuir con sus conocimientos y sus experiencias además de sus talentos artísticos durante la elaboración de la consigna. Asimismo podrán aprender estrategias para crear paz en ellas mismas y en los que las rodean. Esta será una consigna grupal en la cual podrán socializar, fomentarla toma de decisiones grupales y la resolución de conflictos de forma pacífica, además de la tolerancia, la inclusión y la paciencia. Al pintar y al dibujar juntas su obra utilizarán sus habilidades artísticas, creativas, e imaginativas mientras plasman sus sueños de paz.

Técnica y materiales:

La técnica utilizada ha sido la técnica mixta de pintura acrílica con pintura tempera. Los materiales usados han sido: las pinturas témperas, pinturas acrílicas, lienzo de tela, lienzo de papel, pinceles y esponjas.

Objetivos específicos para las participantes:

- Reconocer la importancia de vivir y de tener una vida sin violencia.
- Valorar los momentos de paz al igual que a las personas que la propician.
- Descargar la frustración, la ira y la ansiedad durante el proceso creador.
- Utilizar las técnicas de relajación y de meditación que se han aprendido para mejorar el manejo de la ira y la resolución a los conflictos.

Desarrollo:

Para dar inicio a esta sesión se proyectan dos obras sobre la pared del aula: una de *Henri Matisse*, pintura *Fauvista* titulada *El Sueño* que fue pintada en 1940, y una de *Pablo Picasso*, pintura *Cubista* titulada de igual manera *El Sueño* y que fue pintada en 1932. Se invita a las participantes a que observen las obras y las analicen. Ambas son pinturas de mujeres que están durmiendo y soñando. Posteriormente se les invita a que descansen sus brazos y su cabeza sobre la mesa y que cierren sus ojos para hacer una breve meditación. Entonces se propone escuchar música de relajación acompañada de una meditación guiada, para evocar así la paz interior. Ya que la meditación termina se les pide a las participantes que abran sus ojos y que vuelvan a la posición inicial para continuar. Entonces se les pide que escriban los sueños de paz que lograron evocar a través de la relajación. Luego las participantes son divididas en 3 grupos y se les pide que elijan una de las dos obras para representar sus sueños de paz. Los tres grupos elijen la obra de *Henri Matisse*. Se le pide a cada uno de los equipos que tome un lienzo de papel o de tela y que comiencen a trazar su obra. Ya que terminan de hacerlo las obras originales se guardan y las participantes proceden a elegir los colores que utilizarán para dar vida, sentimiento y significado a su obra. A través de los colores y de las texturas ponen en su obra sus sentimientos de paz. Al terminar la consigna se ponen las tres obras juntas y cada uno de

los equipos lee el listado de los sueños de paz que fueron evocados durante la meditación y la creación de su obra.

Duración de la consigna: 4 horas.

Fotografías:



Figura 130. Paz para todos.



Figura 131. ¿Paz? Figura



132. Soñando con la paz

Figuras 130-132. Conjunto de fotografías que muestran 3 de las obras que fueron realizadas para la consigna titulada: Soñando con la paz. Obras que fueron plasmadas sobre lienzos de tela y pintadas usando la técnica mixta de pintura acrílica, tempera y rotuladores para tela. Fotografías de la investigadora.

6.4.2.9 Novena propuesta: *Planeando mi futuro.*

Título: *Planeando mi futuro.*

Contenido:

Consigna que propone a través de la creación y del arte la planeación del futuro de las participantes. Una propuesta para poner en práctica la planeación, la reflexión, el análisis y la toma de decisiones. Consigna individual, mediante la cual las participantes podrán plasmar de forma gráfica sus deseos, planes y sueños, para su futuro, en el cual la violencia no tendrá cabida. Tendrá la oportunidad de evaluar su desarrollo, de celebrar sus logros, sentir satisfacción y valorar su esfuerzo. Las participantes a la hora de crear su obra fomentaran el cambio, el desarrollo, la actitud optimista y positiva, la toma de decisiones además de potenciar su imaginación y su creatividad.

Técnica y materiales:

Para esta consigna se utilizó la técnica mixta de dibujo con acuarela. Los materiales usados fueron: lápices de colores, ceras de colores, acuarelas, pinceles y rotuladores de colores.

Objetivos específicos para las participantes de los talleres:

- Reconocer y celebrar los logros tanto propios como ajenos al igual que sentir satisfacción por estos.
- Reconocer la importancia de planear el futuro.
- Practicar la autocrítica y la autoevaluación de manera constructiva y objetiva.
- Reconocer la importancia y los beneficios de tener una actitud positiva.
- Fomentar el cambio y el desarrollo.

Desarrollo:

Para iniciar esta sesión se comenzó preguntando a las participantes de los talleres sobre los beneficios, que ellas consideraban, habían adquirido al participar en estos

talleres de arteterapia para la prevención de la violencia. Posteriormente se les pidió a las participantes que enlistaran lo que habían aprendido y lo que les había ayudado a mejorar sus vidas, a raíz de su participación en estos talleres. Seguidamente se les invitó a que diseñaran un plan de vida para su futuro y que en este enlistaran todas las cosas que soñaban con hacer de nuevo o bien aprender para hacerlas por primera vez. Que escribieran las actitudes y los comportamientos que deseaban que mejoraran tanto en ellas como en sus seres queridos. Que construyeran sus futuro tal y como ellas lo deseaban. Entonces se les invitó a que dibujaran ese futuro tal y como ellas lo soñaban en un lienzo de papel. Cada una trabajó de forma individual y al finalizar su consigna cada una de ellas compartió su obra y algunos de los elementos que formarían parte de su vida futura. Las participantes coincidieron en que querían una vida sin violencia, deseaban sentirse libres y satisfechas con ellas mismas, querían ser mejores madres, más pacientes y educar mejor a sus hijos e hijas para que no padecieran lo que ellas al haber sido víctimas de la violencia. Asimismo querían estudiar, conseguir un empleo y volver a enamorarse. También dijeron que el haber participado en los talleres les había ayudado a aprender a dar nombre a sus coincidieron con que se sentían más seguras de sí mismas, que ahora eran capaces de expresar su opinión, de decir que no, de pedir ayuda y de sentirse bien siendo ellas mismas.

Duración de la consigna: 2 horas.

Fotografías:



Figura 133. Vivir



Figura 134. Confiar



Figura 135. Amar



Figura 136. Perdonar



Figura 137. Estudiar



Figura 138. Vivir en paz



Figura 139. Sonreír

Figuras 133-139. Conjunto de fotografías que exponen algunas de las obras realizadas para la consigna titulada: *Planeando mi futuro*. Obras creadas sobre lienzos de papel usando la técnica mixta. Las participantes plasman lo que desean hacer en un futuro para tener una vida plena y sin violencia dibujando con rotuladores permanentes, ceras de colores y pintando con acuarelas.

Fotografías de la investigadora.

6.4.3 En el refugio de emergencia confidencial *Renewal House*.

6.4.3.1 Primera propuesta: *Las caras de la violencia*.

Título: *Las caras de la violencia*.

Contenido:

Consigna que propone hacer un retrato de las consecuencias de la violencia. Actividad difícil, reveladora y muy dolorosa, que permitirá conocer los puntos de vista, las experiencias y los sentimientos que este tema produce en las participantes de los talleres.

Proyecto que les permitirá entender las definiciones de la violencia de género y la violencia intrafamiliar además de invitar a la reflexión y al análisis de las consecuencias que estas generan, tanto en sus víctimas directas como en las indirectas. También se aprenderá sobre cómo evitar las situaciones y las personas que ponen a otras en riesgo de ser victimizadas, maltratada o abusada para poder así evitarlas o denunciarlas. Las participantes a su vez tendrán un espacio seguro y confidencial para expresar sus temores, sus vivencias y pedir ayuda si lo consideran necesario o idóneo. A través de la pintura y del dibujo podrán comunicarse de manera menos dolorosa y amenazadora mientras aprovechan los beneficios calmantes y terapéuticos que esta actividad y el arte en general ofrecen.

Técnica y materiales:

Se ha utilizado para esta consigna la técnica mixta con pintura y dibujo. Los materiales usados han sido: lienzo de papel, lienzo de tela, pinturas acrílicas, pinturas témperas, pinceles, esponjas, lápices de colores, rotuladores permanentes y ceras de colores

Objetivos específicos para las participantes:

- Iniciar el proceso de aceptación, concienciación y recuperación.
- Aprender a detectar situaciones y personas que le hacen más vulnerables a ser víctimas de las violencia de forma repetitiva.
- Reconocer la importancia de relacionarse con personas que valoren, respeten y aceptan a sus amistades sin condición.
- Exponer dudas y hacer preguntas por más insignificantes que estas parezcan.
- Proporcionar una actividad relajadora que fomente la creatividad y la imaginación.

Desarrollo:

Esta sesión se inicia con una charla casual mediante la cual se describe y define la violencia de género además de la violencia intrafamiliar. Se enlistan a su vez sus

características, los factores que hacen más vulnerables a las personas para ser víctimas, las consecuencias en su salud física y mental que esta conlleva; las estadísticas locales y globales, además de las estrategias para detectarla, denunciarla y prevenirla. Ya que se analizó y se asimiló, la información, se les pide a las participantes que enlisten los sentimientos que afloran en ellas al escuchar información sobre este tema, al igual que los sentimientos que han sentido al ser a su vez víctimas o sobrevivientes de estos dos tipos de violencia. Posteriormente se les pide que pongan sus respuestas dentro de una caja y al azar la arteterapeuta toma algunas de estas y las lee en voz alta con el objetivo de que se conozcan las opiniones y las experiencias del grupo para crear así un ambiente empático, de respeto y de entendimiento. Cuando se termina el bloque educativo y de reflexión, se ponen los materiales de arte sobre la mesa y se les pide a las participantes que dibujen o pinten sobre un lienzo de tela o de papel, un rostro que refleje las consecuencias del maltrato y del abuso del cual las víctimas de la violencia han sido recipientes y testigos. Cada participante trabaja de forma individual, unas utilizan la técnica mixta, otras pintan y otras dibujan, pero cada una plasma su mensaje en su lienzo de forma personal y al finalizar la consigan comparten sus obras a su vez que describen los sentimientos que el rostro que han pintado/dibujado desea expresar. Se cierra la sesión compartiendo un listado de las estrategias y los recursos disponibles que ayuden a crear conciencia de esta situación, saber aceptarla y convertirse en arquitectos de la reconstrucción de una nueva vida sin violencia.

Duración de la consigna: 4 horas.

Fotografías:



Figura 140. Destrozada



Figura 141. Rota



Figura 142. No pasa nada



Figura 143. Soy un Zombie



Figura 144. Ira y dolor



Figura 145. Estoy ciega



Figura 146. Caras de la violencia



Figura 147. Atrapada

Figuras 140-147. Grupo de fotografías que exhiben obras realizadas durante la consigna titulada: *Caras de la violencia*. Obras creadas sobre lienzos de tela usando la técnica mixta con pintura tempera, acrílica, rotuladores permanentes, lápices de acuarela y ceras de colores. Obras que las participantes realizaron para ponerle una cara a los sentimientos tan dolorosos que padecen y que han vivido a causa de violencia de la que son y han sido víctimas. Fotografías de la investigadora.

6.4.3.2 Segunda propuesta: Fortaleciendo mi estima.

Título: *Fortaleciendo mi estima.*

Contenido:

Consigna que propone la elaboración de una obra mediante la cual las participantes de los talleres aprendan la importancia de eliminar los pensamientos negativos sobre ellas mismas además del autojuzgarse o autocriticarse de forma destructiva. Se les enseñaran herramientas prácticas para aprender a aceptar lo que no puedan cambiar de ellas mismas para poder así enfocarse en potenciar sus cualidades. Esta consigna estará conformada por un conjunto de actividades que propicien el fortalecimiento de la identidad positiva, de la autoaceptación y de la autovaloración. Asimismo para esta consigna se reflexionara sobre la importancia de evitar relaciones y personas que desestimen y acepten o amen poniendo condiciones. Las participantes podrán plasmar en su obra su paquete de herramientas que utilizarán para proteger y fortalecer su autoestima de forma continua.

Técnica y materiales:

Para esta consigna se utilizó la técnica mixta de pintura con dibujo. Los materiales usados han sido: lienzos de tela, pinturas acrílicas, pinturas témperas, rotuladores para tela, pinceles y esponjas.

Objetivos específicos para las participantes:

- Aprender la definición de autoestima.
- Reconocer los beneficios de tener una estima alta además de asimilar las consecuencias de no tenerla.
- Poner en práctica estrategias para fortalecerla la autoestima.
- Evitar situaciones y personas que manipulen, desestimen e igualmente controlen.
- Aprender a decir que no, poner límites y expresar opiniones sin miedo al rechazo.
- Validar lo que se es y lo que se desea ser.

- Resistir pensamientos negativos o eliminarlos.
- Aprender a aceptar los defectos y a fortalecer las cualidades.

Desarrollo:

Esta sesión se ha enfocado totalmente al fortalecimiento de la autoestima de las participantes. Se inicia definiendo lo que es estima, posteriormente se enlistan las consecuencias de una baja estima, y los beneficios de una estima alta, trabajando en forma conjunta las participantes y la arteterapeuta. Consecutivamente se presentan algunas de las actitudes y hábitos cotidianas que se pueden practicar para fortalecer la estima. Seguidamente se les pide a las participantes que hagan un listado con actividades que disfrutan, personas que mejor les tratan, lugares que más les relajan y cualquier otra cosa que les haga sentir bien y cómodas siendo ellas mismas. Asimismo se les pide que hagan un listado con todo lo contrario para poder así hacer una comparación y facilitar el entendimiento y la concienciación de su situación. Luego se elimina de las listas los hábitos y las relaciones dañinas para así solo tener las estrategias que protegen y fortalecen la estima y a la persona misma. Seguidamente se les pide que pinten sobre un lienzo de tela una composición que les recuerde día a día la importancia de tener una estima alta y las actitudes, personas, hábitos, actividades, que podrían contribuir para mejorarla además de fortalecerla. Se les dice que esta será una obra que podrán colocar en algún lugar estratégico de su hogar o de su habitación, el cual puedan ver todos los días y en varias ocasiones, para que esta obra, su obra, les sirva de recordatorio además de motivación, para trabajar de forma ininterrumpida en el auto fortalecimiento de su autoestima. Ya finalizada la consigan y para la puesta en común, se ponen todas las obras juntas y cada una de las participantes comparte tres de las estrategias que utilizara para fortalecer su autoestima.

Duración de la consigna: 6 horas.

Fotografías:



Figura 148. Mis hijos I



Figura 149. Mi salud



Figura 150. Mis hijos II



Figura 151. Equilibrio



Figura 152. Fortaleza



Figura 153. Poder



Figura 154. La música



Figura 155. Pasión



Figura 156. Yo misma



Figura 157. Mi otro yo

Figuras 148-157. Grupo de fotografías que representan obras realizadas durante la consigna titulada: *Fortaleciendo mi estima*. Obras creadas sobre lienzos de tela utilizando la técnica mixta. Mezclando el uso de pintura tempera y acrílica con el dibujo de rotuladores permanentes. Obras en las que las participantes enlistan de forma gráfica todo aquello que les ayudan y les recuerda la importancia y necesidad de fortalecer de forma continua su autoestima. Fotografías de la investigadora.

6.4.3.3 Tercera propuesta: El arte de la relajación.

Título: *El arte de la relajación.*

Contenido:

Consigna que propone el aprendizaje y la práctica de actividades que fomenten la relajación. Se planea a su vez que las participantes de los talleres comprendan la importancia y los beneficios que la reducción de estrés y de ansiedad traen tanto a nivel físico como psicológico.

Este proyecto les permitirá romper con inhibiciones, jugar, explorar, experimentar y enfocarse en el presente. La espontaneidad, la curiosidad y la creatividad serán potenciadas al pintar con las manos un mensaje de paz. A su vez podrán encontrar tranquilidad mientras juegan en la arena evocando momentos felices donde la violencia no tuvo cabida. Se fomentará asimismo en las participantes la estimulación de sus sentidos mientras crean y así liberan de esas sensaciones y emociones poco gratas.

Técnica y materiales:

La técnica mixta de pintura (dactilar) con temperas y acrílicos, además del juego con arena han sido las técnicas que se han usado para esta consigna. Los materiales usados fueron: lienzo de papel, pintura ténpera, acrílica, trapos, esponjas, agua, arena, cajas de plástico y muñequitos de plástico.

Objetivos específicos para las participantes:

- Reconocer la importancia y los beneficios de la relajación.
- Disfrutar de una actividad grupal en la que se fomente la liberación del estrés y de la ansiedad de forma lúdica.
- Utilizar la curiosidad y la espontaneidad.
- Romper con la inhibición.
- Situarse en el presente.

- Estimular los sentidos mientras se liberan emociones y se crea.
- Sentirse útiles.
- Perder el miedo al rechazo.
- Conectar con vivencias relajadoras y alegres del pasado.
- Comenzar de nuevo.

Desarrollo:

Para esta sesión se utilizaron técnicas de relajación y actividades que fomentaran la descarga de la ansiedad, la frustración y la reducción del estrés. Considerando que las participantes están expuestas a varios estresores, suelen padecer de una estrés crónico, de ataques de ansiedad y al igual que de pánico. Mujeres que han escapado repentinamente de su maltratador y están residiendo en un refugio de emergencia confidencial, escondiéndose por un período de 3 a 26 semanas, dando tiempo a que el agresor se calme, y no correr un mayor peligro de ser agresivamente atacadas y castigadas, por haber todo su silencio, tanto ellas como sus hijos/hijas.

Por lo tanto, para esta consigna, se diseñaron un grupo de varias actividades para definir la palabra relajación, asimilar sus beneficios: reducir niveles de ansiedad y estrés; prevenir trastornos de sueño, prevenir episodios depresivos, beneficiar el estado anímico, agudizar los sentidos para una toma de decisiones más acertada, e igualmente reducir y minimizar la sintomatología del estrés postraumático.

Posteriormente se invitó a las participantes, a que utilizaran cajas con arena, mismas que simularían la playa, que cerraran los ojos y jugaran con sus manos dentro de la arena mientras escuchaban una grabación con sonidos del el océano y del mar por un período de 10 minutos. Tiempo destinado para desconectarse, no pensar en nada y solo enfocarse en la sensación de la arena en sus manos y los sonidos en sus oídos. Después se les pidió que abrieran sus ojos y jugaran con los pequeños objetos y muñequitos que estaban colocados

fuera de las cajas, representando sobre la arena una situación o una vivencia que hubieran experimentado o quisieran experimentar en la playa, donde se sentirían libres de cualquier estresor, felices, relajadas y disfrutando ese presente. La actividad se desarrolló por aproximadamente 15 minutos. Posteriormente y para finalizar la sesión se les proporcionó pintura tempera diluida con un poco de agua, se cubrieron las mesas con lienzos enorme de papel, y se les invitó a que pintaran, plasmaran y dejaran huellas con sus manos y sus dedos sobre el lienzo de papel, que dejaran sus inhibiciones de lado, que no tuvieran miedo de cometer errores. Se les invitó a que vaciaran sobre el lienzo toda su ansiedad, su estrés y su frustración mediante el juego y la experimentación. Las participantes iniciaron su proceso creador y lograron desconectarse de su presente y su pasado, experimentar, utilizar su espontaneidad, su imaginación y su creatividad y convivir de forma placentera y pacífica con sus iguales.

Al terminar la consigna y para la puesta en común las participantes compartieron las experiencias vividas a través de las actividades, mediante las cuales lograron relajarse, olvidarse de su situación por un momento y situarse simplemente en el presente, mientras convivían, creaban y se divertían.

Duración de la consigna: 4 horas.

Fotografías:



Figura 158. Paz I



Figura 159. Paz II



Figura 160. Paz III



Figura 161. Relajación I



Figura 162. Paz IV



Figura 163. Paz V



Figura 164. Relajación.II

Figuras 158-164. Grupo de imágenes que muestra algunas de las actividades realizadas durante la consigna titulada: *El arte de la relajación.* Actividades grupales mediante las cuales las participantes tuvieron la oportunidad de desinhibirse, explorar, experimentar, jugar y relajarse, de forma creativa a través del arte. Fotografías de la investigadora.

6.4.3.4 Cuarta propuesta: Un nuevo renacer.

Título: *Un nuevo renacer.*

Contenido:

Esta consigna propone concienciar a las participantes sobre su situación para que les sea posible fomentar su empatía entre iguales y para que logren apoyarse y ayudarse unas a las otras en su proceso de recuperación. Trabajando juntas en la realización de este proyecto grupal, se beneficiaran, al cooperar, colaborar, socializar e integrarse unas con otras, además de mostrar apoyo a las participantes nuevas o futuras de los talleres, quienes a su llegada al refugio de emergencia confidencial, donde las participante actuales de los talleres residen, estarán aún atemorizadas y desesperanzadas por su presente y su futuro.

En el proceso de realización de esta consigna, las participantes, también podrán revalorar su presente además de las herramientas y el apoyo que tiene a su disposición para fortalecerse y motivarse a continuar reconstruyendo su futuro.

Técnica y materiales:

La técnica que se utilizó para esta consigna fue la técnica mixta de pintura y dibujo. Los materiales que se usaron fueron: trozos de tela, tijeras, cintas de colores, rotuladores permanentes para tela, ceras de color para tela, pinceles, esponjas, pintura témpera y lápices de colores para tela.

Objetivos específicos para las participantes:

- Valorizar el apoyo, la ayuda y las herramientas para la prevención de la violencia que se ofrecen en *Renewal House* para el bienestar y la recuperación de sus residentes de manera ininterrumpida e incondicional.
- Mostrar empatía entre iguales y hacia ellas mismas.
- Motivarse para pedir, aceptar y brindar ayuda.
- Iniciar su proceso de reconstrucción.
- Planear una vida presente y futura sin violencia.

Desarrollo:

Esta sesión comienza hablando de lo que es el refugio de emergencia confidencial *Renewal House* es, de su misión, sus objetivos y de los servicios y herramientas que ofrecen a sus residentes, para ayudarles a crear conciencia de su situación, aceptarla y romper su silencio. Para que no tengan miedo al rechazo ni a pedir ayuda, al igual que a aceptarla, y que recuperen su valentía y su fuerza interior para dar inicio a su proceso de recuperación.

Una vez que las participantes se informan de todo lo relacionado a este refugio, del cual son residentes, se les pide que enlisten lo que más han valorado, apreciado y disfrutado del

estar en este lugar. Cada una hace su lista y después que cada quien comparte lo que ha escrito, juntas hacen una carta en la que mencionan todas estas cosas positivas que han encontrado en el refugio, misma que será enviada a la familia que generosamente patrocina este lugar, para que sepan el impacto positivo que están creando en la vida de tantas mujeres sobrevivientes de la violencia de género y a sus hijos.. Ya que las participantes asimilan esta información se les pide que participen en una actividad grupal con el objetivo de que plasmen en su obra mensajes de bienvenida y de esperanza para las futuras residentes del refugio quienes a su llegada sentirán el miedo, la tristeza y la desesperanza que ellas sintieron al llegar al refugio. Se les cuenta la historia de las banderas de plegaria Tibetanas, las cuales se cuelgan durante un ritual sagrado por Budistas Tibetanos, quienes cantan y realizan acciones positivas, mientras las cuelgan, con el deseo de maximizar la energía positiva y minimizar las influencias de energía negativa, a su vez con el objetivo de lograr que estas plegarias beneficien a su comunidad y al mundo entero, mientras son llevadas vigorosamente por el viento. Entonces se les pide a las participantes que brinden imágenes y palabras de apoyo, de motivación, de fortaleza y de aliento para que las nuevas residentes y sus hijos no sientan que están solas en este camino, que sepan que hay esperanza para reconstruirse y renacer de nuevo. Se recuerda a las participantes que nadie mejor que ellas podrán comprender la situación y motivar a otras mujeres a que acepten su realidad y reconstruyan una vida sin violencia. Una vez que se expone el tema y la consigan a realizar, se ponen sobre la mesa los materiales y se les invita a que diseñen banderitas de tela, mismas que irán cocidas a una cinta para colgarlas dentro del refugio, en las habitaciones, en el salón y en la cocina para que las nuevas residentes pueda recibir sus mensajes de esperanza y de fortaleza desde su llegada y que a su vez les sirvan de motivación, sobretodo en esos días difíciles donde sientan desfallecer.

Las participantes se muestran muy motivadas y entregadas a la actividad, y trabajan juntas creando su obra común. Al finalizar su consigna, juntas cuelgan las banderas y comparten unas con otras sus mensajes y sus ideas.

Duración de la consigna: 6 horas.

Fotografías:

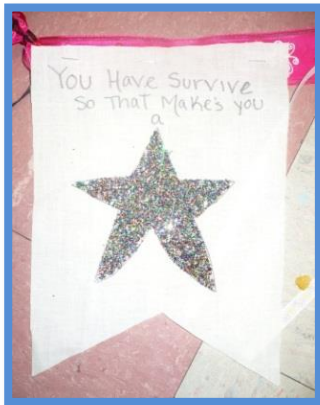


Figura 165. La luz



Figura 166. Renacer

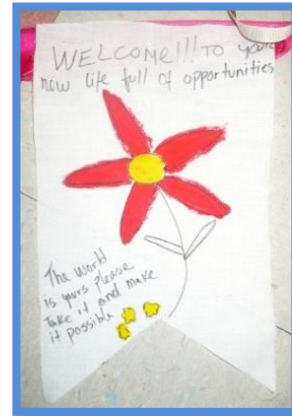


Figura 167. Fe



Figura 168. Apoyo



Figura 169. Tu nuevo hogar

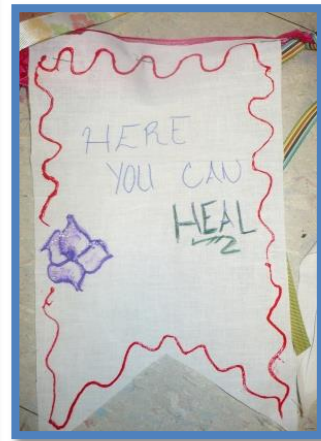


Figura 170. Esperanza

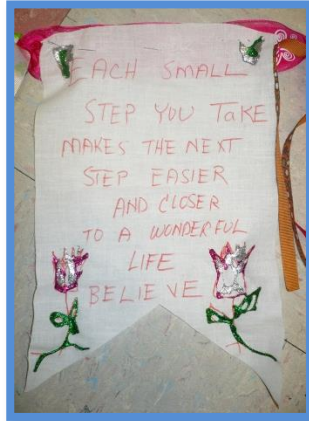


Figura 171. Vida nueva



Figura 172. Seguridad

Figuras 165-172. Conjunto de fotografías que muestra obras realizadas durante la consigna titulada: *Un nuevo renacer*. Banderas creadas con la técnica mixta. Mezclando pinturas acrílicas, temperas, metálicas y rotuladoras para tela. Obras creadas por las participantes para brindar apoyo y palabras de aliento a otras mujeres que están pasando por una situación peligrosa y aterradora como la que ellas están experimentando. Víctimas y sobrevivientes de la violencia de género e intrafamiliar quienes deben residir en un refugio de emergencia confidencial para este colectivo por motivos de seguridad. Fotografías de la investigadora.

6.4.3.5 Quinta propuesta: *Celebrando la vida de nuestros difuntos.*

Título: *Celebrando la vida de nuestros difuntos.*

Contenido:

Consigna que propone un grupo de actividades mediante las cuales las participantes tendrán la oportunidad de conectar con sus raíces y su cultura al honrar la vida de sus seres queridos que han muerto de la manera que ellas saben hacerlo a través del arte y la creación. Pintado calaveritas dedicadas a sus difuntos además de montar juntas un altar con la comida que sus difuntos solían disfrutar, decorado con papel picado de colores, flores, algunas fotografías, además de especias y bebidas. Creando con esta consigan un momento y un espacio muy íntimo y muy especial, para canalizar recuerdos y emociones dolorosas, pero a su vez una actividad muy intensa, ya que habrá tristeza y melancolía por la ausencia de un ser querido, además de la distancia física de la tierra y la familia, que no les permitirá vivir una celebración como estando juntos.

Con matices dulces y amargos, pero se podrá celebrar “El día de los Muertos”, casi como en casa, utilizando el arte y la creación como las herramientas principales.

Técnica y materiales:

La técnica que se utilizó para la realización de esta consigna fue la técnica mixta de pintura acrílica con pintura tempera. Los materiales usados fueron: calaveritas hechas de masilla blanca, pinturas témperas, pinturas acrílicas, pinceles, papel de cera de colores, tijeras, cola y esponjas.

Objetivos específicos para las participantes:

- Canalizar emociones dolorosas a través del arte.
- Fomentar la identidad positiva y el orgullo cultura a través de la realización de consignas relacionadas a celebraciones y tradiciones de la cultura latinoamericana.
- Recordar, celebrar y honrar la vida de esas personas que ya han muerto a través del arte y de la creación.
- Conectar con las raíces, las tradiciones y los recuerdos a través del arte.

Desarrollo:

Esta sesión coincidió con el día de los muertos día que las participantes de los talleres conmemoran y que por su situación legal y por estar sin techo propio no les ha permitido seguir la tradición como solían hacerlo cuando estaban en su tierra. Fue un día especialmente triste, en el que estuvieron recordando su tierra y a la gente que ha muerto y que en muchas ocasiones no han podido despedir por la lejanía. Se propone que se haga un altar grupal en el que se honre a los difuntos de todas las participantes y de la arteterapeuta. Se les pide a las participantes que escriban unas palabras para sus difuntos y que hagan una lista de las cosas que ellas solían poner en sus altares. Cada una trabaja de forma individual. Luego se le propone que pinten calaveritas o cabezas de catrinas para honrar a sus difuntos con su arte. Antes de iniciar el proceso creador se les cuenta una

breve historia sobre los orígenes de la celebración del día de los muertos en México ya que todas muestran mucha curiosidad por la manera en que se celebra ese día en ese país. Ya que se comparte la historia se les invita a que comiencen a jugar y a experimentar con la masilla que se está sobre la mesa, un tipo de masilla que se seca con el aire y muy rápidamente. Mientras las participantes exploran a través de sus sentidos las sensaciones de amasar y de moldear, comentando muchas de ellas que esta actividad las conecta con su tierra, con esos momentos cuando ayudaban a cocinar y amasaban la harina de maíz para hacer tortillas. Ya que las participantes hacen sus calaveritas con la masilla, cada una realiza los bocetos sobre papel de cómo desean decorar para así dar tiempo a que se sequen perfectamente bien antes de comenzar a pintarlas. Como cada una de las participantes hace varias calaveritas eligen el tamaño para representar a cada uno de los difuntos que desean honrar con su arte y posteriormente los colores que van a utilizar para la decoración. Prosiguen con la consigna pintando sus calaveritas mientras la arteterapeuta comienza a armar el altar.

Para armar y decorar el altar no se utilizan objetos personales o fotografías ya que las participantes por ser personas sin techo no cuentan más que con lo necesario para vestir y vivir, asimismo muchas de ellas lo único que conservan de su tierra y de su gente son sus recuerdos. Para no causarles angustia o ansiedad, por no contar ni con fotografías ni con objetos de los difuntos que desean honrar, se utiliza comida, papel picado, flores naturales y las calaveritas que ellas han diseñado para construir el altar. Se les invita a las participantes a que durante el momento de la creación traten de recordar momentos felices y divertidos que vivieron al lado de esa persona que ya falleció. Que pueden utilizar este momento y esta actividad para enaltecer y celebrar la vida de sus difuntos.

Para finalizar la consigan todas las participantes colaboran armando el altar y se hace una reunión y merienda con el personal del refugio, los hijos y las hijas de las participantes. Recibimos para esta reunión la visita de dos amigos y arteterapeutas de *WSHC* quienes se

visten de Don Catrín y Doña Catrina para cantar algunas canciones relacionadas a esa celebración y poner alegría y humor al festejo.

Duración de la consigna: 2 horas.

Fotografías:



Figura 173. Las calaveritas I



Figura 174. La Catrina y su Catrin



Figura 175. Las calaveitas II



Figura 176. Pintando



Figura 177. Creando



Figura 178. El altar



Figura 179. Diseñando

Figuras 173-179. Conjunto de fotografías que documentan parte del proceso creador y algunas obras realizadas durante la consigna titulada: *Celebrando la vida de nuestros difuntos*. Obras creadas por las participantes para honrar la vida de sus seres queridos que han muerto, pintando calaveritas de yeso con la técnica mixta de tempera y acrílico. Posteriormente montando juntas un altar con algunos alimentos, flores y algunas fotografías para conmemorar y homenajear a sus difuntos.

Fotografías de la investigadora.

6.4.3.6 Sexta propuesta: Don caballito de mar.

Título: *Don caballito de mar.*

Contenido:

Esta consigna propone una historia sobre un caballito de mar, quien además de gozar de su independencia y de compartir con sus amigos, se deleitaba cuidando de su familia y ayudando a su compañera en las tareas del hogar. Un caballito respetuoso, generoso, trabajador y amoroso. Se les invita a las participantes de estos talleres a que reflexionen sobre la historia y a que reconozcan el papel tan importante que la inclusión, la cooperación, el respeto además de la igualdad de géneros juega en una relación de pareja, al igual que en cualquier otro tipo de relación. Se les estimula a su vez para que analicen las relaciones de pareja en las que han estado o en las que están en la actualidad y juzguen objetivamente que tipo de relación es o ha sido. Asimismo se propicia un espacio para el diálogo en el que se compartan las ideas o estrategias que las participantes de los talleres proponen para fortalecer una relación que no es óptima y lograr convertirla en una que esté basada en la igualdad y la cooperación, por su puesto siempre y cuando las dos partes estén comprometidas y decididas a lograrlo.

Técnica y materiales:

La técnica mixta de pintura, acuarelas, *collage* y dibujo es la que se utilizó para la realización de esta consigna. Los materiales usados fueron: tizas de colores, acuarelas, pintura acrílica, pinturas témperas, rotuladores permanentes, lápices de colores, ceras de colores, pinceles, esponjas, cepillos, trozos de papel de colores, tijeras y cola.

Objetivos específicos para las participantes:

- Reconocer la importancia de la igualdad de géneros.

- Reconocer la importancia de la comprensión, la validación y la cooperación en cualquier relación.
- Fomentar el respeto y la inclusión hacia ambos sexos.
- Reconocer y validar las necesidades y las deficiencias existentes en la relación de pareja actual.
- Aprender estrategias para fortalecerla y mejorarla las relaciones de pareja.
- Crear conciencia de que la igualdad y el respeto en la pareja son posibles al igual que necesarios.

Desarrollo:

Se inicia la sesión leyéndoles a las participantes un cuento para niños donde Eric Carl (2005), quien titula este libro Don Caballito de Mar, cuenta la historia de un caballito de mar que gozaba al explorar el océano, al divertirse con sus amigos y al hacer sus labores propias y las labores del hogar. Un caballito que también era padre y que disfrutaba responsabilizándose de sus crías, al igual que otras especies en el reino animal en las que el macho es el que se dedica al cuidado de los huevos que las hembras han puesto. Un cuento que plasma la imagen de la masculinidad y de la paternidad como un ejemplo positivo que confirma como las responsabilidades en la familia y en la pareja deben ser compartidas, tanto para la crianza y la educación de los hijos e hijas, como para la realización de las labores del hogar. Una historia que reafirma que no solo la madre y mujer debe ser la responsable de todo en el hogar, sino que es posible compartir obligaciones y así hacer la vida en pareja justa, enriquecedora, basada en el respeto y la cooperación. Se elige este cuento porque es una historia que las mujeres y participantes de los talleres pueden contar posteriormente a sus hijos y a sus hijas para enseñarles de forma lúdica y a temprana edad a comenzar a crear conciencia sobre la importancia de la colaboración, el respeto y la ayuda en cualquier relación y sobretodo en la pareja y que tanto los hombres como las

mujeres son capaces de realizar labores en el hogar, criar y educar para el beneficio propio y el de su familia. Es además un cuento que ha sido escrito originalmente en inglés y que se encuentra en casi todos los salones de clases y las bibliotecas públicas de la ciudad de Boston. Un libro al que los niños y las niñas tienen acceso y mediante el cual además pueden reforzar los conocimientos del idioma inglés y enseñarlo a sus padres facilitando de igual manera la inclusión a través del aprendizaje del idioma local.

Una vez que la historia es leída se hace una reflexión sobre la importancia de la igualdad, el respeto, la comunicación y la colaboración entre géneros haciendo hincapié en la relaciones familiares y de pareja. Posteriormente se les pide a las participantes que enlisten las características del caballito de mar que desean diseñar, características que fomenten la igualdad, la cooperación, en entendimiento y el respeto entre ambos sexos y en la relación de pareja. Ya que tienes su listado se les pide que pinten sobre un lienzo de tela o uno de papel su caballito de mar. Cuando la consigna es terminada, se propone que para la puesta en común, coloquen juntas las obras y cada una de las participantes compartan 3 características del caballito de mar que han diseñado, características que consideran necesarias para conseguir tener una relación basada en la comprensión, la igualdad y el respeto entre ambos sexos y su relación de pareja.

Duración de la consigna: 4 horas.

Fotografías:



Figura 180. Rodrigo



Figura 181. Felipe



Figura 182. Antonio



Figura 183. Juan



Figura 184. C.J.



Figura 185. Luis



Figura 186. Pelagio



Figura 187. Rigo



Figura 188. David

Figuras 180-188. Conjunto de fotografías que muestran obras realizadas en la consigna titulada: *Don caballito de mar.* Obras creadas por las participantes para representar e ese compañero sentimental, esposo o pareja que desean tener. Una persona respetuosa, responsable, amorosa y que desee involucrarse en la vida de sus hijos e hijas al igual que en la de su pareja o esposa. Obras plasmadas sobre lienzos de papel utilizando la técnica mixta con pinturas acrílicas, temperas, metálicas, rotuladores, ceras de colores, lápices de colores y el collage. Fotografías de la investigadora.

6.4.3.7 Séptima propuesta: Estrategias para el manejo y control de la ira.

Título: *Estrategias para el manejo y control de la ira.*

Contenido:

Esta consigna propone la elaboración de una obra individual en la cual las participantes de los talleres podrán plasmarlas estrategias que proponen para manejar y controlar la ira. Consigna que les permitirá recordar que la ira al igual que cualquier otro sentimiento debe ser expresada y no reprimida, siempre y cuando se sepa controlar antes de que esta tome el

control de sus vidas y afecte a los que las rodean al igual que a ellas mismas. Podrán también reconocer los beneficios que el manejo y control de este sentimiento trae a las relaciones interpersonales, a la resolución de conflictos, al igual que al nivel de eficacia de la comunicación, la integración y la socialización.

Podrán planear, diseñar y construir, a través del arte, su paquete de herramientas que les ayudara a optimizar el manejo y control de su ira.

Técnicas y materiales:

La técnica utilizada para esta consigna ha sido la técnica mixta de pintura y dibujo. Los materiales usados han sido: la pintura témpera, los rotuladores permanentes, pinceles, lápices de colores, ceras de colores y esponjas.

Objetivos específicos para las participantes:

- Reconocer la importancia de expresar todos los sentimientos aunque algunos parezcan prohibidos.
- Reconocer que la ira debe ser expresada como cualquier otro sentimiento y nunca reprimida.
- Reconocer que la objetividad y la racionalidad favorecen el manejo y el control de la ira de forma saludable.
- Reconocer que al aprender a manejar y a controlar la ira se logra a su vez mejorar las relaciones interpersonales, los niveles de comunicación y de socialización.

Desarrollo:

Se inicia la sesión hablando de la importancia de la expresión de los sentimientos. Se hace hincapié en que todos los sentimientos son positivos, y que la ira no es una excepción, por lo tanto al igual que los otros debe expresarse. El manejo y el control de este sentimiento es a su vez necesario ya que cuando la ira controla al ser humano la racionalidad, la objetividad, la paciencia, la empatía y la tolerancia desaparecen a su vez

aflorando comportamientos destructivos y violentos que perjudicaran a quien la está sintiendo y a los que lo rodean.

Posteriormente se invita a las participantes a que enlisten las estrategias que ellas suelen utilizar para expresar su ira manejándola y controlándola. Las participantes enlistan actividades, lugares y personas que las ayudan a mantener la calma y el control de ellas mismas cuando la ira surge en sus vidas.

Ya con estas estrategias enlistadas se les pide que procedan a plasmarlas de forma gráfica. Cada una de las participantes utiliza un lienzo de papel y el resto de los materiales de arte para plasmar sus estrategias para el manejo y el control de la ira.

Ya finalizada la consigan y para la puesta en común ponen sus obras juntas y cada una comparte sus estrategias con el resto del grupo.

Duración de la consigna: 4 horas.

Fotografías:



Figura 189. En control II



Figura 190. Planeación



Figura 191. Reflexionando



Figura 192. Mi creación



Figura 193. En control II



Figura 194. Nicki en control



Figura 195. Yes I can



Figura 196. Respeto y control

Figuras 189-196. Conjunto de fotografías que muestran fragmentos del proceso creador y algunas de las obras realizadas durante la consigna titulada: Algo que nos caracteriza. Obras grupales creadas por las participantes de este taller para representar a tres de las cualidades que les caracterizan acorde a ellas mismas: Saber amar, querer cuidado y ser resilientes. Fotografías de la investigadora.

6.4.3.8 Octava propuesta: La caída.

Título: *La caída.*

Contenido:

Esta consigna propone la representación de una caída, emocional en este caso, y para las participantes de los talleres, ese momento específico en el que ellas se dan cuenta de la situación en la que están, tocan fondo, se rinden y piden ayuda.

A través de las actividades que conforman esta consigna ellas podrán autoevaluarse para después expresar sus experiencias, identificar los sentimientos que sintieron y compartir como los vivieron y si les fue posible expresarlos. Podrán también sentir empatía por ellas mismas y por las demás compañeras. No se sentirán solas ya que conseguirán escuchar y ver las historias de otras participantes las cuales sufren del mismo mal.

Este proyecto será individual, ya que es muy intenso, revelador y doloroso, pero a su vez liberador. Será una obra que marcará de forma gráfica y simbólica el fin de esa agonía que la violencia hereda y el comienzo de una nueva vida. Durante el proceso creador tendrán la oportunidad de comunicar, descargar emociones negativas, aligerar su bagaje emocional, compartir y reconocer que han hecho algo muy importante al aceptar su situación y tener el valor y la valentía de dar inicio a su recuperación.

Técnica y materiales:

La técnica mixta con pintura y dibujo ha sido utilizada para esta consigna. Los materiales usados han sido: pinturas acrílicas, pintura témpera, pinceles, rotuladores de colores, ceras de colores, lápices de colores y esponjas.

Objetivos específicos para las participantes:

- Expresar sus experiencias con la violencia de forma gráfica o verbal.
- Aceptar su situación y crear un plan para su recuperación.
- Reconocer que no son las únicas mujeres que están pasando por esta situación.
- Reconocer y validar los recursos y las herramientas que están a su disposición para su recuperación.
- No sentir culpa ni vergüenza.
- Consultar, preguntar y pedir ayuda

Desarrollo:

Para dar inicio a la sesión se les pregunta a las participantes como fue que se sintieron cuando llegaron a vivir al refugio de emergencia confidencial *Renewal House*, lugar donde se ellas aun residen. La mayoría de las participantes coincidió en que sintieron como si cayeran al vacío o como si murieran, y que esto no era porque se sintieran inseguras en este lugar sino porque ahora si sabían y entendían que habían sido abusadas por sus compañeros sentimentales o esposos, que habían sido víctimas de la violencia de género y sus hijos e hijas de la violencia intrafamiliar. Argumentaban que al llegar al refugio y al haber hablado con la trabajadora social y la psicoterapeuta, quienes les explicaron su situación, fue que se sintieron devastadas porque les había pasado lo que nunca habían deseado vivir. Además el sentir que tenía que estar escondidas por su bien y el de sus hijos e hijas, le aterraba y las hacía sentir muertas en vida. Fue entonces que utilizamos los ordenadores para buscar obras de arte que representaran la caída o la

muerte. Ellas eligieron la obra de *Henri Matisse* titulada *La caída de Ícaro* pintada en estilo *Fauvista* y en 1943. Ellas mismas decidieron buscar en internet más sobre la historia de Ícaro y descubrir que era lo que la obra deseaba representar. Así fue como llegaron a la conclusión de que querían utilizar esa obra para representar su caída y la muerte de esa otra persona que fue maltratada y abusada para marcar así, con la realización de esta obra, el inicio a una nueva vida. Esta fue una sesión muy intensa en la que las participantes trabajaron de forma grupal pero también de forma individual ya que una vez que decidieron que obra deseaban representar cada una dibujo su propia representación de *La caída de Ícaro* porque ellas argumentaban que cada una había vivido situaciones distintas dentro de su relación aunque todas hubieran sido víctimas de la violencia. Al finalizar la consigna cada una de las participantes compartió su obra y conto un poco de su historia. Para dar fin a la sesión se les dio a cada una de las participantes una de las participantes una lista impresa de páginas web y de blogs donde ellas podían encontrar información, *chat-rooms* y números de *hot-lines* donde las 24 horas se ofrece apoyo a mujeres que están pasando por situaciones similares.

Duración de la consigna: 4 horas.

Fotografías:

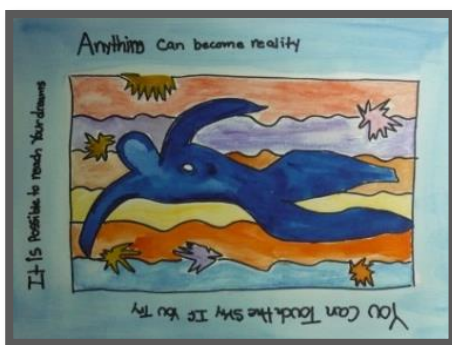


Figura 197. Renaciendo



Figura 198. Muriendo lento



Figura 199. Muerte con dolor



Figura 200. La caída



Figura 201. Levitando



Figura 202. Estoy muerta



Figura 203. The Death

Figuras 197-203. Conjunto de fotografías que muestran fragmentos del proceso creador y algunas de las obras realizadas durante la consigna titulada: Algo que nos caracteriza. Obras grupales creadas por las participantes de este taller para representar a tres de las cualidades que les caracterizan acorde a ellas mismas: Saber amar, querer cuidado y ser resilientes. Fotografías de la investigadora.

6.4.3.9 Novena propuesta: Algo de lo que nos caracteriza.

Título: *Algo de lo que nos caracteriza.*

Contenido:

Para esta consigna se propone la elaboración de una obra grupal, en la que las participantes trabajaran en varios equipos, para crear obras en las que plasmen las cualidades que las caracterizan. Tendrán a la hora de planear, diseñar y crear sus obras la oportunidad de fortalecer su autoestima y su identidad positiva, mientras reconocen sus cualidades. Trabajando en equipo tendrán la oportunidad de tomar decisiones, resolverán conflictos, llevaran a cabo una planeación, valorizar ideas y contribuciones, hacer uso de uso autocontrol de ellas mismas, de la tolerancia y la paciencia además de integrarse, socializar y cooperar una con otras.

Técnica y materiales:

La técnica mixta de pintura y collage se utilizó para esta consigna. Los materiales utilizados han sido: pinturas en *spray*, pinceles, esponjas, variados objetos plásticos, pegamento de silicona, tijeras, cinta y pintura acrílica.

Objetivos específicos para las participantes:

- Reconocer la importancia de autovalorarse.
- Autoaceptarse de forma incondicional.
- Potenciar las habilidades.
- Enfocarse en lo que es posible cambiar o mejorar de uno mismo.
- Ser realista y optimista.

Desarrollo:

Al iniciar esta sesión se les invitó a las participantes a que hicieran un listado de todas las características que las representan y sobre todo aquellas que han descubierto a lo largo de los talleres. Posteriormente con la ayuda de la arteterapeuta las participantes hicieron un listado de las características que consideraban las identificaban. Juntas llegaron a la conclusión de que estas cualidades era: la resiliencia, el amor que tenían para dar además de las ganas y el deseo de cuidar de ellas y de las personas que amaban. Ya con las características establecidas la arteterapeuta puso sobre la mesa variados objetos y les invitó a que eligieran los que para ellas podrían representar esas tres cualidades, que se simplificarían en: resiliencia, cuidado y amor. Se dividió el grupo en tres equipos y cada uno eligió la característica que quería representar. Ya que cada uno de los equipos tenía el tema sobre el cual trabajaría y los objetos que utilizarían para representarlo procedieron a elegir el color a utilizar. Seguidamente se invitó a las participantes a que pegaran todos los objetos sobre un lienzo de tela con la ayuda de pegamento caliente de silicona. Una vez que los tres equipos tenían su composición lista y pegada se les invito a salir al patio

del refugio para pintar su obra con pintura en *spray* además de pinturas acrílicas y rotuladores si así lo deseaban. Cada equipo con el color que previamente eligieron procedieron a pintar y dar así fin a su consigna. Mientras las obras secaban se inició la observación y posteriormente cada equipo compartió como se sintieron a través del proceso de la creación de su obra, explicaron a su vez porque eligieron los elementos que la componen el significado de estos y por último el significado del color que le dieron a su obra. Estas tres obras fueron posteriormente expuestas en un banco de la localidad que monto una exhibición de arte para beneficios de los refugios y las casas de acogida que asisten y ayudan a víctimas y sobrevivientes de distintos tipos de violencia.

Duración de la consigna: 4 horas.

Fotografías:



Figura 204. Resiliencia



Figura 205. Determinación



Figura 206. Creatividad



Figura 207. Paciencia

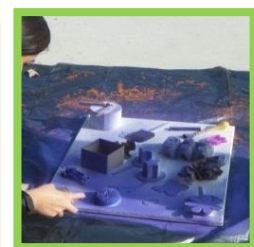


Figura 208. Fuerza



Figura 209. Dedicación



Figura 210. Amor

Figuras 204-2010. Conjunto de fotografías que muestran fragmentos del proceso creador y algunas de las obras realizadas durante la consigna titulada: Algo que nos caracteriza. Obras grupales creadas por las participantes de este taller para representar a tres de las cualidades que les caracterizan acorde a ellas mismas: Saber amar, querer cuidar y ser resilientes. Fotografías de la investigadora.

Capítulo 7

Análisis e interpretación de resultados



Figura 211. Lienzo de tela pintado utilizando la técnica mixta, con pinturas acrílicas, témperas y rotuladores para tela. Obra mediante la cual su autora representa a una mujer en busca de la paz. Fotografía de la investigadora.

Capítulo 7 Análisis e interpretación de resultados

Fueron varios los datos que se recopilaron para elaborar esta investigación, los cuales han sido analizados para la elaboración de las gráficas que se presentan más adelante con algunos de los resultados obtenidos de esta investigación. Datos que fueron compilados antes de dar inicio a los talleres, durante el desarrollo de los mismos, y al finalizar cada uno de sus ciclos.

Análisis de datos recolectados previamente al inicio de los talleres

Estos datos compilados con antelación al inicio de los talleres, propiciaron el mejor entendimiento del contexto del colectivo con el que se trabajó, del mismo modo que de los lugares que acogieron los talleres. A su vez enriqueció y facilitó el diseño, planeación y adaptación de los talleres a las necesidades actuales del grupo de mujeres con el que se trabajó específicamente, en cada uno de los lugares donde fueron impartidos.

La recolección de datos fue posible a través de la realización de encuestas, cuestionarios y entrevistas, dirigidos a las mujeres que decidieron participar en estos talleres de forma voluntaria, al igual que a los directivos y al personal de cada uno de los lugares que acogieron el proyecto y brindaron el espacio para que se llevaran a cabo los talleres; asimismo, de la observación directa e indirecta, de la toma de fotografías y de las visitas de campo realizadas por la arteterapeuta, a los barrios, las comunidades y a cada uno de los lugares donde las participantes vivían, trabajaban, estudiaban y pasaban sus momentos de ocio; elementos que proporcionaron la información para elaborar las siguientes gráficas.

La gráfica circular que se muestra a continuación, refleja las edades de las participantes, las cuales se contabilizaron mediante las encuestas iniciales, los formatos de inscripción y los contratos de compromiso. Estos datos se recopilaron con el objetivo de adaptar las consignas y las actividades, a los gustos, habilidades y valores de las participantes, según el rango de edad al que pertenecen.

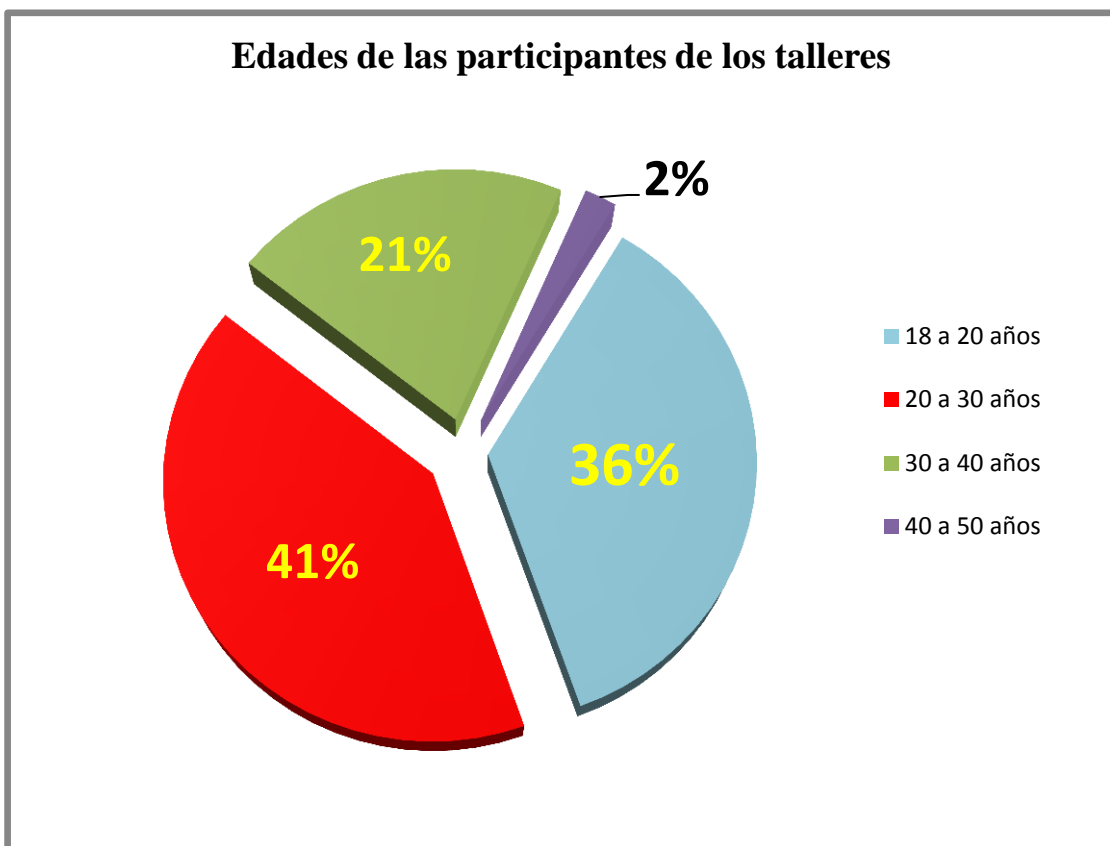


Figura 212. Gráfica circular con las edades de las participantes de los talleres. Gráfico de la investigadora.

La gráfica de barras que se presenta a continuación, refleja las características generales de las mujeres que participaron en estos talleres de arteterapia para la prevención de la violencia. Dichas características son mostradas en porcentajes, pues contribuyen al entendimiento de su situación y de sus carencias, y ayudan a diseñar los talleres en consonancia con esas necesidades reales y actuales. La información que se utilizó para elaborar esta gráfica, fue recopilada a través de la aplicación de cuestionarios, la

realización de entrevistas y la elaboración de encuestas, las cuales fueron consumadas previamente al inicio de los talleres.

Características generales de las participantes de los talleres

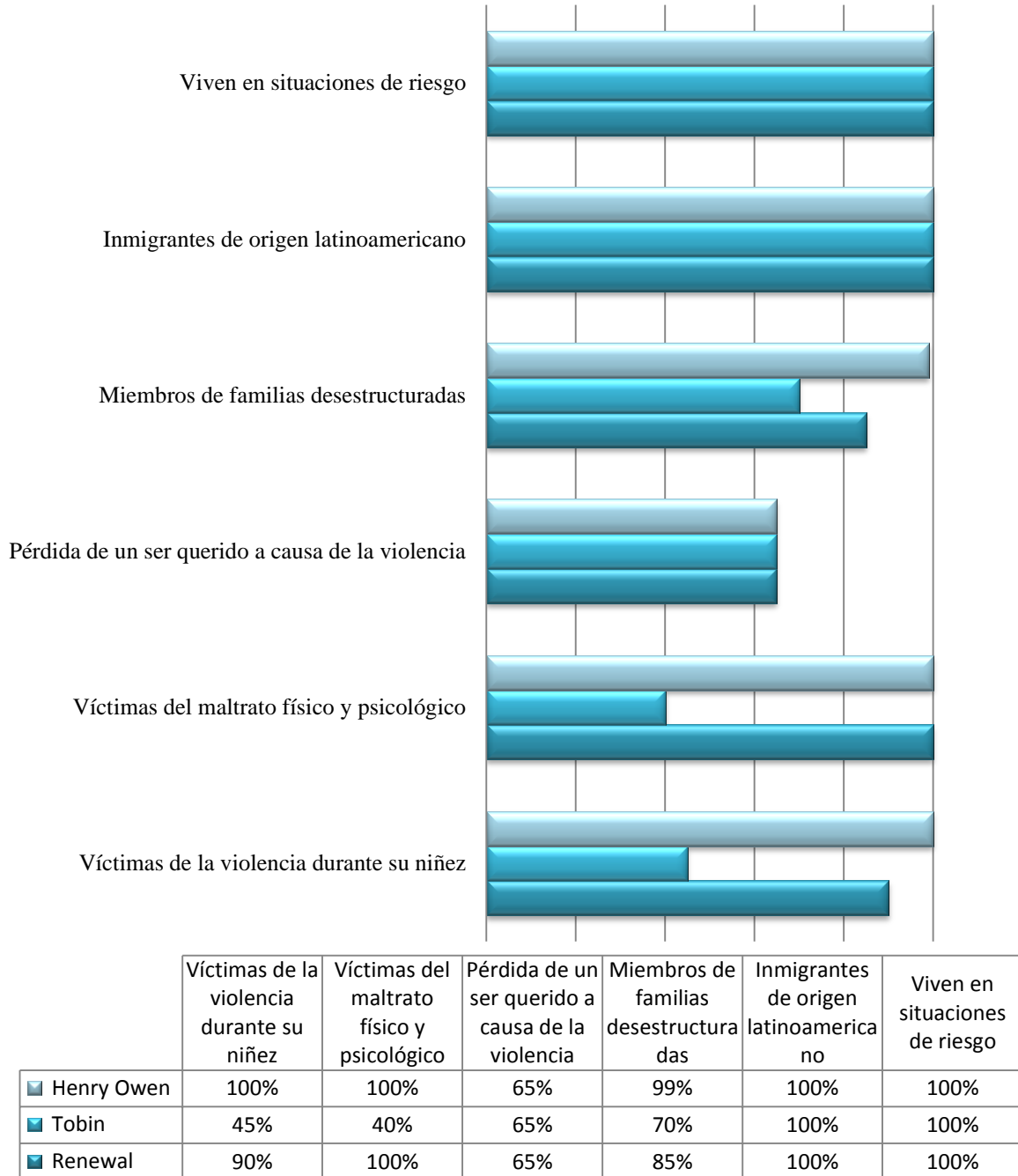


Figura 213. Gráfica de barras con las características generales de las participantes de los talleres. Gráfico de la investigadora.

La gráfica de barras siguiente, refleja las nacionalidades de las mujeres que participaron en los talleres; datos que fueron de gran utilidad para entender sus costumbres, sus valores, y las variaciones de la terminología que utilizan en cada país para expresarse de forma verbal.

Países de origen de las participantes de los talleres

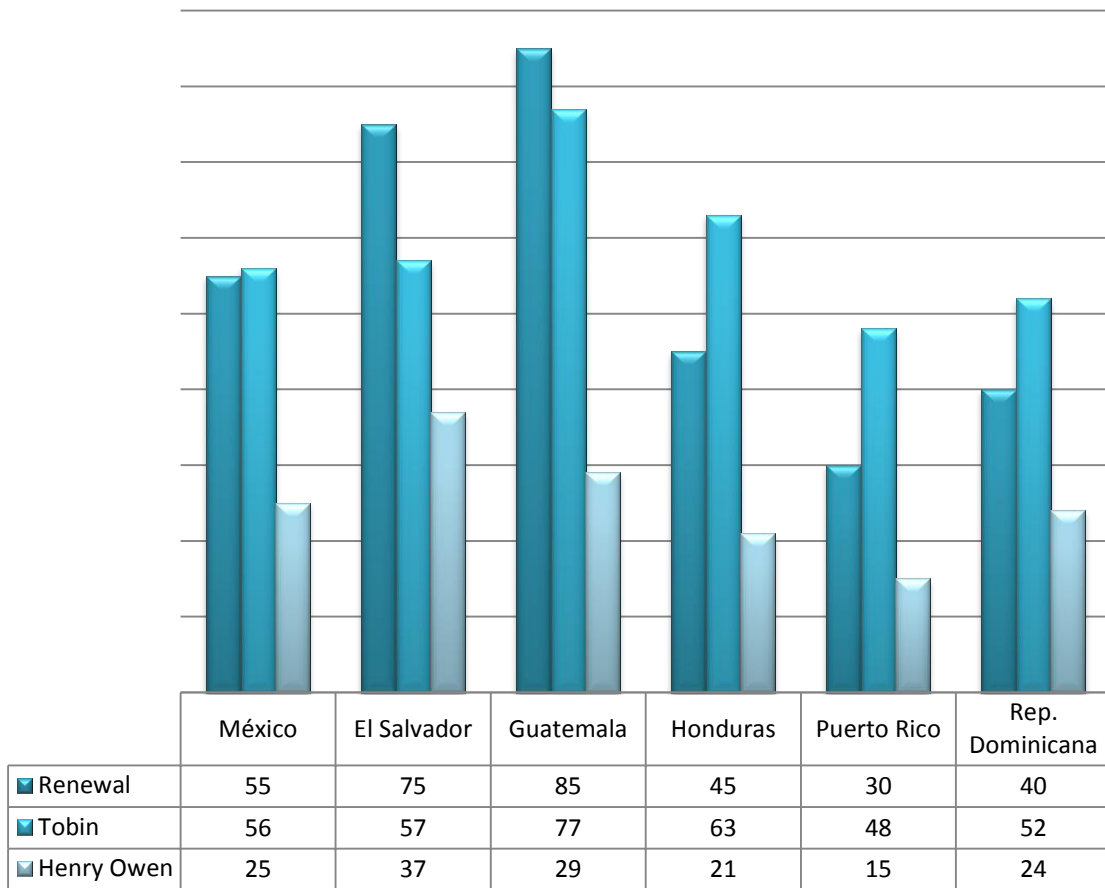


Figura 214. Gráfica de barras con los países de origen de las participantes de los talleres. Gráfico de la investigadora.

La siguiente gráfica de cilindros, refleja los tipos de maltrato de los cuales han sido víctimas las mujeres que han participado en los talleres. Estos datos ayudaron a comprender mejor la situación de cada una de las participantes, para así poder adaptar las intervenciones, las actividades y las consignas, a sus necesidades específicas.

Tipos de maltrato a los cuales las participantes de los talleres han sido expuestas

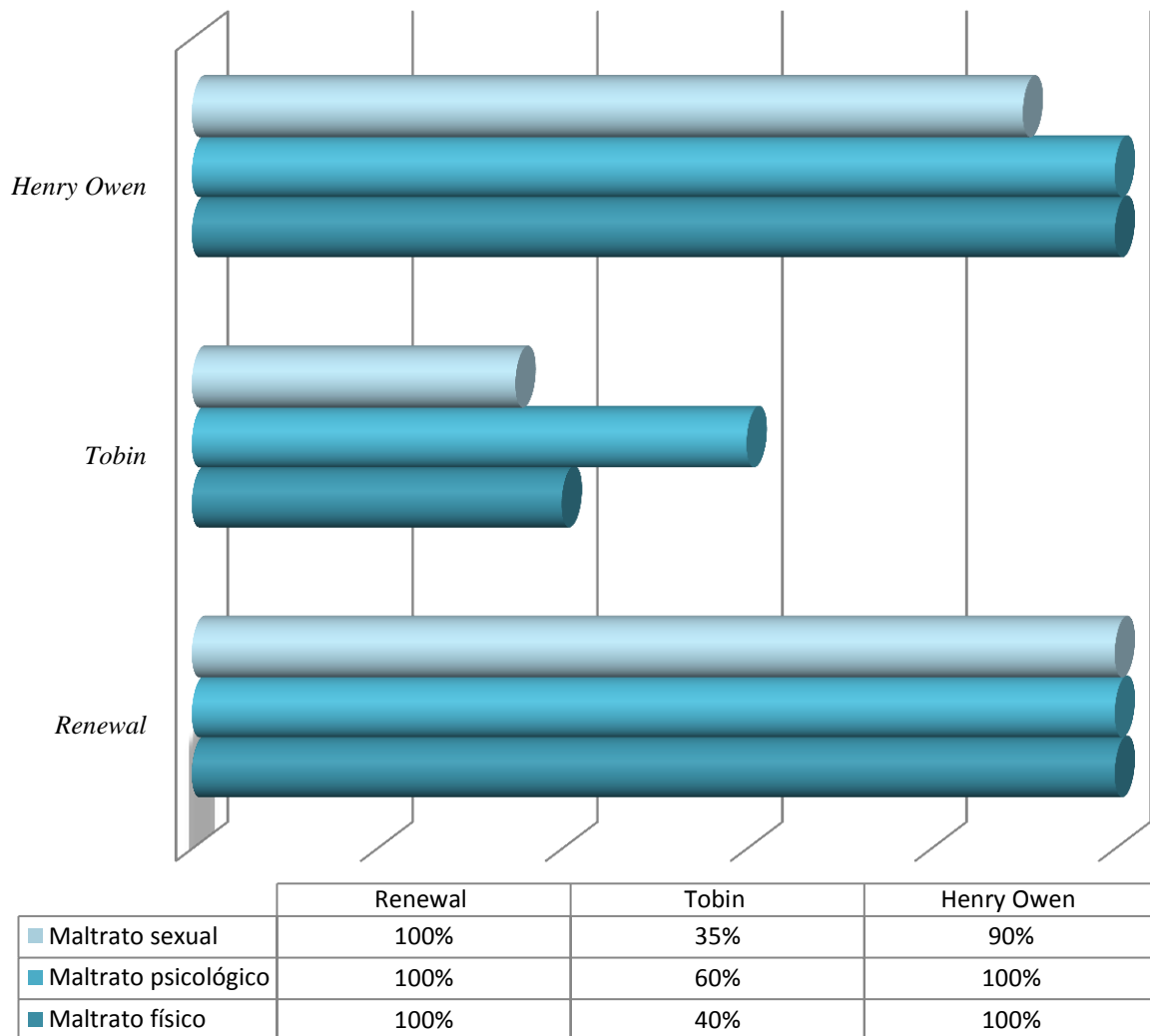


Figura 215. Gráfica de cilindros con los tipos de maltrato de los cuales las participantes de los talleres han sido víctimas. Gráfico de la investigadora.

La gráfica circular que se muestra a continuación, refleja el tipo de violencia de la que han sido víctimas las participantes de los talleres. Estos antecedentes se obtuvieron mediante la aplicación de encuestas, entrevistas y cuestionarios realizados antes del inicio de los talleres; información que a su vez fomentó una mejor comprensión de la situación de las participantes, para así poder elegir de forma adecuada, tanto las intervenciones como las consignas, y las actividades para cada uno de los talleres.

Tipo de violencia de la que han sido víctimas las participantes de los talleres

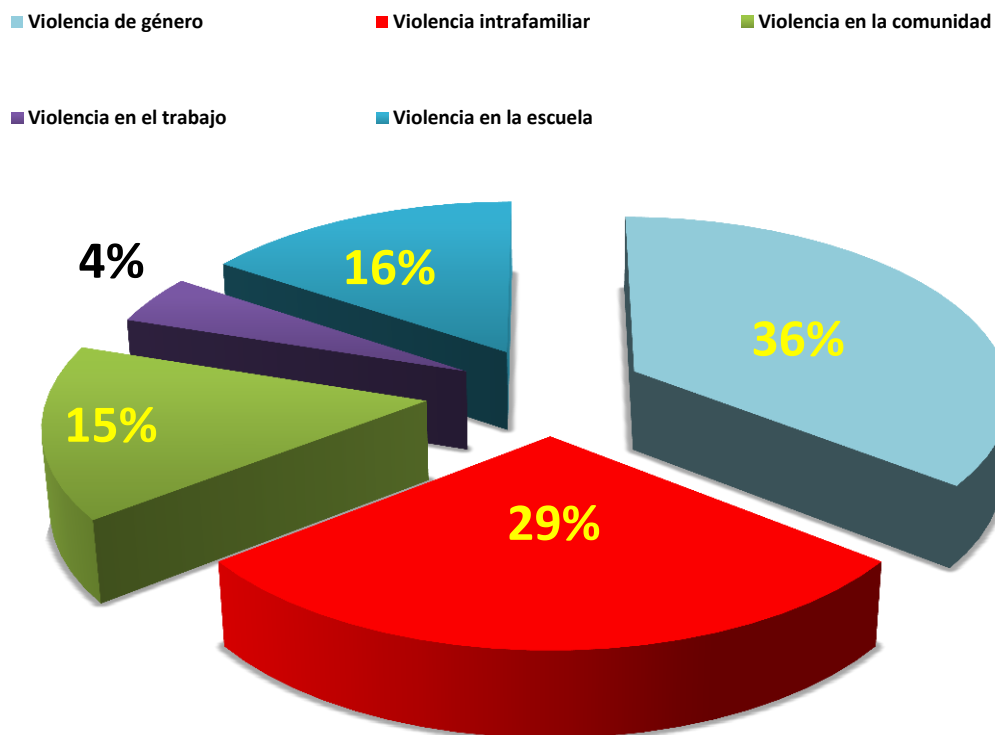


Figura 216. Gráfica circular con los tipos de violencia de los cuales han sido víctimas las participantes de los talleres. Gráfico de la investigadora.

A continuación se exhibe una gráfica de barras, que refleja en porcentajes, el diagnóstico que las participantes de los talleres presentaron previamente al inicio de estos. Dichos diagnósticos les fueron facilitados por sus psicoterapeutas, quienes a su vez les recomendaron que participaran en estos talleres grupales de arteterapia para la prevención de la violencia. Los datos que se presentan en esta gráfica de barras fueron tomados directamente de estos diagnósticos, los cuales fueron proporcionados a la arteterapeuta a través de reuniones y entrevistas con los/las psicoterapeutas que trabajaban en *WSHC* y en los lugares donde se ofrecieron estos talleres.

Diagnóstico de las participantes de los talleres al inicio de la investigación

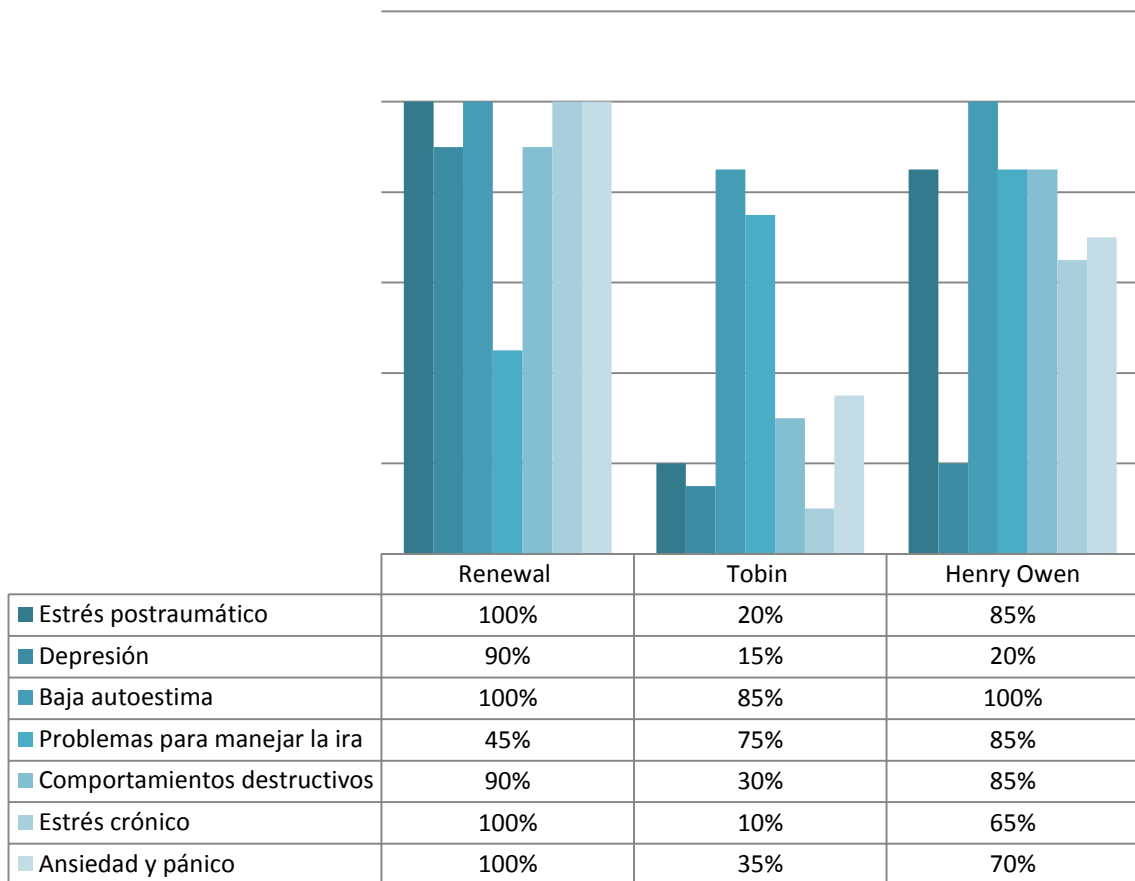


Figura 217. Gráfica de barras con los diagnósticos de las participantes de los talleres, proporcionados al inicio de los mismos, por los profesionales de la salud mental que laboraban en los lugares donde se realizaron. Gráfico de la investigadora.

Análisis de los datos recolectados durante el desarrollo de los talleres

Una vez que los talleres se diseñaron y se comenzaron a ofrecer, se recolectaron datos que fueron compilados y analizados, a fin de medir el impacto positivo y los desafíos que los talleres estaban prometiendo, tanto a las participantes como a los lugares donde fueron ofrecidos. Se hicieron reportes terapéuticos en cada una de las sesiones, se llevaron a cabo observaciones directas e indirectas, se realizaron entrevistas a las participantes al igual que a los directivos y al personal de los lugares donde los talleres fueron ofrecidos, además de haber tomado fotografías durante cada una de las sesiones y de las obras finales; y así se hizo posible recopilar la información que está reflejada en las gráficas siguientes.

En la gráfica de barras que se presenta a continuación, se reflejan, en porcentajes, las razones por las cuales las participantes decidieron incursionar en los talleres de arteterapia para la prevención de la violencia, relacionados con esta investigación. Razones comunes que develaron a través de entrevistas, encuestas y cuestionarios que se les aplicaron y se les hicieron durante el ciclo de talleres, con el fin de ir evaluando sus necesidades y poder ir readaptando el programa para tratar de cubrir el mayor número de sus requerimientos.

Razones por las cuales las participantes deciden asistir a los talleres de arteterapia

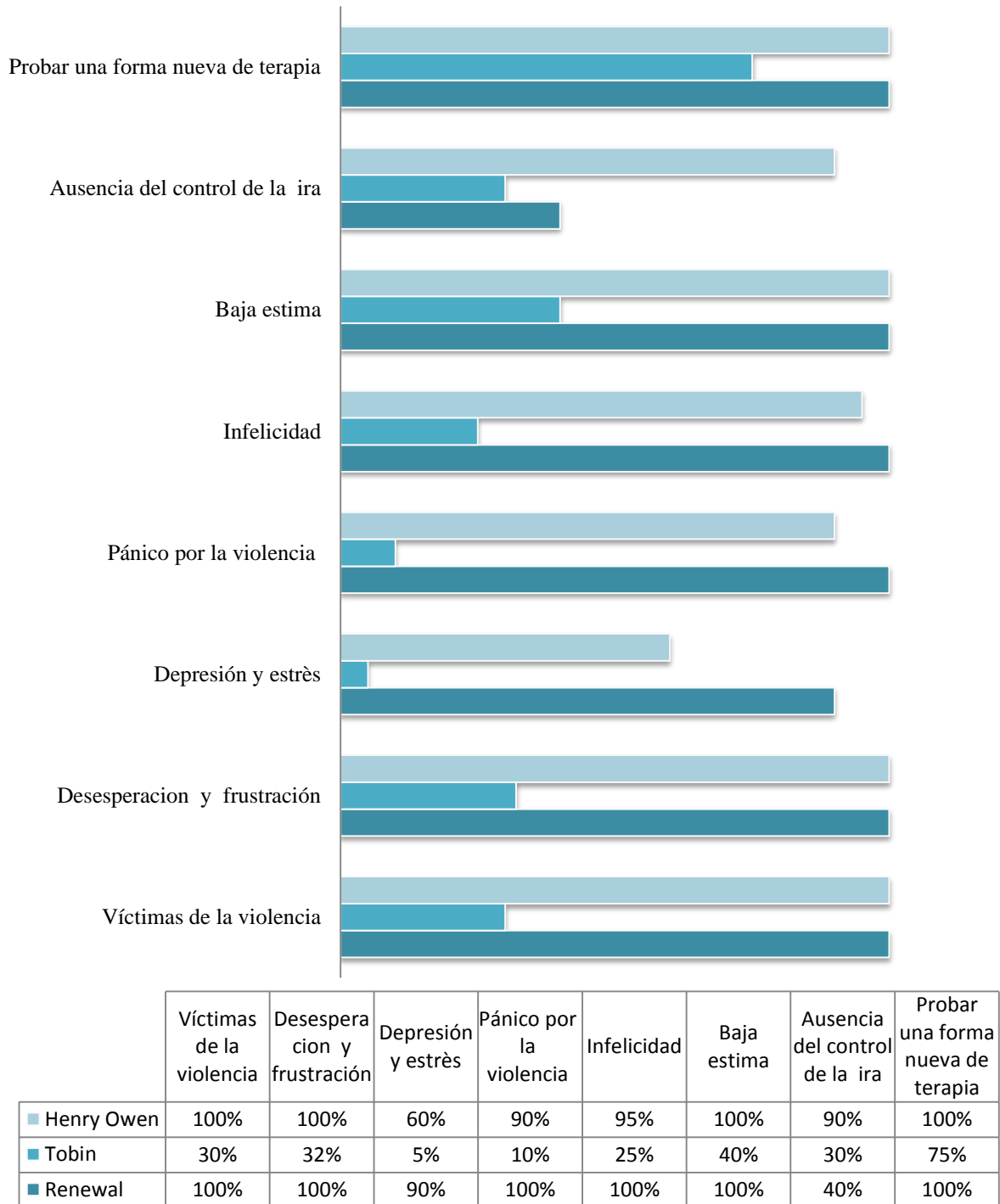
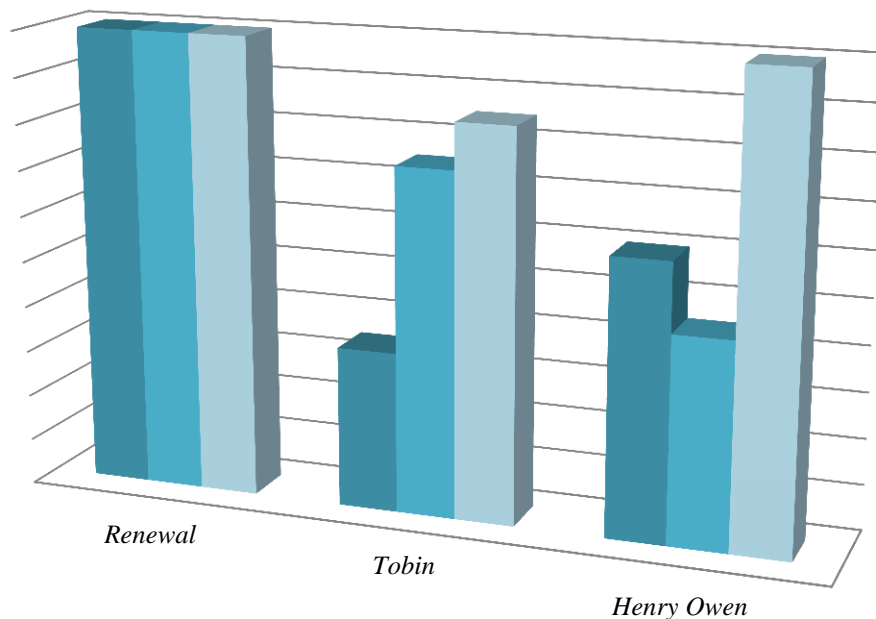


Figura 218. Gráfica de barras con las razones por las cuales las participantes deciden asistir a los talleres de arteterapia. Gráfico de la investigadora.

La siguiente gráfica de columnas, refleja, en porcentajes, las estrategias para la prevención de la violencia que las participantes de los talleres de la escuela alternativa *Henry Owen School*, del refugio de emergencia confidencial *Renewal House* y del centro comunitario *Tobin Community Center*, desean y prefieren aprender. Estos datos fueron arrojados por encuestas, entrevistas y observación directa que se realizaron durante cada uno de los ciclos de talleres.

Estrategias para la prevención de la violencia que desean aprender las participantes de los talleres



	Renewal	Tobin	Henry Owen
■ Control de la ira	100%	35%	60%
■ Resolución de conflictos	100%	75%	45%
■ Fortalecimiento de la autoestima	100%	85%	100%

Figura 219. Gráfica de columnas con las estrategias para la prevención de la violencia, que desean aprender, las participantes de los talleres. Gráfico de la investigadora.

Análisis de datos recolectados al finalizar el ciclo de talleres

La recopilación de datos efectuada al finalizar cada uno de los ciclos de talleres, se llevó a cabo a través de aplicaciones de encuestas finales, tanto a las participantes como a los directivos y al personal de los lugares donde aquellos se ofrecieron. La arteterapeuta, además hizo reportes informativos, que reflejaban el desarrollo de todas las consignas realizadas dentro de los ciclos de talleres, con la finalidad de que los lugares y las personas que colaboraron, tanto de forma monetaria como proporcionando el espacio donde se desarrollaron los talleres, o con su cooperación, estuvieran informados de los logros y de los desafíos que fueron recibidos durante los ciclos de talleres. También se realizaron exhibiciones de arte públicas al final de cada uno de los ciclos de talleres, donde se invitaba a los visitantes a que dejaran su testimonio por escrito acerca del impacto que las obras de las participantes y su mensaje, les había causado. Al analizar todos estos recursos, se hizo posible medir la efectividad y los beneficios de los talleres para sus participantes. Los datos al igual sirvieron de retroalimentación para que la arteterapeuta pudiera readaptar los talleres para las necesidades de las participantes del ciclo siguiente. El análisis de todos los datos recolectados, tanto en lo referente a los temas, al contexto y al colectivo con el que se trabajó en esta investigación, contribuyó a la elaboración de las conclusiones y de las aportaciones, al mismo tiempo que coadyuvó a obtener una variedad de ideas para la investigación futura que la arteterapeuta planea realizar. Durante este período de recolección de datos finales, se aplicaron evaluaciones a las participantes de los talleres, a los directivos y al personal de los lugares que los acogieron, con la finalidad de saber cuáles fueron los beneficios que obtuvieron de estos, y las dificultades y los retos con los que se enfrentaron, para lograr así, mejorar y enriquecer los talleres, en un futuro.

La gráfica de pirámides que a continuación se exhibe, refleja el número total de las participantes de los talleres, durante la realización de esta investigación.

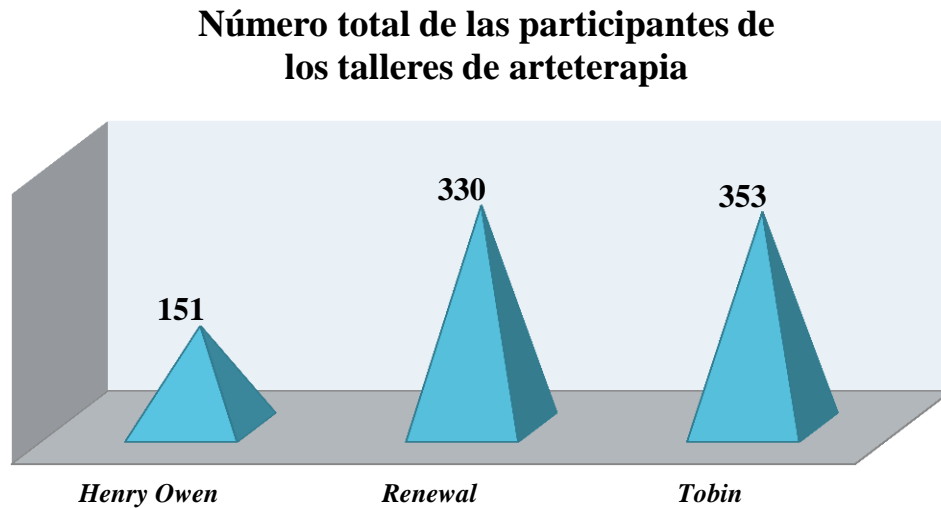


Figura 220. Gráfica de pirámides con el número total de participantes de los talleres de arteterapia. Gráfico de la investigadora.

La gráfica de barras mostrada a continuación, refleja el número de talleres de arteterapia que fueron realizados anualmente para esta investigación doctoral.

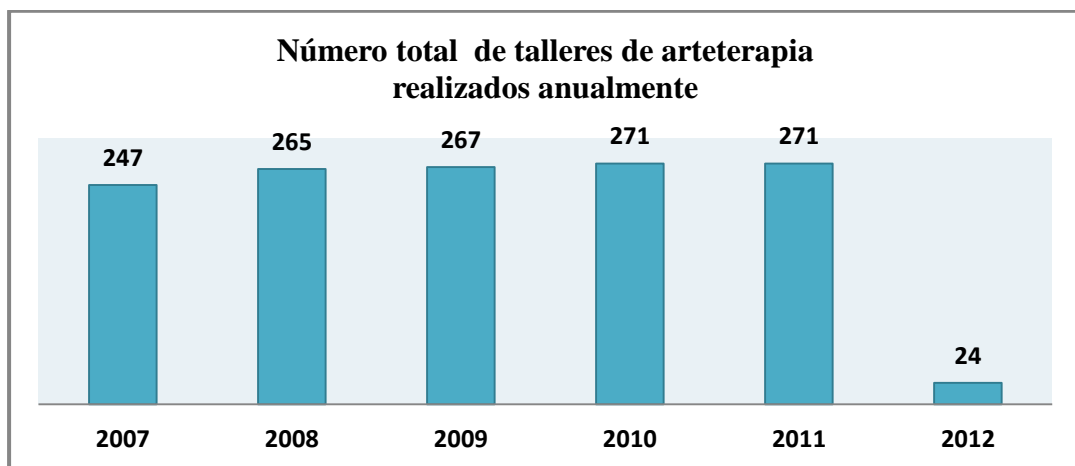


Figura 221. Gráfica de barras con el número total de talleres de arteterapia realizados anualmente. Gráfico de la investigadora.

La siguiente gráfica de columnas, refleja el número de talleres que se ofrecieron anualmente en cada uno de los lugares donde se trabajó para esta investigación.

Número de talleres ofrecidos anualmente en cada uno de los lugares donde se trabajó para esta investigación.

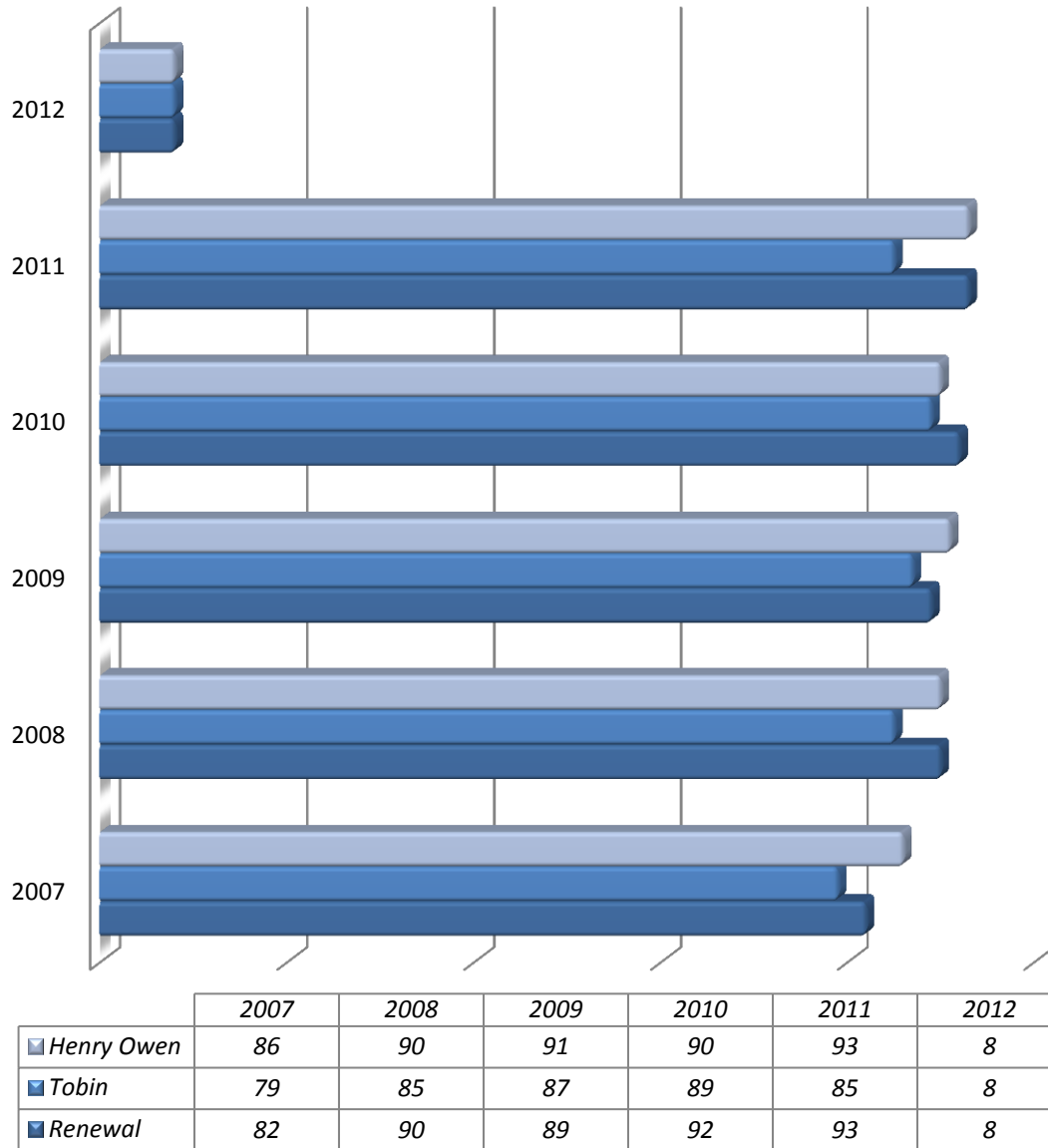


Figura 222. Gráfica de columnas con el número de talleres ofrecidos anualmente en cada uno de los lugares donde se trabajó para esta investigación. Gráfico de la investigadora.

Las gráficas de líneas que se muestran a continuación, reflejan los beneficios obtenidos por las participantes de los talleres en el refugio de emergencia confidencial *Renewal House*, en el centro comunitario *Tobin Community Center* y en la escuela alternativa *Henry Owen*

School, de acuerdo con los reportes que los directivos y el personal del lugar ofrecieron a la investigadora.

Beneficios obtenidos de los talleres de arteterapia por sus participantes en el refugio confidencial *Renewal House*, reportados por los directivos y el personal del lugar

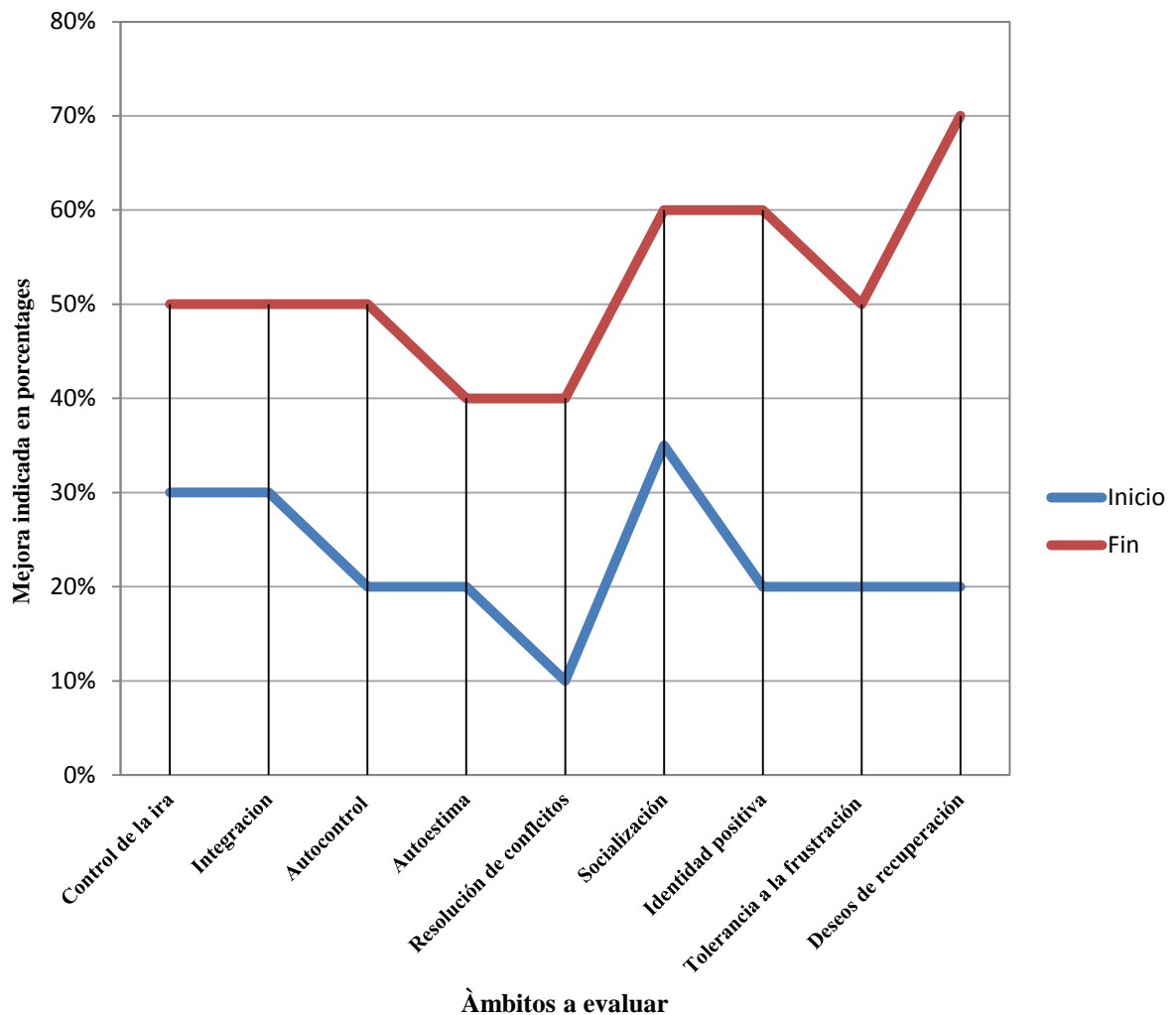


Figura 223. Gráfica de líneas con los beneficios obtenidos de los talleres por sus participantes en el refugio confidencial *Renewal House*, reportados por los directivos y el personal del lugar. Gráfico de la investigadora.

Beneficios obtenidos de los talleres de arteterapia por sus participantes en el centro comunitario *Tobin Community Center* reportados por los directivos y el personal del lugar

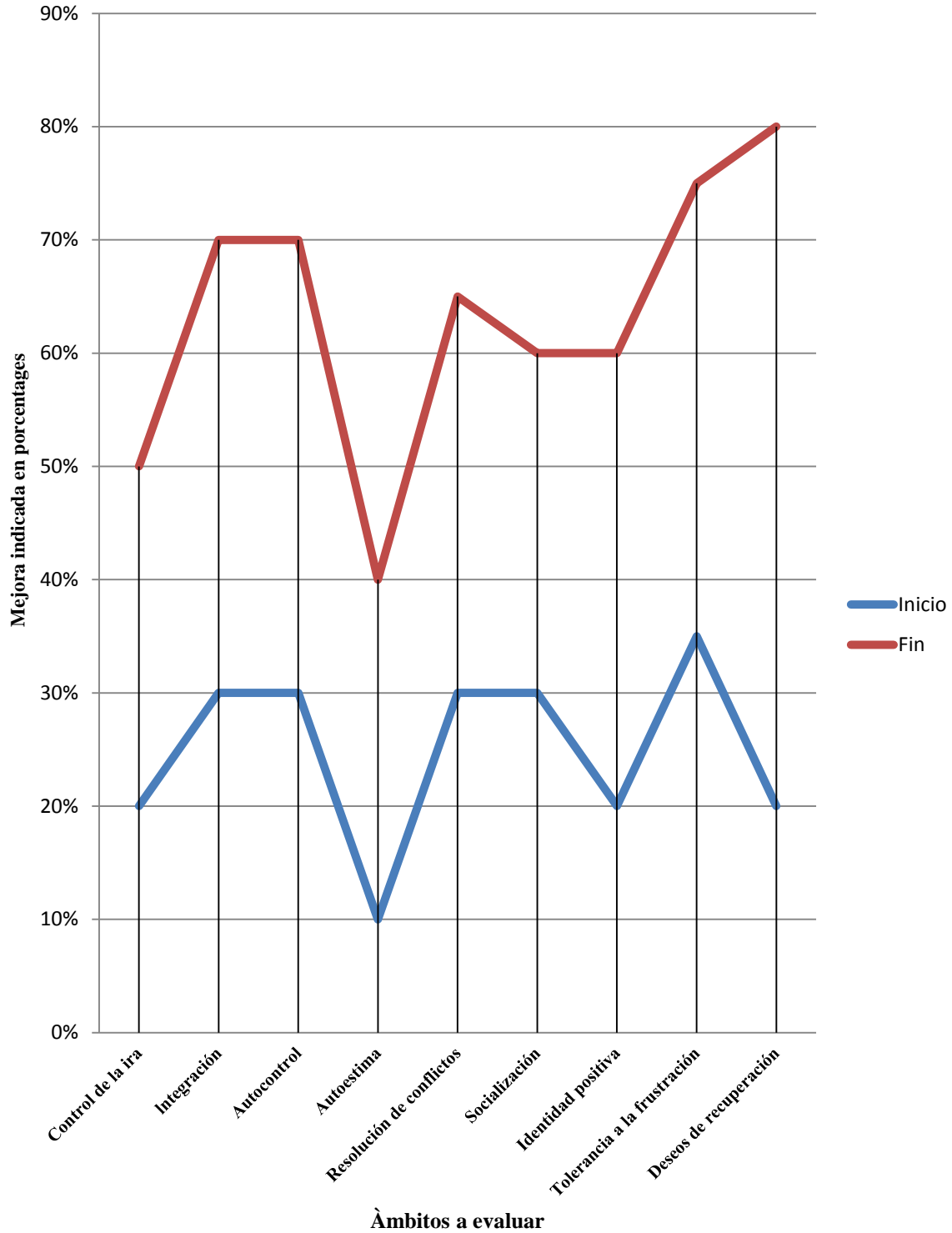


Figura 224. Gráfica de líneas con los beneficios obtenidos de los talleres por sus participantes en el centro comunitario *Tobin Community Center*, reportados por los directivos y personal del lugar. Gráfico de la investigadora.

Beneficios obtenidos de los talleres de arteterapia por sus participantes en la escuela alternativa *Henry Owen School* reportados por los directivos y el personal del lugar

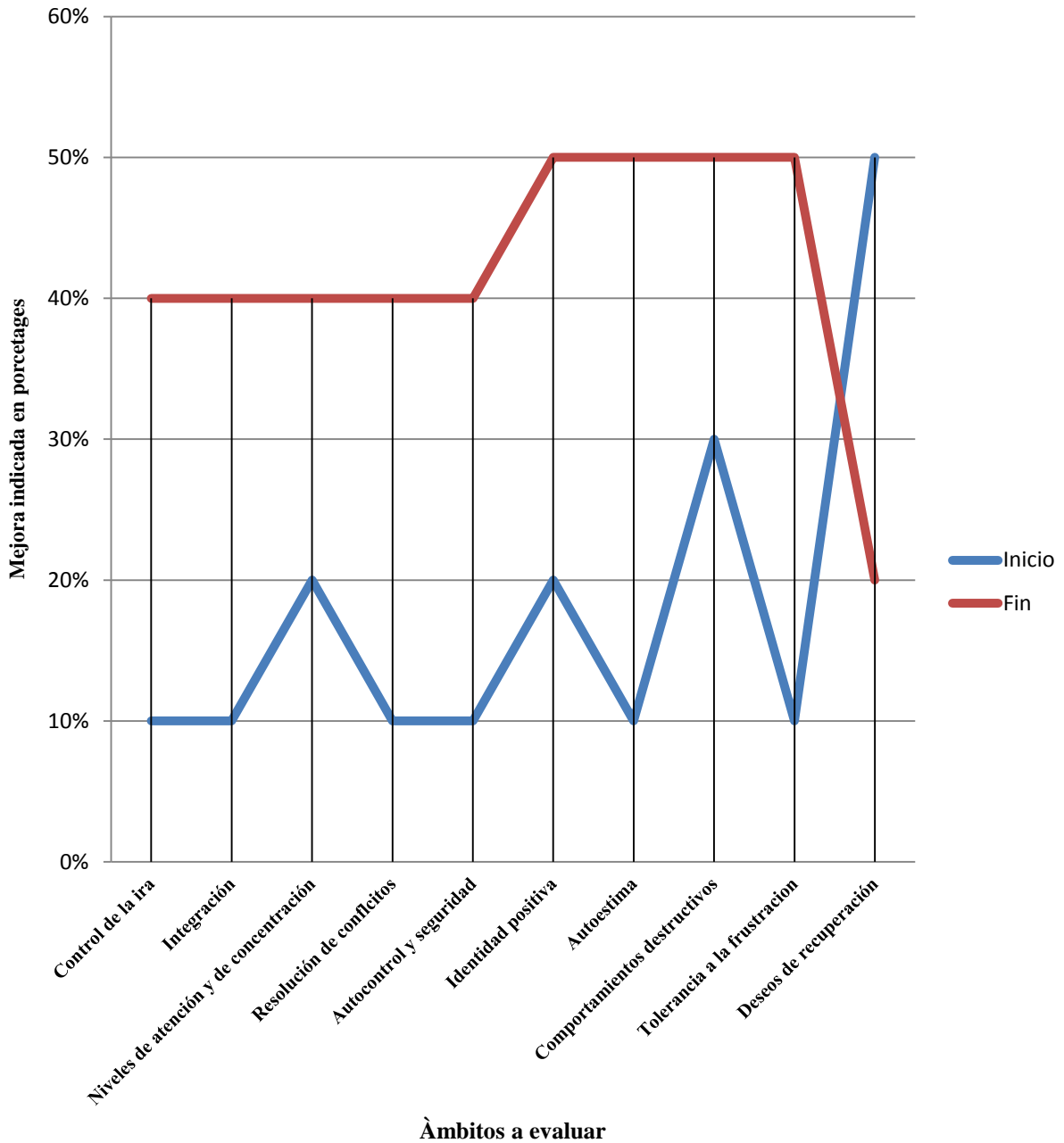


Figura 225. Gráfica de líneas con los beneficios obtenidos de los talleres por sus participantes en la escuela alternativa *Henry Owen School*, reportados por los directivos y el personal del lugar. Gráfico de la investigadora.

Capítulo 8

Conclusiones



Figura 226. Obra mediante la cual una de las participantes de los talleres plasma uno de sus deseos que es, que algún día la paz reine en su país de origen al igual que en el país de donde es ahora inmigrante.
Fotografía de la investigadora.

Capítulo 8 Conclusiones

En esta investigación se utilizó el arteterapia como una herramienta terapéutica y educativa para la prevención de la violencia con mujeres de origen latinoamericano quienes son inmigrantes en los Estados Unidos, mujeres que a su vez son o han sido víctimas de violencia y que viven en situaciones que las ponen en riesgo de volver a serlo. La herramienta principal que se empleó para educarles sobre la prevención de la violencia, como se menciona anteriormente, ha sido el arteterapia, a través de talleres grupales. Las estrategias para la prevención de la violencia que se les enseñaron a través de estos talleres grupales de arteterapia fueron el manejo y el control de la ira, la resolución de conflictos de forma pacífica y el fortalecimiento de la autoestima. Estrategias que se les enseñaron una vez que les fue posible lograr crear conciencia sobre su situación y aprender a reconocer las circunstancias además de ese tipo de personas que las ponían en riesgo de padecer la violencia repetidamente.

Los talleres de arteterapia fueron ofrecidos tanto en ámbitos sociales como en ámbitos educativos, en una escuela alternativa, en un centro comunitario y en un refugio de emergencia confidencial para sobrevivientes de la violencia de género e intrafamiliar. Brindados a sus participantes por un período de un poco más de 5 años, de forma ininterrumpida y con una duración de dos horas cada uno de estos. Talleres que fueron celebrados dos veces por semana, en cada uno, de estos tres lugares donde fueron acogidos. Siendo 801 mujeres de entre 18 y 50 años de edad quienes se beneficiaron de ellos. Se ofrecieron en total 1345 talleres grupales de arteterapia para la prevención de la violencia, de los cuales, 458 talleres se impartieron en la escuela alternativa *Henry Owen*

School, 433 talleres en el centro comunitario *Tobin Community Center* y 454 talleres en *Renewal House* el refugio de emergencia confidencial para sobrevivientes de la violencia de género e intrafamiliar

Una vez finalizada esta investigación doctoral y al haber analizado los datos obtenidos antes, durante y para finalizarla, además de haber tomado en cuenta, las preguntas iniciales de la hipótesis, los objetivos establecidos y el marco teórico, se llegó a las siguientes conclusiones, mismas que demuestran los logros al igual que los retos de este trabajo de investigación.

Conclusiones con base en la hipótesis de la investigación

Se han enseñado a través del arteterapia, siendo esta utilizada como una herramienta terapéutica y educativa, y a través de talleres grupales, estrategias para la prevención de la violencia a sus participantes. Estrategias tales como el manejo y el control de la ira, la resolución de conflictos de forma pacífica y el fortalecimiento de la autoestima, mismas que a su vez se pudieron en práctica, logrando convertir a las participantes de los talleres en agentes de cambio positivo en sus vidas y en sus comunidades.

Conclusiones con base en los objetivos establecidos para esta investigación

Las conclusiones que se enumeran a continuación están basadas en los objetivos generales y específicos que se establecieron para este trabajo de investigación, las cuales han sido:

1. Se ha comprobado que el arteterapia ha sido una herramienta afectiva y útil para enseñar a las mujeres con las que se trabajó en esta investigación estrategias para favorecer la prevención de la violencia en sus vidas.
2. Ha sido posible identificar los tipos de violencia y de maltrato de los cuales las participantes de los talleres han sido expuestas a lo largo de su vida, antes y durante este trabajo de investigación.
3. Se ha podido identificar cuáles son las situaciones que las ponen en riesgo de ser víctimas de la violencia de forma repetitiva.
4. Se ha logrado identificar y seleccionar estrategias que les enseñen a prevenir la violencia.
5. Se ha podido posibilitar a través de los talleres de arteterapia la concienciación del contexto y de la situación de sus participantes además de la detección de las situaciones y las personas que las ponen en riesgo de convertirse nuevamente en víctimas de la violencia de género e intrafamiliar.
6. Se ha ofrecido a través de los talleres de arteterapia, un espacio seguro y confidencial en el cual sus participantes pudieron expresar de forma abierta y con sinceridad, sus historias, sus experiencias y sus sentimientos, sin haber sido juzgadas y siendo motivadas a pedir ayuda.
7. Fue posible también enseñar, a las participantes de los talleres, a través de las técnicas y los materiales de arte, herramientas para dar forma a sus sentimientos, emociones y experiencias traumáticas a través del arte y su creación.
8. Se han propuesto y realizado, proyectos, actividades e intervenciones, dentro de los talleres grupales de arteterapia, que fomentaron el entendimiento, la

exploración, la práctica y la utilización de las estrategias para la prevención de la violencia que se aprendieron dentro de los mismos.

9. Se impartieron los talleres de forma ininterrumpida y sin costo alguno, dentro de las comunidades donde este colectivo residía, estudiaba y pasaba sus momentos de ocio, con la finalidad de facilitarles su participación.
10. Se ofreció dentro de los talleres un proceso de enseñanza y de aprendizaje dinámico, creativo y sencillo, que brindó a sus participantes seguridad y acompañamiento.
11. Se logró propiciar dentro de los talleres un diálogo sin inhibiciones entre las participantes y la arteterapeuta.
12. Fue posible enseñar a las participantes de los talleres a que crearan conciencia de su situación, rompieran su silencio y se responsabilizaran de su propia recuperación.
13. Asimismo se les enseñó a estas mujeres estrategias que les permitieran aprender a identificar personas y situaciones que las pusieran en riesgo de ser víctimas de la violencia.
14. Se proporcionó en los talleres grupales de arteterapia un lugar seguro y confidencial en el que se motivó a sus participantes, a expresarse, a participar y a desarrollarse de forma integral.
15. Fue posible enseñar estrategias para aprender a dar solución a conflictos internos y externos de forma objetiva y pacífica, además de aprender estrategias para la mejora del manejo y del control de la ira.
16. Del mismo modo se les enseñó a estas mujeres estrategias para fortalecer su autoestima, para reconstruir su identidad positiva y para tomar decisiones acertadas.

17. También se les motivó a que se mantuvieran alejadas de relaciones manipuladoras, controladoras y abusivas.
18. Además se fomentó, en las participantes de los talleres, su integración en la nueva cultura y la asimilación de los nuevos valores del país en el que están residiendo para que su vida fuera más segura y menos conflictiva.
19. Y se montaron exposiciones de arte públicas, en la que se expusieron las obras creadas por las participantes, para concienciar dentro de sus comunidades y de sus barrios, sobre la violencia, sus causas, sus consecuencias y las estrategias que existen para su prevención.

Conclusiones en base en los objetivos de los talleres de arteterapia para la prevención de la violencia

A continuación se enumeran las conclusiones en relación con los objetivos generales establecidos para los talleres de arteterapia diseñados para esta investigación:

- Se diseñaron talleres estructurados y con un desarrollo cronológico preestablecido, que permitió transmitir a sus participantes seguridad además de lograr minimizar sus niveles de ansiedad mientras se fortalecía su auto confianza y fomentaba su auto control.
- Se impartieron los talleres en el idioma materno de las participantes, facilitando la expresión, el diálogo, el entendimiento, la integración y la unificación de grupo.
- Se proporcionó un lugar de encuentro, a través de los talleres de arteterapia, para el diálogo y la expresión a niveles más profundos, sin tener que utilizar el lenguaje verbal.

- Se logró que los talleres hayan sido acogidos y apoyados de forma cordial y generosa, tanto por el departamento de arteterapia de *Whittier Street Health Center*, como por los directivos y el personal de cada uno de los lugares donde se llevaron a cabo.
- Al desarrollar los talleres dentro de las comunidades y de los barrios del colectivo con el que trabajó, se pudo enriquecer de forma continua el entendimiento de su contexto, para poder así readaptar los talleres a las necesidades reales y actuales.
- Al haber sido los talleres impartidos en la lengua materna de sus participantes y de la arteterapeuta, se favoreció el establecimiento de una conexión especial y de una comunicación fluida y espontánea
- Los talleres se beneficiaron del apoyo económico y de la supervisión de parte del departamento de arteterapia de *WSHC*, facilitando su desarrollo y transformándoles en una experiencia muy enriquecedora.

Y aunque en todos los lugares donde se desarrollaron los talleres para esta investigación se trabajó con el mismo colectivo, es importante mencionar que en cada uno de ellos las participantes vivieron situaciones únicas, considerando la particularidad de sus vivencias, pues muchas han sido expuestas a distintos niveles y tipos de violencia, otras han sido maltratadas más de una vez y por extensos períodos de tiempo, o bien algunas de ellas han sido víctimas de la violencia de forma indirecta; por lo tanto, las consecuencias que se generan en cada caso, son particularmente diversas. Es por esto que los objetivos específicos de los talleres en cada uno de los tres lugares donde se impartieron, fueron también, muy diferentes.

A continuación se presentan las conclusiones basadas en los objetivos específicos de cada uno de los lugares donde los talleres de arteterapia fueron ofrecidos.

Conclusiones basadas en los talleres de arteterapia ofrecidos en la escuela alternativa

Henry Owen School:

- Se ha podido enseñar estrategias para manejar sentimientos negativos y comportamientos destructivos de forma objetiva, segura y positiva.
- Se ha podido brindar a través de los talleres un espacio, estructurado y no amenazante, de encuentro donde el diálogo y la expresión surgieron de forma natural y espontánea, sin haber sido censurados sino encauzados.
- Se logró fomentar, mediante el proceso creador, la relajación, la descarga de ansiedades y la liberación de frustraciones.
- Se pudo enseñar a sus participantes a enfocar y dirigir de forma más eficaz su energía para la mejora integral de su comportamiento y de su rendimiento académico.
- Se fomentó, se favoreció y se enseñaron estrategias para el control de impulsos negativos tanto físicos como verbales.
- Se les enseñó, a las participantes, herramientas para lograr la concentración, el seguimiento de instrucciones, la escuchar y la observación

Conclusiones basadas en los objetivos específicos establecidos para los talleres de arteterapia ofrecidos en el centro comunitario *Tobin Community Center:*

- Fue posible enseñar a las participantes de estos talleres estrategias que les ayudaran a identificar y exteriorizar sus emociones.

- Se les enseñaron estrategias para modificar comportamientos negativos y destructivos adquiridos de forma inconsciente al haber sido víctimas o testigos de la violencia intrafamiliar o de la violencia de género.
- Se les enseñó a explorar y validar sus sentimientos.
- También fue posible enseñarles a encontrar sus propias soluciones para favorecer su recuperación acorde a su situación.
- Y se ha podido fomentar y motivar en las participantes de estos talleres la pérdida del miedo al cambio y a los nuevo retos que este implicara.

Conclusiones basadas en los objetivos específicos establecidos para los talleres ofrecidos en el refugio de emergencia confidencial *Renewal House*:

- Se ha podido enseñar a las participantes de estos talleres estrategias para que expresaran sus emociones y las compartieran sin miedo al juicio y al rechazo.
- Se les enseñó a su vez a aprender a hacer uso del arteterapia como una herramienta terapéutica y educativa dentro de los talleres.
- También fue posible que las participantes disfrutaran y se relajaran durante el proceso creador de sus obras sin angustiarse por su resultado final.
- Fue posible lograr que estas mujeres rompieron con sus miedos, sus inhibiciones y sus inseguridades para crear usando su imaginación, su intuición, sus emociones y su creatividad.
- Además de lograr que mejoraran sus niveles de socialización, de afectividad y de integración.

Conclusiones de la arteterapeuta basadas en el desempeño y el aprovechamiento de las participantes de los talleres

Se enumeran a continuación las conclusiones basadas en el desempeño y el aprovechamiento de las participantes de los talleres acorde a la arteterapeuta:

1. Las participantes de los talleres mostraron en cada uno de estos su alto grado de resiliencia y de tolerancia ante el sufrimiento.
2. Contaban con una gran creatividad y entusiasmo, cualidades que siempre estuvieron presentes, en su desempeño en las actividades, en sus aportaciones y durante la realización de sus obras.
3. Mostraban una profunda gratitud hacia quienes las valoran, las tratan con respeto y tomaban en cuenta sus decisiones.
4. Disfrutaban el poder comunicarse de forma fluidamente a través de su lengua materna, comprendiendo todo lo que pasaba, sintiéndose independientes, capaces, seguras de sí mismas y en control.
5. Mostraban un sentimiento de liberación al lograr, a través del proceso creador de su obra, dar forma y representación a sentimientos, problemas y miedos, al igual que al conseguir reencontrarse con ellas mismas y con la fuerza y la valentía para iniciar su proceso de recuperación y de reconstrucción.
6. Potenciaron su integración en la nueva cultura al disfrutar de visitas a museos, exhibiciones públicas y privadas de arte, conciertos y otros programas de ámbito artístico y cultural.
7. Disfrutaban al dialogar, reflexionar y expresar sus emociones en grupo y al encontrar soluciones, sanar juntas sus heridas y de escucharse unas a las otras.

8. Valoraban el soporte emocional y la ayuda para asimilar y aceptar su situación el que los talleres de arteterapia les brindaban.
9. Disfrutaban al trabajar dentro de un ambiente terapéutico, estructurado, ordenado y contenido. Ya que les evitaba sentir ansiedad, estrés e incertidumbre, al saber con exactitud lo que se tenía planeado para cada sesión y al ser acompañadas a través de actividades y consignas.
10. Valoraban la confidencialidad y el respeto además de la honestidad y la fidelidad.

Conclusiones basadas en los beneficios del arte en las participantes

Las conclusiones que se muestran a continuación están basadas en los beneficios que el uso del arte brindó a las participantes de los talleres de esta investigación:

- Facilitar su expresión y su comunicación.
- Alcanzar la relajación concentrándose de lleno a la hora de crear, abstrayendo su mente del mundo que les rodeaba y logrando así olvidarse de todo lo que pudiera inquietarles o estresarles.
- Conectarse con ellas mismas e identificar sus sentimientos más profundos.
- Activar ambos hemisferios cerebrales trabajando en la creación de su obra plástica.
- Ampliar y modificar su visión.
- Propiciando la observación, la escucha y el entendimiento.
- Desarrollar y fortalecer su motricidad fina y la coordinación ojo mano al aprender a manejar distintos materiales y técnicas de arte que requerían movimientos de precisión y concentración.

Capítulo 9

Aportaciones



Figura 227. Ver a través del caos es la el mensaje que desea compartir la autora de esta obra. Una estrategia que ella considera necesaria para poder mantenerse alejada de la violencia.

Fotografía de la investigadora.

Capítulo 9 Aportaciones

A continuación recapitulamos las aportaciones, que acorde a la investigadora, este trabajo de investigación doctoral ha realizado:

- Haber diseñado e impartido talleres de arteterapia, específicamente para cubrir las necesidades del colectivo de esta investigación, dentro de los barrios y de las comunidades donde sus participantes, viven, estudian, trabajan y pasan sus momentos de ocio.
- Impartir los talleres de arteterapia para la prevención de la violencia, por primera vez en castellano, y por una arteterapeuta de origen latinoamericano, quien asimismo era inmigrante en los EE.UU.
- Haber ofrecido a las participantes de los talleres un lugar donde fueron percibidas y tratadas como seres humanos y no como inmigrantes ilegales.
- Haber brindado, mediante los talleres, un lugar donde les fue posible a las participantes, comunicarse de forma fluida y espontánea en su lengua materna.
- Haber ofrecido estos talleres de arteterapia a grupos muy homogéneo donde las participantes encontraron un lugar en el cual las personas que las rodeaban podían entender sus sentimientos, sus experiencias, sus valores, sus costumbres, sus opiniones, además de sus realidades. Un lugar donde se sentían comprendidas por su origen y por su situación actual.
- Haber proporcionado a través de los talleres, un punto de reunión, donde sus participantes se sentían integradas mientras llevaban a cabo actividades y consignas en las que podían sentirse independientes y en control. Un lugar donde estas

mujeres se sentían respetadas, valorizadas y lograron asumir que son capaces de iniciar una tarea y terminarla de forma satisfactoria y por sí solas.

- Haber dado mayor difusión dentro de la comunidad latinoamericana a la disciplina del arteterapia, a través de las exhibiciones públicas de arte que se instalaron al finalizar cada uno de los ciclos de talleres.
- Utilizar el arte de las participantes de los talleres, para crear conciencia sobre las causas y consecuencias de la violencia, además de alertar sobre la existencia de herramientas para su prevención.
- Colaborar y apoyar en distintas causas dentro de la comunidad y en otros barrios a través del arte, la creación y la creatividad de estas mujeres que participaron en los talleres. Convirtiéndolas así en agentes positivos de cambio en su comunidad.
- Fomentar a través de los talleres de arteterapia la importancia de mantener una buena salud mental, además de física, para poder lograr solucionar otros aspectos de la vida. Rompiendo asimismo con estereotipos y mitos erróneos que se tiene dentro de la cultura latinoamericana con respecto a solicitar y recibir atención psicológica o psiquiátrica.

Lograr conseguir que en la actualidad, un 65% de las exparticipantes de estos talleres, asistan periódicamente a psicoterapia o arteterapia, de forma individual, grupal o familiar, en el centro de salud *Whittier Street Health Center*.

Capítulo 10

Investigación futura



Figura 228. Imagen que plasma, el presente de un niño que es víctima de la violencia intrafamiliar, quien representa en su obra la situación actual en casa y sus esfuerzos por tratar de reconstruir un futuro mejor para él y su familia donde la violencia no sea protagonista.

Fotografía de la investigadora.

Capítulo 10 Investigación futura

La investigadora planea continuar su investigación, utilizando el arteterapia para la prevención de la violencia con el colectivo de niños y niñas de origen latinoamericano, inmigrantes en los EE.UU., quienes han sido víctimas de la violencia intrafamiliar y continúan viviendo en situaciones de riesgo. El propósito de ello es poder ayudarles a través del arteterapia, a superar su situación y a crear conciencia sobre las consecuencias de la violencia intrafamiliar, a fin de que logren romper su silencio, contar su historia y aprender estrategias para su prevención a través del arte. Todo ello, tomando en consideración, que si los niños y las niñas no superan el trauma y no aprenden estrategias para romper con el círculo de la violencia, serán más propensos a que en su adultez ellos maltraten y ellas sean maltratadas, pasando de generación en generación el legado de la violencia que sus maltratadores les han heredado de forma inconsciente. Se pretende además, prevenir que más personas sufran los efectos tan negativos que padecen tanto las víctimas primarias como las víctimas secundarias de la violencia intrafamiliar; víctimas que en su mayoría son bebés, niños/niñas y adolescentes, quienes comienzan su sufrimiento desde sus primeros meses de vida, siendo más propensos a llorar en exceso, a tener problemas de sueño y de alimentación, al mismo tiempo que tienen mayor riesgo de ser víctimas de abuso físico de parte de sus padres. Posteriormente, en la edad preescolar, se vuelven más vulnerables a presentar problemas psicosomáticos, tales como, dolores de cabeza, dolores estomacales o abdominales, todo esto a causa de la ansiedad y del estrés continuo en el que viven. Presentan conductas regresivas como chuparse el dedo, orinarse y un apego excesivo; asimismo, trastornos de sueño como insomnio y pesadillas, comportamientos poco comunes como llorar, gemir y gritar sin explicación alguna; o

cuando pierden el control, incluso mostrar su trauma y su terror, mediante expresiones inesperadas de irritabilidad persistente, cambios anímicos o escondiéndose de sus mayores. Posteriormente, cuando estos niños y niñas comienzan a ir al colegio, suelen presentar problemas de bajo rendimiento escolar, dificultades para socializar y ausencia de motivación o deseos de hacer las actividades que cualquier niño o niña de su edad suele disfrutar. Ya, a esta edad, también manifiestan deterioro en su autoestima, sentimientos de culpa, sentimientos de vergüenza, todo como consecuencias de su situación en casa y la violencia de la que son víctimas, tanto ellos/ellas como el resto de su familia.

Durante la adolescencia son más factibles a presentar problemas interpersonales con sus padres y con cualquier otra autoridad, y serán más propensos a adquirir conductas antisociales y comportamientos autodestructivos, que evidentemente les colocan en situaciones de riesgo. Igualmente tenderán a presentar un alto grado de absentismo escolar, tener relaciones sexuales a edad temprana y de forma insegura, consumir alcohol y drogas, además de relacionarse con amistades negativas e incluso llegara cometer actos delictivos.

Se considerará también, que los esfuerzos y los recursos para acabar con la violencia hacia la mujer y dentro de la familia, cada vez más se enfocan en educar sobre su prevención, tanto en hombres como en mujeres, durante su niñez y su adolescencia, no por asumir que todas las personas que han sido víctimas de la violencia serán individuos violentos o mujeres maltratadas en su adultez pero sí para fomentar en ellos y ellas la responsabilidad de prevenir la violencia con sus actitudes, comportamientos y valores desde temprana edad, ya que las estadísticas globales demuestran que la mayoría de los ataques hacia las mujeres y las niñas son consumados por hombres y por niños, como lo afirma Berkowitz (2004).

Al educar a los niños y a las niñas sobre las consecuencias y las causas que la violencia intrafamiliar produce, se les ayuda a reducir las probabilidades de que en su adultez la utilicen, o bien si ya lo están haciendo, para que se detengan, creen conciencia de su comportamiento, admitan el grave error que están cometiendo; asimismo, para que busquen soluciones para modificar esos comportamientos destructivos y aprendan a tratar a todos los seres humanos con respeto y con dignidad. Otros de los propósitos es, enseñarles a ser pacientes y tolerantes, a manejar y a controlar su ira, a resolver conflictos de forma pacífica, a ser compasivos, empáticos y a mostrar respeto hacia cualquier ser humano sin importar su sexo, su edad, su posición o condición social, tanto educativa como económica, así como cualquier otro factor que los haga diferentes.

Otra de las razones válidas para pretender crear conciencia sobre las consecuencias de la violencia intrafamiliar y de los beneficios de su prevención, es: educar a los niños y a las niñas para que erradiquen cualquier comportamiento que ultraje de manera física o mental a la mujer o al hombre, y a su vez, enseñarles a que intervengan cuando escuchen comentarios que ofendan y que estereotipen a las personas. Del mismo modo, enseñarles que la masculinidad y la feminidad no se miden por lo violento ni por lo dominante, sino por lo respetuoso y lo bondadoso que el ser humano puede ser; instruirlos acerca de la sanidad de llorar, expresar sus sentimientos de miedo, de tristeza y de dolor, al igual que ser nobles, tiernos, delicados y cuidadosos, ya que ninguna de estas cualidades los harán menos hombres o menos mujeres, sino todo lo contrario.

La violencia intrafamiliar de la cual muchos niños y niñas son víctimas, tanto de forma directa como de forma indirecta, suele ser encubierta y manifestarse a través de insultos, humillaciones, aislamiento de los amigos, de la familia y de los miembros de la comunidad; amenazas físicas, acoso e intimidación, pero quizás no por los golpes físicos. Ahora bien, como este tipo de violencia suele manifestarse dentro del hogar, puede pasar

desapercibida por años, sin que nadie se dé cuenta del abuso y del maltrato al cual los miembros de esa familia están sometidos dentro de su propio hogar. Este tipo de violencia suele ocultarse, tanto por el maltratador como por las víctimas, para eludir consecuencias legales y personales; evitando así, ser estereotipados o señalados en su círculo de amistades y familiares, o en su comunidad.

Aunque el comportamiento violento en general suele estar vinculado con un bajo nivel económico, la violencia intrafamiliar se da, tanto en familias económicamente favorecidas como en familias con bajos ingresos, así como en todas las razas, culturas, religiones y etnias. La violencia intrafamiliar se produce también entre parejas heterosexuales, homosexuales, divorciadas, casadas o en concubinato.

Cuando se habla de la violencia intrafamiliar se piensa en un problema de tipo social; sin embargo, en la gran mayoría de los casos las víctimas son las mujeres, los niños y las niñas, aunque pueden ser afectados todos los miembros de una familia, debido a que el maltratador crea una cultura de miedo y de intimidación dentro del hogar.

Las estadísticas demuestran que existe una relación muy significativa entre la violencia intrafamiliar y el abuso infantil, arrojando datos que afirman que del 30% al 60% de las familias que reportan violencia intrafamiliar, también reportan abuso y maltrato infantil; a pesar de que resulta claro que los niños y las niñas pueden ser afectados solo por ser testigos de la violencia a la cual su madre o cualquier otro familiar que vive en casa, están siendo sometidos, sufriendo así, una serie de daños emocionales, aunque nunca hayan sido víctimas directas del abuso.

Es importante recordar que cada niño o niña que ha vivido una situación de violencia intrafamiliar ha sido afectada/afectado de forma única, además de que muchos de ellos/ellas podrían salir intactos de estas situaciones y logran vivir una vida saludable posteriormente al maltrato del que fueron víctimas (Daro, Edleson & Pinderhughes, 2004).

A su vez, al haber sido testigos de la violencia en su hogar, pueden sentirse confundidos y frustrados por la conducta violenta del maltratador y la conducta sumisa de la víctima. Pueden sentirse también impotentes y enojados por no ser capaces de detener los incidentes de violencia que están sucediendo en su hogar, además de sentirse consumidos por el miedo. Asimismo, podrían desarrollar un concepto erróneo sobre el poder y el control, y pensar que para dar resolución a los conflictos internos o externos, es aceptable utilizar la violencia.

En muchos casos de violencia intrafamiliar los adultos involucrados fomentan la cultura del silencio, minimizando la gravedad de lo que está sucediendo o negándose a hablar sobre la situación de maltrato y de abuso al que están expuestos dentro de su propia casa, con el propósito de proteger a sus hijos/hijas del trauma que genera este tipo de violencia. Suelen pensar que al negar que algo malo esté sucediendo o al minimizar la gravedad del asunto, los niños y las niñas no sufrirán al no enterarse de lo que está pasando en el hogar. Los padres, a menudo piensan que sus hijos/hijas no saben que hay violencia en su relación, sin embargo estos niños y niñas están al tanto de las conductas abusivas que se generan, y de la tensión que está presente en el hogar entre sus padres; o bien, pueden darse cuenta con posterioridad a lo sucedido, cuando advierten las heridas físicas que la madre ha recibido, los destrozos en el hogar y los cambios anímicos y de actitud entre la víctima directa y su maltratador.

Durante los episodios violentos que suceden frente a los hijos/hijas de la víctima del abuso y el maltrato físico, a menudo esos niños/niñas suelen intervenir para protegerla y, desgraciadamente, resultan lesionados en el proceso.

En este mismo sentido, los informes policíacos reportan que son los niños y las niñas los que, en la mayoría de los casos, llaman al 911, el número telefónico para reportar emergencias en los EE.UU., cuando un episodio muy violento está ocurriendo en el hogar,

y lo hacen sin la aprobación de sus padres, a fin de proteger a su madre y a sus demás hermanas y hermanos.

Es importante recordar que cada caso de violencia intrafamiliar es distinto, y por lo tanto, el efecto que causará en los niños y en las niñas que lo padecen será a su vez único (Daro, Edleson & Pinderhughes, 2004); sin embargo, para algunos testigos de la violencia intrafamiliar, el maltrato que han recibido les causará daños y problemas, a nivel físico, emocional y cognitivo.

Otras de las consecuencias que padecerán al haber sido víctimas o testigos de la violencia intrafamiliar son: Bajo peso al nacer, úlceras, trastornos del sueño, tales como insomnio y pesadillas, trastornos de la alimentación, acné severo, variada sintomatología física que puede ser indicadora de problemas más serios de tipo emocional; padecimiento de depresión, hipersensibilidad e hipervigilancia, diagnóstico que a menudo se confunde con un trastorno de déficit de atención, represión de los sentimientos, sentimientos de culpabilidad y de vergüenza, pensamientos suicidas, comportamientos antisociales y agresivos, miedo o ansiedad por la separación, la incapacidad para hacer amigos, la elección de compañías o de amistades inapropiadas, y comportamientos muy violentos dirigidos hacia personas que son menores en edad que ellos y a animales indefensos.

Los niños y las niñas que han sido expuestos a la violencia intrafamiliar por un largo período, aprenden a reprimir sus emociones, porque los adultos de casa también lo hacen, manteniendo en secreto lo que pasa y reprimiendo sus sentimientos y emociones para proteger a sus hijos/hijas.

Otro de los grandes riesgos que los niños y las niñas que son víctimas de la violencia intrafamiliar presentan, es que aprenden a utilizar la violencia para autodañarse y, a medida que avanza su edad y llegan a la adolescencia y a la edad adulta, suelen deprimirse y adquirir comportamientos destructivos y peligrosos; por lo tanto, si los niños y las niñas

que son víctimas o testigos de la violencia intrafamiliar, no poseen los medios para expresar sus emociones, para manejar y controlar su ira, ni para dar resolución a sus conflictos de forma pacífica, estarán propensos a recurrir a comportamientos violentos y a aceptar la violencia como algo normal. De igual manera, presentarán dificultades para verbalizar sus emociones, propiciando cambios en su conducta, por carecer de habilidades para expresar oralmente lo que está pasando e inconscientemente, utilizarán otros medios para transmitir lo que les duele, les perjudica y les molesta, aunque lo hagan de forma negativa.

El arteterapia podría jugar un papel muy importante como herramienta para su recuperación, ya que a través del arte, de la creación y de su obra, podrán plasmar sus realidades, sus emociones, su comportamiento, todo lo que les afecta y les causa terror de lo que están viviendo; y de esa manera, sus obras serán elementos claves para validar lo que han visto y lo que sienten, para poder solicitar ayuda, ser protegidos y lograr recuperarse.

A través de su arte pueden mostrar su capacidad para recordar los incidentes violentos y plasmarlos en su obra, con gran detalle y claridad, a pesar de estar en medio del caos.

El arte es una manera eficaz y sencilla para que los niños y niñas que han sufrido violencia intrafamiliar, logren transmitir sus experiencias y definir su propio mundo emocional, ya que es evidente que para muchos niños/niñas resulta más fácil expresar sus sentimientos con imágenes, que hacerlo a través del lenguaje verbal, pues al utilizar el arte y la creación, se desinhiben y se liberan del juicio y de la presión.

En conclusión, si no se les suministra la atención necesaria a los niños y a las niñas que han sido testigos y víctimas de la violencia intrafamiliar, serán afectados, a corto y a largo plazo, de forma negativa, tanto a nivel cognitivo y conductual como emocional.

Igualmente, si no se les ayuda a superar su trauma, a crear conciencia de su situación y a

aprender a prevenir la violencia en sus vidas, continuarán transmitiendo a futuras generaciones el legado de la violencia que sus maltratadores les han heredado.

Referencias bibliográficas

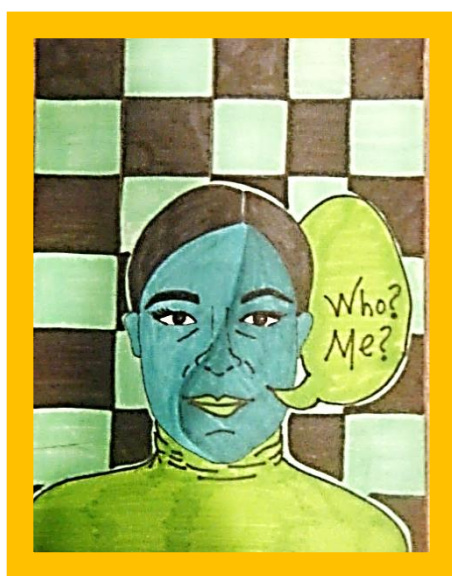


Figura 229. Autorretrato de una participante de los talleres que representa un día de confusión y caos. Fotografía de la investigadora.
Fotografía de la investigadora.

Lista de referencias

Achotegui, J. (2002). *La depresión en los inmigrantes: una perspectiva transcultural*. España: Editorial Mayo.

Achotegui, J. (2010). *Emigrar en el Siglo XXI*. Barcelona: Ediciones El mundo de la Mente.

Achotegui, J. (2012). *Emigrar en el siglo XXI: el síndrome del inmigrante con estrés crónico y múltiple - Síndrome de Ulises*. España: AUTOR-EDITOR.

Achotegui, J. (2014). *12 características específicas del estrés y del duelo migratorio*. España: AUTOR-EDITOR.

Alonso Garrido, M. A. (2012). *Mujer y Arteterapia* (Tesis doctoral). Recuperada de <http://eprints.ucm.es/16737/>

American Institute of Domestic Violence (2010, 5 de Mayo) Recuperado de <http://www.aidv-usa.com>

American Art Therapy Association [AATA] (2015, 9 de Enero). Recuperado de <http://www.arttherapy.org> [Traducido por el autor]

Asociación Foro Iberoamericano de Arteterapia. (2015, 16 de Enero). Recuperado de <http://www.artterapiaforo.org/index.html>

Authier, J. (1977). The psychoeducational model: definition, contemporary roots and contemporary roots and content. *Canadian counselor*, 12, 15-20.

Bandura, A. (1965). Influence of models' reinforcement contingencies on the acquisition of imitative responses. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1, 589-595.

- Berry, I. (2009). *Tim Rollins and K.O.S.: A History*. United States: The MIT Press.
- Berg, B. (2001). *Qualitative Research Methods for the Social Sciences* (4th Edition). Boston: Allyn & Bacon a Person Education Company.
- Berkowitz, A. (2004). Working with men to prevent violence against women: An overview. Recuperado de:
http://new.vawnet.org/category/Main_Doc.php?docid=413.
- Billmann, F.S. (2006). Dance therapy and the ritualization of violence. En Kosolapow, L., Scoble, C, & Walle, D. (Eds). *European Arts Therapy: Grounding the Vision – to advance theory and practice* (pp. 168-177). Münster-Hamburg-Berlin-London: Ecarte.
- Bogdan, R.C. & Biklen, S.K. (1982). *Qualitative Research for Education: An introduction to theory and methods* (Third Edition). Boston: Allyn and Bacon
- Buendía, L., Colás, P. y Hernández, F. (1998). *Métodos de investigación en psicopedagogía*. Madrid: McGraw-Hill.
- Canadian Art Therapy Association [CATA] (2015, 7 de Enero). Recuperado de <http://canadianarttherapy.org/about-art-therapy> [Traducido por el autor]
- Carle, E. (2005) *Don Caballito de Mar*. Madrid: Koninos.
- Carrascosa Fernández, M. (2010). Creación artística, inmigración y género [Versión electrónica]. *Arteterapia: Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social*, 5, 189-202.
- Curry Abril, M. y Masini Fernández, C. (2012). El impacto de la violencia intrafamiliar y de género en el desarrollo vital de la mujer con enfermedades mentales [Versión electrónica]. *Arteterapia: Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social*, 7, 97-114.

- Daro, D., Edleson, J. L. & Pinderhugues, H. (2004). Finding Common Ground in the Study of Child Maltreated Youth Violence, and Adult Domestic Violence. *Journal Of Interpersonal Violence* 19 (3): 282-98
- Della Cagnoletta, M.(2006). The red box: images from the traumatic experience of two women. En Kossolapow, L., Scoble, S. & y Walle, D. (Eds). *European Arts Therapy: Grounding the Vision – to advance theory and practice* (pp. 367-389) Münster-Hamburg-Berlin-London: Ecarte.
- Denzin, N. K.& Lincoln, Y. S. (Eds.) (1994b). *Handbook of Qualitative Research*. London: SAGE.
- Domestic Violence Round Table (2008, 12 de Junio). Recuperado de <http://www.domesticviolenceroundtable.org/effect-on-children.html> [Traducido por el autor]
- Dowd, M (1989). Women Justice Center. Recuperado de <http://www.law.pace.edu/wjc>
- Elliot, J. (1990). *La investigación-acción en educación*. Madrid: Morata S. L.
- Eisner, E. W. (2004). *El arte y la creación de la mente: El papel de las artes visuales en la transformación de la conciencia*. España: Paidós.
- Daro, D., Edleson, J. L., & Pinderhughes, H. (2004). Finding common ground in the study of child maltreatment, youth violence, and adult domestic violence. *Journal of Interpersonal Violence*, 19(3), 282-298.
- Fight Crime Invest in Kids (2015, 21 de Enero).FROM AMERICA’S FRONT LINE AGAINST CRIME: Proven Investments in Kids will Prevent Crime and Violence Recuperado de <http://www.fightcrime.org/issues/after-school-and-mentoring/>

- García Casasola, R. y Santos, Sánchez-Guzmán, E. (2011). Arteterapia y subjetividad femenina: Construyendo un collage [Versión electrónica]. *Arteterapia: Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social*, 6, 87-103.
- Give, L. (2008). *The Sage Encyclopedia of Qualitative Research Methods*. USA: SAGE Publications, Inc.
- Goodman, L. & Smyth, K.F. (2011). A call for a social network-oriented approach to services for survivors of intimate partner violence. *Psychology of Violence* 1 (2), 79-92.
- Graham-Bermann & Edelson.(2001). *Domestic Violence the Life of Children. Research, Intervention, and Social Policy*. Washington, D. C : American Psychology Association.
- Granados Conejo, I. M. y Callejón Chinchilla, M. D. (2010) ¿Puede la terapia artística servir a la educación? *Escuela Abierta*, 13, 69-95
- Hardiman, M. (2012). *The Brain-Targeted teaching model for 21st-Century Schools*. London: Corwin.
- Hardiman M. et al. (2014). The effects of arts integration on long-term retention of academic content. *Mind, Brain and Education*, 8(3).
- Hartz, L., MI, A., & Thick, L. (2005). Art therapy Strategies to Raise Self-Esteem in Female Juvenile Offenders: A Comparison of Art Psychotherapy and Art as Therapy Approaches. *Journal of American Art Therapy Association*, 22 (2) 70-80.
- Hayes, R. & Gantt, A. (1992). Patient psychoeducation: the therapeutic use of knowledge for the mentally ill. *Social Work and Health Care*, 17, 53-67.
- Heredia Zubieta, C. (Mayo-Junio, 2011) La migración Mexicana y el debate en los Estados Unidos. A la sombra del Tea Party. *Revista Nueva Sociedad*. Recuperado de http://www.nuso.org/upload/articulos/3779_1.pdf

- Herman, J. (2004). *Trauma y recuperación: Como superar las consecuencias de la violencia*. Madrid: Espasa Calpe.
- Hem, M. H., Nortvedt, P. & Heggen, K. (2008). "Only a manic depressive!" the zone of the untouchable and exceeding limits in acute psychiatric care. *Res Theory Nurs Pract* 22 (1): 56-77
- Hunter, M. (2012). *Reflections of Body Image in Art Therapy. Exploring Self through Metaphor and Multi-Media*. London & Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers.
- ILRC (2008, 6 de Febrero). Derechos para inmigrantes ilegales en los Estados Unidos. Recuperado de <http://www.ilrc.org/for-immigrants-para-inmigrantes>
- Kaplan, F. (ed) (2007). *Art Therapy and Social Action*. London & Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers.
- Kalmanowitz, D. & Lloyd, B. (eds)(2005). *Art Therapy and Political Violence*. London & New York: Routledge.
- Knill, P. J., Levine, E. G., & Levine S. K. (2005). *Principles and Practice of Expressive Arts Therapy, Toward a Therapeutic Aesthetic*. London and Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers.
- Levine, S. K. (2009). *Trauma, Tragedy, Therapy. The Arts of Human Suffering*. London and Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers.
- Liebmann, M. (ed) (1996). *Arts approaches to conflict*. London and Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers.
- Lowenfeld, V. & Brittain, L. (1970). *Creative and mental growth* (5th ed.). New York: Macmillan

- Malchiodi, C. (2010) *What is Art Therapy? Defining Art Therapy in the 21st Century* (2013, 3 de Abril). Recuperado de <http://www.cathymalchiodi.com/about/what-is-art-therapy/>
- Martínez Diéz, N. (2001). *Nuevas herramientas para la intervención terapéutica con menores con trastornos de conducta: Arteterapia*. (2006, 6 de Diciembre). Recuperado de <http://www.obelen.es/upload/232G.pdf>
- Martínez Diez, N. (2004). *Arteterapia y Creatividad-Noemí Martínez*. Recuperado de http://www.neuronilla.com/index.php?option=com_content&view=article&id=257
- Martínez Diéz, N. (2012). *Frente a la maldición de Babel. Terapia, arte y migraciones. Arte Pro social en sociedades dinámicas [Versión electrónica]*. *Arteterapia: Papeles de arteterapia y educación para la inclusión social*, 7, 313-314.
- Massachusetts Cultural Council (2015, 18 de Enero). Recuperado de <http://www.massculturalcouncil.org/programs/artistfellows.asp>
- Massachusetts Historical Society (2015). Recuperado de <http://www.masshist.org>
[Traducido por el autor]
- Massachusetts Office of Travel and Tourism (2015, 20 de Enero). Recuperado de <http://www.massvacation.com/spanish/>
- Melero Valdés, L. (2010). *La persona más allá de la migración: manual de intervención psicosocial con personas migrantes*. Valencia: CeiMigra.
- Muñoz Montejano, M. y Crespo Sierra, M. T. (2014). *Arteterapia y migración: inclusión social a través de la apropiación simbólica del paisaje [Versión electrónica]*. *Arteterapia: Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social*, 9, 13-24.
- National Resource Center on Domestic Violence (NRCDV) (2008, 24 de Enero). Recuperado de <http://www.nrcdv.org/>

Norsigian, J. (1973). *Our bodies Ourselves* (2nd edition) New York: Simon & Schuster.

Ojeda, M. y Serrano, A. (2008). Mujer y arteterapia, una visión sobre la violencia de género [Versión electrónica]. *Arteterapia: Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social*, 3, 157-164.

Ojeda García, A., Bailón Martínez, C. y García Crispín, G. (2013). *GAAAT y Manejo de Emociones: Una propuesta con Arte Terapia para aprender a manejar estresores en Migrantes Latinos en los Estados Unidos*. México: Organización Internacional de Migración.

Omenat García, M. (2006). Arteterapia: una expresión de grupos de apoyo a la mujer. Intervenciones realizadas en una asociación de alcohólicos rehabilitados [Versión electrónica] *Arteterapia: Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social*, 1, 137-148.

ONU (2006). *Violencia contra niñas, niños y adolescentes. Informe de América Latina en el Marco del Estudio Mundial de las Naciones Unidas*. [PDF]. Recuperado de www.aidv-usa.com/Statistics.htm

Pereira Rodríguez, T. (2009). El cuerpo enclaustrado [Versión electrónica]. *Arteterapia: Papeles para la educación artística para la inclusión social*, 4, 27-42.

Pereira Rodríguez, T. (2012). Recuperar la esperanza [Versión electrónica]. *Arteterapia: Papeles para la educación artística para la inclusión social*, 7, 59-78.

Petrie, K. J., Fontanilla, I., Thomas, M. G., Booth, R. J. & Pennebaker, J. W. (2004). Effect of written emotional expression on immune function in patients with human immunodeficiency virus infection: a randomized trial. *Journal of Psychosomatic Medicine*, 66 (2), 272-5.

Pérez Serrano, G (1994). *Investigación Cualitativa. Métodos y técnicas*. Buenos Aires: Editorial Docencia.

- Polo Dowmat, L. (2000). Tres aproximaciones al Arteterapia [Versión electrónica]. *Arte, individuo y sociedad*, 12, 311-319
- Posner, M., Rothbart, M. K. & Sheese, B. E., Kieras, J (2008). Arts and cognition monograph: How arts training influences cognition. Recuperado el 4 de septiembre de 2009, del sitio web de The DANA Foundation:
<http://www.dana.org/Publications/ReportDetails.aspx?id=44253>
- Rico Caballo, L. (2012). Arte, terapia y mujeres migrantes. Caso Kauthar. El espejo es la frontera [Versión electrónica]. *Arteterapia: Papeles Arteterapia: Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social*, 7, 141-151.
- Rodríguez Fernández, E. (2007). Aplicaciones del arteterapia en aula como medio de prevención para el desarrollo de la autoestima y el fomento de las relaciones sociales positivas: “Me siento vivo y convivo” [Versión electrónica]. *Arteterapia: Papeles de arteterapia y educación para la inclusión social*, 2, 275-291.
- Sandin, M. P. (2003). *Investigación Cualitativa en Educación. Fundamentos y Tradiciones*. Madrid: McGraw-Hill.
- SCCADVASA South Carolina Coalition against Domestic Violence and Sexual Assault (2015, 19 de Enero). Recuperado de www.sccadvasa.org [Traducido por el autor]
- Sousa, D. A. (2011). *How the brain learns*. Thousand Oaks, CA: Corwin.
- Strauss & Corbin (1990). *Basic Qualitative Research: Grounded Theory Procedures and Techniques*. Beverly Hills, California: Sage.
- Stuckey, H. L. & Nobel, J. (2010). The Connection between Art, Healing, and Public Health: A Review of Current Literature. *American Public Health Association*, 100 (2), 254-263.

- Summers, R. W. & Hoffman, A. M. (2002). *Domestic Violence: A Global View*. United States: Greenwood Publishing Group Inc.
- Subkowski, P. & Dingemann, G. (2006). The theoretical position of art and creative therapy and its application in a hospital for alcohol addicted patients and patients with psychosomatic diseases. En Kossolapow, L., Scoble, S. & Walle, D. (Eds). *European Arts Therapy: Grounding the Vision –to advance theory and practice*. (pp. 363-372). Münster-Hamburg-Berlin-London: Ecarte.
- Talwar, S. (2007). Accessing traumatic memory through art making: An art therapy trauma protocol (ATTP). *The Arts in Psychotherapy* 34, 22-35.
- Taylor, S. & Borgan, R. (1986). *Introducción a los métodos cualitativos de la investigación* (pp.9-17) México: Paidós.
- The British Association of Art Therapists [BAAT] (2015, 5 de Enero).Recuperado de <http://www.baat.org> [Traducido por el autor]
- Thomson W. et al. (2009).Two forms of spatial imagery: neuroimaging evidence. *Psychological Science*, 20.
- Tucker, N., & Treviño, A. L. (2011).An Art therapy Domestic Violence Prevention Group in Mexico [Electronic version].*Journal of Clinical Art Therapy*, 1, 1-9.
- Ulman, R. B. & Brothers, D.(1987). A Self-Psychological Reevaluation of Posttraumatic Stress Disorder (PTSD) and its Treatment: Shattered Fantasies. *Journal of American Academy of Psychoanalysis*, 15:175-203
- Van Der Gijp, H. & Kramers, M. (2006).Art therapy for women with sexual abuse and violence in their history. En L. Kossolapow, S., Scoble, S., & Walle, D. (Eds). *European Arts Therapy: Grounding the Vision – to advance theory and practice* (pp. 151-157). Münster-Hamburg-Berlin-London: Ecarte,

Winner, E., Hetland, L., Veenema, S., Sheridan, K., Palmer, P., Locher, I., et al
(2006). Studio thinking: How visual arts teaching can promote disciplined habits
of mind. *New directions in aesthetics, creativity, and the arts*, 189-205.

Wright R. (2006). Effect of a structured performing arts program on the psychosocial
functioning of low-income youth: findings from a Canadian longitudinal study
Journal of Early Adolescence, 26.

Bibliografía

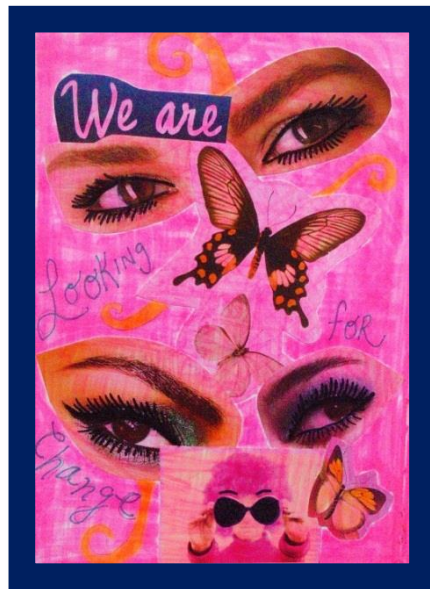


Figura 230. Obra que representa la búsqueda interminable por una vida mejor, por un nuevo empleo, por la seguridad y por otras tantas cosas motivan a los inmigrantes a dejarlo todo y comenzar de nuevo.
Fotografía de la investigadora.

Bibliografía

- Acaso, M. (2009). *La educación artística no son manualidades: nuevas prácticas en la enseñanza de las artes y la cultura visual*. Madrid: la Catarata
- Achotegui, J. (2002). *La depresión en los inmigrantes: una perspectiva transcultural*. España: Editorial Mayo.
- Achotegui, J. (2012). *Emigrar en el siglo XXI: el síndrome del inmigrante con estrés crónico y múltiple - Síndrome de Ulises*. España: AUTOR-EDITOR.
- Achotegui, J. (2014). *12 características específicas del estrés y del duelo migratorio*. España: AUTOR-EDITOR.
- Alcina Franch, J. (1988). *Arte y Antropología*. Madrid: Alianza.
- Alcaide Spirito, C. (2003). “*El valor del arte en los procesos de inclusión social*”. *Rescaldos. La dimensión estética del ocio*. Madrid: Candela Critica. Ed. Castroverde.
- Allan, J. (1988). *Inscapes of the child's world*. Texas: Spring.
- Allen, P. (1995). *Arte Terapia. Guía de auto-descubrimiento a través del arte y la creatividad*. Madrid: Gaia.
- Al Jazeera (2011). *Across Mexico: Chasing an Impossible Dream* [Documentary]. United Kingdom: Tony Comity Productions for Al Jazeera.
- Allport, G. W. (1966). *La personalidad, su configuración y desarrollo*. Barcelona: Herder.
- Alonso Garrido, M. A. (2012). *Mujeres y arteterapia* (Tesis doctoral) [PDF]. Recuperada de <http://eprints.ucm.es/16737/1/T34015>.

- Alschuler, R. H. y Hattwick, B. W. (1969). *Painting and Personality: A study of young children*. Chicago: University of Chicago Press.
- Alter- Muri, S. (1998). Texture in the melting pot: Postmodernist art and art therapy. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 15(4), pp.245-251.
- Alter- Muri, S. (2007). Dissolving the boundaries: Postmodern art and Art Therapy. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 24(2), pp.82-86.
- American Psychological Association. (2009). *Publication manual of the American Psychological Association*. (6th ed.) Washington, DC: American Psychological Association.
- Andreoli, V. (1992). *El lenguaje gráfico de la locura*. México: Fondo de Cultura Económica.
- Antúnez, A. N., y Zapatero, D. (2008). *El arte contemporáneo en la educación artística*. Madrid: Eneida.
- Ansano S. T. (2007). Redefining the Tools of Art Therapy. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 24(2), pp. 52-58.
- Anzieu, D. (1993). *El cuerpo y el inconsciente*. Madrid: Biblioteca Nueva.
- Apollinaire, G. (1994). *Meditaciones estéticas. Los pintores Cubistas*. Madrid: Visor.
- Appleton, V. (2001). An art therapy protocol for the medical trauma setting. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 18(1) 6–13.
- Apter, S. (2013). *The Mixed-Media Artist: Art Tips, Tricks, Secrets and Dreams from Over 40 Amazing Artists*. USA: North Light Books.
- Apter, T. (2003). *El mito de la madurez en la adolescencia: cómo ayudar a tus hijos a convertirse en adultos*. Buenos Aires: Paidós.

- Arendt, H. (2005). *Sobre la violencia*. Barcelona: Alianza Editorial.
- Arias, D. y Vargas, C. (2003). *La Creación artística como Terapia: Como alcanzar el equilibrio interior a través de nuevas expresiones*. Barcelona: RBA Libros.
- Arieti, S. (1993). *La creatividad. La síntesis mágica*. México: F.C.E.
- Arnheim, R. (1971). *El pensamiento visual*. Buenos Aires: Universitaria.
- Arnheim, R. (1989). *Nuevos ensayos sobre psicología del arte*. Madrid: Alianza Forma.
- Arnheim, R. (1996). *Arte y percepción visual*. Madrid: Alianza Forma.
- Arnheim, R. (2004). *Consideraciones sobre la educación artística*. Barcelona. Paidós Estética.
- Aron, R. (2001). *Approaches to Art Therapy: Theory & Technique*. New York: Brunner Routledge.
- Art Therapy Association of Colorado, (A.T.A.C.), Estados Unidos. [Referencia electrónica]. Consultada el 4 de febrero de 2008 en <http://www.arttherapy-co.org>
- Art Therapy Credentials Board, (ATCB), Estados Unidos. [Referencia electrónica]. Consultada el 20 de enero de 2008 en <http://www.atcb.org>
- Art Therapy Initiative, (ATI), Goldsmiths College, Londres. [Referencia electrónica]. Consultada el 26 de marzo de 2008 en <http://www.atinitiative.org>
- Art Therapy Italiana, (ATI), Italia. [Referencia electrónica]. Consultada el 26 de marzo de 2008 en <http://www.arttherapyit.org/arttherapy.php>
- Asher, S. R. & Coie, J. D. (1990). *Peer rejection in childhood*. New York: Cambridge University Press.

- Asociación Castellano-Leonesa de Musicoterapia y Arteterapia, (ACLEDIMA), España.
[Referencia electrónica]. Consultada el 10 de junio de 2008 desde
<http://www.acledima.org>
- Asociación Chilena de Arte Terapia, (ACAT), Chile. [Referencia electrónica]. Consultada
el 15 de noviembre de 2008 en <http://www.arteterapiachile.cl>
- Asociación Foro Iberoamericano, (AFI), España. [Referencia electrónica]. Consultada el
12 de junio de 2009 en <http://arteterapiaforo.org>
- Asociación per a l'Expressió i la Comunicació, (AEC), España. [Referencia electrónica].
Consultada el 10 de junio de 2009 en <http://www.aecassociacio.org>
- Asociación Profesional de Arteterapeutas, (GREFFART), España. [Referencia
electrónica]. Consultada el 10 de junio de 2009 desde <http://www.grefart.es>
- Asociación Profesional Española de Arteterapeutas, (ATE), España. [Referencia
electrónica]. Consultada el 10 de junio de 2009 en <http://www.arteterapia.org.es>
- Association des art-thérapeutes du Québec, (AATQ), Canada. [Referencia electrónica].
Consultada el 5 de febrero de 2010 desde <http://aatq.org>
- Asya, I., Kadis-Jack, D., Krasner, C. W., Foulkes, S. H. (1986). *Manual de psicoterapia de grupo*. México: Ed. Fondo de Cultura Económica.
- Atkinsons, D. R., Morten, G., & Sue. D. W. (1979). *Counseling American Minorities: A Cross-Cultural Perspective*. Dubuque, Iowa: Wm. C. Brown Company Publishers.
- Aubin, H. (1974). *El dibujo del niño inadaptado*. Barcelona: Laia.
- Aucouturier, B. (1977). *La educación psicomotriz como terapia*. Barcelona: Médica y Técnica.

Auerbach, J.G. (1950). Psychological observations on “doodling” in neurotics. *Journal of Nervous & Mental Disease*, 111(4), pp.304-332.

Australian & New Zealand Art Therapy Association, (ANZATA.), Australia. [Referencia electrónica]. Consultada el 5 de febrero de 2011 desde <http://anzata.org>

Avanzini, G. (1979). *La pedagogía en el siglo XX*. Madrid: Narcea.

Aveline, M. & Dryden, W. (1988). *Group Therapy in Britain*. Milton Keynes: Open University.

Ávila Espada y García de la Hoz (Eds.) (1994). *Aportaciones de la psicoterapia de grupo a la atención pública en salud mental*. Madrid: Quipú ediciones Serie SEGPA.

Avnet, J. (Director), & Lear, N. (Producer).(1991). *Fried Green Tomatoes* [DVD].United States: Act III Communications Productions.

Gold Avenue Enciclopedia [Referencia electrónica]. Consultada el 20 de Mayo de 2015 desde http://info.goldavenue.com/Info_site/in_arts/in_civ/in_civ_byzantine.html

Badia, M., et al. (2003). *Figuras, formas, colores: propuestas para trabajar la educación plástica y visual*. Barcelona: Grao.

Bach, S. (1990). *Life paints its own span*. Zurich: Daimon.

Backos, A., & Pagon, B. (1999).Finding a voice: Art therapy with female adolescent sexual abuse survivors.*Art Therapy: Journal of American Art Therapy Association*, 16 (3), 126-132.

Badia, M., et. al. (2003).*Figuras, formas, colores: propuestas para trabajar la educación plástica y visual*. Barcelona: Grao.

- Baljon, M.C.L., (2011). Wounded masculinity: Transformation of aggression for male survivors of childhood abuse. *Person-Centered & Experiential Psychotherapies*, 10(3), 151-164.
- Ball, B. (2002). Moments of change in the art therapy process. *The Arts in Psychotherapy*, 29, 79-92.
- Bancroft, L. (2002). *Why Does He Do That? Inside the Minds of Angry and Controlling Men*. Berkley: Publishing Group.
- Bancroft, L. (2004). *When Dad Hurts Mom: Helping Your Children Heal From the Wounds of Witnessing Abuse*. New York: G.P. Putnam's Sons.
- Banister, A. (2003). *Creative therapist with traumatized children*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Banowsky Arrington, D. (2005). Global art therapy training: Now and before. *The Arts in Psychotherapy*, 32,193–203.
- Barber, V. (2005). *Explórate a través del arte*. Madrid: Gaia Ediciones.
- Barkley, R.A. (1990). *Attention deficit hyperactivity disorder. A handbook for diagnosis and treatment*. New York: Guildford.
- Barr Jr., A. H. (1989). *La definición del arte moderno*. Madrid: Alianza Forma.
- Barragán, J. M., Hernández, F. y López Bargados, A. (1997). *Encuentros del arte con la antropología, la psicología y la pedagogía*. Barcelona: Angle.
- Barrera, E., Malagón, J. L. y Sarasola, J. L. (2011). Análisis de la intervención de los trabajadores sociales en el campo de las migraciones. *Portularia: Revista de Trabajo Social*, 11 (1), 25-36.

- Bartolomeis, F. (1994). *El color de los pensamientos y de los sentimientos. Nueva experiencia de educación artística*. Barcelona: Octaedro.
- Bass, E., & Davis, L. (1988). *The Courage to Heal*. New York: Harper & Row.
- Bassols, M. (2007). El arteterapia, un acompañamiento en la creación y la transformación. *Arteterapia: Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social, 1*, 19- 25.
- Bautista, T. (2006). *Collage Unleashed* (1st Edition). USA: North Light Books.
- Baudouin C. (1963). *La obra de Jung*. París: Payot.
- Baudrillard, J. & Morin, E. (2004). *La violencia del mundo*. Barcelona: Paidós.
- Bautis, M. (1991). *Home is struggle* [Documentary]. United States: WMM. Women Make Movies Films by and about Women.
- Beck, A.T. (1976). *Cognitive Therapy and Emotional Disorders*. New York: International University Press.
- Belver, M. H. y Ullán, A.M. (2007). *La creatividad a través del Juego*. Salamanca: Amarú.
- Benítez, J. y Justicia, F. (2006). El maltrato entre iguales: descripción y análisis del fenómeno. *Revista Electrónica de Investigación Psicoeducativa* , 4, 151-170.
- Berger, P., & Luckmann, T. (1984). *The Social Construction of Reality: A Treatise in the Sociology of Knowledge*. Harmondsworth: Penguin Books.
- Bermúdez, M. P. (2004). *Déficit de Autoestima: Evaluación, Tratamiento y Prevención en la Infancia y la Adolescencia*. Madrid: Pirámide.

- Bermudez, D. y Maat, M.T. (2006). Art Therapy with Hispanic Clients: Results of a Survey Study. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 23(4), 165-171.
- Betensky, M. (1973). *Self-discovery through self-expression*. Springfield: Charles C. Thomas.
- Betensky, M. (1976). The phenomenological approach to art expression and art therapy. *The Art Psychotherapy*, 4, 173-179.
- Betensky, M. (1995). *What do you see?* London: Jessica Kingsley Publishers.
- Betts, D.J. (2003). Developing a projective drawing test: Experiences with the Face Stimulus Assessment (FSA). *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 20(2), 77-82.
- Bettencourt, B. A., y Miller, N. (1996). Gender differences in aggression as a function of provocation: a meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 119, 422-447.
- Bilides, D. (1992). *Reaching Inner City Children: A Group Work Program Model for a Public Middle School. In-group reaching out: people, place and power*. Unites States: the Howard press Inc.
- Bisquerra, R. (1989). *Métodos de investigación educativa. Guía práctica*. Barcelona: CEAC.
- Birchnell, J. (1998). *La terapia artística como forma de psicoterapia*. Barcelona: Herder.
- Björkqvist, K., Österman, K., y Lagerspetz K. M. J. (1994). Sex differences in covert aggression among adults. *Aggressive Behavior*, 20, 27-33.
- Blackwell, D. & Dokter, D. (1998). *Arts Therapists, Refugees and Migrants. Reaching Across Borders*. London and Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers.

- Bloch, S. & Crouch, E. (1985). *Therapeutic factors in group psychotherapy*. Oxford: Oxford University Press.
- Block, D. (2013). *The Children Next Door* [Documentary]. United States: Shadow Distributions.
- Books, M. (2010). *Masters: Collage: Major Works by Leading Artists*. USA: Lark Crafts.
- Bogdan, R. y Taylor, S. J. (2000). *Introducción a los métodos cualitativos*. Barcelona: Paidós.
- Bolander, K. (1977). *Assessing personality through tree drawings*. New York: Basic Books.
- Bonet, E. (Coord.) (2008). *Arteterapia. La creación como proceso de transformación*. Barcelona: Octaedro.
- Bordini, S. (1995). *Materia e imagen. Fuentes sobre las técnicas de la pintura*. Barcelona: Serbal.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Attachment*. (Vol. 1). New York, NY: Basic Books.
- Branden, N. (1994). *Six Pillars of self-esteem*. New York: Nantam.
- Bradley, W. & Esche, C. (2007). *Art and social change. A critical reader*. London: TATE.
- Briere, J. (1992). *Child abuse trauma: Theory and treatment of the lasting effects*. California: SAGE Publications.
- British Association of Art therapists, (BAAT), Inglaterra [Referencia electrónica]. Consultada el 20 de enero de 2010 desde <http://www.baat.org>

- Brooke, S. (1995). Art therapy: an approach to working with sexual abuse survivors. *The Arts in Psychotherapy*, 22(5) 447-466.
- Brown, D. (1997). *Principles of art therapies*. London: Thorsons.
- Buchalter, S. (2009). *Art Therapy Techniques and Applications*. London and Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers.
- Buelga, S., Musitu, G., Vera, A., Avila, E., y Arango, C. (2009). *Psicología Social Comunitaria*. México: Trillas.
- Bui, A. (2014). *Art Therapy: The Movie* [Documentary]. United States: KICKSTARTER.
- Burns, R.C. (1990). *A guide to family-centered circle drawings*. New York: Brunner/Mazel.
- Burt, H. (1996). Beyond practice: A postmodern feminist perspective on art therapy research. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 13(1), 12-19.
- Bush, J. (1997). *The Handbook of School Art Therapy: Introducing Art Therapy into a School System*. Springfield, IL: Charles C. Thomas 373.
- Caerio, M. (2007). *Guía práctica de la Carrera Investigadora en Bellas Artes*. Galicia, España: Universidad de Vigo.
- Cairns, R. B, Cairns B.D., (1994). *Lifelines and risks: pathways of youth in our time*. New York: Harvester Wheatsheaf.
- Camilleri, V. (2007). *Healing the Inner City Child: Creative Arts Therapies with at-risk Youth*. Philadelphia and London: Jessica Kingsley Publishers.
- Campbell, J. (1993). *Creative art in Group Work*. Oxford shire: Winslow Press.

- Campbell, J. (1999). *The handbook of art therapy*. London: Atheneum Press.
- Campbell, G. (2002). Art by art Therapists. *American Journal of Art Therapy*, 40, 280-289.
- Campbell, J., Liebmann M., Brook, F., Jones J. & Ward C. (2007). *Art Therapy, Race and Culture*. London and Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers.
- Canadian Art Therapy Association, (CATA), Canadá. [Referencia electrónica]. Consultada el 25 de marzo de 2006 en <http://www.catainfo.ca>
- Cane, F. (1951). *The artist in each of us*. London, England: Thames and Hudson.
- Cane, F. (1983). *The artist in each of us*. New York: Pantheon.
- Canfield, J. (Speaker). (1989). *How to build self-esteem* (Cassette Recording). Chicago: Nightingale Conant.
- Capacchione, L. (1992). *The Creative Journal for Teens*. California: New Castell.
- Carey, L. (Ed.) (2006). *Expressive and creative arts methods for trauma survivors*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Carrillo, R. & Tello, J. (1998). *Family Violence and men of color*. New York: Springer.
- Cartwright, L. (1999). *SCTDTM meditations: Neurological approaches to dream and art work*. Santa Fe, NM: Lee Cartwright.
- Casamayor, G. (Coord.). (1998). *Cómo dar respuesta a los conflictos*. Barcelona: Graó.
- Case, C., y Dalley, T. (Eds.) (1990). *Working with children in Art Therapy*. London: Tavistock/Routledge.
- Case, C. y Dalley, T. (1992). *The handbook of art therapy*. London: Tavistock/Routledge.

Cassou, M. (2001). *Point zero: Creativity without limits*. New York: Penguin Putnam Inc.

Centro de escritura Javeriano (Ed.). (2013). Normas APA. Cali, Colombia: Pontificia Universidad Javeriana. Recuperado de:
<http://portales.puj.edu.co/ftpcentroescritura/Recursos/Normasapa.pdf>

Chapman, L., Morabito, D., Ladakakos, C., Schreier, H., & Kundson, M. (2001). The effectiveness of art therapy interventions in reducing post-traumatic stress disorder (PTSD) symptoms in pediatric trauma patients. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 18(2), 100–104.

Cher.(1998). Strong enough (Cher). In *Believe* [CD]. United States: Warner Bros. Records.

Chin, R. J., Chin, M. M., Palumbo, P., Palombo, C., Bannasch, G., & Cross. P. M. (1980). Project Reach Out: Building social skills through art and video. *The Arts in Psychotherapy*, 7, 281- 284.

Chipp, H.B. (1995). *Teorías del Arte Contemporáneo: Fuentes artísticas y opiniones críticas*. Madrid: Akal.

Clark, A.; Clames H. y Bean, R. (2000). *Como se desarrolla la autoestima en los adolescentes*. Madrid: Debate.

Coca, P. (Et. al.) (2006). *Arte contemporáneo y educación un diálogo abierto*. Junta de Castilla y León.

Cohen, B., Barnes, M., & Malave, I. (1992). *Mother daughter revolution*. New York: Adison Wesley.

Cohen, B.M. & Cox, C.T. (1995). *Telling without talking: Art as window into the world of multiple personality*. New York: W.W. Norton.

- Cohen, G.D. (2000). *The Creative Age: Awakening the human potential in the second half of life*. New York: Avon Books.
- Cohen, J.A. Mannarino, A.P., & Deblinger, E. (2006). *Treating trauma and traumatic grief in children and adolescents*. New York: The Guilford Press.
- Cohen, L. y Marion, L. (1990). *Métodos de investigación educativa*. Madrid: La Muralla.
- Colás, P. y Buendía, L. (1992). *Investigación educativa*. Sevilla: Alfar.
- Cole, N. (1940). *The arts in the classroom*. Nueva York: John Day.
- Coll Espinosa, F.J. (Ed.) (2006a). *Arteterapia: Dinámicas entre creación y procesos terapéuticos*. Murcia: Universidad de Murcia.
- Coppersmith, S. (1967). *The Antecedents of Self-Esteem*. San Francisco: W.H. Freeman.
- Corbetta, P. (2007). *Metodología y técnicas de investigación social*. Madrid: Mc Graw Hill.
- Cyrulnik, B. (2001). *La maravilla del dolor*. Barcelona: Granica.
- Cyrulnik, B. (2004). *Del gesto a la palabra*. Barcelona: Gedisa.
- Cox, M. V. (1992). *Children's drawings*. London: Penguin Books.
- Crepaldi, G. (2006). *El Arte Moderno 1900-1945: La época de las vanguardias*. Barcelona: Electa.
- Crick, N. R., y Grotpeter, J. K. (1995). Relational aggression, gender, and social-psychological adjustment. *Child Development*, 66, 710- 722.
- Cornell, J. (2007). *Navigating the Imagination (1st edition)*. USA: Yale University Press

- D'Alessio, L. (1981). *Mudanzas* (Lupita D'Alessio). En *Mudanzas* [Casete]. México: EMI Music.
- Dalley, T. (1984). *Arte Como Terapia*. Barcelona: Herder.
- Dalley, T., Rifkind, G. & Terry, K. (1993). *Three Voices of Art Therapy, Client, Image, Therapist*. London: Routledge.
- Davies, C. A., DiLillo, D. & Martinez, I. G. (2004). Isolating adult psychological correlates of witnessing parental violence: findings from a predominantly Latin sample. *Journal of Family Violence*, 6, 369-378.
- Davis, E. (2012). *It's a Girl* [Documentary]. China & India: Shadow Line Films.
- De Bono, E. (1999). *Seis sombreros para pensar. Una guía de pensamiento para gente de acción*. Madrid: Granica.
- De Kalafe, D. (1987). *Señora, Señora* (Denisse De Kalafe). En *Mis 15 años en México*. [Casete]. México: EMI
- Delgado, J. M. y Gutiérrez, J. (coords.) (1998). *Métodos y técnicas cualitativas de investigación social*. Madrid: Síntesis sociológica.
- De la Sierra, S. y Ortiz Pradillo, J. C. (2011). *El derecho y la economía ante las mujeres y la igualdad de género*. Valladolid: LEX NOVA, S.A.U.
- Del Rincón, D., Latorre, A., Arnal, J. y Sans, A. (1995). *Técnicas de investigación en Ciencias Sociales*. Madrid: Dykinson.
- Deri, S. K. (1984). *Symbolization and Creativity*. New York: International Universities Press.
- Dewey, J. (1949). *El arte como experiencia*. México. Fondo de Cultura Económica.

- Diab, M. (2010). 678 [Documentary]. Egypt: Dollar Film.
- Díaz-Aguado, M. J. (1994). *Educación y desarrollo de la tolerancia. Programas para favorecer la interacción educativa en contextos étnicamente heterogéneos*. Madrid: Ministerio de Educación y Ciencia.
- Díaz-Aguado, M. J. (2005). *La violencia de los adolescentes como reflejo de la sociedad adulta. Congreso Ser Adolescente Hoy*. Madrid: FAD.
- Díaz Guerrero, R. (1975). *Psychology of the Mexican: Culture and personality*. Austin, Texas: University of Texas Press.
- Dokter, D. (Ed.) (1989). *Arts therapists, refugees and migrants: Reaching across the borders*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Dokter, D. (Ed.) (1994). *Arts therapies and clients with eating disorders*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Doty C. (2014). *101 Mixed Media Techniques: Master the fundamental concepts of mixed media art*. Irving, CA: Walter Foster Publishing
- Doler, D. (Ed.) (1999). *Art therapy, race and culture*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Dollard, J., Doob, L. W., Miller, N. E., Mowrer, O. H., & Sears, R. R. (1939). *Frustration and aggression*. New Haven. Yale University Press.
- Domínguez-Toscano, P. (2004): *Arteterapia: Principios y ámbitos de aplicación*. Sevilla: Editorial Gráficas Gilmo S.L.
- Donnellan, M. B. Trzesniewski, K. H. Robins, R. W. Moffitt, T. E. Caspi, A. (2005). Low Self-Esteem is related to Aggression, Antisocial Behavior and Delinquency. *American Psychological Society*, 16 (4).

- Dorsch, F. (1996). *Diccionario de Psicología*. Barcelona: Herder.
- Dubuffet, J. (1992). *El Hombre de la calle ante la obra de Arte*. Madrid: Debate.
- Durkheim, E. (1976). *Educación como socialización*. Salamanca: Sígueme.
- Du Toit, A.S., Grobler, H.D., & Schenck, C.J. (1998). *Person-centered communication: Theory and practice*. Johannesburg: International Thomson Publishing.
- Dwivedi, K.N. (1993). *Group work with children and adolescents: A handbook*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Eco, U. (1991). *Como se hace una tesis. Técnicas de Investigación*. España: Gedisa Editorial.
- Edward, B. (1997). *Drawing of the right side of the brain*. Los Angeles: Jeremy Tarchers.
- Edwards, D. (2004). *Art Therapy*. London: Sage.
- Eisner, E. (1995). *Educar la visión artística*. Barcelona: Paidós.
- Eisner, E. (2004). *El ojo ilustrado. Indagación cualitativa y mejora de la práctica educativa*. Barcelona: Paidós.
- Eisner, E. (2010). *El arte y la creación de la mente: el papel de las artes visuales en la transformación de la conciencia*. Barcelona: Paidós.
- Ellis, A. (1994). *Reason & Emotion in Psychotherapy*. New York: Carol Publishing.
- Elliot, J. (2000). *La investigación-acción en educación*. Madrid: Morata.
- Enzensberger, H. M. (1992). *La gran migración*. Madrid: Anagrama.

- European Consortium for Arts Therapies Education (ECArTE), Europa. [Referencia electrónica]. Consultada el 8 de marzo de 2008 en <http://ecarte.info>
- Fernández Ríos, L. y Rodríguez, F. J. (2002). La prevención de la violencia: Hechos y mitos. *Psicothema*, 14 (supl.), 147-154.
- Foa, E. B., Keane, T. M., Friedman, M. J., & Cohen, J. A. (2008) (2nd Ed). *Effective Treatments for PTSD: Practice Guidelines of the International Society for Traumatic Stress Studies*. New York: Guilford Press.
- Fischer, E. (2001). *La necesidad del arte*. Barcelona: Península.
- Flores Vela, C. (2007). *Manejos de Temores con Dibujos: Una técnica con programación neurolingüística*. México: Panorama.
- Franklin, A. (1967). Respect. I never love a man the way I love you [Cassete]. United States: Atlantic Records.
- Freire, M. (1991). *The Juggling Cultures*. London: Intercommunity Health Centre London and Ontario.
- Fundación Jumex Arte Contemporáneo [Referencia electrónica]. Consultada el 5 de febrero de 2012 desde <http://fundacionjumex.org>
- Furth, G. M. (1992). *El secreto mundo de los dibujos: sanar a través del arte*. Barcelona: Luciénaga.
- Ganim, B. (1999). *Art and Healing: Using Expressive Art to Heal your Body, Mind, and Spirit*. New York: Three Rivers Press.
- Gardner, H. (1997). *Arte, mente y cerebro. Una aproximación cognitiva a la creatividad*. Barcelona: Paidós

- Gardner, H. (1987b). *Estructuras de la mente. La teoría de las inteligencias múltiples*. México: Fondo de Cultura.
- Gardner, H. (1994). *Educación artística y desarrollo humano*. Barcelona: Paidós.
- Gardner, R. A. (2002). *Sex abuse trauma? or trauma from other sources?* New York: Creative Therapeutics.
- Garaigordobil, M. (2000). *Intervención psicológica con adolescentes. Un programa para el desarrollo de la personalidad y la educación en derechos humanos*. Madrid: Pirámide.
- Gaynor, G. (1978). I will survive. En *Love Tracks* [Cassete]. United States: Polydor.
- Garrido, V. y López, M. J. (1995). *La prevención de la delincuencia: el enfoque de la competencia social*. Valencia: Tirant lo Blanch.
- Geen, R. G. (2001). *Human aggression* (2a ed.). Philadelphia: Open University Press.
- Geller, D. (Director and Producer), & Golfine, D. (Director and Producer). (2006). *Kids of Survival: The Art and Like of Tim Rollins + K.O.S.* [DVD]. United States: Amazon.
- Genasci, S. & Velasco, D. (1990). *Trouble Harvest* [Documentary]. United States: WMM. Women Make Movies Films by and about Women.
- Gibson, B. (Director), Chapin, D., & Krost, N. (Producers). (1993). *What Love got to do with it* [DVD]. United States: Buena Vista Pictures.
- Giddens, A. (1991). *Sociología*. Madrid: Alianza.
- Gilroy, A. (2006). *Art Therapy, Research and Evidence-based Practice*. London: Sage Publications.
- Gilroy, A., Tipple R. & Brown C. (2012). *Assessment in Art Therapy*. London: Rutledge.

- Ginberg, L. (1984). *Psicoanálisis de la migración y el exilio*. Madrid: Alianza.
- Glouberman, D. (1999). *El Poder de la imaginación*. Barcelona: Urano.
- Goodman, L., Smyth, K. F., and Banyard, V. (2010) Beyond the 50 minute hour: Increasing control, choice and connections to improve the mental health of poor women. *American Journal of Orthopsychiatry* 80 (1), 3-11.
- Goodman, L, Fels, K. and Glenn, C. (2006). *No Safe Place: Sexual Assault in the Lives of Homeless Women*. Harrisburg, PA: VAWnet, a project of the National Resource Center on Domestic Violence, Pennsylvania Coalition Against Domestic Violence, vawnet.org.
- Goleman, D. (1996). *Inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós.
- Golub, D. (2005). Social Action Art Therapy. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 22(1), 17-23.
- Gómez, M. J. (2006). *La investigación educativa: claves teóricas*. Buenos Aires: Ediciones Troquel.
- Goleman, D. (1999). *La práctica de la inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós.
- Gottfredson, M. R., y Travis H. (1990). *A General Theory of Crime*. Stanford, CA: Stanford University Press.
- Gottlieb, B.H. (1981). *Social networks and social support*. Beverly Hills: Sage Publications.
- Graeme C, F. (2003). *Arte, educación y diversidad cultural*. Barcelona: Paidós.
- Graves, S. (1994). *Expression of healing*. Van Nuys, CA: New Castle.
- Greenwald, R. (2005). *Child trauma handbook: A guide for helping trauma-exposed children and adolescents*. New York: The Haworth Reference Press.

- Grinberg, L., & Grinberg, R. (1989). *Psychoanalytic Perspectives on Migration and Exile*. New Haven: Yale University Press.
- Grinberg, L. y Grinberg, R. (1993). *Identidad y cambio*. Buenos Aires: Paidós.
- Groth-Marnat, G. (2003). *Handbook of psychological assessment* (4th ed). Hoboken, NJ: John Wiley and Sons.
- Guasch, A. (2001). *Los manifiestos del arte posmoderno*. Madrid: Akal.
- Gutiérrez Pérez, R. y Martínez García, L. (2002). *Las artes plásticas y su función en la escuela*. Málaga: Aljibe.
- Guzmán, A. (1993). Yo te esperaba. En *Libre* [CD]. México: BMG Ariola.
- Hagood, M. M. (2000). *The Use of Art in Counselling Child and Adolescent Survivors of Sexual Abuse*. London: Jessica Kingsley.
- Hanes, M.(1982). *Art therapy and group work: an annotated bibliography*. Westport Conn: Greenwood Press.
- Harry, A. (2011). *Land Gold Women* [Documentary]. United Kingdom: Mumbai Based Vivek Agrawal.
- Harter, S. (1999). *The construction of the self*. New York: Guilford Press.
- Harvey, S. (1989). Creative Arts Therapies in the Classroom: A Study of Cognitive, Emotional, and Motivational Changes. *American Journal of Dance Therapy*, 11 (2).
- Hauser, A. (1975). *Fundamentos de la sociología del arte*. Madrid: Labor.
- Hausner, L. y Schlosberg, J. (2000). *Enseña a tu hijo a ser creativo*. Barcelona: Oniro.

- Henson, K. T. y Eller, B. F. (2000). *Psicología educativa para la enseñanza eficaz*. Madrid: International Thomson Editores.
- Heredia Zubieta, C. (Mayo-Junio, 2011) La migración Mexicana y el debate en los Estados Unidos. A la sombra del Tea Party. *Revista Nueva Sociedad*. Recuperado de http://www.nuso.org/upload/articulos/3779_1.pdf
- Herman, J. (2004). *Trauma y recuperación: Como superar las consecuencias de la violencia*. Madrid: Editorial España Calpe.
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, L. (1994). *Metodología de la Investigación*. México: Mc. Graw Hill.
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C. y Baptista Lucio, P. (2005). *Fundamentos de metodología de la investigación*. México: McGraw-Hill Interamericana.
- Herrero, J. B., Musitu, G. y Gracia, E. (1995). Autoestima y depresión: relaciones directas versus indirectas. *Revista de Psicología Social*, 10, 191-204.
- Harrison, H.(2007). *Mixed-Media Collage: An Exploration of Contemporary Artists, Methods, and Materials*. USA: Quarry Books.
- Hidalgo, A. (2014). *Vanishing Borders.Four Women.Different Cultures* [Documentary]. United States: Sabana Grande Productions.
- Hinz, L. (2009). *Expressive therapies continuum: A framework for using art in therapy*. New York, NY: Taylor &Francis Group.
- Hofstede, G. (1980). *Culture's consequences: international differences in work-related values*. Beverly Hills, CA: Sage.
- Hogan, S. (2012). *Revisiting Feminist Approaches to Art Therapy*. New York & Oxford: Berghahn.

- Hotaling, G. T., Finkelhor, D., Kirkpatrick, J. T., & Strauss, M. A. (Eds.).(1988). *Family Abuse and its Consequences: New directions in Research*. Newbury Park, CA: Sage.
- Mora, F. (2013). *Neuroeducación: sólo se puede aprender aquello que se ama*. España: Alianza Editorial.
- Hirigoyen, M. F. (2006). *Mujeres maltratadas: los mecanismos de la violencia en la pareja*.Madrid: Ediciones Paidós-Colección Contextos.
- Howard, R. (1990). Art Therapy as an isomorphic intervention in the treatment of a client with posttraumatic stress disorder. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 28, 79–86.
- Hustvedt, S. (2010). *La mujer temblorosa*. Barcelona: Anagrama.
- Hyland, C. M. (2010).*Materials and Media in Art Therapy*. London: Routledge.
- ICA The Institute of Contemporary Art Boston [Referencia electrónica]. Consultada el 25 de febrero de 2010 desde <http://www.icaboston.org>
- Instituto Nacional de Geografía (2003). *Violencia doméstica en México*. México, D.F.: INEGI.
- Institute of the Toronto Art Therapy (TATI), Canadá [Referencia electrónica]. Consultada el 16 de julio de 2010 en <http://www.tati.on.ca>
- Irish Association of Creative Arts Therapists (IACAT), Ireland [Referencia electrónica]. Consultada el 16 de julio de 2006 desde <http://www.iacat.ie>
- Israeli Creative and Expressive Arts Therapies Association, (I.C.E.T/YAHAT), Israel [Referencia electrónica]. Consultada el 26 de marzo de 2011 en <http://www.yahat.org>

- Jackson, M. & Richie, L. (1985). We are the World (Super Group USA for Africa) In We are the World [Vinyl record]. USA: Columbia Records.
- Jenning, S. (Ed.) (1979). *Terapia Creativa*. Buenos Aires: Kapelusz.
- Johnson, D. W. y Johnson, R. T. (1999). *Cómo reducir la violencia en las escuelas*. Buenos Aires: Paidós.
- Jones, J. G. (1997). Art Therapy with a Community of Survivors. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 14 (2) 89-94.
- Jones, P. (2005). *The Art Therapies. A revolution in healthcare*. New York: Brunner-Routledge.
- Junge, M.B. y Asawa, P.P. (1994). *A history of Art therapy in the United States*. Mundelein, IL: American Art therapy Association.
- Junge, M. B. (2010). *The modern history of art therapy in the United States*. Springfield, Illinois: Charles C. Thomas.
- Kalff, D.M. (1980). *Sandplay*. Boston: Sigo Press.
- Kalmanowitz, D., & Lloyd, B. (eds) (2005). *Art Therapy and Political Violence*. London & New York: Routledge.
- Kaplan, H. I. & Sadock, B. J. (1998). *Terapia de grupo*. Madrid: Editorial Médica Panamericana.
- Kaplan, F. (2000). *Art, science, and art therapy: Repainting the picture*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Kaplan, F. (ed) (2007). *Art Therapy and Social Action*. London & Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers.

- Kardiner, A. (1945). *El individuo y su sociedad*. México: Fondo de Cultura Económica.
- Kareem J., & Littlewood R. (1992). *Intercultural Therapy: Themes, Interpretations and Practice*. London: Blackwell Science.
- Kazdin, A.E. (1998). *Research design in clinical psychology*. Boston: Allyn and Bacon.
- Kerr, C., & Hoshino, J. (2007). *Family Art Therapy: Foundations of Theory and Practice*. New York, NY: Routledge.
- Keys, A. (2007). Superwomen (Alicia Keys). En *Alicia Keys. As I am* [DVD]. United States: Sony Music Entertainment.
- Khan, C. (1978). I am Every Woman (Khan Chaka). En *Chaka* [CD] United States: Warner Bros. Record.
- Kivel, P., & Creighton, A. with The Oklanda Men's Project. (1997). *Making the Peace: a 15-Session Violence Prevention Curriculum for Young People*. California: Hunter House Publisher
- Klee P. (1994). *Bosquejos pedagógicos*. Caracas: Editorial Arte.
- Klorer, G. P. (2005). Expressive therapy with severely maltreated children: Neuroscience contributions. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 22(4), 213–220.
- Klein, J. P. (2006). *Arteterapia: una introducción*. Barcelona: Octaedro, 2006.
- Kramer, E. (1958). *Art therapy in a children's community*. Springfield, IL: Charles C Thomas.
- Kramer, E. (1982). *Terapia a través del arte en una comunidad infantil*. Buenos Aires: Kapeluz.

- Kramer, E. (2000). *Art as therapy*. London: Jessica Kingsley Publisher.
- Kymlicke, W. (1995). *Ciudadanía multicultural*. Barcelona: Paidós Estado y Sociedad.
- Krueger, R. A. (1991). *Focus Groups: A Practical Guide for Applied Research*. Beverly Hills, California: Sage.
- Kunsthall Rotterdam [Referencia electrónica]. Consultada el 5 de Enero de 2008 desde <http://www.kunsthall.nl>
- Kunstmuseum Bern [Referencia electrónica]. Consultada el 25 de febrero de 2012 desde <http://www.kunstmuseumbern.ch>
- Lahey, B.B. (1999). *Introducción a la psicología*. Madrid: McGraw-Hill.
- Landgarten, H. B. (1987). *Family Art Psychotherapy: A clinical guide and casebook*. Levittown, PA: Brunner/Mazel.
- Landgarten, H. (1991). *Clinical Art Therapy*. New York: Brunner/Mazel.
- Landgarten, H. B. (1993). *Magazine Photo Collage: A multicultural assessment and treatment technique*. New York, NY: Taylor & Francis.
- Larroyo, F. (1982). *Historia general de la Pedagogía*. México: Porrúa.
- Levick, M. F. (1983a). *They could not talk and so they drew. Children's styles of coping and thinking*. Springfield, IL: Charles C. Thomas.
- Levine, S. y Levine, E. (1999). *Foundations of expressive arts therapy: Theoretical and clinical perspectives*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Levine, P. (1992). *The body as healer: Transforming trauma and anxiety*. Lyons, CO: Author.

- Lev-Wiesel, R., Kacen, L. y Epstein, R. (2004). The Husband-Wife Relationship as Reflected in the Drawings of Battering Husbands. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 21(4) 219-225.
- Liebmann, M. (Ed.).(2008). *Art Therapy and Anger*. New York: Guilford Press.
- Liebmann, M. (Ed.).(1996). *Arts Approaches to Conflict*. London & Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers.
- Liebmann, M. (2005). *Art Therapy for Groups. A Handbook of Themes and Exercises*. London & Philadelphia: Routledge.
- Linesch, D. (Ed.) (1993). *Art therapy with families in crisis*. New York: Brunner/Mazel.
- Llera Suárez, E. y Guibert Reyes, W. (2000). Las terapias con recursos artísticos. Su utilidad en la atención primaria de salud. *Revista Cubana de Medicina general integral*, 16(3), 285-294.
- Longinoto, K. (2010). *Pink Saris* [Documentary]. United Kingdom & India: HBO.
- López Fernández Cao, M (coord.) (2000). *Creación artística y mujeres. Recuperar la memoria*. Madrid: Narcea.
- López Fernández Cao, M. (coord.)(2006). *Creación y posibilidad. Aplicaciones del arte en la integración social*. Madrid: Fundamentos.
- López Fernández Cao, M. (2011). *Memoria, ausencia e identidad*. Madrid: Eneida.
- López Fernández Cao, M. y Martínez Díez, N. (coord.) (2004). *Arteterapia y educación*. Comunidad de Madrid.
- López Fernández Cao, M. y Martínez Díez, N. (2006). *Arteterapia. Conocimiento interior a través de la expresión artística*. Madrid: Tutor S. A.

Lorente Acosta, M. (2001). *Agresión a la mujer: realidades y mitos*. Barcelona: Editorial Ares y Mares.

Lorente Acosta, M. (2001). *Mi marido me pega lo normal*. Barcelona: Editorial Ares y Mares.

Lowry, R., Sleet, D., Duncan, C., Powell, K. y Kolbe, L. (1995). Adolescent at Risk for Violence. *Educational Psychology*, 7, 7-39.

Lowenfeld, V. y Brittain, W. (1993). *Desarrollo de la capacidad creadora*. Buenos Aires: Kapelusz,

Lusebrink, V. B. (2004). Art Therapy and the Brain: an attempt to understand the underlying processes of art expression in therapy. *Journal of the American Art Therapy Association*, 21, 125-135.

Lutzker (Ed.), *Handbook of child abuse research and treatment* (pp. 319–340). New York, NY: Plenum Press.

Lyddiatt, E.M. (1971). *Spontaneous painting and modeling: A practical approach in therapy*. Nueva York: St. Martin's Press.

Making, S. (2000): *Therapeutic Art Directives and Resources: Activities and Initiatives for individuals and Groups*. London and Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers.

Malchiodi, C. (1998). *The Art Therapy Sourcebook*. New York: McGraw Hill.

Malchiodi, C. (1997). *Breaking the Silence: Art therapy with Children from Violent Homes*. New York: Editorial Routledge.

Malchiodi, C. (2002). *Handbook of Art Therapy*. New York: Guilford Press.

- Malchiodi, C. (2004). Art Therapy and Career Counseling: Strategies for Art Therapy Job Seekers. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 22(1), 30-37.
- Malchiodi, C. (2008). *Creative Interventions with Traumatized Children*. New York: Guilford Press.
- Malchiodi, C. (2008). *Handbook of Child Sexual Abuse: Prevention, Assessment, and Treatment*. New York: Wiley.
- Malchiodi, C. (2008). *Trauma informed art therapy with sexually abused Children*. Paris: Goodyear-Brown.
- Malchiodi, C., & Miller G. (2011). *Domestic Violence and Art Therapy*. New York: Guilford Press.
- Malchiodi, C. (2012). *Art Therapy and Health Care*. New York: Guilford Press.
- Marín Viadel, R. y De la Torre, S. (1991). *Manual de Creatividad*. Barcelona: Vicens Vives.
- Marín Viadel, R. (Ed.) (2003). *Didáctica de la Educación Artística*. Madrid: Pearson Educación.
- Martínez Díez, N. (2006b). Investigaciones en curso sobre arteterapia en la Universidad Complutense de Madrid. *Arteterapia: Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social*, 1, 45-67.
- Martínez Díez, N. y López Fernández Cao, M. (2009). *Pintando el mundo. Artistas latinoamericanas y españolas*. Madrid: Horas y horas.
- Martínez Díez, N. y López Fernández Cao, M. (2004). *Arteterapia y educación*. Consejería de Educación. Comunidad de Madrid.

- Martínez Díez, N. y López Fernández Cao, M. (eds.) (2009). *Reinventar la vida: el arte como terapia*. Madrid: Eneida.
- Martínez Díez, N., Rigo Vanrell, C. y López Fernández Cao, M.(1999). *Educación artística y pedagogía crítica. Situación actual de la enseñanza de las Artes Visuales en España*. Madrid: MEC.
- Martínez Díez, N., Rigo Vanrell, C. y López Fernández Cao, M. (1998). “La educación artística antes los retos sociales del siglo XXI”. *Tendencias pedagógicas*, 2, 185-200.
- Margolin, G. y Gordis, E. B. (2000). The effects of family and community violence on children. *Annual Review of Psychology*, 51, 445-479.
- Martorell, J. L. (1996). *Psicoterapias: escuelas y conceptos básico*. Madrid: Ediciones Pirámides, S. A.
- Maslow, A. (1990). *La personalidad creadora*. Barcelona: Kairós.
- Máster de arteterapia de la Universidad Complutense, Madrid. [Referencia electrónica]. Consultada el 20 de junio de 2008 en http://www.ucm.es/info/crea/Doc_master.htm
- Marshalls, C. & Rossman, B. (2010). *Designing Qualitative Research*. USA: SAGE Publications, Inc.
- Mathews, J. (2002). *El arte de la Infancia y la adolescencia: la construcción del significado*. Barcelona: Paidós.
- May, R. (1975). *The courage to create*. Nueva York: Bantam Book.
- McAlister-Groves, B. (2003) *Children Who See Too Much: Lessons from the Child Witness to Violence Project*. Boston: Beacon Press.

- McCloskey, M. S., Noblett, K. L., & et al. (2008). Cognitive-behavioral therapy for intermittent explosive disorder: A pilot randomized clinical trial. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 76* (5), 876.
- McKay, M., & Fanning, P. (1987). *Self-Esteem*. New York: MJF Books.
- McLean, J. (2008). The Art of Inclusion. *Canadian Review of Art Education: Research and Issues, 35*, 75-98.
- McMillan, J.H. y Schumacher, R. (2005). *Investigación educativa*. Madrid: Pearson Addison Wesley.
- McNamee, C. M. (2004). Using both sides of the brain: Experiences that integrate art and talk therapy through scribble drawings. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association, 23*(3), 136–142.
- McNiff, S. (1992). *Art as Medicine: Creating a Therapy of the Imagination*. Boston: Shambhala Publications Inc.
- McNiff, S. (1998a). *Art-Based Research*. London: Jessica Kingsley Publisher.
- McWhirther, J. (1998). *At-risk youth: a comprehensive response*. California: Brooks/Cole.
- Men Can Stop Rape (MCSR) (2000). *Speaking with Men about sexism and sexual violence: Training packet*. Washington, DC: Author.
- Milne, D. (1999). *Social Therapy*. New York: Willey.
- Moccio, F. (1994). *El taller de las terapias expresivas*. México: Paidós.
- Moon, B. (2006). *The Dynamics of Art as Therapy with Adolescents*. Springfield, Illinois: Charles C. Thomas Publisher LTD.
- Mora, F. (2002). *Cómo funciona el cerebro*. Madrid: Alianza Ensayo.

- Mora, F. (2013). *Neuroeducación: sólo se puede aprender aquello que se ama*. España: Alianza Editorial.
- Moschini, L. (2005). *Drawing the line: Art therapy with the difficult client*. Hoboken, N.J.: J. Wiley.
- Mundhra, J. (Director), & Muralimanoohar, S. (Producer). (2006). *Provoked* [DVD]. United Kingdom: Private Moments LTD.
- Museo de Arte Contemporáneo de Monterrey MARCO [Referencia electrónica].
Consultada el 15 de Mayo de 2009 desde <http://www.marco.org.mx/index.pl?i=235>
- Museo Universitario de Arte Contemporáneo [Referencia electrónica]. Consultada el 2 de Junio del 2010 desde <http://www.muac.unam.mx>
- Museo de Arte Moderno [Referencia electrónica]. Consultada el 13 de Junio del 2008 desde <http://www.museoartemoderno.com>
- Museo Tamayo Arte Contemporáneo [Referencia electrónica]. Consultada el 17 de febrero de 2009 desde <http://www.museotamayo.org>
- Museo Franz Mayer [Referencia electrónica]. Consultada el 6 de Agosto del 2010 desde <http://www.franzmayer.org.mx>
- Museo Nacional del Prado [Referencia electrónica]. Consultada el 5 de Octubre del 2008 desde <https://www.museodelprado.es>
- Murphy, J. (2001). *Art Therapy with Young Survivors of Sexual Abuse: Lost for Words*. London: Routledge
- National Coalition of Creative Art Therapies Associations (NCCATA), Estados Unidos.[Referencia electrónica]. Consultada el 12 de julio de 2010 en <http://www.nccata.org>

- Naumburg, M. (1947). *Studies of the free art expression of behavior problem children and adolescents as a means of diagnosis and therapy*. Nueva York: Collage Press.
- Naumburg, M. (1978). *La terapia artística: su alcance y función en Tests Proyectivos Gráficos de E. F. Hammer*. Buenos Aires: Paidós.
- Naumburg, M. (1987). *Dynamically oriented art therapy: its principles and practices: Illustrated with three case studies*. Chicago: Magnolia Street Publisher.
- Navarrete, M. J. (2009). *Sociedad, cultura y cambio en América Latina*. Perú, Lima: Universidad Ricardo Palma
- Neuman, W.L. (2000). *Social research methods: qualitative and quantitative approaches* (4th ed). Boston: Allyn & Bacon.
- Northern Ireland Group of Art Therapist (NIGAT), Irlanda. [Referencia electrónica]. Consultada el 12 de abril de 2011 en <http://www.nigat.org>
- Nucho, A. (1995). *Spontaneous Creative imagery: Problem- Solving and Life-Enhancing Skills*. Springfield, Ill.: Charles Thomas.
- Ojeda, M. y Serrano, A. (2008). Una visión sobre la violencia de género [Versión electrónica]. *Arteterapia: Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social*, 3, 157-164.
- Ojeda García, A., Bailón Martínez, C. & García Crispín, G. (2013). *GAAAT y Manejo de Emociones: Una propuesta con Arte Terapia para aprender a manejar estresores en Migrantes Latinos en los Estados Unidos*. México: Organización Internacional de Migración.
- Omaha, J. (2004). *Psychotherapeutic interventions for emotion regulation*. New York: W.W. Norton & Company.

- Omenat García, M. (2006) Arteterapia: una experiencia de grupos de apoyo a mujeres [Versión electrónica] Arteterapia: Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social, *1*,137-148.
- Pain, S., y Jarreau, G. (1995). *Una psicoterapia por el arte. Teoría y técnica*. Buenos Aires: Ediciones Nueva Visión.
- Perry, K. (2013). Choose your battles. En *Prism* [DVD]. United States: Capitol. Virgin EMI.
- Perry, K. (2013). Roar. En *Prism* [DVD].United States: Capitol. Virgin EMI.
- Pelletier S. (2013) *Collage, Paint, Draw: Explore Mixed Media Techniques and Materials*. USA: ARTISTNETWORK.COM
- Pick, S., Contreras, C., & Barker-Aguilar, A. (2006). Annals of the New York Academy of Sciences Violence and exploitation against women and girls. Volume 1087. New York, NY: Wiley Editions.
- Plowman, R. (2012). *The Collage Workbook: How to Get Started and Stay Inspired*. USA: Lark Crafts.
- Portenier, G. (2006) *Killer's Paradise* [Documentary].Canada: BBC.
- Posner, M.I. & Rothbart, M.K. (2007b). *Educating the Human Brain*. Washington DC: APA Books.
- Portillo, L. (2001). *Señoritas Extraviadas. Missing Young Women* [Documentary]. United States: Balcony Booking and Releasing.
- Pujadas, J. J. (1992). *El Método biográfico: el uso de las historias de vida en ciencias sociales*.Madrid: CIS.

- Rabkin N. & Redmond R. (2004). *Putting the arts in the picture: reforming education in the 21st century*. Chicago: Columbia College.
- Rabin, M. (2003). *Art Therapy and Eating Disorders. The Self as Significant Form*. New York: Columbia University Press.
- Rankin, A. B., & Taucher, L. C. (2003). A task oriented approach to art therapy in trauma treatment. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 20, 138–147.
- Read, H. (1973). *Educación por el arte*. Barcelona: Paidós.
- Reasoner, R. (2002, 5 de Febrero). *Review of Self-Esteem research*. Recuperado de la página de la web de The National Association for Self-Esteem: <http://www.self-esteem-nase.org>
- Redeman, L. (2003). *La imaginación como fuerza creativa*. Barcelona: Herder.
- Redondo, A. (2000). *Pintar con las palabras*. Madrid: Edebé.
- Reticker, G., (Director), & Disney, A., (Producer). (2008). *Pray the Devil back to Hell* [DVD]. United States: THIRTEEN and Fork Film.
- Rico Caballo, L. e Izquierdo Jaén, G. (2010). Arte en contextos especiales. Inclusión social y terapia a través del arte. Trabajando con niños y jóvenes inmigrantes [Versión electrónica]. *Arteterapia: Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social*, 5, 153-167.
- Rico Caballo, L. (2011). *Ventillarte: Arteprosocial. En arte, intervención y acción social*. Madrid: UCM.
- Rico Caballo, L. (2012). *Frente a la maldición de Babel. Arte, terapia y migraciones*. Madrid: Psicosomática.

- Riley, S. (1992). *Art Therapy with families who have experienced domestic violence*. Chicago: Magnolia Street Publisher.
- Riley, S. & Malchiodi, C.A. (1994). *Integrative approaches to family art therapy*. Chicago: Magnolia Street Publishers.
- Riley, S. (1999). *Contemporary Art Therapy with Adolescents*. London and Philadelphia: Jessica Kingsley publisher.
- Rigo Vanrell, C. (2004). Sensibilización medioambiental a través de la educación artística. Tesis doctoral. Madrid: UCM.
- Rigo Vanrell, C. (2006). Educación artística y medioambiental. *Educación artística y arte infantil*, 161-168. Madrid: UCM.
- Rodríguez Gómez, G. (Et. Al) (1999). *Metodología de la investigación cualitativa*. España: Algive.
- Robbins, A. (1987). *The artist as therapist*. New York: Human Sciences Press.
- Robbins, A. & Sibley, L. B. (1976). *Creative art therapy*. New York: Brunner/Mazel.
- Robinson, K. (2014) *Explore Mixed Media Collage: Innovative Layering Techniques*. USA: North Light Books
- Rodríguez, J. (1958). *El arte del niño*. Madrid: Consejo Superior de Investigaciones Científicas.
- Rogers, C. (1978). *Orientación psicológica y psicoterapia*. Madrid: Narcea.
- Rogers, N. (1993). *The creative connection: Expressive arts as healing*. Palo Alto, CA: Science & Behavior Books.
- Rojas, E. (2006). *Adiós a la depresión*. Madrid: Temas de hoy.

- Rojas Marcos, L. (1996). *Las semillas de la violencia*. Madrid: S.L.U Espasa Libros
- Romito, P. (2007). *Un silencio ensordecedor. La violencia ocultada contra la mujer y niños*. Madrid: Montesinos.
- Rose, D. (1980). I am coming out (Diana Rose). Diana [Vinyl record]. United States: Motown
- Ross, C. (2004). *Something to Draw: on Activities and Interventions using an Art Therapy Approach*. London: Jessica Kingsley Publisher.
- Rothschild, B. (2000). *The body remembers*. New York: W.W. Norton & Company.
- Rubin, J. A. (2011). Art Therapy: A Universal Language for Healing [Documentary]. United States: Media Inc.
- Rubin, J. A. (1984). *The Art of Art Therapy*. New York: Bunner/Mazel Publishers.
- Rubin, J. A. (1998). *Art therapy: an introduction*. Philadelphia: Brunner/Mazel.
- Rubin, J. A. (Ed.) (2001). *Approaches to art therapy: Theory & Technique* (2nded). New York: Brunner-Routledge.
- Rubin, J. (2009). *Introduction to Art Therapy*. Londres: Routledge.
- Rubin, J. A. (2011). *The art of art therapy: what every art therapist needs to know* (2nded). New York: Routledge.
- Rubin, J. A. (2011). Art Therapy has many faces [Documentary]. United States: Media Inc.
- Ruiz Olabuenaga, J. (1999). *Metodología de la investigación cualitativa*. Bilbao: Universidad de Deusto.

- Saldaña, C. (2001). *Detección y prevención en el aula de los problemas del adolescente*. Madrid: Pirámide.
- Sbandi, P. (1990). *Psicología de grupos*. Barcelona: Herder.
- Samuels, M. y Rockwood, M. (2000). *Creatividad curativa*. Buenos Aires: Vergara.
- Sandle, D. (1998). *Development and diversity: New applications in art therapy*. London: Free Association Books.
- Sanford, L. T., & Donovan, M. E. (1984). *Women and Self-Esteem*. St. Paul: Penguin Books.
- Schwake S. (2012). *Art Lab for Kids: 52 Creative Adventures in Drawing, Painting, Printmaking, Paper, and Mixed Media-For Budding Artists of All Ages (Lab Series)*. Beverly, Massachusetts: Quarry Books
- Schroder, D. (2005). *Little Windows into Art Therapy: Small Opening for Beginning Therapists*. London and Philadelphia: Jessica Kingsley Publisher.
- Scurfield, R. M., & Platoni, K. T. (Eds.). (2013). *Healing war trauma: A handbook of creative approaches*. New York & London: Routledge.
- Segura, C. & Marquina, A. (1999). *Hacia la no-violencia. Una cuestión de educación*. Madrid: Sanz y Torres.
- Silver, R. A. (1976). Using art to evaluate and develop cognitive skills. *American Journal of Art Therapy*, 16(1), 11-19.
- Silver, R.A. (1978). *Developing cognitive y creative skills through art*. Baltimore, MD: University Park Press.
- Singh, A. (2001). Art Therapy and Children: A case study on domestic violence. M.A. Research Paper. Concordia University Libraries: spectrum Research Repository.

- Simon, R. (1997). *Symbolic images in Art as Therapy*. London: Routledge.
- Simone, N. (1965). Feeling good (Nina Simone). In *Put a Spell on Me* [Vinyl record]. United States: Phillips.
- Skaife, S. & Huet, V. (1998). *Art Psychotherapy Groups. Between pictures and words*. London: Routledge.
- South African Network of Arts Therapies Organizations (SANATO), Claremont, Western Cape, Suráfrica [Referencia electrónica]. Consultada el 15 de julio de 2010 desde <http://www.nrf.ac.za/timr>
- Springer, S.P. y Deutsch, G. (1989). *Left brain, right brain*. New York: W. H. Freeman and Company.
- Steele, W., & Raider, M. (2001). *Structured sensory intervention for traumatized children, adolescents and parents-strategies to alleviate trauma*. New York: The Edwin Mellen Press.
- Stenn, D. (2007). *Girl 27* [Documentary]. United States: TLR Productions.
- Stepney, S. (2004). *Art therapy with Students at Risk: Introducing Art Therapy into an Alternative Learning Environment for Adolescents*. Springfield, Illinois: Charles C. Thomas Publisher LTD.
- Stronach-Buschel, B., & Hurvitz-Madsen, L. (2006). Strengthening connections between mothers and children: Art therapy in domestic violence shelter. *Journal of Aggressions, Maltreatment and Trauma*, 13 (1) 87-108.
- Süess, A. (2006). El arte como herramienta de transformación social: Proyectos comunitarios. *Revista de Arte-Terapia y Artes. Encuentros con la Expresión*, 1, pp.70- 75.
- Suman, F. (2002). *Mental Health, Race and Culture*. (2nd.ed.) Basingstoke: Palgrave.

- Sonheim, C. (2010). *Drawing Lab for Mixed-Media Artists: 52 Creative Exercises to Make Drawing Fun (Lab Series)*. Beverly, Massachusetts: Quarry Books
- Stewart D. (2015). *Abstract Art Painting: Expressions in Mixed Media*. Cincinnati, OH: North Light Books.
- Strauss, A. y Corbin, J. (2002). *Bases de la investigación cualitativa*. Colombia: Contus.
- Sweig, T. L. (2000). Women healing women: Time limited, psycho-educational group therapy for childhood sexual abuse survivors. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 17(4) 255-264.
- TATE Britain [Referencia electrónica]. Consultada el 25 de Junio de 2012 desde (<http://www.tate.org.uk/learn/online-resources/glossary/m/mixed-media?entryId=434>)
- Talwar, S. (2006). Accessing traumatic memory through art making: An art therapy trauma protocol (ATTP). *The Arts in Psychotherapy* 34 (2007) 22–35
- Taylor, B. (2001). *Arte hoy*. Madrid: Akal.
- Taylor, S. J. y Bogdan, R. (1992). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación*. Barcelona: Paidós.
- Timbal-Duclaux, L. (1998). *Escritura creativa. Técnicas para liberar la inspiración y métodos de redacción*. Madrid: Edaf.
- Tizon, J. y et al. (1993). *Migraciones y salud mental*. Barcelona: P.P.U.
- Trevi, G. (2013). *Mujer maravilla (Gloria Trevi)*. De película. México: Universal Music Group.
- Twain, S. (1997). *Man! I feel like a woman (Shania Twain)*. Come on Over. United States: Mercury Nashville.

- Uhlen, D. M. (1978). Assessment of violent prone personality through art. *British Journal of Projective Psychology & Personality Study*, 23(1)15-22.
- Ulman, E. & Dachinger, P. (1975). *Art Therapy in Theory and Practice*. New York: Schocken Books.
- Ulman, E. & Levy, C. (Eds.) (1981). *Art therapy viewpoints*. New York: Schocken Press.
- Ulman, E. & Siegel, J. M. (1996). Traumatic events and physical health in a community sample. *Journal of Traumatic Stress*, 9, pp. 703-720.
- Van Lith, T. (2008). A Phenomenological Investigation of Art Therapy to Assist Transition to a Psychosocial Residential Setting. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 25(1) 24-31.
- Vander Zender, J. M. (1994). *Manual de psicología social*. Barcelona: Paidós Básica.
- Vandiver, C. (2005). Using Art as Language in Large Group Dialogues: The TREC Model. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 22(1) 24-31.
- Verizon Foundation & The National Domestic Violence Hot Line (2011). *Monsters* [Video]. United States: Verizon Foundation.
- Verdugo, T. (2014). *Paint Mojo - A Mixed-Media Workshop: Creative Layering Techniques for Personal Expression* (Spi edition,) USA: North Light Books
- Virshup, E. (1978). *Right brain people in a left brain world*. Los Angeles, CA: Art therapy West.
- Virshup, E. (ed.) (1993). *California Art therapy trends*. Chicago: Magnolia Street Publishers.
- VICE.COM. (2013). *Mexico's Female Crime Journalist* [Documentary]. United States: VANGUARD.

- Van Zeller, M. (2011). *This (Illegal) American life* [Documentary]. United States: VANGUARD.
- Vicencio, J., & Torres, W. (2003). La familia, la pareja y la psicología social. Psicoterapia y familia. *Revista de la Asociación Mexicana de la Terapia Familiar*, 16 (1), 418-434.
- Vílchez, L. F. (1985). *Conflictos matrimoniales y comunicación*. Madrid: Narcea.
- Wade, G. (2000). *Hurting and healing: How to overcome the trauma of sexual abuse and rape*. Shaftesbury: Element.
- Waderson, H. (2000). *Art Therapy Practice: Innovative Approaches with Diverse Populations*. New York: Wiley.
- Waller, C. (1992). Art therapy with adult female incest survivors. *Art Therapy: Journal of the American Association of Art Therapists*, 9(3)135-138.
- Waller, D. (1992). *Art Therapy. A Handbook*. New York: McGraw-Hill
- Waller, D. (1993). *Group Interactive Art Therapy: Its Uses in Training and Treatment*. London: Routledge.
- Walker, L. (1979). *The Battered Woman*. New York: Harper & Row.
- Waderson, H. (2000). *Art Therapy Practice: Innovative Approaches with Diverse Populations*. New York: Hardcover.
- Walker, S., Richardson, D. S. y Green, L. R. (2000). Aggression among older adults: The relationship of interaction networks and gender role to direct and indirect responses. *Aggressive Behavior*, 26, 145–154.

- Wark, G. R. y Krebs, D. L. (1996). Gender and dilemma differences in real-life moral judgment. *Developmental Psychology*, 32 (2), 220-230.
- Weinribb, E.L. (1983). *Images of the self: The sandplay therapy process*. Boston: Gigo Press.
- Weyer, H. (2000). *La Boda* [Documentary]. United States: WMM. Women Make Movies Films by and about Women.
- Weyer, H. (2002). *Escuela* [Documentary]. United States: WMM. Women Make Movies Films by and about Women.
- White, K. (1988). *Superwomen*. Karyn White. United States: Warner Bros. Records.
- Wolf, N. (1992). *The beauty myth: How images of beauty are used against women*. New York: Harper & Row.
- Wolins, S. (1993). *The Resilient Self: How Survivors of Troubled Families Rise Above Adversity*. New York: Villard Books.
- Wood, M. (1998). *What is Art Therapy?* London & Nueva York: Routledge.
- Wittrock, M. C. (1989). *La investigación de la enseñanza II: Métodos cualitativos y de observación*. Barcelona: Paidós/MEC.
- Yates, M., & Pawley, K. (1987). Utilizing imagery and the unconscious to explore and resolve the trauma of sexual abuse. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 7, 36–41.
- Young, B. & Hammond W. (1995). *PACT: Positive Adolescent Choices Training. A model for violence prevention groups with African American youths*. United States: Research Press.

Zentrum Paul Klee [Referencia electrónica]. Consultada el 5 de febrero de 2012 desde <http://www.zpk.org/>

Zeki, S. (1999). *Inner vision: An exploration of art and the brain*. New York: Oxford University Press.

Ziadel, D. W. (2005). *Neuropsychology of art: Neurological, cognitive and evolutionary perspectives*. New York: Psychology Press.

Lista de figuras



Figura 231. Fotografía que representa el principio y el fin de la transformación de las participantes de los talleres. La mirada, su presente y la silueta de su cuerpo, su pasado listo para caminar hacia su nuevo futuro.
Fotografía de la investigadora.

Lista de figuras

Figura	Página
Figura 1. Rodríguez, A. (2007). <i>Gratitud</i> [Técnica mixta]	5
Figura 2. Aguilar, D. (2006). <i>La historia de mi inmigración</i> [Técnica mixta].....	7
Figura 3. Aguilar, D. (2012). <i>Fortaleza y creatividad</i> [Técnica mixta].....	9
Figura 4. Pérez, M. (2010). <i>Construyendo una vida sin violencia</i> [Técnica mixta].....	17
Figura 5. López, A., Gutiérrez, E. y Márquez, O. (2008). <i>El arte de la reconciliación</i> [Técnica mixta].....	27
Figura 6. Urrea, L., Martínez, C. y Pérez, M. (2008). <i>Pintando la paz.</i> [Técnica mixta].....	59
Figura 7. Aguilar, D.(2009). <i>Sin nombre I.</i> [Fotografía].....	63
Figura 8. Aguilar, D. (2012). <i>Libertad emocional</i> [Técnica mixta].....	83
Figura 9. Aguilar, D. (2010). <i>Duelos derivados de la inmigración según Achotegui</i> [Gráfico]	121
Figura 10. Perales, J. (2009). <i>Sin nombre II</i> [Técnica mixta]	153
Figura 11. Aguilar, D. (2008). <i>Pegando</i> [Fotografía].....	216
Figura 12. Romo, C.(2008). <i>Clara</i> [Técnica mixta].....	216
Figura 13. Aguilar, D. (2008). <i>Cortando</i> [Fotografía].....	216
Figura 14. Manríquez, A. (2008). <i>Ana</i> [Técnica mixta].....	216
Figura 15. Ramos, L. (2008). <i>Luz</i> [Técnica mixta].....	216
Figura 16. Yen L. (2008). <i>Lynn</i> [Técnica mixta].....	216
Figura 17. . Aguilar, D. (2008). <i>Mi collage</i> [Fotografía].....	216
Figura 18. Cortes, S. (2008). <i>Sandra</i> [Técnica mixta].....	216

Figura 19. Aguilar, D. (2008). <i>Nora</i> [Fotografía].....	216
Figura 20. Aguilar, D. (2009). <i>La paz</i> [Fotografía].....	220
Figura 21. Gonzales, Z. (2009). <i>Que viva la paz</i> [Técnica mixta].....	220
Figura 22. Ruiz, L. (2009). <i>Tranquilidad</i> [Técnica mixta].....	220
Figura 23. López, E. (2009). <i>Peace</i> [Técnica mixta].....	220
Figura 24. Aguilar, D. (2009). <i>Pintando</i> [Fotografía].....	220
Figura 25. Almada, M.(2009). <i>State of mind</i> [Técnica mixta].....	220
Figura 26. Bojórquez, R. (2009). <i>Let it be</i> [Técnica mixta].....	220
Figura 27. Aguilar, D. (2008). <i>Mi paz</i> [Fotografía].....	220
Figura 28. Aguilar, D. (2008). <i>Creando mi paz</i> [Fotografía].....	220
Figura 29. Aguilar, D. (2008). <i>Esperanza</i> [Fotografía].....	221
Figura 30. Aguilar, D. (2008). <i>Shalom</i> [Fotografía].....	221
Figura 31. Aguilar, D. (2008). <i>Paloma de la paz</i> [Fotografía].....	221
Figura 32. Pérez, L.(2007). <i>Sin vida</i> [Técnica mixta].....	224
Figura 33. Fuentes, D. (2007). <i>Fría</i> [Técnica mixta].....	224
Figura 34. Menéndez, M. (2007). <i>Soledad</i> [Técnica mixta].....	224
Figura 35. Rosas, M. (2007). <i>Terror</i> [Técnica mixta].....	225
Figura 36. Morales, Z. (2007). <i>Tormenta</i> [Técnica mixta].....	225
Figura 37. Vargas, A.(2007). <i>Inseguridad</i> [Técnica mixta].....	225
Figura 38. Piña, I. (2007). <i>Sin nada</i> [Técnica mixta].....	225
Figura 39. Montaña, J. (2007). <i>Fragilidad</i> [Técnica mixta].....	225
Figura 40. Arvizu, M. (2007). <i>Melancolía</i> [Técnica mixta].....	225
Figura 41. Núñez, O. (2007). <i>Miedo</i> [Técnica mixta].....	225
Figura 42. Prieto, M. (2007). <i>Vida partida</i> [Técnica mixta].....	225
Figura 43. Miranda, L. (2007). <i>Paciencia</i> [Técnica mixta].....	225

Figura 44. Aguilar, D. (2008). <i>Color</i> [Fotografía].....	229
Figura 45. Aguilar, D. (2009). <i>Sin violencia por favor</i> [Fotografía].....	229
Figura 46. Aguilar, D. (2009). <i>Puro amor</i> [Fotografía].....	229
Figura 47. Aguilar, D. (2009). <i>Juntos</i> [Fotografía].....	229
Figura 48. Aguilar, D. (2009). <i>Cooperación</i> [Fotografía].....	229
Figura 49. Aguilar, D. (2009). <i>Creación</i> [Fotografía].....	229
Figura 50. Aguilar, D. (2009). <i>Con cuidado por favor</i> [Fotografía].....	230
Figura 51. Aguilar, D. (2008). <i>Descansen en paz</i> [Fotografía].....	232
Figura 52. Aguilar, D. (2008). <i>Recuerdos de amistad</i> [Fotografía].....	232
Figura 53. Aguilar, D. (2008). <i>Scarlet</i> [Fotografía].....	232
Figura 54. Aguilar, D. (2008). <i>Abdula</i> [Fotografía]....	232
Figura 55. Aguilar, D. (2008). <i>Edwina</i> [Fotografía].....	232
Figura 56. Aguilar, D. (2008). <i>Recordándolos con amor</i> [Fotografía].....	233
Figura 57. Aguilar, D. (2011). <i>Árbol de la gratitud</i> [Fotografía].....	237
Figura 58. Aguilar, D. (2011). <i>Gracias por todo</i> [Fotografía].....	237
Figura 59. Aguilar, D. (2011). <i>Gracias</i> [Fotografía].....	237
Figura 60. Aguilar, D. (2011). <i>Gracias por mi familia</i> [Fotografía].....	237
Figura 61. Aguilar, D. (2011). <i>Gracias por mi salud</i> [Fotografía].....	237
Figura 62. Yépiz, M., Santiago, B. y Palomares, N. (2011). <i>El arte de la reconciliación</i> [Técnica mixta].....	240
Figura 63. Domínguez, S., Alameda, K. y Parada, A. (2011). <i>Reconciliación</i> [Técnica mixta].....	240
Figura 64. Sánchez, Z., Gonzales, T. y Yen, P. (2011). <i>Júbilo y reconciliación</i> [Técnica mixta].....	241
Figura 65. Zazueta, L. (2008). <i>Girasol</i> [Técnica mixta].....	244

Figura 66. Solís, I. (2008). <i>Sunflower</i> [Técnica mixta].....	244
Figura 67. Ayala, M. (2008). <i>Diente de león</i> [Técnica mixta].....	244
Figura 68. Duarte, P. (2008). <i>Tulipanes</i> [Técnica mixta].....	244
Figura 69. Limón, C. (2008). <i>Rosa roja</i> [Técnica mixta].....	244
Figura 70. Aguilar, D. (2011). <i>Help</i> [Fotografía].....	248
Figura 71. Aguilar, D. (2011). <i>No al castigo</i> [Fotografía].....	248
Figura 72. Aguilar, D. (2011). <i>Ama a tu familia</i> [Fotografía].....	248
Figura 73. Aguilar, D. (2011). <i>Stop</i> [Fotografía].....	248
Figura 74. Aguilar, D. (2011). <i>Una caricia</i> [Fotografía].....	248
Figura 75. Aguilar, D. (2011). <i>Call 911</i> [Fotografía].....	248
Figura 76. Aguilar, D. (2011). <i>Tolerancia</i> [Fotografía].....	248
Figura 77. Aguilar, D. (2011). <i>No a la violencia</i> [Fotografía].....	248
Figura 78. Flores, A.(2010). <i>Esto es paz</i> [Técnica mixta].....	251
Figura 79. Talamante, B. (2010). <i>Un mundo sin violencia</i> [Técnica mixta].....	251
Figura 80. Guzmán, L. (2010). <i>Viendo a través del caos</i> [Técnica mixta].....	251
Figura 81. Urrea, J. (2010). <i>Mi opinión sí importa</i> [Técnica mixta].....	251
Figura 82. Aguilar, D. (2011). <i>Diseñando</i> [Fotografía].....	251
Figura 83. Aguilar, D. (2011). <i>Pintando la paz</i> [Fotografía].....	251
Figura 84. Aguilar, D. (2011). <i>Creando</i> [Fotografía].....	251
Figura 85. Aguilar, D. (2011). <i>Mi mundo sin violencia</i> [Fotografía].....	251
Figura 86. Aguilar, D. (2011). <i>En busca de mi paz</i> [Fotografía].....	251
Figura 87. Suarez, P. (2007). <i>Wild/Calm</i> [Técnica mixta].....	254
Figura 88. Romo, R. (2007). <i>Mi explosión</i> [Técnica mixta].....	254
Figura 89. Llanos, K. (2007). <i>El chupacabras</i> [Técnica mixta].....	254
Figura 90. Polo, R. (2007). <i>Transformación</i> [Técnica mixta].....	254

Figura 91. Fuentes, P. (2007). <i>Me estoy quemando</i> [Técnica mixta].....	254
Figura 92. Zavala, G. (2007). <i>¿Quién soy?</i> [Técnica mixta].....	254
Figura 93. Espinoza, A. (2007). <i>El diablo</i> [Técnica mixta].....	254
Figura 94. Peinado, B. (2007). <i>La tormenta</i> [Técnica mixta].....	254
Figura 95. Ruiz, L. (2007). <i>Calma</i> [Técnica mixta].....	254
Figura 96. Ramos, L. (2011). <i>Lory</i> [Técnica mixta].....	257
Figura 97. Zazueta, L. (2011). <i>Lucy</i> [Técnica mixta].....	257
Figura 98. Llamas, M. (2011). <i>Marlene</i> [Técnica mixta].....	257
Figura 99. Fuentes, D. (2011). <i>Doris</i> [Técnica mixta].....	257
Figura 100. Flores, A. (2011). <i>Angelita</i> [Técnica mixta].....	257
Figura 101. Elías, M. (2007). <i>Minerva</i> [Técnica mixta].....	257
Figura 102. Palomares, M. (2007). <i>Mariangel</i> [Técnica mixta].....	258
Figura 103. Aguilar, D. (2009). <i>Colaboración</i> [Fotografía].....	261
Figura 104. Aguilar, D. (2009). <i>Decisión</i> [Fotografía].....	261
Figura 105. Aguilar, D. (2009). <i>Creación</i> [Fotografía].....	261
Figura 106. Aguilar, D. (2009). <i>Reflexión</i> [Fotografía].....	261
Figura 107. Aguilar, D. (2009). <i>Dolor</i> [Fotografía].....	261
Figura 108. Ramírez, V. et. al. (2011). <i>Amor sin dolor</i> [Técnica mixta].....	261
Figura 109. Olea, J. (2009). <i>We stand together as one</i> [Técnica mixta].....	264
Figura 110. Aguilar, D. (2009). <i>En armonía</i> [Fotografía].....	264
Figura 111. Pacheco, G. (2009). <i>We are the world</i> [Técnica mixta].....	264
Figura 112. Ruiz, M. (2009). <i>Big great family</i> [Técnica mixta].....	264
Figura 113. Llanos, C. (2009). <i>Mi mundo</i> [Técnica mixta].....	264
Figura 114. Acevedo, P. (2009). <i>All We need is love</i> [Técnica mixta].....	264
Figura 115. Aguilar, D. (2008). <i>Tocando para ti</i> [Fotografía].....	264

Figura 116. Flores, P. (2008). <i>World peace</i> [Técnica mixta].....	264
Figura 117. Aguilar, D. (2009). <i>Sin nombre I</i> [Fotografía].....	267
Figura 118. Aguilar, D. (2009). <i>Amor</i> [Fotografía].....	267
Figura 119. Aguilar, D. (2009). <i>Miedo</i> [Fotografía].....	267
Figura 120. Aguilar, D. (2009). <i>Mi amor</i> [Fotografía].....	267
Figura 121. Aguilar, D. (2009). <i>Tu amor</i> [Fotografía].....	267
Figura 122. Aguilar, D. (2009). <i>Dolor</i> [Fotografía].....	267
Figura 123. Aguilar, D. (2009). <i>Luz</i> [Fotografía].....	267
Figura 124. Vidal, S. (2009). <i>Sin nombre II</i> [Técnica mixta].....	267
Figura 125. Aguilar, D. (2007). <i>Nuestro escudo</i> [Fotografía].....	270
Figura 126. Moroyoqui, B. (2010). <i>Britary</i> [Técnica mixta].....	270
Figura 127. Álvarez, A. (2010). <i>Angela</i> [Técnica mixta].....	270
Figura 128. Félix, L. (2010). <i>Lucila</i> [Técnica mixta].....	270
Figura 129. Mares, H. (2020). <i>Hortensia</i> [Técnica mixta].....	271
Figura 130. Duarte, P. y et al. (2009). <i>Paz para todos</i> [Técnica mixta].....	273
Figura 131. Molina, E. y et al. (2009) <i>¿Paz?</i> [Técnica mixta].....	273
Figura 132. Anaya, M. y et al. (2009). <i>Soñando con la paz</i> [Técnica mixta].....	273
Figura 133. Palma, M. (2011). <i>Vivir</i> [Técnica mixta].....	275
Figura 134. Torres, U. (2011). <i>Confiar</i> [Técnica mixta].....	275
Figura 135. Romo, L. (2011). <i>Amar</i> [Técnica mixta].....	275
Figura 136. Espinoza, X. (2011). <i>Perdonar</i> [Técnica mixta].....	276
Figura 137. Almada, U. (2011). <i>Estudiar</i> [Técnica mixta].....	276
Figura 138. Peinado, E. (2011). <i>Vivir en paz</i> [Técnica mixta].....	276
Figura 139. Cruz, M. (2011). <i>Sonreír</i> [Técnica mixta].....	276
Figura 140. Espíndola, R. (2008). <i>Destrozada</i> [Técnica mixta].....	279

Figura 141. Pereira, G. (2008). <i>Rota</i> [Técnica mixta].....	279
Figura 142. Gómez, R. (2008). <i>No pasa nada</i> [Técnica mixta].....	279
Figura 143. Varela, Z. (2008). <i>Soy un Zombie</i> [Técnica mixta].....	279
Figura 144. Bose, A. (2008). <i>Ira y dolor</i> [Técnica mixta].....	279
Figura 145. Elizondo, A. (2008). <i>Estoy ciega</i> [Técnica mixta].....	279
Figura 146. Aguilar, D. (2008). <i>Caras de la violencias</i> [Fotografía].....	279
Figura 147. Salido, B. (2008). <i>Atrapada</i> [Técnica mixta].....	279
Figura 148. Aguilar, D. (2010). <i>Mis hijos I</i> [Fotografía].....	282
Figura 149. Rosas, A. (2010). <i>Mi salud</i> [Técnica mixta].....	282
Figura 150. Aguilar, D. (2010). <i>Mis hijos II</i> [Fotografía].....	282
Figura 151. Villalobos, I. (2010). <i>Equilibrio</i> [Técnica mixta].....	282
Figura 152. Valencia, L. (2010). <i>Fortaleza</i> [Técnica mixta].....	282
Figura 153. Borbón, K. (2010). <i>Poder</i> [Técnica mixta].....	282
Figura 154. Favela, U. (2010). <i>La música</i> [Técnica mixta].....	282
Figura 155. Orquídea, M. (2010). <i>Pasión</i> [Técnica mixta].....	282
Figura 156. Zapata, J. (2010). <i>Yo misma</i> [Técnica mixta].....	282
Figura 157. Villanueva, C. (2010). <i>Mi otro yo</i> [Técnica mixta].....	282
Figura 158. Aguilar, D. (2008). <i>Paz I</i> [Fotografía].....	285
Figura 159. Aguilar, D. (2008). <i>Paz II</i> [Fotografía].....	285
Figura 160. Aguilar, D. (2008). <i>Paz III</i> [Fotografía].....	286
Figura 161. Aguilar, D. (2008). <i>Relajación I</i> [Fotografía].....	286
Figura 162. Aguilar, D. (2008). <i>Paz IV</i> [Fotografía].....	286
Figura 163. Aguilar, D. (2008). <i>Paz V</i> [Fotografía].....	286
Figura 164. Aguilar, D. (2008). <i>Relajación II</i> [Fotografía].....	286
Figura 165. Aguilar, D. (2008). <i>La luz</i> [Fotografía].....	289

Figura 166. Aguilar, D. (2008). <i>Renacer</i> [Fotografía].....	289
Figura 167. Aguilar, D. (2008). <i>Fe</i> [Fotografía].....	289
Figura 168. Aguilar, D. (2008). <i>Apoyo</i> [Fotografía].....	289
Figura 169. Aguilar, D. (2008). <i>Tu nuevo hogar</i> [Fotografía].....	289
Figura 170. Aguilar, D. (2008). <i>Esperanza</i> [Fotografía].....	289
Figura 171. Aguilar, D. (2008). <i>Vida nueva</i> [Fotografía].....	290
Figura 172. Aguilar, D. (2008). <i>Seguridad</i> [Fotografía].....	290
Figura 173. Aguilar, D. (2008). <i>Las calaveritas I</i> [Fotografía].....	293
Figura 174. Aguilar, D. (2008). <i>La catrina y su catrín</i> [Fotografía].....	293
Figura 175. Aguilar, D. (2008). <i>Las calaveritas II</i> [Fotografía].....	293
Figura 176. Aguilar, D. (2008). <i>Pintando</i> [Fotografía].....	293
Figura 177. Aguilar, D. (2008). <i>Creando</i> [Fotografía].....	293
Figura 178. Aguilar, D. (2008). <i>El altar</i> [Fotografía].....	293
Figura 179. Aguilar, D. (2008). <i>Diseñando</i> [Fotografía].....	293
Figura 180. Iturbide, Y (2011). <i>Rodrigo</i> [Técnica mixta].....	296
Figura 181. Alcaraz, E. (2011). <i>Felipe</i> [Técnica mixta].....	296
Figura 182. Correa, D. (2011). <i>Antonio</i> [Técnica mixta].....	296
Figura 183. Osuna, G. (2011). <i>Juan</i> [Técnica mixta].....	297
Figura 184. Hermsillo, L. (2011). <i>C.J.</i> [Técnica mixta].....	297
Figura 185. Imuri, C. (2011). <i>Luis</i> [Técnica mixta].....	297
Figura 186. Castelo, P. (2011). <i>Pelagio</i> [Técnica mixta].....	297
Figura 187. Garrido, F. (2011). <i>Rigo</i> [Técnica mixta].....	297
Figura 188. Urrea, t. (2011). <i>David</i> [Técnica mixta].....	297
Figura 189. Arvizu, M. (2008). <i>En control I</i> [Técnica mixta].....	299
Figura 190. Aguilar, D. (2008). <i>Planeación</i> [Fotografía].....	299

Figura 191. Aguilar, D. (2008). <i>Reflexionando</i> [Fotografía].....	299
Figura 192. Aguilar, D. (2008). <i>Mi creación</i> [Fotografía].....	299
Figura 193. Aguilar, D. (2008). <i>En control II</i> [Fotografía].....	299
Figura 194. Aguilar, D. (2008). <i>Nicki en control</i> [Fotografía].....	300
Figura 195. Aguilar, D. (2008). <i>Yes I can</i> [Fotografía].....	300
Figura 196. Aguilar, D. (2008). <i>Respeto y control</i> [Fotografía].....	300
Figura 197. López, L. (2007). <i>Renaciendo</i> [Técnica mixta].....	302
Figura 198. Llanos, M. (2007). <i>Muriendo lento</i> [Técnica mixta].....	302
Figura 199. Félix, L. (2007). <i>Muerte con dolor</i> [Técnica mixta].....	303
Figura 200. Gonzales, U. (2007). <i>La caída</i> [Técnica mixta].....	303
Figura 201. Rojas, Z. (2007). <i>Levitando</i> [Técnica mixta].....	303
Figura 202. Domínguez, K. (2007). <i>Estoy muerta</i> [Técnica mixta].....	303
Figura 203. Sáenz, L. (2007). <i>The death</i> [Técnica mixta].....	303
Figura 204. Rio, D. y et al. (2012). <i>Resiliencia</i> [Técnica mixta].....	305
Figura 205. Aguilar, D. (2012). <i>Determinación</i> [Fotografía].....	305
Figura 206. Aguilar, D. (2012). <i>Creatividad</i> [Fotografía].....	305
Figura 207. Aguilar, D. (2012). <i>Paciencia</i> [Fotografía].....	305
Figura 208. Aguilar, D. (2012). <i>Fuerza</i> [Fotografía].....	305
Figura 209. Aguilar, D. (2012). <i>Dedicación</i> [Fotografía].....	306
Figura 210. Hernández, U., Fernández, I. y Serrano, K. (2012). <i>Amor</i> [Técnica mixta].....	306
Figura 211. Romo, N. (2008). <i>En busca de la paz</i> [Técnica mixta].....	308
Figura 212. Aguilar, D. (2015). <i>Edades de las participantes de los talleres</i> [Gráfico].....	310
Figura 213. Aguilar, D. (2015). <i>Características generales de las participantes de los</i>	

<i>talleres Gráfico]</i>	311
Figura 214. Aguilar, D. (2015). <i>Países de origen de las participantes de los talleres</i> [Gráfico].....	312
Figura 215. Aguilar, D. (2015). <i>Tipos de maltrato a los cuales las participantes de los talleres han sido expuestas</i> [Gráfico].....	313
Figura 216. Aguilar, D. (2015). <i>Tipos de violencia de los cuales las participantes de los talleres han sido víctimas</i> [Gráfico].....	314
Figura 217. Aguilar, D.(2015). <i>Diagnósticos de las participantes al inicio de los talleres al inicio de la investigación</i> [Gráfico].....	315
Figura 218. Aguilar, D. (2015). <i>Razones por las cuales las participantes de los talleres deciden ser parte de estos</i> [Gráfico].....	317
Figura 219. Aguilar, D. (2015). <i>Estrategias para la prevención de la violencia que desean aprender las participantes de los talleres</i> [Gráfico].....	318
Figura 220. Aguilar, D. (2015). <i>Número total de participantes de los talleres entre el año 2007 y 2012</i> [Gráfico].....	320
Figura 221. Aguilar, D. (2015). <i>Número total de talleres de arteterapia ofrecidos anualmente</i> [Gráfico].....	320
Figura 222. Aguilar, D. (2015). <i>Número de talleres de arteterapia ofrecidos anualmente en cada uno de los lugares donde se trabajó para esta investigación entre los años 2007 y 2012</i> [Gráfico].....	321
Figura 223. Aguilar, D. (2015). <i>Beneficios obtenidos de los talleres de arteterapia por sus participantes en el refugio de emergencia confidencial Renewal House reportados por los directivos y el personal del lugar</i> [Gráfico].....	322

Figura 224. Aguilar, D. (2015). <i>Beneficios obtenidos de los talleres de arteterapia por sus participantes en el centro comunitario Tobin Community Center reportados por los directivos y el personal del lugar</i> [Gráfico].....	323
Figura 225. Aguilar, D. (2015). <i>Beneficios obtenidos de los talleres de arteterapia por sus participantes en la escuela alternativa Henry Owen School reportados por los directivos y el personal del lugar</i> [Gráfico].....	324
Figura 226. Gonzales, Z. (2009). <i>Que viva la paz</i> [Técnica mixta].....	326
Figura 227. Guzmán, L. (2010). <i>Viendo a través del caos</i> [Técnica mixta].....	338
Figura 228. Gutiérrez, F. (2012). <i>Tratando de reconstruir mi futuro</i> [Técnica mixta]...	341
Figura 229. Aguilar, D. (2010). <i>Who? Me?</i> [Técnica mixta].....	351
Figura 230. Aguilar, D. (2013). <i>Búsqueda interminable</i> [Técnica mixta].....	363
Figura 231. Aguilar, D. (2007). <i>Principio y fin</i> [Técnica mixta].....	407
Figura 232. Aguilar, D. (2012). <i>Una tarde de verano en Boston</i> [Técnica mixta].....	419
Figura 233. Aguilar, D. (2013). <i>Deseos de salud, paz y felicidad</i> [Técnica mixta].....	425
Figura 234. Borrego, B (2010). <i>Violence and its consequences</i> [Técnica mixta].....	446

Resumen en inglés



Figura 232. Fotografía de la majestuosa ciudad de Boston mostrando su belleza arquitectónica y natural. Tomada una tarde de verano desde uno de los edificios más altos y emblemáticos de esta ciudad.

Fotografía de la investigadora.

Summary

Title: Art therapy and violence prevention for Latin American women in United States

Introduction: The main objective of this doctoral thesis work is about using art therapy as a therapeutic, educational, and violence prevention tool for Latin American immigrant women in the United States that have been or are victims of violence and are living at risk. The art therapy workshops designed for this research were developed in both a social and educational environment and carried out in an outreach setting in Boston Massachusetts over almost a 5 year period. The doctoral thesis research was conducted under the supervision of Dr. Phil Speiser, director of Whittier Street Health Center (WSHC), which is the only health center in Boston with an Art Therapy department emphasizing a violence prevention program in an outreach setting. Participants of the workshops were immigrants with and without proper documentation to be legally residing in the United States coming from Latin American countries such as Ecuador, El Salvador, Guatemala, Dominican Republic, Mexico, Peru, Honduras and Nicaragua. 100% live in neighborhoods with high crime and violence rates. 90% are members of dysfunctional families. 100% have experienced some type of abuse, either psychological or physical, in their homes or communities. 65% have a mental health problem. 90% have lost a loved one because of violence. 100% often experience feelings of loneliness, confusion or anger. 75% have unpredictable changes in their personality and commonly are not understood or accepted by their loved ones or their community. 100% don't like trying new things that can cause them to doubt their abilities.

Methods: The methodology used to carry out the doctoral thesis research is based an outreach approach, is qualitative and has been approached from the art not from the

psychology since the researcher comes from the field of fine arts. The art therapy workshops have a psychosocial and semi-directive approach. The art therapist also does not interpret the artwork of the participants, rather focuses on promoting communication to encourage the participants to describe their situation through their art. The workshops, developed in conjunction with WSHC, were offered in three different locations in the community. One location was Henry Owen School, an alternative school with a therapeutic learning environment designed to meet the needs of students with various physical and mental health needs. The young women who participated in the workshops for this research range in age from 18 to 21 years, have a criminal record and exhibit a variety of mental health needs. The second location for the violence prevention art therapy workshops was the Tobin Community Center, which is a social, educational, recreational and cultural center. The mission of the Center is to offer children, adolescents, young people, families and senior citizens programs and activities that contribute to the improvement of their lives within their community. The final location for the art therapy workshops was Renewal House, a confidential emergency shelter for women, men, adolescents and children seeking refuge from a domestic violence relationship. Following admittance into the shelter, residents remain at this confidential shelter for a minimum of 3 weeks. Residents of the shelter are in a time of transition such that they can leave after three weeks and new residents also can arrive during this transition time. Therefore, the art therapist must be prepared to adapt to the group settings as they often change. Art therapy workshop sessions were given in Spanish and available for everyone to attend. For reasons of security and confidentiality, public display of art was not possible for this group. However, there was an assigned place within the shelter to exhibit the artworks of the participants. Overall, the specific aims to carry out the objectives for the workshops were to encourage participants to identify and express their feelings; to motivate them to share

their experiences without fear of being judged; to use art as a therapeutic and educational tool to learn about violence prevention; to learn strategies to strengthen self-esteem, self-control and develop conflict resolution skills; to enjoy the creative process of artwork regardless of the final result; to release anxiety and anger safely through art; to relax while boosting their creativity and their imagination; to promote social skills, empathy and the awareness of their situation through individual and group activities.

Results: In each art therapy workshop, participants were provided with a safe and confidential space to give shape to their feelings and emotions necessary to become aware of their current or previous situation, break their silence, and ask for help to begin their self-recovery process. Because of this, it was possible to teach the participants the following strategies for violence prevention while at the same time strengthening their self-esteem. Through their creation of artwork and the creative process itself, participants were able to relax, lower their anxiety levels, lighten their frustration, express their pain and reduce their stress levels in a contained and harmless setting. Through the use of techniques such as collage, painting and mixed media, as well as the use of various other materials, the participants were able to break with their inhibitions releasing their fears of making mistakes, reassure their creativity, stimulate their senses, explore, experiment and enjoy the benefits that art provides just from the simple act of creating. During attendance to the workshops and also participating in group activities, the participants were able to break with their segregation, feel empathy towards others while being part of a group. In addition, they were able to collaborate, help, socialize, negotiate, resolve conflicts, and make decisions effectively that promote self-control and strengthen their positive identity and self-esteem. When possible, the display of their art via public art exhibits enabled the participants to educate the community about violence and its causes, while raising awareness about the consequences of violence and possible solutions for its prevention.

This act allows the participants to become positive role models to make change as individuals within their families and their community. While offering the workshops for violence prevention in an outreach setting where the majority of Latin American immigrants live, it was possible to raise awareness of the benefits that art therapy can offer such as understanding and healing psychological trauma caused by violence that perhaps is not possible to communicate using a conventional psychotherapy due to their inability to speak English or by being blocked from using language to break their silence and ask for help. Creativity, enthusiasm and appreciation were always present in each workshop, thanks to the participants. Moreover, the participants showed great gratitude to be valued, treated with respect and to have their opinions matter. The participants showed great appreciation to the fact that they were able to understand everything and to communicate fluently and freely interacting in their own language.

Conclusions: This doctoral thesis research work was intense and rewarding and made possible due to the following factors. First, the participants and their willingness to risk and reveal their situations and yet demonstrated a high level of resilience and tolerance towards suffering. Second, the research was conducted in the United States, which is one of four countries (including Great Britain, Canada and Israel) where art therapy is a recognized profession within the mental healthcare system. Third, art therapy is offered in Medical Centers, Hospitals, alternative schools, confidential shelters, nursing homes, rehabilitation and community centers, is professionally recognized and financially covered by Medicare and Medicaid in the state of Massachusetts. Last, it was made possible through WSHC, which established an outreach approach enabling the art therapist to conduct the workshops within the neighborhoods and communities where the participants live and in their native language of Spanish making both easy access and participation more likely. Through their artwork, the participants of these workshops reflect memories

and stories of sadness and pain. Regardless, the participants still possess enthusiasm and resilience to tell their stories with many colors and creativity while always looking forward to their recovery to find inner peace and longing to live a life without violence with their family and community. It is important to underline that art therapy is one tool of many used to address mental health problems stemming from violence. Moreover, the use of art therapy does not guarantee a full recovery. However, art therapy is an instrument that can promote psychological and overall well-being to those who voluntarily choose to benefit from it. Moreover, art therapy needs time, patience, perseverance and the duration of the treatment will also depend on the needs and situation of each individual. For the art therapist, being of Latin American origin and being able to communicate in the same language as the participants of the workshops and also understanding the cultural values, beliefs and the origins of their roots were factors that simplified and facilitated the union group process. Being able to offer the workshops within the participants' communities made it possible for the art therapist to gain a better understanding of their situation, as well as to being able to adapt the workshops to their real and current needs in each workshop. Having the economic support and psychological supervision from the Art Therapy department of WSHC facilitated the work of the art therapist and the participants, transforming the experience into something beneficial and enriching. In addition, by having the opportunity to attend to conferences, workshops, seminars, access to bibliography, served to benefit the enrichment of the content of the workshops provided by the art therapist. Last and most important, this doctoral thesis research work has been enriched by the teachings, experiences, publications and knowledge of the many teachers, professors and colleagues that have preceded the researcher and many other art therapists who work hard to contribute to this important discipline.

Anexos



Figura 233. Obra que plasma los deseos de felicidad de una mujer que desea poner los no tan gratos momentos atrás y comenzar una año nuevo que traiga salud, paz felicidad.
Fotografía de la investigadora.

Anexos 1

Formatos utilizados para la
recolección de datos de
esta investigación

Hoja de inscripción

Información de los participantes

Nombre: _____

Fecha de nacimiento: _____ Teléfono de contacto: _____

Dirección de casa: _____

Dirección de correo electrónico: _____

Numero de póliza del su seguro médico: _____

Información de los padres o tutores en caso de ser menores de edad

Nombres: _____

Relación: _____

Teléfonos de contacto _____

Direcciones: _____

Información de otros contactos en caso de emergencia

Nombre: _____

Relación: _____

Teléfonos de contacto _____

Nombre: _____

Relación: _____

Teléfonos de contacto _____

Nombre: _____

Relación: _____

Teléfonos de contacto _____

**Contrato de aceptación y de compromiso
para la participación voluntaria en los talleres de arteterapia
para la prevención de la violencia**

Yo _____, el día ____-____-_____ acepto de forma voluntaria participar en los talleres de arteterapia para la prevención de la violencia comprometiéndome también a crear paz en el aula donde se lleven a cabo los talleres, en mi comunidad y en mi hogar tratándome con respeto al igual que a mis compañeras; también me comprometo a asistir de forma puntual a las sesiones y me comprometo a seguir sus reglas de paz.

Mi firma

Firma del testigo

**Contrato de autorización para la utilización de fotografías,
identidad y videos para fines educativos, informativos y publicitarios**

Yo _____ autorizo el uso de mis fotografías y de las de mis obras al igual que el de los videos que han sido tomados durante el curso de los talleres de arteterapia para la prevención de la violencia ofrecidos en _____ del

_____ al _____ del año _____. Autorizo que tanto las fotografías como los videos sean editados, copiados, publicados y utilizados para propósitos educativos, informativos y publicitarios tales como: presentaciones para talleres y conferencias educativas, trabajos de investigación, reportes informativos y solicitud de patrocinios. Solicitado además que se pida mi autorización para el uso de fotografías y video que sean para otro propósito que no es mencionado en este contrato.

No hay ningún límite de tiempo sobre la validez de este comunicado no hay ninguna restricción o limitación geográfica en donde se pueda utilizar la síntesis en las que se utilicen mis fotografías personales y las de mi obra. Al firmar este contrato yo reconozco que he leído completamente y comprendido plenamente lo anteriormente dicho y renuncio a cualquier reclamación futura si se respetan mis peticiones

Nombre de la participante del taller _____

Firma _____ Fecha ____/____/____

Importante: Si este contrato es de una persona menor de 18 años se requiere que también sea firmado por uno de sus padres/tutores/representante legal

Firma _____ Fecha ____/____/____

Hojas de registro terapéutico grupal

Lugar: _____ Hora: _____ Fecha ____/____/____.

Nombres de las participantes: _____

Rango de sus edades: de _____ a _____.

Necesidades específicas del grupo:

Tema, consigna, técnicas y materiales:

Objetivos generales:

Desarrollo de la sesión:

Duración de la consigna:

Reacción de las participantes a la consigna:

Logros:

Desafíos:

Firma de la arteterapeuta _____

Encuesta inicial para las participantes de los talleres

Fecha ____ - ____ - ____

Nombre: _____ Edad: _____

Por favor utiliza la siguiente escala para evaluar de forma honesta cada una de las siguientes preguntas:

1: ninguno 2: bajo 3: promedio 4: alto 5: muy alto

1. Tu familia te ofrece apoyo, respeto y amor _____
2. Te consideras sobresaliente en la actividad de estudio o de trabajo que realizas _____
3. Te sientes segura en tu hogar/refugio/casa de acogida donde vives _____
4. Te sientes segura en el colegio/instituto/escuela en la que estudias _____
5. Te sientes segura en tu trabajo _____
6. Te sientes segura en tu barrio _____
7. Tus amistades con los que convives desempeñan roles positivos en tu comunidad _____
8. Tu familia establece reglas y consecuencias acorde a tu comportamiento y realmente supervisa tu desempeño _____
9. Tu colegio/instituto/refugio establece reglas y consecuencias acorde a tu comportamiento dentro de sus instalaciones _____
10. Las personas con los que convives o quienes se encargan de tu cuidado son personas responsables a quienes admiras y tienes como ejemplo a seguir _____
10. Tus maestros, padres y tutores te alientan para que hagas las cosas lo mejor posible _____
11. Colaboras o perteneces a alguna organización, institución o club de tu comunidad _____
13. Te parece importante ayudar a los demás _____
14. Defiendes tus creencias y tus valores _____
16. Te gusta hacer las cosas bien _____
17. Dices la verdad aunque a veces no sea fácil _____
18. Tomas decisiones sin ser presionada y aceptas la responsabilidad de tus actos _____

19. Consideras que es importante ser sexualmente activa, utilizar drogas o beber alcohol para poder ser popular_____
20. Tomas tus propias decisiones o te dejas influenciar por tus amigos_____
21. Crees en la amistad sincera y la valoras_____
22. Te sientes cómoda rodeada de personas de diferentes culturas, razas y de otras etnias_____
23. Resistes la presión cuando te quieren convencer para hacer algo que te pone en situaciones de riesgo_____
24. Resuelves tus conflictos de forma violenta_____
25. Crees que puedes controlar las cosas que te pasan_____
26. Consideras que tu autoestima es baja_____
27. Crees que tu vida tiene sentido_____
28. Ves tu futuro de manera optimista _____

Gracias por tus respuestas y por tu honestidad

**Hoja de evaluación con relación a los tipos de violencia a los cuales
las participantes de los talleres han sido expuestas**

Nombre _____ Edad _____

Localidad en la que vives _____ Ocupación: _____

Por favor contesta las siguientes preguntas de la manera más honestamente posible

1. ¿Cómo defines la violencia? _____

2. ¿Cómo ha afectado la violencia tu vida? _____

3. ¿Algunos de tus seres queridos han sido víctimas de la violencia? _____

4. ¿Algunos de tus seres queridos han muerto por causa de la violencia? _____

5. ¿Haz cometido algún acto de violencia? _____

Por favor utiliza la siguiente escala para evaluar y contestar cada una de las siguientes preguntas:

1: **nunca** 2: **algunas veces** 3: **siempre**

1. ¿Experimentas violencia en tu escuela? _____
2. ¿Experimentas violencia en tu comunidad? _____
3. ¿Experimentas violencia en tu hogar? _____
4. ¿Te sientes segura y respetada en tu hogar? _____
5. ¿Resuelven en tu hogar los problemas usando gritos y golpes? _____
6. ¿Puedes controlar tu ira y resolver tus conflictos de forma pacífica? _____
7. ¿Estas expuesta a la violencia o vives en situaciones de riesgo? _____
8. ¿Tratas de evitar involucrarte en situaciones o actos violentos? _____
9. ¿Sientes miedo e inseguridad en tu hogar, tu escuela o tu comunidad? _____

Si deseas agregar algo más por favor utiliza este espacio para dibujarlo o para escribirlo.

Gracias por tus respuestas y por tu honestidad
Evaluación final para las participantes de los talleres

Nombre: _____ Edad: _____ Fecha: ___/___/___

1. ¿Qué es lo más importante que has aprendido de los talleres de arteterapia para la prevención de la violencia?

2. ¿Qué ha sido lo que más te ha gustado de los talleres de arteterapia?

3. ¿Qué mejorarías de los talleres de arteterapia?

4. ¿Has puesto en práctica alguna de las estrategias para la prevención de la violencia, que has aprendido en estos talleres de arteterapia, en tu vida cotidiana? Si lo has hecho ¿Podrías describir una situación?

5. ¿Cómo crees que la experiencia de haber participado en estos talleres de arteterapia para la prevención de la violencia ha cambiado tu vida?

Por favor responde las siguientes preguntas con un **SI** o con un **NO**

- ¿Te sentiste cómoda expresándote y comunicándote a través del arte? _____
- ¿Pudiste fortalecer tus niveles de paciencia y disminuir tus niveles de frustración y de ansiedad a través de la creación de tu obra? _____
- ¿Pudiste expresar justamente lo que pensabas y lo que sentías a través del arte? _____
- ¿Aprendiste estrategias para relajarte y para reducir los niveles de estrés en estos talleres de arteterapia? _____
- ¿Pudiste comunicarte de forma no verbal con las demás participantes a través de la utilización de los colores, las formas, las imágenes y las texturas que componían cada una de tus obras? _____
- ¿Sentiste que tanto las participantes como la arteterapeuta tomaban en cuenta tus opiniones, te validaban y te respetaban? _____
- ¿Lograste aprender a manejar y a controlar tu ira, a dar resolución a tus conflictos de forma pacífica y a reconciliarte con las estrategias para la prevención de la violencia que aprendiste en estos talleres de arteterapia? _____
- ¿Aprendiste estrategias para fortalecer tu autoestima y tu identidad positiva a través de la arteterapia? _____
- ¿Volverías a participar en otro ciclo de talleres de arteterapia para la prevención de la violencia? _____

Por favor utiliza este espacio para dibujar, hacer un collage
o para escribir cualquier otra sugerencia o comentario sobre tu experiencia en estos talleres
de arteterapia para la prevención de la violencia.

Gracias por tus respuestas y por tu honestidad
Encuesta Inicial para los lugares que acogen los talleres

Fecha ____ - ____ - ____

Nombre de la institución _____

Nombre e información de contacto del director/directora de esta institución

Nombres y edades de las participantes de los talleres

Por favor utilice la siguiente escala para evaluar cada una de las siguientes preguntas:

1: **SI** 2: **MÁS O MENOS** 3: **NO** 4: **IRRELEVANTE**

- Considera importante la enseñanza de estrategias para la prevención de la violencia en esta institución _____
- Considera importante la enseñanza de herramientas para resolver conflictos de forma pacífica, para poder manejar y controlar la ira y para fortalecer el autoestima en esta institución _____
- Considera que la violencia de género y la violencia intrafamiliar afectan principalmente a la mujer y la niñez _____
- Se ha impartido algún programa para la prevención de la violencia basado en las artes en esta institución _____
- Se han presenciado actos violentos dentro de esta institución _____
- Algún miembro, directivo o personal de esta institución ha perdido a algún ser querido a raíz de la violencia _____
- Considera que a través de los talleres de arteterapia será posible crear conciencia sobre las consecuencias de la violencia y enseñar estrategias para su prevención _____

Por favor conteste las siguientes preguntas.

1. ¿Qué espera de estos talleres de arteterapia para la prevención de la violencia?

2. ¿Qué objetivos recomienda sean agregados a este programa?

3. ¿Cómo le gustaría que las participantes de los talleres y la arteterapeuta contribuyeran a crear paz en esta institución?

4. ¿Por qué cree que se eligió el arteterapia como la herramienta para enseñar estrategias para la prevención de la violencia en esta institución?

Por favor escriba a continuación las recomendación que considere necesarias para enriquecer estos talleres y con ellos las vidas de sus participantes y la situación de esta institución _____

Le agradecemos su participación y su honestidad

**Evaluación final para los directivos
de los lugares donde fueron acogidos los talleres**

Fecha: ___/___/___

Nombre de la institución _____

Nombre e información de contacto del director/directora de esta institución

Nombres y edades de las participantes de los talleres

1. ¿Qué fue lo que a los directivos y al personal de esta institución les gusto más sobre los talleres de arteterapia para la prevención? ¿Por qué?

2. ¿Qué considera ha mejorado o cambiado en el desempeño y el comportamiento de las participantes de los talleres de arteterapia?

3. ¿Qué mejorarías de estos talleres? ¿Por qué?

4. ¿Considera que las participantes han puesto en práctica algunas de las estrategias para la prevención de la violencia que han aprendido en estos talleres de arteterapia dentro de esa institución? Si lo han hecho ¿Podrías describir una situación en la cual las estrategias fueron utilizadas?

5. ¿Cómo cree que la experiencia de haber acogido estos talleres de arteterapia para la prevención de la violencia han mejorado la situación tanto de la institución como la de sus participantes?

Por favor responda las siguientes preguntas relacionadas al desempeño y la mejora de las participantes de los talleres con un **SI** o con un **NO**.

- ¿Considera que las participantes se sienten cómodas expresándose y comunicándose mediante el arte? _____
- ¿Pudieron mejorar sus niveles de paciencia, aprender estrategias para manejar su frustración y su ansiedad y resolver conflictos de forma pacífica a través del arteterapia? _____
- ¿Considera que las participantes de los talleres lograron expresar justamente lo que pensabas y lo que sentías a través del arte? ____
- ¿Considera que las participantes aprendieron estrategias para relajarse, concentrarse y reducir sus niveles de estrés a través del arteterapia? ____
- ¿Considera que las participantes de los talleres lograron aprender a manejar y a controlar su ira y a reconciliarse? ____
- ¿Considera que las participantes de los talleres lograron fortalecer su identidad y su auto estima a través de las estrategias que aprendieron mediante el arteterapia? ____

- ¿Volvería a repetir la experiencia de acoger estos talleres en esta institución? _____

Por favor utilice este espacio para dibujar, hacer un collage o para escribir cualquier otra sugerencia o comentario relacionado a su experiencia acogiendo estos talleres de arteterapia para la prevención de la violencia

Le agradecemos su participación y su honestidad

Anexo 2

Muestra del reporte
informativo trimestral de los talleres
de arteterapia en inglés



WHITTIER STREET HEALTH CENTER
Comprehensive. Compassionate. Community.

Art therapy in violence prevention

Trimestral final Report

November 2010 – February 2011



Figure 234. Violence and its consequences.

Photograph taken by the researcher.

“The most useful skills I learned in this program are skills to strengthen my self-esteem, how to prevent abuse in teen dating and all about domestic violence”... Taina, 19

The Arts Therapy Department at Whittier Street Health Center in partnership with Tobin Community Center successfully completed this fall/winter art therapy workshops for violence prevention serving young women from Boston’s most challenged communities in attendance from November 2010 to February 2011.

The participant’s profiles were compiled from pre/post surveys, questionnaires, and evaluations that were filled out by them at the beginning and end of the program

Approximately:

- 85% live with single parents
- 50% have lost a family member or friend to a violent act
- 100% have been exposed to violence either in their communities, schools or homes

“Violence affected me through physical contact and since then I have been living in and out of kid’s shelters, because of the abuse”...Shiprah, 19

These violence prevention art therapy workshops are designed to reach young, adult women, and adolescents who are exposed to or affected by violence.

This program incorporates both the creative arts and a peer leadership model to educate participants who are at risk, provide education on healthy life choices and teach life skills relevant to today’s teens.

Its goals are to improve problem solving and decision making skills, to promote positive lifestyle changes and to guide teen girls to reach their full potential.

These art therapy workshops endorse the concept of ‘prevention before intervention is needed’.

“During the art therapy sessions I get to talk about issues that concern me, I get my feelings out and I can paint and be creative”... Giselle, 19

Accomplishments

- The major accomplishment was the change presented in each participant’s ability to openly and freely express through the arts; asking for help, accepting emotional support, incorporating leadership skills, and practice problem solving skills.

- The violence prevention workshops were successfully developed at the Tobin Community Center, creating their 'Peace Zone' one day of the week, and at WSHC one more day.
- Strategies were discussed and implemented to make our community a healthier place utilizing the graphic arts and music as their creative tools.
- Strengthening self-esteem by submitting their artwork to Northeastern University Department of Public Health, Healthy Choices art contest.
- Attending the Mission Hill Public Library and Renewal House Annual Awareness Teen Domestic Violence event to learn strategies to build healthier relationships while they painted a mural with male and female teens from the community to support this cause.
- Caring for the less fortunate, donating their art pieces to Renewal House (<http://www.uuum.org>), a confidential/domestic violence shelter, as a symbol of support and admiration for the courage and the strength of the women who are residents in this facility.
- Performing in the Tobin Community Center in their Black History Month event singing with Maria Rose, the program music specialist.

“With art therapy I learned to stay safe
and to be a positive role model in my community”...

Shyri, 18

Actions to meet our objectives and goals

To meet our objectives and goals during our fall-winter sessions, the art therapy workshop for violence prevention provided a full range of arts-based educational workshops on violence prevention, healthy choices, tolerance and respect, anger management, and self – esteem.

The participants used the visual arts and music as a vehicle to express themselves on the road to self-discovery. Through art and music making, the girls, were able to tell their stories of how violence in their communities affects their “everyday” lives.

Two strong element of the curriculum were the music and the peer leadership model. Women, teen and girls from the Tobin Community Center after school program attended and contributed with their inspirational ideas on topics, such as, self-esteem and body image, and peace making strategies. These peer-to-peer sessions led to a powerful exchange of information by girls who share the same interests and attitudes. Each session focused on determining the impact of good or bad decisions on their lives. ‘Girl led’ group discussion were a place where the participants were able to help each other develop problem solving skills.

“Violence affected my life because I have been verbally abused. I watched people being verbally abuse and I live surrounded by violence in my community” ...Jada, 18

A key component during this fall/winter program was the outstanding job that Maria Rose, the music specialist did, utilizing her artistic talents, beautiful voice, and professionalism to motivate and teach:

- Breathing/relaxation techniques
- Positive body language

- Song writing skills to express themselves through music
- To use their voices to project a strong self-esteem
- Providing, a powerful outlet to release stress, while they were enjoying their singing lessons.

“Life is never as sweet as when I am helping someone else.

Working helping others is in one word...Fulfilling! It does have its challenges, but the rewards are well worth the time and effort. The transformation that I have seen in me and in other women, teens and girls as they gain confidence in themselves is exuberating, not only for them, but also for me and for those of us who work with them! It warms my heart, knowing that I may have a little something to contribute to the lives of others. Watching and feeling blossom right in front of my eyes, brings to mind a beautiful sunset...and all of the possibilities after so much has taken place...It's like looking Hope in the Eye.

It's a beautiful thing! I love it!"... Maria Rose, 40.

The creative arts and the therapeutic approach are considered an invaluable part of this program. Through collage, photography, singing, painting, and crafts even the most challenged individual was able to express herself without judgment. Each color, line, shape, word, and form illustrated each women story, and their unique qualities.

Some of the most popular art projects made by the workshop from the Fall/winter program are:

- Metamorphosis: Drawings about personal development for 2011.
- Recipes for a peaceful community: Identifying the elements that make our community peaceful.

- The seven steps to happiness: guidelines to finding happiness in difficult times.
- Peaceful moments portraits: portraits of peaceful and happy memories done after a guided meditation
- Peaceful flowers: transforming stress into beauty and peace
- Support nets: identifying and weaving our sources of support
- Peace flags: personal description of peace
- Wonder women pop portraits: portrait of women from past and present admired by the participants of the workshops
- Inside out collage: expressing through images and drawings what lies beneath the surface
- Vitamins for our self-esteem
- True love do not hurt mural
- Pieces of peace quilt
- In her shoes sculptures

“What I like the most about the program was the positive energy, the fun activities, the art and the singing and the companionship”.... Emily 21

Measures used to determinate our progress

The participants completed Pre and post surveys, questionnaires and final evaluations. Information gathered reflected how the participants cope with their needs and how the art therapy curriculum brought practical and concrete benefits to their lives.

As a means of sharing their sense of progress with their community, the participants of these violence prevention workshops organized a public art show and a singing performance, entitled “Through Our Eyes” where they displayed their stories, perspectives, and changes on canvas utilizing brushes and acrylic paint as a medium of expression. Their artwork contained images of what the participants felt they needed to exist in this world to make it a healthier place, while these same images gave viewers a peek at their adolescent perception of life. Also singing some song they sent their encouraging message to other youth, to remember they are beautiful inside and out and their future is in their hands, they just have to believe in themselves.

Through public feedback, we received valuable reaction regarding the importance of the program. Typical feedback received was strongly positive. For example, “This is such a powerful exhibit”, or “Remember you are the next generation and your voice makes a difference”. This also serves as a strong self-esteem builder for the girls.

“With art therapy I learn that I can have higher self-esteem and that
I can help other people”... Zulma, 19

Setbacks encountered during the period of this grant

- Transportation. The current funding for the program is not enough to provide for transportation for the participants. Because of this, some women, teen and girls missed sessions. This is unfortunate since consistency in attendance is paramount for the program to have a lasting benefit. Moreover, safe transportation is very important from the parents/guardians perspective.

“The art therapy workshops taught me leadership and companionship skills,
and how to improve my surviving skills”...Ninja,18

Collaborations

This season we successfully worked in partnership with:

- **The Tobin Community Center**
- **Renewal House Shelter for Domestic Violence Victims**
- **Whittier Street Health Center Domestic Violence Coordinator**
- **Parker Hill Public Library**

Each of these partners supported this program and shared their time, talents and care with its participants, as well as their stories of success; staff members and volunteers who have achieved their dreams of becoming productive and healthy individuals, being remarkable positive role models for the participants of these violence prevention art therapy workshops.

Anexo 3
Testimonios de visitantes
a las exhibiciones de
arte públicas

Testimonios de visitantes a las exhibiciones de arte públicas

- A través de la exhibición de arte puedo ver por todo lo que estas chicas han vivido en su corta edad. Las admiro.

Sable, 25 años

- Un trabajo maravilloso. Estoy orgullosa de saber que existen programas como estos en los que jóvenes de Boston aprenden a definirse a través del proceso de la creación de su obra.

Bárbara, 33 años

- Esta es una exhibición poderosa. Qué manera tan creativa y divertida para expresarse y sanar.

Timoteo, 24 años

- Este programa ofrece una manera sana de liberación. Ellas a través de la creación honesta y bella de su arte expresan lo que han vivido. Nunca hubiera sabido que chicas de esta edad en esta ciudad están pasando por este tipo de situaciones si no hubiera sido por esta exposición de arte. Su trabajo es importante, poderoso, honesto y real. Gracias por compartirlo.

Walter, 27 años

- La atmósfera de creatividad e imaginación que crean estas obras que representan los sueños, los miedos, las tristezas y las alegrías de estas chicas es imponente.

Donovan, 21 años

- Este tipo de exhibiciones trae vida y brillo a ésta clínica, necesitamos eventos y programas de esta tipo para que los pacientes se den cuenta de lo especiales que somos las mujeres.

Génesis, 19 años

- Esta exhibición muestra lo maravillosa que esta ciudad es a través de sus fotografías y de lo creativas que las mujeres que viven en ella los son pero lo más importante es que estas obras de arte crean conciencia de la violencia en la que vivimos. Este es un programa muy interesante.

Stacey, 23 años

- Esta exposición es creativa, bella y muy conmovedora.

John, 45 años

- Este es un trabajo muy interesante, me encanta ver como enseñan a la juventud a través del arte una manera positiva de expresarse.

Brandy, 32 años

- El tema que este programa trata es muy importante y la realidad en la que vivimos en esta comunidad. Creo que es una manera de concienciar y de abrir los ojos a la juventud y a la población en general de que la violencia está constantemente a nuestro alrededor y de que debemos unirnos para luchar para acabar con ella, ya que no respeta a nadie ataca a nuestros jóvenes, adultos, bebés, todos los días. Es importante que existan programas de este tipo que enseñen a las nuevas generaciones a romper con el círculo de la violencia y logremos vencerla.

Luciana, 25 años

- Poderosa, emocional y un recordatorio para todos los que apreciamos de lo valiosa que es la paz y la vida.

Jacob, 36 años

- Las imágenes de esta exhibición son tristes recuerdos y mensajes de la realidad en nuestra comunidad y del impacto que la violencia, la pobreza y otros problemas sociales están plagando los barrios urbanos. Estoy orgullosa de cada una de las

participantes de este programa por la sensibilidad, el coraje y el liderazgo que muestran a través de su obra.

Federica, 43 años.

- Buen trabajo esta es una exposición poderosa en la que muestran una alternativa más de enseñanza y diversión para mantener a nuestras mujeres alejadas de la violencia.

Cameron, 33 años

- Esta exposición nos muestra alternativas para difundir ideas reales para convertir nuestra comunidad en un lugar seguro y pacífico.

Dumas, 42 años

- Es maravilloso descubrir que existen mujeres tan fuertes, tan inteligentes y que se preocupan por su comunidad y lo muestran a través del arte que crean. Me siento orgulloso de todas ustedes.

Greg, 37 año

- Puedo ver el espíritu y la fortaleza de cada una de ustedes en sus obras. Gracias por compartirlas con nosotros.

Walter, 53 años

- La exhibición más creativa e inspiradora que he visto. Definitivamente puedo constatar que las chicas se benefician de programas como estos que utilizan el arte para que ellas se expresen y brillen aún más. Gracias a las personas que trabajan

con estas chicas porque realmente están logrando un cambio positivo en ellas. Su trabajo refleja honestidad, es real.

Laura, 45 años

- Gracias por hacer posibles programas como estos para las mujeres, están transformando sus vidas.

Pierce, 42 años

- Una inversión importantísima para las vidas de chicas adolescentes de la minoría, educándolas a través el arte para que se transformen y logren alcanzar las estrellas, ya que en este tipo de programas es donde las mujeres aprenden a creer en ellas mismas a no temer a seguir viviendo y a adquirir habilidades para transformarse en líderes. Gina 30 años

- A través de su obra nos transmiten actitud positiva, acción, respeto y conocimiento, felicidades y sigan adelante.

Anna, 28 años

- Las felicito por la valentía y su coraje para expresar lo que sienten y compartirlo con su nosotras a través de su arte.

Joseph, 32 años

- Ha sido una exhibición muy reveladora en la que a través de su creatividad han tocado fibras muy profundas de mi realidad como sobreviviente de la violencia. Gracias por tener el valor de compartir sus historias con nosotros.

Kelly, 55

- No sabía que hubiera tanta violencia en nuestra propia comunidad, gracias por informarnos y por ayudarnos a crear conciencia sobre la situación en la que vivimos. Es muy alarmante pero es alentador saber que existe estrategias para evitarla o bien para erradicarla.

Sofía, 32 años

- Por favor continúen con este trabajo tan hermoso y tan valioso. Necesitamos actividades como estas dentro de nuestras comunidades para que los jóvenes se

involucren en talleres como estos donde aprendan a valorarse y a mantenerse alejados de la violencia.

María, 56 años

- ¿Por qué no se ofrecen talleres como estos para niños, niñas y adolescentes? creo que sería muy beneficioso porque ellos son los más vulnerables ante esta epidemia de salud pública como la violencia.

Raúl, 45 años

- A través del arte han logrado comunicar y transformar sus experiencias tan dolorosas en enseñanzas para todos nosotros. Muchas gracias.

Pablo, 23 años

- No sabía que a través del arte se podía aprender sobre temas tan necesarios e importantes para nuestra sobrevivencia. Me ha parecido muy creativo y muy innovador. Muy buen trabajo.

Lucila, 41 años

- Nunca antes había asistido a una exhibición de arte y para mi esta ha sido muy especial porque narra las historias de mujeres como yo que han sido víctimas de la violencia de género e intrafamiliar y han encontrado el valor para aceptarlo, contarlo y ayudar a otros a que lo hagan a través de sus obras.

María José, 24 años