



MÁSTER UNIVERSITARIO EN ARTETERAPIA Y EDUCACIÓN ARTÍSTICA PARA LA  
INCLUSIÓN SOCIAL

OBSERVACIÓN Y EVALUACIÓN DE LA CORPOREIZACIÓN EN ARTETERAPIA:  
DISEÑO Y VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO EMOBAT

EMBODIMENT OBSERVATION AND EVALUATION IN ART THERAPY: DESIGN AND  
VALIDATION OF THE EMOBAT TOOL

CURSO: 2020 / 2021

ESPECIALIZACIÓN EN ÁMBITOS PSICOSOCIALES, CLÍNICOS Y EDUCATIVOS

OSPINA ANGULO, LILIANA

Convocatoria extraordinaria, julio, 2021

TUTORA: MARIÁN LÓPEZ FDZ. CAO

FACULTAD DE EDUCACIÓN, UNIVERSIDAD COMPLUTENSE DE MADRID

## Índice

1. Introducción	4
2. Marco teórico	5
3. Antecedentes	15
4. Objetivos	19
5. Metodología	20
5.1 Primera fase	21
5.1.1 <i>Observación participante no sistemática</i>	21
5.1.2 <i>Revisión sistemática de literatura</i>	22
5.1.3 <i>Grupo focal</i>	23
5.2 Segunda Fase	24
5.2.1 <i>Codificación de los datos</i>	24
5.2.2 <i>Diseño del instrumento</i>	25
5.3 Tercera fase: Validación del instrumento por expertas	26
5.4 Cuarta Fase: Elaboración de la versión final del instrumento EMOBAT	27
6. Desarrollo y Resultados	27
6.1 Desarrollo y Resultados de la Primera Fase	27
6.1.1 <i>Revisión sistemática de literatura</i>	27
6.1.2 <i>Observaciones no sistemáticas y grupo focal</i>	40
6.2 Desarrollo y Resultados de la Segunda Fase: Construcción del instrumento EMOBAT	42
6.3 Desarrollo y Resultados de la Tercera y Cuarta Fase: Validación por juicio de expertas y versión final del instrumento	44
7. Discusión	46
7.1 Justificación teórica del instrumento EMOBAT	46
7.2 Importancia de la corporeización en arteterapia	53
8. Conclusiones	58
9. Bibliografía	59
10. Anexos	65

## **Resumen**

Enmarcado dentro un nuevo paradigma que entiende al ser humano como una unidad mente-cuerpo indisociable, el objetivo de esta investigación fue diseñar y validar un instrumento de observación y registro de la corporeización de las/los clientes en arteterapia, que permita realizar una práctica más holística integrando la emoción, la cognición y el cuerpo en el desarrollo de los talleres. El proceso se llevó a cabo en cuatro fases, donde se realizó una revisión sistemática de la literatura, un grupo focal y observaciones no sistemáticas con dos casos, lo que permitió la construcción de un instrumento inicial que luego fue validado a través del juicio de expertas. La versión final del instrumento se sustentó por medio de la teoría, explicando cada uno de sus ítems y cómo se podrían analizar en la práctica. Debido a las limitaciones de tiempo y de acceso a grandes muestras, el instrumento no fue validado empíricamente, por lo que se propone como una línea futura de investigación.

**Palabras clave:** Corporeización, arteterapia, observación, instrumento, registro, cuerpo.

## **Abstract**

Within the frame of a new paradigm that considers human beings as inseparable mind-body entities, this investigation's objective was to design and validate an instrument for the observation and recording of the embodiment of the participants in art therapy workshops with the purpose of integrating emotion, cognition, and body in a more holistic practice. The research was carried out in four phases, in the first of which the relevant literature was reviewed, a focal group was set up, and unsystematic observations were made on two cases; a preliminary instrument was next designed and submitted to experts in the field for validation. The final version of the instrument was substantiated theoretically, explaining each item in it and how the instrument could be analyzed in practice. Since time limitations and lack of access to larger samples precluded the empirical validation of the instrument, further research is proposed.

**Key words:** Embodiment, art therapy, observation, recording, tool, body.

## 1. Introducción

El cuerpo y la mente han sido históricamente disociados. Durante siglos, los seres humanos andamos por el mundo tratando de crear una coherencia entre nuestro sentir, pensar y actuar, muchas veces con grandes dificultades para lograrlo debido a que se nos ha hecho creer que tenemos un cuerpo, el cual habitamos, y no que somos nuestro cuerpo y aquello que le sucede. Solo hasta hace unas pocas décadas hemos empezado a plantearnos un nuevo paradigma que nos unifica y empieza a establecer vínculos entre estas dimensiones de nuestro ser. Dicho paradigma se denomina “Embodiment”.

En arteterapia, esta nueva perspectiva sobre el ser humano como una unidad mente-cuerpo indisociable y en constante relación con el ambiente, cobra un papel fundamental, ya que la intervención artística apela directa y simultáneamente a la dimensión mental y corporal del individuo. Pareciera, sin embargo, que muchas veces nos enfocamos solo en el aspecto verbal, simbólico y formal del proceso creativo y de la obra a la hora de analizar, evaluar y plantear las líneas de acción pertinentes para cada caso. Por esta razón, el presente proyecto de investigación surge de preguntas como: ¿de qué manera se podría visibilizar más el cuerpo en el análisis de casos en arteterapia? Y ¿cómo incluir la información que obtenemos de él en la intervención? Llegando a la resolución de que la observación y el registro del cuerpo y sus dinámicas a lo largo de la sesión arteterapéutica es el punto de partida para integrarlo de forma consciente en nuestra práctica.

Aunque existen diversos instrumentos de observación y evaluación en arteterapia, aún hace falta una mayor sistematización en la evaluación, lo que dificulta realizar la investigación necesaria para el desarrollo de evidencias objetivas que aporten al cuerpo teórico-metodológico de la disciplina. Asimismo, la mayoría de los instrumentos se enfocan en los aspectos formales de la obra y no proporcionan indicadores puntuales de observación del cuerpo y el movimiento que faciliten el registro de dicha conducta aclarando cómo se interpreta en la sesión de arteterapia. Por esta razón, el presente proyecto describe el proceso de diseño y validación de contenido de un instrumento de registro de observación de la corporeización en arteterapia efectuado en cuatro fases. Este proceso se encuadra dentro de un marco teórico y empírico que explica los mecanismos del “embodiment” y su implicación en la arteterapia.

Asimismo, se tienen en cuenta las herramientas de registro de observación propias de la disciplina y los registros de observación más importantes en la danza movimiento terapia como antecedentes para el desarrollo del instrumento. En la discusión se pone en diálogo la versión final del instrumento con la teoría y se aborda una categoría emergente del grupo focal que explora la importancia de la corporeización para nuestra disciplina. Por último, en las conclusiones se mencionan los hallazgos más relevantes y se plantean las limitaciones del estudio, así como las líneas futuras de investigación.

## 2. Marco teórico

En la actualidad, la filosofía, la psicología y la forma como entendemos al ser humano en la vida cotidiana aún están marcadas por el paradigma cartesiano que, planteado dentro de un marco religioso-científico, intentaba explicar el funcionamiento del mundo sin poner en duda la existencia del alma. Con su famosa sentencia “cogito ergo sum” (pienso, luego existo), Descartes propuso que el alma, la cosa pensante, era una sustancia sin ningún componente material e independiente del cuerpo, pero que recibía las sensaciones de este y lo dirigía a través de acciones de voluntad. Bajo esta concepción emergió el concepto moderno de conciencia, que al entenderla como un objeto independiente que podía ser estudiado, hizo posible la aparición de la psicología como la ciencia que se ocupaba del estudio de la conciencia (Leahey, 2009).

Sin embargo, este marco dualista radical en el cual se entienden el cuerpo y la mente como dos agentes independientes, ha generado profundos problemas no solo en la psicología y el estudio del comportamiento humano, sino también en la educación, en la medicina y en la manera como comprendemos el mundo, explicamos nuestro sufrimiento y lo afrontamos. Como señala Damasio (1994), el error de Descartes es sugerir que el razonamiento, el juicio moral y el sufrimiento físico o emocional pueden existir separados del cuerpo. En las ciencias de la salud occidentales, una de las consecuencias de lo anterior, es que hasta hace muy poco se está empezando a establecer un vínculo entre las afecciones físicas y las emocionales, es decir, hasta ahora se está empezando a comprender cómo las enfermedades del cuerpo tienen consecuencias psicológicas y, a la inversa, cómo el conflicto psicológico tiene efectos sobre el cuerpo. Más allá de esto, Damasio (1994) propone que

(...) la mente no sólo debe moverse desde un cogitum no físico al ámbito del tejido biológico, sino que también debe relacionarse con un organismo completo, formado por la integración del cuerpo propiamente dicho y el cerebro, y completamente interactivo con un ambiente físico y social (p. 222).

Así pues, recientemente ha empezado a surgir un interés creciente por esta perspectiva que vuelve a integrar al ser humano en una unidad indisociable y a investigarlo como tal, contextualizado en un entorno determinado. Esta perspectiva se ha denominado en inglés “embodiment” y en español se ha traducido como “encarnación”, “cognición corporeizada”, “inteligencia corporizada”, entre otras, sin un consenso general sobre el término a utilizar.

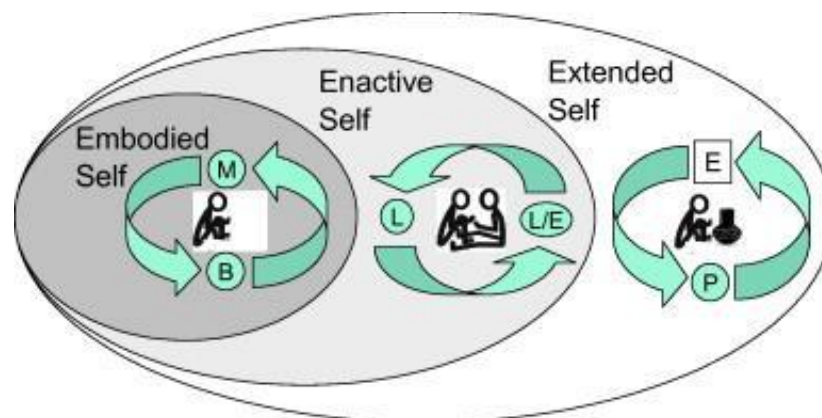
En el presente proyecto de investigación se utilizará la palabra *corporeización* como traducción de “embodiment”, y se entenderá como la influencia recíproca entre el cuerpo como organismo vivo, animado y en movimiento, y la cognición, emoción, percepción y acción, en relación con los otros y el ambiente (Koch y Fuchs, 2011). Desde esta perspectiva se considera al ser humano como una unidad, por lo que no es posible separar el cuerpo de la mente, pero se dividen artificialmente para poder explicar mejor el enlace bidireccional entre el sistema motor y el sistema cognitivo-afectivo.

Asumir el funcionamiento bidireccional de estos sistemas es útil a la hora de demostrar varios hechos y relaciones que se irán desarrollando a lo largo de este capítulo.

De acuerdo con Koch y Fuchs (2011), existen tres niveles de corporeización: el yo corporeizado [“embodied self”], el yo enactivo [“enactive self”] y el yo extendido [“extended self”]. El yo corporeizado se refiere a las relaciones entre cuerpo y mente, es decir, la corporeización de la cognición, la percepción, la emoción y la acción. El yo enactivo se refiere a un yo más sistémico en interacción con otros y con el medio ambiente. Sus aspectos intersubjetivos están relacionados con conceptos como la empatía y el rapport en las interacciones terapéuticas. Y el yo extendido se refiere al entrelazamiento del yo corporeizado con el ambiente dando como resultado externalizaciones y simbolizaciones del yo en la cultura, como podría ser la moda o la creación artística.

### Figura 1

*Los tres niveles de corporeización en relación.*



*Nota:* M = Mente, B = Cuerpo, L = Forma de vida, E = Ambiente, P = Persona. Fuente: Koch y Fuchs (2011).

Barsalou, Niedenthal, Barbey y Ruppert (2003), proponen que la corporeización puede funcionar como una respuesta y como un estímulo, y mencionan cuatro tipos de efectos de la corporeización: 1) los estímulos sociales que percibimos provocan estados corporales, 2) la percepción de los estados corporales de los demás causa la propia imitación, 3) los propios estados corporales causan estados afectivos y 4) la congruencia entre los estados corporales y cognitivos modula la eficacia del desempeño.

El primer efecto de la corporeización, la elicitación social de respuestas corporales, se ha demostrado a través de diferentes investigaciones. En una de las más famosas, dos grupos de personas debían crear oraciones a partir de listas cortas de palabras. Las personas que recibían palabras relacionadas con un estereotipo social, por ejemplo “gris”, “Florida” y “Bingo” (que

asociaban con una persona mayor en Estados Unidos), al final del estudio caminaban más lento que quienes recibieron palabras neutras. En otro estudio, las y los participantes que veían fotografías de personas mayores antes de realizar una tarea como organizar letras en palabras, tenían un desempeño más lento que quienes habían visto otro tipo de fotografías. Estos estudios demuestran que los estímulos sociales activan un conocimiento motriz que a su vez genera un efecto de corporeización (Barsalou et al., 2003).

El segundo es que la percepción de los estados corporales de las y los demás causa la propia imitación. Prueba de esto son las neuronas espejo, las cuales fueron descubiertas por el neurocientífico italiano Giacomo Rizzolatti en 1996 y son un tipo de neuronas que se activan cuando realizamos una acción u observamos a alguien más llevarla a cabo. Las neuronas reflejan este comportamiento y su activación crea un mapa neuronal del estado mental de la otra persona. Esta resonancia que es la simulación interna del movimiento observado es la responsable de nuestra habilidad para predecir las acciones de los otros y las consecuencias de nuestro movimiento, jugando un rol fundamental en la empatía y la imitación (Jeraka, Vidriha, y Žvelc, 2018). Así pues, gracias a las neuronas espejo, los seres humanos estamos sorprendentemente sintonizados con los más sutiles cambios emocionales que percibimos en las y los otros, lo que nos permite adaptar nuestra respuesta (Van der Kolk, 2014).

Asimismo, las investigaciones en neurociencia han demostrado que las personas que tienen una relación de confianza entre sí tienen más probabilidad de imitar el movimiento del otro para entenderse mejor. El espejo ocurre cuando dos personas hacen movimientos corporales similares que están coordinados o se repiten ligeramente en el tiempo. Esta capacidad es modulada por la historia personal, la calidad de las relaciones de apego y por los antecedentes socioculturales (Jeraka et al., 2018).

Jeraka et al. (2018) explican que la primera comunicación entre el bebé y la madre ocurre a través del movimiento (mímica y locomoción), por lo que es el lenguaje primario a través del cual el bebé forma sus primeras percepciones del mundo y aprende a comprenderse a sí mismo y a los otros. La sintonía con propósito es cuando la madre (o el cuidador primario) intencionalmente iguala o no el comportamiento del bebé con el fin de incrementar o disminuir su nivel de actividad o afectividad. Por otro lado, el desajuste en la sintonía ocurre cuando la madre falla en identificar el estado emocional del bebé o es incapaz de sentirlo ella misma (ibidem). De acuerdo con Van der Kolk (2014), lo que empieza como un juego sintonizado entre la madre y el bebé continúa en la ritmicidad de un buen juego de baloncesto, en la sincronía de un baile o en la composición de una buena pieza de música, todo lo cual fomenta un profundo sentido de placer y conexión.

La sintonía kinestésica entre el terapeuta y el cliente asemeja este proceso fundamental del desarrollo. Implica coincidir en algunos aspectos cualitativos del movimiento sin reflejarlo exactamente, creando una relación armoniosa y sensible. Una sintonía exitosa genera la sensación de ser entendido y por lo tanto una disposición a conectar con el otro, mientras que la “desintonización” genera sentimientos de duda, miedo y exclusión (Jeraka et al., 2018). Por esta

razón, trabajar a través y con el cuerpo es fundamental para acceder a experiencias tempranas preverbales físicas y sensoriales, y alcanzar la “sintonización rítmica” con otros (Stern, 1985, citado en Panhofer, Payne, Meekums, y Parke, 2011).

El tercer efecto de la corporeización mencionado por Barsalou et al. (2003) es que los propios estados corporales causan estados afectivos. Así pues, no solo el afecto y la cognición provocan cambios en el movimiento, sino que el movimiento genera cambios en el afecto y la cognición a través de efectos de retroalimentación, es decir, cuando el feedback aferente de la periferia del cuerpo hacia el sistema nervioso central tiene un efecto causal en la regulación del comportamiento o del estado afectivo (Koch y Fuchs, 2011), esto se conoce como regulación de “abajo hacia arriba”.

Por ejemplo, una revisión reciente resumió la investigación sobre los efectos de las posturas corporales expansivas frente a las contraídas en participantes sanos, mostrando que las primeras incrementan los sentimientos de orgullo, la confianza en los pensamientos, la tolerancia al dolor y la ingesta de comida (Wilkes, Kydd, Sagar, Broadbent, 2017). También se ha demostrado que la toma de una postura corporal dominante frente a una sumisa tiene efectos no solo en la experiencia del yo, sino también en el aumento del nivel de testosterona en saliva y en el comportamiento de riesgo después de la intervención (Koch y Fuchs, 2011). Asimismo, las expresiones faciales sonrientes y las posturas erguidas pueden reducir las respuestas de estrés en las personas (Wilkes et al., 2017). Igualmente, diferentes cualidades y ritmos de movimiento han probado tener un efecto en las reacciones afectivas y cognitivas. Es así como los ritmos suaves de movimiento en apretones de manos conducen a un afecto más positivo y a la percepción de una personalidad más abierta, extrovertida y agradable que los ritmos fuertes (Koch, 2011, citada en Koch y Fuchs, 2011).

Por último, el cuarto efecto de la corporeización es que la congruencia entre los estados corporales y cognitivos modula la eficacia del desempeño. Barsalou et al. (2003) explican que, generalmente, cuando los estados cognitivos y corporales son compatibles, el procesamiento a nivel motor, de razonamiento y de memoria se da fácilmente; por el contrario, cuando los estados son incompatibles el procesamiento es menos eficiente. Asimismo, esta compatibilidad minimiza la cantidad de recursos de procesamiento necesarios para gestionar las tareas corporales y cognitivas que se realizan simultáneamente.

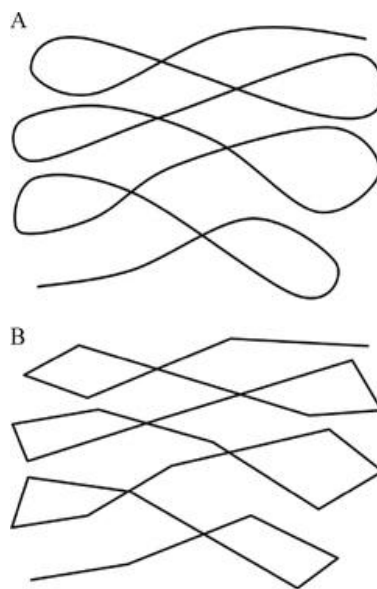
En un estudio, las personas debían recordar experiencias placenteras y displacenteras de su vida mientras adoptaban distintas posturas y expresiones faciales. Las personas que tenían una postura expansiva y una expresión sonriente recordaban más rápidamente experiencias positivas que las personas que tenían una postura decaída y fruncían el ceño. En otro estudio, los sujetos debían leer mensajes agradables o desagradables mientras asentían o negaban con la cabeza. Cuando el mensaje era compatible con la acción de la cabeza, los sujetos podían realizar la acción más rápido que cuando el mensaje era incompatible (Barsalou et al., 2003). También se ha demostrado que existe una correlación entre la expresión facial de emociones y la comprensión del lenguaje emocional, puesto que las inyecciones cosméticas que impiden fruncir el ceño también retrasan el procesamiento y la comprensión de oraciones tristes y de enojo (Koch y Fuchs, 2011).

Un concepto clave en la teoría de la corporeización que se encuentra relacionado con este efecto es el de la cognición corporeizada. Los avances en neurociencias, filosofía, y lingüística cognitiva han dado paso a modelos de cognición que sugieren que los conceptos abstractos están basados en la experiencia concreta, es decir, que los conceptos están corporeizados metafóricamente en sistemas sensoriomotores (Slepian y Ambady, 2012). Desde la perspectiva de la cognición corporeizada, la mente no se puede reducir a procesos llevados a cabo en el cerebro, sino que están distribuidos a través del cerebro, el cuerpo y el ambiente. La mente está siempre corporeizada a través de la actividad sensoriomotora y está entrelazada con el ambiente físico que la rodea (Jeraka et al., 2018).

Por ejemplo, el concepto “importante” se puede entender a través de la metáfora “de peso”, que hace referencia a la sensación de cargar algo pesado. Así pues, en un estudio los participantes que se encontraban cargando un portapapeles pesado juzgaron una variedad de temas como más importantes, en comparación con los participantes que cargaban un portapapeles ligero. Basándose en lo anterior, Slepian y Ambady (2012) plantearon la hipótesis de que el pensamiento fluido y creativo está basado en el movimiento fluido. Para demostrarlo hicieron un ejercicio con dos grupos de participantes en el que indujeron movimientos fluidos y no fluidos, y midieron la creatividad en tres dimensiones: generación creativa, flexibilidad cognitiva y capacidad para hacer asociaciones lejanas. Se utilizaron dos dibujos sencillos que solo se diferenciaban en la fluidez del movimiento (Fig. 2).

## Figura 2

*Dibujos de líneas fluidas y no fluidas utilizados en el estudio.*



*Nota:* Tomada de Slepian y Ambady (2012).

En un grupo los participantes debían trazar la línea fluida y en el otro la línea no fluida. Después de esto, debían realizar distintas tareas como generar la mayor cantidad de usos creativos para un periódico, incluir en categorías elementos con distintos grados de relación y completar la Prueba de Asociados Remotos (RAT por sus siglas en inglés). Los resultados mostraron que las personas que trazaron el dibujo fluido, en comparación con las que trazaron el dibujo no fluido, tuvieron un mejor desempeño en las tres pruebas, mostrando una mayor originalidad, flexibilidad cognitiva y capacidad para hacer asociaciones lejanas, lo que demuestra que el movimiento corporal puede influir en el procesamiento cognitivo.

Por otro lado, Panhofer et al. (2011) plantean que el conocimiento puede ocurrir en el cuerpo de una forma inconsciente, preconscious y no lingüística. Para referirse a este fenómeno, Gallagher (2005, citado en Panhofer et al., 2011, p. 10) utiliza el término “prenoético” [“prenoetic”], que significa “antes de que sepamos”. Este autor mantiene que el cuerpo proporciona un conocimiento previo que no está disponible a la conciencia introspectiva. Varios ejemplos de este fenómeno se han encontrado en la investigación sobre el trauma, donde se ha demostrado que los recuerdos traumáticos pueden estar fragmentados y codificados en el cuerpo, sin haber sido procesados verbalmente. Los “flashbacks”, los ataques de pánico, los desórdenes de estrés y psicósomáticos y los síntomas sin explicación médica son ejemplos de esto.

Tal y como plantean Vella y Torres (2012):

La historia vivida de una persona está en su cuerpo, pero su historia consciente está en sus palabras (...) Las palabras son un medio de intercambio y de nuevas posibilidades de estar con los otros, pero no pueden reflejar la totalidad de nuestras experiencias, afectos y sentimientos (p.151).

En relación con esto, Van der Kolk (2014) explica que, con el trauma, el área de Broca (encargada del lenguaje) se apaga, lo que quiere decir que todo trauma es preverbal y es extraordinariamente difícil organizar estas experiencias en narrativas con un comienzo, un medio y un final. Además, después del trauma el mundo se experimenta con un sistema nervioso diferente que tiene una percepción alterada del riesgo y la seguridad, lo que obliga a la persona a enfocarse en suprimir el caos interno, perdiendo así la implicación espontánea en otras áreas de su vida. De hecho, el mismo autor sostiene que muchos de los problemas de salud mental inician como intentos de afrontar el dolor físico intolerable de las emociones, por lo que la tarea de las y los terapeutas es ayudar a las personas a reconocer, experimentar y soportar la realidad con todos sus matices, y a alterar el paisaje sensorial interno de sus cuerpos. El reto no es solo aprender a aceptar las cosas terribles que sucedieron, sino ganar dominio sobre las sensaciones internas y las emociones, aprendiendo primero a sentir, nombrar e identificar lo que está sucediendo internamente para recobrar la capacidad para sentir seguridad, relajación y verdadera reciprocidad.

En relación con esto, Anttila (2007, citado en Panhofer et al., 2011) plantea que la mayoría de nuestras sensaciones corporales son preconscious hasta que se vuelven objeto de nuestra atención.

Cuando sentimos, por ejemplo, una tensión en el cuello y le prestamos atención, entramos en una relación sujeto – objeto con esta sensación, en tanto se articula en la experiencia propia. Atender a las sensaciones corporales puede traerlas a la esfera de la conciencia, lo cual es un paso importante en la autoconciencia. La conciencia corporal nos permite, entonces, entender los mensajes que envía nuestro organismo, darles un significado, responder apropiadamente a ellos, y valorar, reconocer y regular nuestras emociones. A su vez, todo esto nos permite distinguir entre el sentimiento de conexión o desconexión de nosotras/os mismas/os y de las y los otros (Payne y Brooks, 2020).

Esta capacidad para sentir y representar las señales del estado interno del cuerpo se denomina interocepción, la cual incluye la viscerocepción, que se refiere al procesamiento y percepción de las señales de los órganos internos, y la propiocepción, que se refiere al procesamiento de señales provenientes de la piel y del aparato musculoesquelético, lo que permite controlar el cuerpo en el espacio (Pollatos y Herbert, 2018). Las habilidades interoceptivas están asociadas a la capacidad de regular las propias emociones, diferenciar las emociones de los demás y tomar mejores decisiones (Pollatos y Ferentzi, 2018).

En una investigación, Payne y Brooks (2020) utilizaron técnicas artísticas y de movimiento en la intervención con pacientes con síntomas médicamente inexplicables, encontrando que éstas propiciaron una mayor conciencia corporal, ayudando a las personas a establecer vínculos entre sus emociones y la severidad de sus síntomas, ganando una mayor comprensión de la relación entre cuerpo y mente. Además, esta capacidad para percibir las señales de su cuerpo les ayudó a aprender cómo vivir más fácilmente con sus síntomas y cómo afrontarlos.

De acuerdo con Czamanski-Cohen y Weihs (2016), la habilidad para verbalizar las emociones requiere primero reconocer una sensación corporal, asociarla a una emoción y luego traducir esa sensación a una forma simbólica como las palabras o las imágenes. El arte es un paso intermedio que facilita la expresión de conocimientos somáticos que no se pueden traducir fácilmente en palabras. La externalización de este conocimiento implícito a través del proceso creativo y del propio reflejo en la obra producida, facilita el uso del lenguaje.

Asimismo, los autores explican que la regulación emocional puede suceder de “arriba hacia abajo” o de “abajo hacia arriba”. Esto quiere decir, que el proceso puede estar guiado por el conocimiento, el pensamiento y la experiencia previa hacia la regulación de las sensaciones físicas o que puede haber una progresión de las experiencias sensoriales y somáticas del cuerpo hacia el pensamiento. La primera forma de regulación implica la capacidad de monitorear las propias sensaciones corporales. Actividades como el Mindfulness son útiles para esto, puesto que se enfocan en la observación curiosa y libre de juicios de las sensaciones y las emociones que van surgiendo en el cuerpo, mostrando su carácter transitorio. La regulación de abajo hacia arriba implica recalibrar el sistema nervioso autónomo, lo cual es posible a través de la respiración, el movimiento y el tacto. En este tipo de aproximaciones el objetivo es cambiar la fisiología del paciente (Van der Kolk, 2014).

La arteterapia es una intervención que incluye ambas vías de regulación, puesto que el proceso de creación artística lleva en sí mismo la exploración de los sentidos y conduce a prestar atención y explorar las sensaciones que se van generando en el cuerpo. Asimismo, el/la arteterapeuta acompaña a la persona animándola a dejar que surjan los pensamientos y emociones, a reflexionar sobre estos, plasmarlos en el papel y de esta forma soltarlos. Así pues, el arte brinda la oportunidad de conectar con las sensaciones físicas, externalizar el material emocional y cognitivo de forma concreta e iniciar un proceso reflexivo que permite que las personas examinen su propio comportamiento, emociones y pensamientos, tomen perspectiva y puedan dar un significado (Czamanski-Cohen y Weihs, 2016).

De acuerdo con Malchiodi (2003), aunque la arteterapia es una intervención mente-cuerpo en muchos casos ha sido utilizada sin tener en cuenta su potencial para modificar la fisiología de las personas y otros aspectos de la salud. La autora explica que existen varias áreas de investigación en neurociencias que son importantes para entender la efectividad de la arteterapia. Una de las más importantes es la de las imágenes y su formación. Se ha demostrado que las imágenes pueden tener un impacto significativo en el cuerpo, provocando sensaciones de placer, miedo, ansiedad o calma, de tal forma que en un estudio se observó que la exposición a imágenes de la naturaleza desde la ventana del hospital disminuye el periodo de estancia de los pacientes y aumenta su sensación de bienestar.

Igualmente, la visualización mental de imágenes activa la corteza visual del cerebro de forma similar a cuando son vistas en la vida real, lo que sugiere que el cuerpo responde a las imágenes mentales de la misma forma que a las reales. Todo esto es importante en arteterapia, dado que la creación artística transforma la imagen mental en una imagen/objeto tangible que puede ser manipulada, modificada, destruida y rehecha las veces que sean necesarias. Esto permite a las personas probar, experimentar y realizar en el espacio ficticio de la terapia los cambios que desean hacer en sus vidas a nivel emocional, comportamental y relacional (Malchiodi, 2003).

Otra área de investigación en las neurociencias relevante para la arteterapia es la de la teoría del apego, en la que se plantea que las experiencias tempranas de relación con las figuras de cuidado primarias permanecen grabadas en el cerebro y son la base de los patrones de relación posteriores. Como se mencionaba anteriormente, el movimiento, el contacto cara a cara y el tacto, son formas en las que el/la infante aprende a responder frente a los estímulos de las personas y las experiencias (Malchiodi, 2003). Todo lo que le ocurra al bebé se integra al mapa emocional y perceptual que su cerebro está formando del mundo. Si este se siente seguro y amado, el cerebro se enfoca en la exploración, el juego y la cooperación; si se siente asustado o indeseado, el cerebro se enfoca en manejar los sentimientos de miedo y abandono (Van der Kolk, 2014).

Varios años antes de que las neurociencias demostraran este hecho, Winnicott (1971) ya proponía que el juego es el punto de partida de cualquier trabajo terapéutico, de modo que la labor del terapeuta es “llevar al paciente, de un estado en que no puede jugar a uno en que le es posible hacerlo” (p.62). Como plantea Del Río (2019), el arte y el juego comparten la capacidad de generar una experiencia relacional genuina que permite a la persona explorar distintas formas de estar

consigo misma y con los demás. En el proceso de creación artística, la implicación física con los materiales artísticos y la activación de los sentidos y del movimiento en presencia de una figura de apego proporciona una oportunidad para que las personas reparen conflictos de apego que se pueden proyectar en la relación con el/la arteterapeuta, con los materiales artísticos, con el proceso creativo y/o con la obra (Czamanski-Cohen y Weihs, 2016). Además, la dimensión no verbal de la expresión artística en conjunto con el ambiente seguro da lugar a la resonancia del hemisferio derecho del cerebro influyendo en las dinámicas relacionales tempranas, en la regulación y el procesamiento emocional y posibilitando el establecimiento de patrones de relación más funcionales en el cerebro (Malchiodi, 2003; Payne y Brooks, 2020).

En arteterapia se han desarrollado algunos modelos que estudian la disciplina desde esta perspectiva corporeizada. El *Expressive Therapies Continuum* propuesto por Sandra Kagin y Vija Lusebrink en 1978, es un modelo útil para cualquiera de las expresiones creativas (arte, música, danza/movimiento, drama y poesía/escritura), el cual sugiere que la expresión artística involucra diferentes estructuras cerebrales utilizadas en el procesamiento de información visual y emocional (Lusebrink, 2010). Los autores proponen específicamente tres niveles de procesamiento con dos polaridades cada uno:

1. Kinestésico/sensorial. Este nivel hace referencia a las expresiones motoras y a las interacciones sensoriales con los materiales artísticos. El aspecto sensorial está relacionado con el uso de los sentidos para explorar los materiales y el kinestésico se enfoca en el movimiento y la actividad motora. Cuando la persona se enfoca en los sentidos su actividad motora es más lenta, y cuando se enfoca en el movimiento y la actividad motriz la atención en los sentidos disminuye.
2. Perceptual/afectivo. En este nivel el componente perceptual se enfoca en la diferenciación de las formas y el afectivo en una mayor implicación y expresión del afecto a través de las formas.
3. Cognitivo/simbólico. El aspecto cognitivo se caracteriza por la integración cognitiva de las formas y líneas, lo que conduce a la formación de conceptos, la categorización, la resolución de problemas y la inclusión de palabras, entre otras. El componente simbólico enfatiza en un procesamiento global que involucra el procesamiento autobiográfico y expresiones simbólicas.

Asimismo, existe un eje transversal a los tres niveles mencionados que es el de creatividad. Este se concibe como un área de transición entre los dos polos de cada nivel que integra de forma dinámica las cualidades representadas por los dos extremos.

Otro de los modelos desarrollados es el Art Therapy Relational Neuroscience Model, el cual integra la neurociencia relacional y la neurobiología interpersonal con la práctica de arteterapia. De esta manera, explora los procesos fisiológicos que ocurren durante el proceso de creación artística y la relación triangular entre la/el arteterapeuta, la/el cliente, y la obra. Este modelo propone que las experiencias sensoriales novedosas que ocurren durante la creación en presencia de un/a

arteterapeuta, promueven un estado mental sintonizado, consciente, integrado y compasivo (Czamanski-Cohen y Weihs, 2016).

Basándose en los dos modelos anteriormente expuestos, Czamanski-Cohen y Weihs (2016) desarrollaron el *BodyMind Model* cuyo objetivo es mostrar claramente la manera en que la reorganización, el crecimiento y la reintegración del yo puede darse a partir de procesos corporales y mentales activados por la arteterapia; y proporcionar un marco para la investigación científica. Este modelo propone que la arteterapia tiene cuatro procesos terapéuticos centrales. El primero es el desarrollo de la relación triangular mencionada anteriormente. De acuerdo con los autores, la arteterapia facilita el apego seguro imitando las relaciones primarias, en tanto el espacio de la consulta se experimenta como una especie de matriz y los materiales artísticos como el alimento nutricional. Poder expresar toda una gama de emociones a través del proceso de creación artística y de la obra en un espacio seguro, abre la posibilidad para desarrollar una relación de trabajo única entre el/la arteterapeuta y el/la cliente.

El segundo proceso central es el *self-engagement* o la implicación personal del cliente, la cual se da gracias a la posibilidad de expresar emociones displacenteras a través de la creación artística sin que la experiencia en sí misma sea negativa, lo que permite que éste se mantenga motivado y activo a lo largo del proceso. La exploración sensorial y la interacción con los materiales ayuda a las personas a estar ancladas al momento presente y en el marco de una relación terapéutica proporciona sensaciones de relajación y seguridad que sirven como base para que puedan expresar vivencias difíciles sin que se active el sistema de supervivencia, de modo que aquel contenido se vuelve más tolerable. Así pues, la arteterapia brinda a las personas la posibilidad de sentir emociones placenteras hacia la obra de arte como extensión de sí mismas, aunque la emoción expresada sea displacentera.

El tercer proceso terapéutico es la transición del procesamiento implícito al explícito. Como se mencionó anteriormente, el arte y la creación permiten expresar un conocimiento somático-emocional que no se puede traducir fácilmente en palabras. De esta forma, posibilita que la emoción implícita experimentada como sensaciones físicas pase a ser explícita, es decir, consciente y comunicable por medio de las palabras. La creación de una imagen y el proceso de externalizar el material emocional interno, además, puede ayudar al desarrollo de la conciencia emocional.

Por último, el cuarto proceso terapéutico es la metacognición, esto es, la capacidad para evaluar el propio pensamiento o pensar sobre el pensamiento. La arteterapia, al ser mediadora entre el procesamiento implícito y el explícito, facilita una reflexión metacognitiva que le permite a las personas examinar su comportamiento, sus emociones y su pensamiento, y proporcionar una justificación. Además, promueve la mentalización que posibilita inferir o pensar sobre los estados mentales de otros. De esta manera, la externalización del material emocional y cognitivo en una forma concreta sobre la cual se puede reflexionar favorece la toma de perspectiva y la oportunidad de otorgarle un sentido a las experiencias.

### 3. Antecedentes

Los métodos de observación y evaluación en arteterapia tienen una historia compartida con los métodos estandarizados de diagnóstico que surgieron en la psicología moderna a lo largo del siglo XX. Basados en el psicoanálisis y la idea de que la producción artística tanto de los artistas como de las personas con enfermedad mental se basaba en el mismo proceso “proyectivo” de poner una experiencia o una imagen interior en el mundo exterior, aparecieron y se empezaron a utilizar en la psicología una gran cantidad de tests proyectivos de dibujo. Sin embargo, estos métodos no solo eran poco estructurados, sino que existían varias aproximaciones a la interpretación de los productos. Bajo esta influencia, los arteterapeutas de la época desarrollaron sus propios métodos de evaluación que consistían en baterías de actividades artísticas con diferentes niveles de estructuración (Vick, 2003).

A pesar de esta historia compartida, hay una distinción entre la aproximación a la evaluación en la psicología y la arteterapia. La principal diferencia es que en arteterapia se considera que la creación y la observación del arte tienen un potencial terapéutico inherente y que los clientes son los intérpretes de sus propias obras. Además, las y los arteterapeutas tienden a usar materiales más variados y expresivos, a quitar el énfasis de las directivas verbales y es más probable que improvisen sobre el protocolo de evaluaciones estandarizadas para adaptarlo a un propósito clínico particular (ibidem).

Asimismo, actualmente existe bastante evidencia en contra de la hipótesis de que las imágenes son representaciones inconscientes de los rasgos de personalidad. Por esta razón, las evaluaciones contemporáneas en arteterapia han abandonado las aproximaciones psicoanalíticas ortodoxas para enfocarse en métodos que enfatizan en el potencial expresivo de las actividades y los materiales. La/el arteterapeuta recoge información principalmente para determinar las fortalezas y las áreas problemáticas de la/el cliente, para observar su reacción frente a una variedad de materiales artísticos, para determinar su nivel de funcionamiento, para descubrir las formas en que realiza las tareas artísticas, para formular una estrategia de tratamiento arteterapéutica y para evaluar su progreso; no para realizar un diagnóstico diferencial (Kaplan, 2003; Peral, 2020).

De acuerdo con Kaplan (2003), la actividad artística puede verse como muestras del funcionamiento cognitivo y conductual de una persona, por lo que la obra puede proporcionar información sobre la condición mental de quien la creó. Por ejemplo, se ha encontrado que las personas con depresión normalmente producen dibujos constreñidos, con pocos detalles e imágenes estáticas, mientras que los individuos con manía tienden a crear obras más coloridas, expansivas y llenas de movimiento. Asimismo, existe evidencia de que los niños y las niñas pasan por etapas de desarrollo artístico relacionadas con su edad, las cuales se pueden reconocer en los elementos formales de sus dibujos. Sin embargo, es necesario tener en cuenta las influencias culturales, educativas y sociales sobre cómo estos/as responden al arte, crean y entienden el trabajo artístico.

Así pues, el mismo autor sostiene que la evaluación en arteterapia enfatiza en los aspectos globales de la forma más que del contenido o la interpretación de los signos y considera que los resultados reflejan el funcionamiento presente, no pasado ni futuro, de la/el cliente. Además, es más útil cuando se complementa con la observación del comportamiento manifiesto durante la producción del arte y con los comentarios realizados por la persona sobre su proceso y la obra.

De acuerdo con Peral (2020), la utilización de herramientas de evaluación y registro en arteterapia tienen implicaciones éticas. Por ejemplo, resulta problemático interpretar el contenido de un dibujo sin haber oído el relato de la/el cliente, siendo muy fácil proyectar en él lo que se desea ver. Asimismo, algunos/as arteterapeutas consideran que es necesario abandonar el enlace entre los elementos formales de la obra y el diagnóstico psiquiátrico. Sin embargo, el registro no deja de ser un elemento fundamental para la sistematización del trabajo en arteterapia que además de ser un seguimiento del proceso con cada persona o grupo, facilita la investigación, el contraste de datos y el desarrollo del cuerpo teórico-metodológico de la arteterapia basado en la práctica.

En el capítulo de su tesis doctoral sobre los instrumentos de evaluación en arteterapia, Peral (2020) hace una revisión de los más relevantes en la actualidad. Algunos determinan la idoneidad de las y los clientes para el tratamiento arteterapéutico, otros evalúan el progreso y los resultados, y otros son específicos para el tratamiento del trauma. De los registros de observación y evaluación mencionados sólo tres nombran aspectos relacionados con el cuerpo, el movimiento y la comunicación no verbal de la/el cliente. Por un lado, el *Arts Therapy Five-Point Star Model and Assessment Tool* es una herramienta que se utiliza en las terapias expresivas con adultos con discapacidades y evalúa cinco dominios:

- 1) Autorreflexión - percepción personal: se refiere a qué tan consciente es la persona de sus sentimientos, pensamientos, creencias y respuestas corporales en la terapia.
- 2) Relaciones: se observa cómo es la interacción con la/el arteterapeuta, el grupo, la familia, amigos, etc.
- 3) Acción transformadora: indica qué tanto se involucra la persona en las sesiones para obtener beneficios terapéuticos de los procesos artísticos.
- 4) Proceso estético: tiene que ver con el desarrollo de habilidades. En arteterapia sería el desarrollo de la técnica y los procesos perceptivos, compositivos y conceptuales. En teatro, baile y música sería el desarrollo del movimiento, el ritmo, la forma y la expresión personal.
- 5) Progreso del estilo de vida: es el avance hacia las metas planteadas.

Por otro lado, el *Play Observation and Emotional Rating System* tiene en cuenta el lenguaje verbal y no verbal de la/el cliente, su afecto positivo o negativo y la interacción con la/el arteterapeuta. Utiliza escalas de observación comportamental y no tiene en cuenta los aspectos formales de la creación artística (Peral, 2020). En la presente investigación no fue posible encontrar y revisar dichas escalas de observación, debido al acceso restringido a los artículos.

Por último, el *Expressive Therapies Continuum Assessment Model*, basado en el Continuum de Terapias Expresivas (ETC) propuesto por Lusebrink (2010), evalúa de manera esquemática los tres

niveles de procesamiento (kinestésico/sensorial, perceptivo/afectivo y cognitivo/simbólico) con base en los aspectos formales de la obra. Lusebrink (2010), argumenta que las personas expresan experiencias, imágenes, pensamientos y sentimientos utilizando elementos formales del arte en diferentes combinaciones. Estas configuraciones muestran el significado de la expresión y reflejan las fortalezas y debilidades o posible psicopatología de la persona. Las áreas de fortaleza del cliente indican una facilidad para procesar la información visual en alguno o varios de los niveles del ETC y las áreas de dificultad son explicadas por el autor de la siguiente manera:

En el nivel kinestésico/sensorial, la variación psicopatológica del componente kinestésico se caracteriza por acciones agitadas y la ausencia de límites, por ejemplo, garabatear frenéticamente, arrojar o destruir materiales, o una falta marcada de energía. La variación psicopatológica del componente sensorial es la manifestación de una sensibilidad sensorial extrema y una ralentización marcada del movimiento involucrado en la expresión.

En el nivel perceptivo/afectivo la variación psicopatológica del componente perceptual se manifiesta como: desintegración de las formas, formas incompletas, inversión de figura y fondo, geometrización de las formas, y demasiado énfasis en los detalles o falta de ellos. La variación psicopatológica del componente afectivo se muestra en la desintegración de la forma, la mezcla indiscriminada de color, el uso de colores contradictorios o colores inapropiados para el tema y la fusión de figura y fondo. Asimismo, el autor plantea que la implicación afectiva restringida se caracteriza por formas muy pequeñas, el uso de poco o ningún color para definir las formas, y el uso constreñido del espacio.

Por último, en el nivel cognitivo/simbólico la variación psicopatológica del componente cognitivo se caracteriza por la desintegración de la estructura espacial, las relaciones ilógicas entre las formas, la pérdida de significado conceptual y la inclusión excesiva de palabras. Por otra parte, la variación psicopatológica del componente simbólico se caracteriza por el significado oscuro o idiosincrático de los símbolos, la sobre-identificación con los símbolos, la manifestación simbólica de las defensas y la inversión de figura/fondo.

Según Lusebrink (2010), las expresiones visuales de la/el cliente en arteterapia no solo reflejan los niveles predominantes del ETC, sino que también revelan sus fortalezas y dificultades en cada nivel. Las fortalezas del cliente se muestran en expresiones visuales que se corresponden con las descripciones normales de cada nivel, lo que indica que los procesos visuales en ese nivel están funcionando apropiadamente; y las debilidades se evidencian en expresiones visuales que corresponden con las descripciones de la psicopatología en cualquier nivel del ETC. Todo esto puede ayudar al terapeuta a evaluar la obra y decidir si es necesario usar distintos materiales o técnicas expresivas para mejorar y estimular diferentes estructuras cerebrales de la persona.

En resumen, aunque existen diversos instrumentos de observación y evaluación en arteterapia, la mayoría se enfocan en los aspectos formales de la obra como la cualidad de la línea, el uso del espacio, la inclusión o ausencia de detalles, la diferenciación de la forma, el grado de organización, el uso del color y el movimiento de la imagen, entre otros. El Modelo de evaluación del ETC

propuesto por Lusebrink (2010) explora más o menos aspectos corporales y la interrelación de los procesos artísticos con determinadas áreas y funciones del cerebro, pero no proporciona indicadores puntuales de observación del cuerpo y el movimiento que faciliten el registro de dicha conducta ni cómo se interpreta en la sesión de arteterapia.

Por esta razón se procedió a buscar instrumentos de otras terapias artísticas en las que el cuerpo fuera el principal objeto de intervención y evaluación, y que tuvieran en cuenta su influencia recíproca con los procesos cognitivos y emocionales. Se encontró que la mayoría de los instrumentos más conocidos y utilizados provienen de la Danza Movimiento Terapia (en adelante DMT). Los más nombrados en la revisión de la literatura realizada para este estudio fueron: el Análisis de Movimiento de Laban, los Fundamentos Bartenieff, el Perfil de movimiento de Kestenberg y el Movement Psychodiagnostic Inventory.

El Análisis de Movimiento de Laban es un sistema de observación y notación del movimiento creado por Rudolf von Laban, el cual es ampliamente utilizado por terapeutas de DMT, actores, fisioterapeutas y neurólogos para dar significado al movimiento. Está basado en cuatro categorías: cuerpo, esfuerzo, forma y espacio, así como la relación que se establece entre ellas. La categoría de cuerpo hace referencia a las características y la organización del cuerpo en movimiento y la conectividad entre sus partes. El espacio se refiere al movimiento en relación con el ambiente como la dirección, la extensión y la trayectoria (Kawano, 2017). Entre los conceptos más importantes descritos por Laban para entender el cuerpo en el espacio está el de kinesfera que se refiere a la esfera de movimiento que rodea a la persona y determina su espacio personal de acción, pensamiento, sentimiento y movimiento (Vella y Torres, 2012).

Por otro lado, la categoría de forma detalla, como su nombre lo indica, la forma que toma el cuerpo durante la acción y cómo esta va cambiando. Por último, el esfuerzo describe la dinámica y las cualidades del movimiento en términos de flujo (libre/controlado), peso (ligero/fuerte), tiempo (sostenido/repentino) y espacio (directo/flexible), los cuales se encuentran en un continuo (Kawano, 2017). Para registrar y describir cualitativa y cuantitativamente los cambios en el movimiento, Laban creó un sistema de símbolos (Labanotation), en inglés, aplicable a todas las poblaciones (Vella y Torres, 2012).

Por otro lado, los Fundamentos Bartenieff son un sistema de reeducación del cuerpo que se basa en nueve principios básicos: la respiración, los apoyos básicos del cuerpo, intención espacial, cambio de peso, eje corporal, iniciación y secuencia de movimiento, patrones de desarrollo, articulaciones y esfuerzos. El objetivo de este sistema es reeducar y rediseñar el cuerpo al lugar donde estaba antes del trauma, lesión y/o dolor a través de una variedad de ejercicios y movimientos físicos que fomentan la eficiencia, la fluidez, la coordinación y la expresividad en el movimiento, promoviendo la salud física y mental de la persona en cuestión (Vella y Torres, 2012).

El Perfil de movimiento de Kestenberg, por su parte, es un instrumento de registro y evaluación que contiene ocho categorías de patrones de movimiento (ritmos del flujo de tensión; atributos del

flujo de tensión; precursores de esfuerzo; esfuerzo; flujo de forma bipolar; flujo de forma unipolar; formación de espacio en direcciones; formación de espacio en planos) que representan dos sistemas de desarrollo. El Sistema I se denomina flujo de tensión/esfuerzo y “describe la expresión en movimiento de necesidades internas, emociones y afectos” (Loman y Sossin, 2013, p. 261). El flujo de tensión se describe en una gama o variabilidad que va desde los movimientos sueltos, libres y continuos a los movimientos inhibidos, discontinuos y frenados. El Sistema II, flujo de forma/formación, explica la relación del sujeto con otras personas y con los objetos. Los patrones de movimiento espacial pueden ser hacia afuera del cuerpo (crecimiento) o hacia el cuerpo (encogimiento) y se clasifican por sus linealidades, su amplitud y angulosidad.

Por último, el MPI, Movement Psychodiagnostic Inventory, diseñado por Martha Davis, es un sistema para medir los trastornos de movimiento que se dan en pacientes con esquizofrenia u otros trastornos mentales. Se diferencia de otras herramientas de evaluación del movimiento anormal, porque emplea un lenguaje descriptivo que se utiliza casi exclusivamente para la investigación en danza. El MPI caracteriza la dinámica sutil del movimiento voluntario e involuntario en términos de ritmo, orientación espacial, amplitud, implicación muscular y contracción muscular. Tiene dos partes, el Inventario primario en el que se utilizan 52 ítems que comprenden 10 subescalas para notar movimientos anormales, y el Inventario de acciones que contiene 14 ítems organizados en siete subescalas, que describen comportamientos de comunicación no verbal (Flaum, 2009).

La mayoría de los sistemas de observación en DMT existentes son extensos e incluyen varias dimensiones a observar, por lo que normalmente se necesita la colaboración de un observador externo o utilizar herramientas para grabar las sesiones en vídeo. Además, es necesario realizar un entrenamiento exhaustivo para poder aplicarlos, por lo que no es extensible a cualquier profesional que desee observar el cuerpo y el movimiento (Vella y Torres, 2012).

Así pues, se evidencia la necesidad de crear un instrumento propio de la arteterapia que no necesariamente implique la colaboración de terceros ni la grabación y que incluya aspectos propios de la utilización del cuerpo en la creación plástica. Por esta razón se decidió diseñar el instrumento EMOBAT por sus siglas en inglés Embodiment Observation in Art Therapy que segmenta la conducta de acuerdo con criterios concretos y demarca sus unidades con un lenguaje y códigos específicos. A continuación, se exponen los objetivos de la presente investigación y la metodología utilizada para desarrollar, poner en práctica y validar el instrumento por expertas en el tema.

## **4. Objetivos**

### **4.1 Objetivo General**

Validar el instrumento de observación corporal “Embodiment Observation in Art Therapy” (EMOBAT) para sistematizar la observación de aspectos relacionados con la corporeización en arteterapia y realizar una práctica más holística que integre la emoción, la cognición y el cuerpo en el desarrollo de los talleres.

## 4.2 Objetivos específicos

1. Hacer una revisión sistemática de la literatura sobre arteterapia, corporeización y herramientas de observación corporal en las terapias artísticas.
2. Definir las dimensiones del cuerpo más relevantes a observar durante la terapia según arteterapeutas y estudiantes de máster de arteterapia.
3. Evaluar el instrumento mediante el juicio de personas expertas.

## 5. Metodología

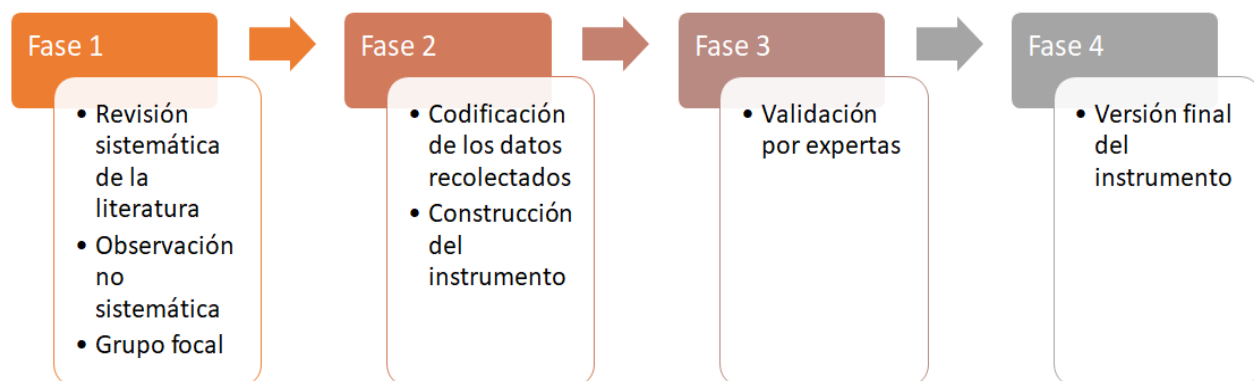
El presente estudio se enmarca dentro de una metodología cualitativa. Según Sánchez (2012), esta se caracteriza por entender la realidad “como una construcción resultante de las redes de interacción social que se dan entre grupos de actores que comparten códigos de lenguaje” (p. 86). Por lo tanto, se centra en estudiar las interpretaciones que tienen las personas sobre sus experiencias y en conocer los fenómenos en entornos reales, entendiendo que el microanálisis de una parte está íntimamente vinculado con el contexto del conjunto mayor.

Se eligió esta metodología, dado que para el desarrollo del instrumento era necesario contar con una flexibilidad que permitiera a la investigadora partir de preguntas vagamente formuladas e ir eligiendo durante la investigación los métodos y técnicas más adecuados para recolectar la información y llegar a una construcción sólida. Así pues, se sigue una lógica inductiva en la que a partir de los datos recogidos se elaboran significados y conceptos. Como mencionan Taylor y Bogdan (1992), en la investigación cualitativa “Los métodos sirven al investigador; nunca es el investigador el esclavo de un procedimiento o técnica” (p. 23).

La investigación se dividió en cuatro fases. En la primera fase se hizo una revisión sistemática de la literatura con el fin de ofrecer un marco teórico sobre la corporeización y la observación del cuerpo en Arteterapia y en otras terapias artísticas. A la vez, se inició una recogida de información por medio de observaciones participantes no sistemáticas en distintos centros de prácticas y a través de un grupo focal con profesionales y estudiantes del Máster de Arteterapia y Educación Artística para la Inclusión Social. Con la información recolectada se llevó a cabo un proceso de codificación que consiste en conceptualizar, reducir, elaborar y relacionar los datos (Strauss y Corbin, 2002). Esto permitió diseñar las dimensiones y los indicadores de observación del instrumento EMOBAT, el cual fue validado por juicio de expertas en la cuarta fase del proyecto.

### Figura 3

*Fases del diseño y construcción del instrumento de registro de observación*



Se decidió utilizar la triangulación con el fin de enriquecer los resultados y dar validez interna a la investigación, aumentando su fortaleza y calidad. De acuerdo con Okuda y Gómez-Restrepo (2005), la triangulación se refiere al uso de varias estrategias para estudiar un mismo fenómeno, mitigando las debilidades de cada una y sumando sus fortalezas. En el análisis el/la investigador/a busca convergencias en la información obtenida a través de distintos medios para desarrollar o corroborar una interpretación global del fenómeno. Denzin (2000, citado Okuda y Gómez-Restrepo, 2005) describe cuatro tipos de triangulación: metodológica, de datos, de investigadores y de teorías. En el presente proyecto se utilizó específicamente la triangulación metodológica que consiste en hacer uso de diferentes métodos (como grupos focales, observación, revisión sistemática de la literatura) para recolectar los datos.

Asimismo, se buscó realizar una validación de contenido de la herramienta de registro de observación. Como plantean Pedrosa, Suárez-Álvarez y García-Cueto (2013), mediante un instrumento se obtiene una muestra de conducta sobre la que se pretenden hacer ciertas inferencias, de modo que la validez es la pertinencia de tales inferencias, garantizada por un conjunto de pruebas y datos recolectados. Asimismo, en la validez de contenido, los ítems “tendrían que evocar aquello que dicen estar midiendo y constituir una muestra representativa del universo de medida” (Cureton, 1951, citado en Pedrosa et al., 2013, p. 4). Ésta se puede estimar de dos formas: a través de métodos basados en el juicio de expertos/as y/o utilizando métodos estadísticos derivados de la aplicación del instrumento. En la presente investigación se utilizó la validación por juicio de expertos/as.

## 5.1 Primera fase

### 5.1.1 Observación participante no sistemática

La primera fase inició con la realización de observaciones participantes no sistemáticas en 13 talleres de arteterapia individuales con dos casos para recoger información sobre la implicación y el uso del cuerpo durante las sesiones. De acuerdo con Campos y Lule (2012), la observación no sistemática es útil en los casos en los que no se tiene suficiente conocimiento sobre el objeto de

estudio y consiste en observar los acontecimientos sin la guía de categorías o indicadores, realizando un registro libre y global de los mismos. En la observación participante, la investigadora es parte de los procesos de quienes observa y es plenamente aceptada por ellos, generando menos reactividad con su acción y presencia. Así pues, en esta fase se tomó simultáneamente un papel de arteterapeuta e investigadora intentando mantener una mirada amplia y libre de juicios, la cual es característica de la metodología cualitativa donde “el investigador ve las cosas como si ellas estuvieran ocurriendo por primera vez” (Taylor y Bogdan, 1992, p.21).

**Contexto y Participantes.** La primera observación se hizo entre diciembre de 2020 y abril de 2021 durante 10 sesiones individuales de arteterapia con una mujer de 56 años, que en esta investigación se llamará Raquel para proteger su identidad. El contexto de observación fue SouLEM, una ONG dedicada a la formación, la atención integral y el acompañamiento de mujeres en situación de exclusión social. Raquel es una mujer venezolana que emigró a España hace 32 años, está divorciada y tiene un hijo de 24 años. Fue remitida a SouLEM por la organización Cáritas, ya que debido a la pérdida de su trabajo hace 5 años fue desahuciada y estuvo en situación de calle durante un mes. Desde que recibe la ayuda de Cáritas mantiene tratamiento y seguimiento psiquiátrico por su tendencia al aislamiento, la pérdida de habilidades sociales, ansiedad moderada en situaciones cotidianas, autoestima muy baja, y un autoconcepto devaluado y distorsionado en relación con sus capacidades.

La segunda observación se realizó en tres sesiones de arteterapia individuales entre febrero y marzo de 2021 con una mujer llamada María (seudónimo), de 40 años. Las sesiones se realizaron en el marco de la Asociación de Arteterapia y Creación Artística: Arte para la Vida (ACAV), una organización sin ánimo de lucro, que trabaja con distintos colectivos en riesgo de exclusión social y vulnerables a través del arte, la arteterapia y la mediación artística. El lugar de observación fue la casa de María, dado que no fue posible gestionar un espacio para la terapia que no implicara su desplazamiento en transporte público, pues no se lo podía costear. María emigró a España hace 25 años, tiene tres hijos de 25, 20 y 3 años que no viven con ella, y una pareja que actualmente se encuentra en la cárcel. Se le brinda acompañamiento arteterapéutico, dado que presenta una historia de trauma por abuso sexual cuando era niña y recientemente un duelo por el suicidio de su compañero de piso.

**Procedimiento.** En este caso se delimitó la observación a aspectos generales del cuerpo y del movimiento de las participantes, pero no se utilizaron indicadores ni se definieron elementos específicos a observar. Las observaciones se anotaron en los registros narrativos de cada sesión y luego fueron codificadas en el programa ATLAS.ti9, definiendo así diferentes dimensiones e indicadores de observación que se fueron complementando y transformando a partir de la revisión sistemática de la literatura y de los resultados del grupo focal.

### ***5.1.2 Revisión sistemática de literatura***

Habiendo definido un camino más claro sobre el objetivo de crear un instrumento de registro y evaluación de la corporeización se decidió realizar una revisión sistemática de la literatura sobre la

corporeización en arteterapia y en otras terapias artísticas. De acuerdo con Moher et al. (2009), esta consiste en la utilización de métodos sistemáticos y explícitos para identificar, seleccionar y evaluar críticamente estudios relevantes para una pregunta de investigación; así como para recopilar y analizar los datos de esos estudios incluidos en la revisión. Siguiendo las pautas de la declaración PRISMA planteada por los mismos autores, se hizo una búsqueda de artículos teóricos y empíricos con los objetivos de: 1) identificar y definir las dimensiones de la corporeización más relevantes a observar durante la práctica de arteterapia y 2) Consultar instrumentos de observación del cuerpo que hayan sido diseñados y validados previamente en arteterapia o en otras terapias artísticas.

La búsqueda se desarrolló entre los meses de marzo y abril del 2021 y se utilizaron las bases de datos Scopus-Elsevier (SCOPUS) y Web of Science (WOS), puesto que ambas tienen un alto reconocimiento científico a nivel internacional. Para la búsqueda se utilizaron descriptores en inglés que estuvieran incluidos en el título, en las palabras clave o en el resumen y conectados mediante el operador booleano “AND”. Se hicieron cuatro combinaciones distintas: “embodiment art therapy”, “Body observation art therapy”, “embodiment grid” y “dance movement observation tool”.

Después se establecieron los criterios de inclusión y de exclusión para filtrar la búsqueda y eliminar la información relacionada con los términos empleados pero irrelevante para los objetivos de esta investigación. Los criterios de inclusión fueron: 1) artículos científicos 2) empíricos o teóricos, 3) en inglés o español, 4) publicados entre los años 2011 y 2021, 5) clasificados en las áreas de estudio: arte y humanidades, psicología, y ciencias sociales; con 6) acceso al texto completo. Por otra parte, se excluyeron 1) los artículos que no estaban relacionados con el cuerpo en la psicoterapia y las terapias artísticas y/o 2) en los que la observación del cuerpo no fuera el tema principal de investigación.

### ***5.1.3 Grupo focal***

Con el fin de obtener más información sobre el tema desde la perspectiva de otras profesionales en el campo, se realizó un grupo focal con arteterapeutas y estudiantes de máster de arteterapia que tuvieran un conocimiento o interés particular en la corporeización y que estuvieran realizando sus prácticas profesionales. De acuerdo con Calderón y Alzamora de los Godos (2008), los grupos focales son una técnica de investigación cualitativa, cuyo fin es la recolección de datos a través de una entrevista grupal semiestructurada que permite obtener una multiplicidad de miradas, actitudes, experiencias, sentimientos y creencias frente a una determinada temática. Se diferencian de las entrevistas grupales en el hecho de que el grupo focal se centra en la interacción dentro del grupo. Otra de las características de esta técnica es que la guía de la entrevista, la elección de los participantes, la programación de las sesiones y el lugar de encuentro, entre otras cosas, se determinan de acuerdo con el objetivo y la pregunta de investigación (Hamui-Sutton y Varela-Ruiz, 2013).

**Participantes.** Para seleccionar a las participantes del grupo focal se hizo un muestreo por conveniencia, dado que se requería que tuvieran experiencias y conocimientos relacionados con la

corporeización en arteterapia y que fueran fácilmente accesibles para el estudio. En total se seleccionaron siete personas, de las cuales participaron seis: dos arteterapeutas profesionales con formaciones adicionales en DMT y teatro respectivamente, una docente licenciada en bellas artes y titulada en danza española, y tres estudiantes que se encontraban en el periodo de prácticas del Máster de Arteterapia y Educación Artística para la Inclusión Social impartido por la Universidad Complutense de Madrid, la Universidad Autónoma de Madrid y la Universidad de Valladolid. Las seis participantes eran mujeres.

**Procedimiento.** En un primer momento, se contactó a través del correo electrónico a las tres profesionales invitándolas a participar en el grupo focal y todas aceptaron. Luego, se hizo una invitación abierta a un grupo de 31 estudiantes de segundo año del máster de Arteterapia y cuatro de ellas decidieron participar por su interés en el tema. Seguido de esto se creó un calendario a través de la aplicación Doodle para elegir la fecha y la hora en la que se realizaría el encuentro y se les preguntó a las participantes si podrían asistir de forma presencial o virtual. Entre todas se eligió el 30 de marzo de 2021 a las 19:00h como horario predeterminado para llevar a cabo el grupo focal y se decidió hacerlo de forma virtual a través de la plataforma Google Meets, debido a las dificultades y restricciones relacionadas con la pandemia de COVID-19.

Se inició la sesión pidiendo el consentimiento de todas las invitadas para grabar la sesión en vídeo y audio, y se explicó que el objetivo del grupo focal era recopilar información para construir una herramienta de observación corporal para la práctica de arteterapia. Luego, se procedió a entablar una conversación en torno a las siguientes preguntas guía:

- ¿Cuál fue su motivación para unirse a este grupo focal?
- ¿Qué creen que es importante observar del cuerpo en la práctica arteterapéutica? ¿Por qué?
- ¿Incluyen el cuerpo de manera intencional en la práctica? ¿De qué manera?
- ¿Toman conciencia de su propio cuerpo como arteterapeutas durante la práctica?
- ¿Lo incluyen intencionalmente? ¿De qué manera?
- ¿Qué actividades corporales se podrían incluir en arteterapia desde otras disciplinas?

Después de realizar el grupo focal, se transcribió el audio para poder codificar el texto en el software ATLAS.ti9.

## **5.2 Segunda Fase**

### ***5.2.1 Codificación de los datos***

En este paso se utilizó el Método Comparativo Constante (MCC) de Strauss y Corbin (2002) para codificar y analizar la información recogida por medio de las observaciones no sistemáticas y del grupo focal. Este método parte de la Teoría Fundamentada, una metodología de investigación planteada por Barney Glaser y Anselm Strauss en 1967, cuyo fin es desarrollar teorías a partir de la comprensión de los significados construidos intersubjetivamente entre las personas en un contexto social (San Martín, 2014).

El Método Comparativo Constante es una herramienta que permite analizar cualquier tipo de información cualitativa y consiste en la generación de categorías conceptuales a partir de la comparación constante de códigos. Estos códigos son el resultado de la segmentación, el examen y la comparación de similitudes y diferencias entre los datos recogidos. Después de asignar los códigos se lleva a cabo un proceso de clasificación en el cual se crean categorías a partir del análisis y la comparación de las propiedades, dimensiones y significados de éstos. A este proceso se le denomina codificación abierta. Seguido de esto, se hace una codificación axial que consiste en definir las propiedades de cada categoría y las relaciones entre ellas y sus subcategorías; y, por último, la codificación selectiva cuyo fin es crear una categoría central “que exprese el fenómeno de investigación e integre las categorías y subcategorías de la codificación abierta y axial” (San Martín, 2014, p. 112).

### ***5.2.2 Diseño del instrumento***

A partir de la revisión sistemática de la literatura y de los datos codificados de las observaciones y del grupo focal, se llegó a distintas categorías, subcategorías e indicadores de observación que se integraron en un solo formato. Los registros de observación y evaluación varían en su formato desde lo narrativo, hasta el uso de tablas o diagramas. Algunos incluyen observaciones narrativas más subjetivas, valores numéricos o escalas tipo Likert. Para el diseño del EMOBAT se eligió una escala de apreciación numérica para registrar y evaluar cuantitativamente cada ítem en la rejilla. Según Novoa Ramírez y Mejía Mejía (2014), las escalas de apreciación se utilizan para “consignar los datos de una observación con mucha rapidez y para sistematizar las apreciaciones en la observación” (p.233). Este tipo de escalas tienen varias ventajas: en primer lugar, los datos quedan registrados de forma fotográfica; en segundo lugar, facilitan el análisis de la interdependencia y complejidad de los comportamientos; y, en tercer lugar, posibilitan registrar las conductas con mayor objetividad que en otro tipo de observación directa.

En las escalas numéricas la apreciación de la conducta se refleja en números a los cuales se les asigna un juicio de valor. Así pues, en el instrumento se utilizó una puntuación del 1 al 5 y se definió la descripción de los valores de acuerdo con cada indicador. Se decidió utilizar este rango de valores, dado que, según los mismos autores, es recomendable que no se utilicen más de cinco números. Además, aporta la opción de marcar un punto intermedio (3), de modo no se ve forzada la elección de la investigadora hacia alguno de los extremos de la escala. Igualmente, los ítems de observación no tienen una connotación positiva o negativa ni plantean la necesidad de estar de acuerdo o en desacuerdo con algo, por lo que se asume que es menos probable que la investigadora caiga en un sesgo como la deseabilidad social, el estilo de respuesta aquiescente, el estilo de respuesta extrema o el estilo de respuesta intermedia (Matas, 2018). Para puntuar los indicadores que no fuera posible observar a lo largo de la sesión se eligió el valor 0.

Igualmente se incluyó un espacio de anotaciones junto a cada indicador para registrar narrativamente aquellas cualidades de la conducta que no pudieran ser puntuadas mediante la

escala diseñada. En el capítulo de resultados se muestra la primera versión del instrumento construido en la Figura 5.

### **5.3 Tercera fase: Validación del instrumento por expertas**

La evaluación por juicio de expertos/as es un método de validación que consiste en solicitar una opinión informada o juicio sobre un instrumento, material de enseñanza, objeto o cualquier otro elemento en concreto, a un grupo de personas con trayectoria en el tema y reconocidas por otros como expertas en éste (Cabero y Llorente, 2013; Robles y Rojas, 2015). A través de la validación se obtiene el criterio de calidad de la validez, la cual representa el grado en que el instrumento sirve para el propósito para el que ha sido creado. Para este instrumento se buscó la validez de contenido que hace referencia al grado en que los ítems del instrumento son indicadores de lo que se pretende medir y se alcanza a través del acuerdo entre las expertas. Su tarea es evaluar los diferentes ítems en función de su relevancia y representatividad, y emitir juicios sobre el grado de asociación entre los elementos y los contenidos que se evalúan (Pedrosa et al., 2013). Teniendo en cuenta lo anterior, la labor de las expertas es “fundamental para eliminar aspectos irrelevantes, incorporar los que son imprescindibles y/o modificar aquellos que lo requieran” (Robles y Rojas, 2015, p. 2).

**Participantes.** En primer lugar, se hizo una invitación a través del correo electrónico a ocho expertas de las cuales respondieron cinco. Cuatro de ellas son expertas en arteterapia y otras disciplinas artísticas como la danza, el teatro y DMT, y una es experta en métodos de investigación cuantitativos y cualitativos. Todas son mujeres, docentes e investigadoras con formación académica de licenciatura, maestría y/o doctorado, y con experiencia en la realización de juicios y valoraciones.

**Procedimiento.** A partir de la selección de expertas, se entregó por correo electrónico una carta invitación personalizada explicando el propósito del instrumento, las operacionalizaciones de las dimensiones, los ítems a evaluar y otras aclaraciones para contextualizar a las juezas. Igualmente, se envió un formato de validación en Excel y las instrucciones para cumplimentarlo. En la parte izquierda del formato se encontraba el instrumento y junto a este se insertó una rejilla donde las expertas debían ingresar su calificación para cada ítem. Los criterios de evaluación fueron:

- **Pertinencia:** Se considera que un ítem es pertinente si está de acuerdo con la dimensión a la que pertenece. La pertinencia debía ser calificada en una escala de 1 a 3, donde 1=Deficiente, 2=Bueno y 3=Excelente.
- **Relevancia o Importancia:** Hace referencia a qué tan representativo es el ítem de la dimensión que está evaluando, es decir, se espera que se juzgue si el ítem evalúa un aspecto central de la dimensión a la que pertenece. La relevancia debía ser igualmente calificada en una escala de 1 a 3, siendo 1=Deficiente, 2=Bueno y 3=Excelente.

Después de esta puntuación, se crearon tres columnas que permitían tomar la decisión sobre si el ítem debía ser aceptado, modificado o rechazado, marcando con una “x”. Por último, el espacio de

“Observaciones” se introdujo para que las expertas pudieran anotar las sugerencias que considerasen pertinentes para mejorar la elaboración del ítem en cuanto a la claridad de su redacción o posible modificación. Para llevar a cabo la validación, se utilizó la agregación individual que consiste en obtener la información de cada experta, de manera individual, sin que estén en contacto entre sí (Cabero y Llorente, 2013), y se estableció un lapso de dos semanas para que enviaran sus evaluaciones.

#### **5.4 Cuarta Fase: Elaboración de la versión final del instrumento EMOBAT**

A raíz de las evaluaciones y las sugerencias obtenidas por parte de las expertas, se modificaron las descripciones de seis ítems, haciéndolas más claras o enriqueciéndolas para facilitar su puntuación. Además, uno de los ítems se dividió en dos distintos dentro de la misma dimensión y se agregaron cuatro más que fueron sugeridos por una de las validadoras. La versión final del EMOBAT cuenta con seis dimensiones y 26 indicadores de observación. De estos 23 se puntúan con la escala de apreciación y tres son únicamente cualitativos. El instrumento completo se encuentra en el apartado de Desarrollo y Resultados de la Tercera y Cuarta Fase (Figura 6), y en la discusión se desarrollan y sustentan teóricamente todas las dimensiones e ítems, explicando cómo podrían ser analizados en la práctica.

### **6. Desarrollo y Resultados**

En el presente capítulo se expondrán los hallazgos de cada fase de la investigación en el mismo orden en el que se presentaron en la metodología, por medio de apartados diferenciados para una mayor claridad. En primer lugar, se mostrarán los resultados de la revisión sistemática de literatura, de las observaciones no sistemáticas y del grupo focal. Seguido de esto se abordará el proceso de diseño del EMOBAT y los resultados de la validación por el juicio de expertas donde se presenta la versión final del instrumento.

#### **6.1 Desarrollo y Resultados de la Primera Fase**

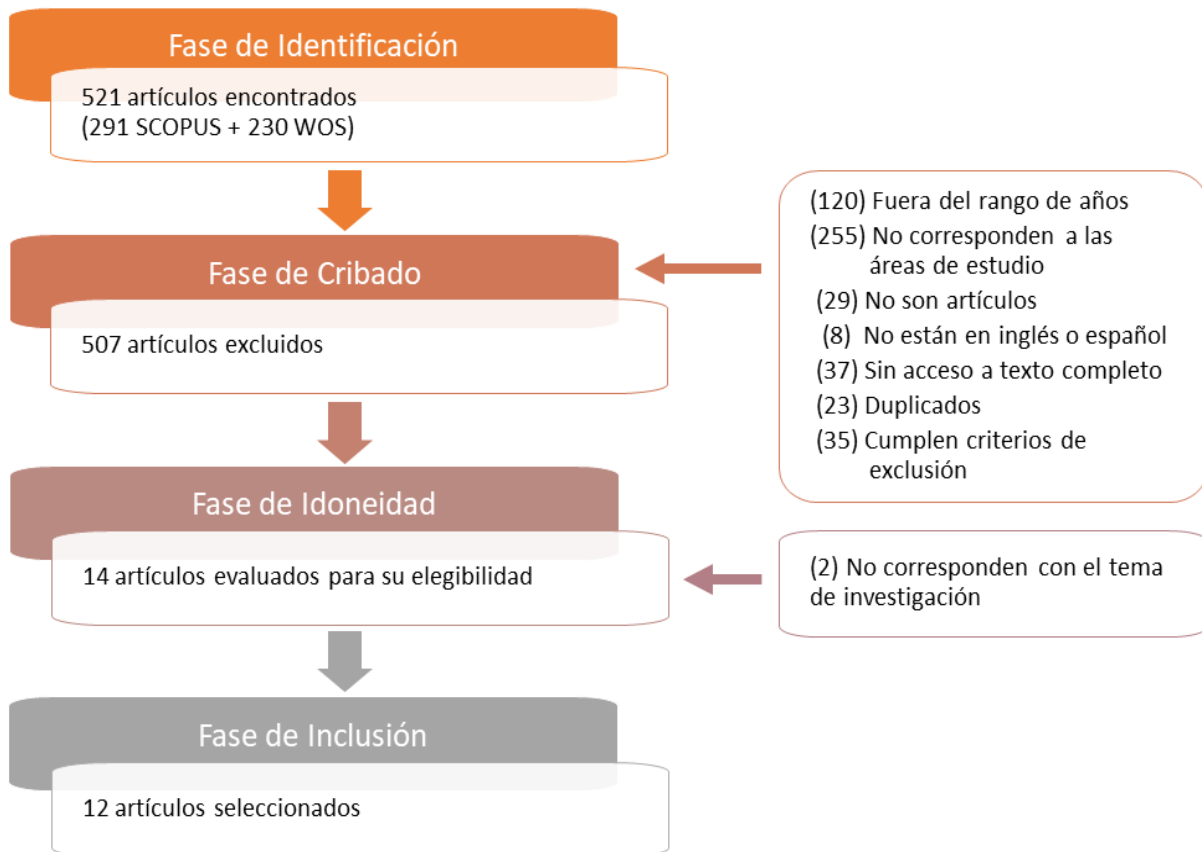
##### ***6.1.1 Revisión sistemática de literatura***

La revisión de la literatura se llevó a cabo en las fases propuestas por Moher et al. (2009). En la fase de identificación se encontraron en total 521 artículos en ambas bases de datos de los cuales se descartaron 449, porque no cumplían con los criterios de inclusión, y 23 por ser duplicados. Los demás artículos (49) pasaron a una revisión más profunda en la cual se leyeron los resúmenes y se aplicaron los criterios de exclusión. Una vez aplicados estos criterios, únicamente 14 artículos cumplían con los requisitos. Seguido de esto, se procedió a la fase de idoneidad, en la cual se analizaron los textos completos para valorar su adecuación a los objetivos de la revisión. De los artículos seleccionados se eliminaron dos, porque no corresponden con el tema de estudio.

Finalmente, en la fase de inclusión se tuvieron en cuenta un total de 12 artículos. A continuación, se presenta el resumen de los hallazgos de todos los artículos seleccionados.

#### Figura 4

*Proceso de inclusión de artículos de investigación de acuerdo con la declaración PRISMA*



#### Tabla 1

*Cuadro de resumen de la revisión sistemática de la literatura*

Base de Datos	Autor y año	Título	Revista	Terapia o Disciplina artística	Tipo de Investigación	Muestra	Objetivos	Métodos de medición/observación del cuerpo
WOS	Sevdalis, V. y Keller, P.E. (2011)	Captured by motion: Dance, action understanding, and social cognition	Brain and Cognition	Danza	Teórica / revisión sistemática de la literatura	-	Resumir los principales hallazgos de estudios empíricos que utilizaron la danza como un medio para explorar las capacidades perceptivas, motoras y sociales del cuerpo humano	experimentos psicofísicos, grabaciones y captura de movimiento, imágenes cerebrales
SCOPUS WOS	Panhofer, H., Payne, H., Meekums, B., Parke, T. (2011)	Dancing, moving and writing in clinical supervision? Employing embodied practices in psychotherapy supervision	The Arts in Psychotherapy	Danza Movimiento Psicoterapia	Empírica / Cualitativa	6 investigadores /as practicantes profesionales de DMP	Presentar un modelo corporeizado de autosupervisión en psicoterapia	Grupo focal y cuestionario abierto
SCOPUS WOS	Koch, S.C. y Fuchs, T. (2011)	Embodied arts therapies	The Arts in Psychotherapy	Diversas terapias artísticas	Teórica	-	1) Proporcionar una idea de las aproximaciones teóricas a la corporeización desde la fenomenología y la psicología cognitiva 2) Conectar los principios de la corporeización con las terapias artísticas	-

Dimensiones de la corporeización estudiadas	Actividades de corporeización utilizadas o mencionadas	Conclusiones	Limitaciones	Prospectiva
Destreza motriz; memoria y aprendizaje motriz; acción, intención y reconocimiento de emociones, sincronía audio-visual, cualidad del movimiento (expresivo/inexpresivo, amplio/estrecho)	Baile y movimiento	Como una forma de expresión no verbal, la danza ha demostrado ser un medio eficaz para examinar aspectos de la cognición social como la percepción visual del cuerpo y la comunicación de las emociones e intenciones de los artistas, así como las cualidades estéticas de los movimientos. Este trabajo ha demostrado ser informativo sobre los mecanismos conductuales y cerebrales que median los vínculos entre los procesos perceptivos y motores invocados durante la observación y la ejecución de la acción coordinada espacial-temporalmente y la interacción interpersonal	No menciona	Las preguntas de investigación en los estudios empíricos van desde lo intrapersonal a lo interpersonal y a lo cultural, lo que demanda una diversidad metodológica a la hora de elegir qué variables manipular y evaluar. Así pues, se plantea el uso de un enfoque integrador al implementar diseños de investigación que utilicen la danza y el movimiento corporal como herramientas y como áreas de investigación en los campos de la comprensión de la acción y la cognición social
Pensamiento en movimiento, modos somáticos de atención, contratransferencia somática y memoria corporal	Baile, movimiento y escritura en la supervisión clínica	El estudio demostró que los/las investigadores/as profundizaron en la conexión con su contratransferencia al utilizar las prácticas corporeizadas de auto-supervisión. El método permitió su acceso al campo "preoético", facilitando así una fuente vital de conocimiento tácito desde la memoria corporal	No menciona	Este modelo de autosupervisión es una invitación a los supervisores de DMP, de psicoterapias corporales, narrativas y artísticas, y cualquier terapia verbal para investigar la dimensión intercorporal de la relación terapéutica y así profundizar su propio trabajo clínico y el de sus supervisados
Qualia, kinestesia, lenguaje no verbal, cualidad y forma del movimiento, expresión y reconocimiento de emociones, conciencia corporal. Niveles de corporeización: yo corporeizado, yo enactivo y yo extendido, enacción, extensión, empatía	-	La corporeización puede ser un puente entre las terapias artísticas y las ciencias cognitivas, contribuyendo activamente al establecimiento de la unidad mente-cuerpo y esclareciendo el papel del movimiento en estas. La investigación en arteterapia podría ayudar a refinar las operacionalizaciones de movimiento, ritmo y trazo utilizadas por los investigadores de la corporeización. Además, las/los arteterapeutas debemos plantear preguntas resultantes de nuestro trabajo a los investigadores de las neurociencias y las ciencias cognitivas	No menciona	En el futuro se debe especificar el potencial y las limitaciones de la corporeización como disciplina empírica aplicada en las terapias artísticas. Se espera un intercambio fértil entre las terapias artísticas y las ciencias cognitivas en la próxima década

Base de Datos	Autor y año	Título	Revista	Terapia o Disciplina artística	Tipo de Investigación	Muestra	Objetivos	Métodos de medición/observación del cuerpo
SCOPUS	Vella, G. y Solera, E.T. (2012)	Desarrollo de un instrumento de observación en danza movimiento terapia (DMT)	Papeles del Psicólogo	Danza Movimiento Terapia	Empírica / métodos mixtos	Adultos mayores de edad diagnosticados con enfermedad mental grave en fase estable (no específica cuántos ni el género)	Desarrollar una pauta de observación en castellano que permita evaluar las conductas del movimiento relacionadas con la dimensión de relaciones interpersonales	Análisis de Movimiento de Laban, Fundamentos Barternieff, Perfil de Movimiento de Kestenberg, Movement Psychodiagnostic Inventory
SCOPUS	Martinec, R. (2013)	Dance movement therapy in the concept of expressive arts-therapy	Hrvatska revija za rehabilitacijska istraživanja	Danza Movimiento Terapia	Teórica	-	Describir los aspectos principales de la DMT, tales como sus antecedentes históricos y teóricos, los componentes de observación y evaluación, sus métodos y su influencia terapéutica en procesos individuales y grupales	Análisis de Movimiento de Laban, Inventario psicodiagnóstico de movimiento, Evaluación no verbal de sistemas familiares, Perfil de Movimiento de Kestenberg, Escala de Evaluación Psiquiátrica de Movimiento, Evaluación Funcional de Movimiento y Percepción, Test de Diagnóstico de Movimiento de Espenak
SCOPUS	Arpin, J. (2014)	Masters of their Conditions III: Clinical applications of theater anthropology in cultural psychiatry	Transcultural Psychiatry	Antropología teatral, psiquiatría cultural, teatro terapia	Teórica	-	Examinar la metodología de la antropología teatral en relación con el trabajo clínico, considerando cómo la colaboración de profesionales no sanitarios de tradiciones teatrales asiáticas puede contribuir a nuevas intervenciones terapéuticas	-

Dimensiones de la corporeización estudiadas	Actividades de corporeización utilizadas o mencionadas	Conclusiones	Limitaciones	Prospectiva
<p>Relaciones interpersonales: a) relación con los otros en el espacio terapéutico b) utilización del espacio personal y social c) participación verbal y no verbal del individuo (Contacto visual, contacto corporal, kinesfera, uso de los distintos espacios en la sala, distancia corporal, gestos, postura, movimiento)</p>	<p>Metodología de trabajo de Marian Chace: Sistema de terapia grupal que utiliza el movimiento y la danza como modo predominante de interacción, comunicación y expresión</p>	<p>El instrumento desarrollado permite objetivar resultados, hacer una valoración inicial, durante y al final del tratamiento y la redacción de la memoria de cada sesión</p>	<p>Al ser una herramienta nueva necesita de un entrenamiento previo del profesional, se ha de tener en cuenta el contexto cultural del grupo o individuo cuando se use como registro. También tiene la limitación propia de la observación y la complejidad de la conducta humana, así como la limitación del lenguaje para poder expresar el comportamiento observable y la doble interpretación</p>	<p>No se hizo un análisis de la validez y fiabilidad del constructo, por lo que es necesario realizar otros estudios que permitan ampliar conocimientos acerca de los ítems descritos y su funcionamiento para posteriormente validarlo según un enfoque cuantitativo y cualitativo. Queda abierto el camino para que en un futuro se siga utilizando el instrumento, tanto por danzaterapeutas como por otros profesionales que observen conductas emocionales del movimiento</p>
<p>Postura, gestos, imitaciones, contacto visual, expresión facial, sensaciones físicas, interacciones con otra persona, parte dominante del cuerpo en acción, energía dinámica y kinestésica, imagen corporal y conciencia corporal</p>	<p>Imitación, mirroring, simbolización del cuerpo, exploración del movimiento, movimiento auténtico</p>	<p>La DMT ha probado su influencia en distintas funciones motrices, fisiológicas, psicosociales y cognitivas. En DMT se consideran distintas variables que no son tomadas en cuenta en otros tipos de terapia, como los cambios en las cualidades del movimiento, la comunicación no verbal en términos de forma, proxemia, ritmos y señales kinestésicas o somáticas relacionadas con la experiencia emocional, física y simbólica</p>	<p>No menciona</p>	<p>Es necesario hacer más estudios para determinar nuevos valores, métodos y conocimientos en DMT. Estos deben estar orientados a crear nuevos modelos terapéuticos con teorías articuladas, métodos prácticos y metodologías de investigación clínicamente viables. Todo esto con el fin de que la DMT se convierta en una parte común de las aproximaciones interdisciplinarias a la rehabilitación y la práctica psicoterapéutica</p>
<p>La partitura escénica o de movimiento (secuencia de acciones, sus detalles y transiciones, su ritmo y dinamismo, que comunican de manera no verbal y dan vida a un personaje), posturas, gestos, lenguaje corporal</p>	<p>Teatro y performance</p>	<p>La orientación y el apoyo en la producción de la propia partitura escénica brinda oportunidades de distanciamiento, reflexión y transformación de la experiencia de la enfermedad</p>	<p>No menciona</p>	<p>No menciona</p>

Base de Datos	Autor y año	Título	Revista	Terapia o Disciplina artística	Tipo de Investigación	Muestra	Objetivos	Métodos de medición/observación del cuerpo	Dimensiones de la corporeización estudiadas
SCOPUS WOS	Koch, S.C., Osterman, T., Steinhage, A., Haller, K. y Chyle, F. (2015)	Breaking barriers: Evaluating an arts-based emotion regulation training in prison	The Arts in Psychotherapy	Movimiento y dramaterapia	Empírica / métodos mixtos	47 presos de tres cárceles alemanas distintas con un promedio de edad de 34 años	Evaluar si un entrenamiento antiviolencia es efectivo para el reconocimiento y regulación de emociones, aumento de la conciencia corporal, reducción de la agresión, desarrollo de la empatía y/o la mejora de las relaciones interpersonales en el proceso de socialización de los reclusos	Cuestionarios de auto-informe, cuestionario de progreso del entrenamiento, Perfil de movimiento de Kestenberg, grupo focal	Conciencia corporal a nivel personal e interpersonal, ritmo de movimiento
SCOPUS WOS	Kawano, T. (2017)	Developing a dance movement therapy approach to qualitatively analyzing interview data	The Arts in Psychotherapy	Danza Movimiento Terapia	Empírica / Cualitativa, investigación basada en las artes	6 terapeutas de DMT	Desarrollar un modelo para analizar cualitativamente los datos de entrevistas desde un enfoque artístico corporeizado	Análisis de Movimiento de Laban, Fundamentos Barthernieff, entrevistas semiestructuradas, Perfil de Movimiento de Kestenberg	Cuatro tipos de movimiento: 1. postural-gestual 2. literal-descriptivo 3. interpretativo-corporeizado 4. expresivo-artístico
WOS	Jeraka, T., Vidrih, A. y Zvelc, G. (2018)	The experience of attunement and misattunement in dance movement therapy workshops	The Arts in Psychotherapy	Danza Movimiento Terapia	Empírica / Cualitativa	4 estudiantes de Terapias artísticas expresivas (3 mujeres y 1 hombre) con edades entre los 29 y 38 años	Explorar cómo experimentan los participantes los momentos de sintonía y desintonización durante los talleres de DMT	Lista de Verificación Observacional de Sintonía/Desintonización (instrumento en fase preliminar de desarrollo), Análisis de Movimiento de Laban, Interpersonal process recall interviewing method (IPR)	Empatía kinestésica, movimiento sincronizado, sintonía y desintonización (attunement / misattunement) en tiempo (velocidad, ritmo y duración), espacio (ruta), energía (peso, fluidez), y contacto físico

Actividades de corporeización utilizadas o mencionadas	Conclusiones	Limitaciones	Prospectiva
Lucha de palos de Aikido, juego de roles	Al finalizar el entrenamiento, el grupo experimental informó un aumento en la conciencia corporal y la competencia social, experimentó distancia de su propia agresión y experimentó un mayor grado de cercanía al grupo y al entrenador. No se produjeron cambios en la ira y en las medidas de agresión explícitas e implícitas. El análisis del movimiento a partir de las observaciones del comportamiento indicó una disminución del potencial de agresión inmediata y un aumento en la expresión de las necesidades. Las declaraciones de los grupos focales indicaron una mejor empatía, respeto y toma de perspectiva, tanto entre los participantes como en relación con las víctimas	El tamaño de la muestra para comparar el grupo experimental y el grupo control era muy pequeño. La comparabilidad del GE y el GC era poco fiable debido a la falta de aleatorización. La distribución de los participantes era en muchos criterios incontrolable para los investigadores. La mayoría de las pruebas aplicadas no fueron suficientemente sensibles para capturar cambios en poco tiempo. Hubo dificultades en la alfabetización informática de los reclusos, por lo que los resultados del IAT no pudieron interpretarse de forma fiable. Tampoco fue posible la estandarización de la formación.	Los/las autores recomiendan extender la capacitación por más de cinco días, establecer grupos continuos y evaluar el enfoque con una muestra más amplia
Diferentes estilos de baile como ballet, danza moderna, la técnica de Hawkins (que enfatiza el movimiento que se origina en la pelvis y la columna), elementos de tai-chi y yoga, y movimientos culturales corporeizados como los gestos	La investigación permitió una nueva comprensión de la danza como instrumento de análisis que permite examinar la ética del investigador (dinámicas de poder, prejuicios y visiones sobre mundo de los participantes, la forma como se narra la investigación, quién la narra, los matices y el número de historias). La resonancia estética fue una fuente de acuerdo y conexión entre el investigador y el participante. El espacio-tiempo entre la entrevista y la transcripción se identificó como el lugar para que ocurriera una forma corporeizada de comprensión	No menciona	Se propone probar transculturalmente el lenguaje descriptivo utilizado en el Análisis de Movimiento de Laban y desarrollar las diferencias entre las formas verbales y corporales de conocimiento. También se recomienda probar la técnica de análisis de entrevistas con otras formas de arte, colaborar con otros artistas y hacer la investigación con participantes que no son bailarines. Resaltar la importancia de la respiración, la frecuencia cardíaca y otros patrones fisiológicos rítmicos
Espejamiento (mirroring), movimiento sincronizado e improvisación de contacto	La sintonización exitosa en DMT trae la atención del cliente hacia el momento presente; fomenta la espontaneidad individual, la alegría, y creatividad; promueve la corporeización y, por tanto, la integración de la mente y el cuerpo. La sintonía exitosa con el grupo conduce a la experiencia de unidad. Momentos de desintonización desencadenan sentimientos desagradables y resultan en una falta de espontaneidad, sentimientos de exclusión y obstaculizan el contacto	El estudio se realizó con un pequeño número de participantes y en un entorno experimental no clínico	Los investigadores proponen un estudio más amplio con poblaciones clínicas para investigar más a fondo el fenómeno de la sintonía y la desintonización en DMT

Base de Datos	Autor y año	Título	Revista	Terapia o Disciplina artística	Tipo de Investigación	Muestra	Objetivos	Métodos de medición/observación del cuerpo
SCOPUS WOS	Lin, Y. y Payne, H. (2019)	Movement speaks of culture: A study focusing on women with depression in Taiwan	The Arts in Psychotherapy	The BodyMind Approach	Empírica / métodos mixtos	24 mujeres con un promedio de edad de 34 años, de las cuales 12 con depresión y 12 sin depresión	Explorar la conexión entre la cultura, la depresión y el movimiento, examinando cómo la depresión se corporeiza en un grupo de mujeres de Taiwán, desde la perspectiva de la dicotomía cultural del individualismo/colectivismo.	The repertory grid (Técnica de Rejilla) y Análisis de Movimiento de Laban
SCOPUS WOS	Payne, H. y Brooks, S.D.M. (2020)	A Qualitative Study of the Views of Patients with Medically Unexplained Symptoms on The BodyMind Approach®: Employing Embodied Methods and Arts Practices for Self-Management	The Arts in Psychotherapy	The BodyMind Approach	Empírica / Cualitativa	18 participantes con síntomas inexplicables médicamente por más de seis meses (15 mujeres y 3 hombres)	Conocer y analizar las perspectivas de los pacientes con síntomas médicamente inexplicables respecto a su experiencia en las intervenciones de The BodyMind Approach (TBMA)	Entrevista semiestructurada y cuestionario sobre la experiencia de los participantes
WOS	Shuper-Engelhard, E. (2020)	Dancing to projective identification in dance movement therapy for couples (DMT-C)	The Arts in Psychotherapy	Danza Movimiento Terapia para parejas (DMT-C por sus siglas en inglés)	Empírica / cualitativa	9 parejas (18 participantes en total) heterosexuales, con edades comprendidas entre los 28 y 50 años	Examinar cómo la conciencia de los procesos somáticos y kinestésicos en la terapia lleva al reconocimiento de proyecciones e identificaciones en las relaciones	Grabaciones en video de las sesiones, notas tomadas por los terapeutas y diarios de los participantes escritos a lo largo de 12 sesiones de terapia

Dimensiones de la corporeización estudiadas	Actividades de corporeización utilizadas o mencionadas	Conclusiones	Limitaciones	Prospectiva
Características del movimiento como fuerza, amplitud, variación, fluidez, coordinación, forma, kinesfera y dimensión, así como la postura	Actividades de The BodyMind Approach no especificadas	Las mujeres con depresión en Taiwan muestran menos variación en su movimiento, menos movimientos fuertes, tienen una kinesfera de movimiento más pequeña y usan menos el movimiento sagital. Estos resultados son comparados con estudios previos en culturas occidentales y hacen evidente el papel que juega la cultura en la conexión entre cuerpo y mente. Los investigadores y profesionales en entornos terapéuticos deben ser conscientes de que sus clientes están influenciados por su cultura y que es necesario realizar el ajuste correspondiente en la intervención. En DMT, la utilización de rituales y actividades tradicionales locales relacionadas con el movimiento, podría ser más útil que la	No es posible abordar en el estudio la complicada influencia de la globalización en la cultura taiwanesa y la formación del individualismo / colectivismo.	Se propone investigar en un próximo artículo si el género de las participantes jugó un papel importante en los resultados del estudio
Conciencia corporal, lenguaje no verbal, cognición y emoción corporeizadas, autogestión de emociones y síntomas	Juego de roles, dibujo, escultura en barro, pintar con los dedos, movimiento expresivo, prácticas de conciencia corporal, movimiento sincronizado, mirroring, grounding, centering.	Las prácticas artísticas empleadas en TBMA sirven para desarrollar la autogestión de síntomas inexplicables médicamente y mejorar el bienestar de las y los pacientes. Estas experiencias promovieron cambios en la percepción de los síntomas, en los estilos de afrontamiento, en las creencias sobre la enfermedad y en las dinámicas personales.	El tamaño de la muestra era pequeño, todos los grupos eran de un área de clase media al sur de Inglaterra, y se necesitaban más facilitadores capacitados. Poca financiación	Se recomienda para futuras investigaciones abordar las limitaciones antes mencionadas en un contexto cualitativo más amplio, así como realizar un estudio de metodología cuantitativa o mixta para incluir un grupo de control, y llevar la investigación a cabo en más de una región de Inglaterra
Lenguaje no verbal, kinestesia e interacción en movimiento y sintonía / desajuste en la sintonía. Se estudia la manera en que las proyecciones e internalizaciones en las relaciones se corporeizan en experiencias somáticas y kinestésicas con la pareja	Las parejas exploran moviéndose en conjunto mientras prestan atención a las sensaciones, emociones y pensamientos que emergen. La terapeuta sugiere cambios en el ritmo o la intensidad del movimiento, en los roles y en la distancia; dinámicas como hacer contacto visual o cerrar los ojos, e imitar el movimiento	La experiencia de movimiento dio lugar a nuevas percepciones de la relación y de la pareja con referencia a tres temas centrales: la manifestación de poder, la pasión y el apoyo. El movimiento en la terapia ayuda a identificar los procesos y problemáticas corporeizadas que se dan en la relación de pareja	El tamaño de la muestra era pequeño y poco diverso. Solo se utilizó el paradigma cualitativo	Se recomienda realizar el estudio con diferentes poblaciones, utilizando paradigmas de investigación adicionales para lograr una posible generalización de los hallazgos

A partir de la revisión sistemática de la literatura se encontró que entre el 2011 y el 2021 se publicó aproximadamente un artículo por año sobre la corporeización en las terapias artísticas, siendo el 2011 el año con más artículos publicados (3). De los artículos seleccionados no había ninguno del año 2016 ni del 2021. Además, ocho de los 12 artículos fueron publicados en la revista *The Arts in Psychotherapy*, mientras que los otros cuatro se publicaron en revistas de neurociencias, psicología, psiquiatría y de investigación en rehabilitación.

Asimismo, la mayoría de las investigaciones sobre corporeización se realizaron en el ámbito de la danza movimiento terapia (7), seguidas por teatro terapia (2) y *The BodyMind Approach* (2), un programa británico de educación en salud que utiliza prácticas de corporeización basadas en las artes y la DMT. Solo uno de los artículos mencionaba de manera general las terapias artísticas y ninguno abordaba de forma directa la corporeización en arteterapia. Cuatro de los artículos consultados eran investigaciones teóricas y ocho empíricas. De estas últimas, cuatro utilizaron una metodología cualitativa, tres utilizaron métodos mixtos y uno la investigación basada en las artes.

Por otro lado, las técnicas de observación y registro más mencionadas en las investigaciones fueron el Análisis de Movimiento de Laban, el Perfil de Movimiento de Kestenberg y los Fundamentos Barthelemy. Seguido de esto se mencionaron los grupos focales, entrevistas semiestructuradas, diversos cuestionarios creados por las/los mismos/as investigadores/as y los diarios de campo. Otros instrumentos mencionados fueron el Inventario Psicodiagnóstico de Movimiento, la Evaluación no verbal de sistemas familiares, la Escala de Evaluación Psiquiátrica de Movimiento, la Evaluación Funcional de Movimiento y Percepción, y el Test de Diagnóstico de Movimiento de Espenak. Ninguno de estos instrumentos está hecho específicamente para el registro y evaluación de la corporeización en arteterapia.

Igualmente, entre las dimensiones de la corporeización más estudiadas y/o mencionadas en la revisión sistemática de la literatura se destacaron las cualidades y la forma del movimiento. Por ejemplo, Sevdalis y Keller (2011) hablan del movimiento expresivo o inexpressivo, y amplio o estrecho; Kawano (2017) define cuatro tipos de movimiento: postural-gestual, literal-descriptivo, interpretativo-corporeizado, expresivo-artístico; y Arpin (2014) habla de la partitura escénica en el ámbito teatral, que se refiere a los detalles y transiciones, el ritmo y el dinamismo de una secuencia de acciones que comunica y da vida a un personaje. Asimismo, varios autores hacen referencia a la postura (Vella y Torres, 2012; Martinec, 2013; Arpin, 2014; Lin y Payne, 2019), la destreza motriz (Sevdalis y Keller, 2011), la coordinación, el ritmo, el flujo, la fuerza y la amplitud del movimiento (Kawano, 2017; Jeraka et al., 2018; Lin y Payne, 2019).

Por otro lado, distintos artículos investigan el cuerpo y el movimiento en la interacción con los otros. Por ejemplo, Koch y Fuchs (2011) emplean el término “yo enactivo” [enactive self] para referirse a un yo sistémico en interacción con otros y con el medio ambiente. Jeraka et al. (2018), se enfocan en la sintonía y desintonización del movimiento [“attunement/misattunement”] en tiempo (velocidad, ritmo y duración), espacio (ruta), energía (peso, fluidez), y contacto físico. Los

resultados de este estudio muestran que la sintonía exitosa en la danza ayuda al cliente a estar presente en el aquí y el ahora, promueve la espontaneidad individual, el juego, y la creatividad, estimulando la integración de la mente y el cuerpo. La sintonía con el/la otro/a y con el grupo puede llevar a la co-creación de una experiencia intersubjetiva, brindar la sensación de ser uno con el grupo y sentimientos de inclusión. Por el contrario, los momentos de desintonización desatan emociones displacenteras, obstaculizan el contacto y derivan en una falta de espontaneidad y en sentimientos de exclusión. Asimismo, estos autores hablan de la empatía kinestésica como la habilidad de comprender la experiencia interna de otra persona a través de la percepción del movimiento corporal. En DMT se da una relación somática entre el/la cliente y el/la terapeuta en la que este/a conecta con los patrones de movimiento de la/el cliente y se los refleja con patrones de movimiento sintonizados. De esta forma, el/la terapeuta interpreta el movimiento de la/el cliente y utiliza la empatía kinestésica para entender los estados internos de este/a.

Relacionado con esto, Bernstein (1986, p. 321, citada en Panhofer et al., 2011) examina la comunicación entre el inconsciente somático [“somatic unconscious”] del cliente y del terapeuta, y propone que existe una “contratransferencia somática” [“somatic countertransference”], que se manifiesta en las reacciones corporales del terapeuta en relación con la presencia del cliente.

En la misma línea, Shuper-Engelhard (2020) estudia la manera en que las proyecciones e internalizaciones en las relaciones de pareja se corporeizan en experiencias somáticas y kinestésicas con el/la cónyuge, concluyendo que la experiencia de movimiento da lugar a nuevas percepciones de la relación y de la pareja en tres temas centrales: la manifestación de poder, la pasión y el apoyo. En este sentido, el movimiento en la terapia ayuda a identificar los procesos y problemáticas corporeizadas que se dan en las relaciones de pareja.

Por otro lado, en literatura revisada también se menciona el lenguaje no verbal y se hace referencia a los gestos, el contacto visual, el contacto corporal y la expresión facial (Vella y Torres, 2012; Martinec, 2013; Arpin, 2014). A nivel más individual, las y los autores destacan aspectos de la corporeización como la kinestesia, definida como la sensación del movimiento y la postura (Reynolds, 2012, citado en Jeraka et al., 2018), el reconocimiento y la expresión de emociones, la conciencia corporal, la identificación de sensaciones físicas, la imagen corporal, la qualia y la memoria corporal (Koch, Ostermann, Steinhage, Haller y Chyle, 2015; Payne y Brooks, 2020). En cuanto a la dimensión del cuerpo en relación con el espacio se menciona la kinesfera (Lin y Payne, 2019), la utilización del espacio personal y social, el uso de los distintos espacios en la sala, y la distancia corporal con otros (Vella y Torres, 2012).

Entre las actividades de corporeización utilizadas en la intervención o mencionadas en la teoría, se encontraron la danza, el movimiento sincronizado, la imitación y el “mirroring” o técnica de espejo. Igualmente, se mencionan distintas formas de exploración a través del movimiento, como moverse en conjunto en parejas prestando atención a las sensaciones, emociones y pensamientos que emergen, mientras que la terapeuta sugiere cambios en el ritmo o la intensidad del movimiento, en los roles (guiar, apoyarse, relajarse o usar la fuerza en el baile) y en la distancia; y propone

dinámicas como hacer contacto visual o cerrar los ojos, e imitar el movimiento de la pareja (Shuper-Engelhard, 2020). Asimismo, se utiliza la performance, técnicas de grounding y centering, prácticas orientales como Tai-chi, Yoga y lucha de palos de Aikido, y técnicas de teatro como el juego de roles y la improvisación. Solo en uno de los artículos se mencionaba el dibujo, la escultura en arcilla y la pintura con los dedos como actividades de corporeización (Payne y Brooks, 2020).

Las limitaciones de los estudios consultados tienen que ver principalmente con la variedad y el tamaño de la muestra; la falta de diversidad metodológica; y la necesidad de tener en cuenta el contexto cultural y social del grupo o del individuo bajo investigación. En cuanto a la prospectiva, los artículos recomiendan realizar las investigaciones con muestras más grandes y diferentes poblaciones, utilizando un enfoque integrador que incluya distintas metodologías de investigación para lograr una posible generalización de los hallazgos; así como crear nuevos modelos terapéuticos con teorías articuladas, métodos prácticos y metodologías de investigación clínicamente viables. De acuerdo con Koch y Fuchs (2011), se espera un intercambio fértil entre las terapias artísticas y las ciencias cognitivas en esta década.

**Tabla 2**

*Categorización de los elementos de la corporeización observados en distintas terapias artísticas.*

<b>Categoría</b>	<b>Subcategoría</b>	<b>Indicadores</b>
<b>Observación de la Corporeización en Terapia</b>	Lenguaje no verbal	Postura
		Gestos
		Contacto visual
		Expresión Facial
	Características del movimiento	Fuerza
		Amplitud
		Fluidez
		Coordinación
		Forma
		Ritmo
		Expresividad
		Sincronización
		Destreza motriz
		Energía dinámica y kinestésica
	El cuerpo en interacción	Sintonía / Desintonización
		Empatía kinestésica
		Imitación
El cuerpo en el espacio	Contacto corporal	
	Kinesfera	

	Utilización del espacio personal y social
	Uso de los distintos espacios en la sala
	Distancia corporal
Conciencia corporal	Conciencia corporal a nivel personal e interpersonal
	Autogestión de emociones y síntomas
	Sensaciones físicas
	Imagen corporal
	Expresión y reconocimiento de emociones
	Qualia
	Kinestesia
Autoobservación de la/el terapeuta	Contratransferencia somática
	Modos somáticos de atención
	Memoria corporal

### **6.1.2 Observaciones no sistemáticas y grupo focal**

Al analizar el registro narrativo de las observaciones no sistemáticas y la transcripción del grupo focal en el software ATLAS.ti9, se identificaron un total de 26 códigos o unidades de significado en la fase de codificación abierta. En la fase de codificación axial, se agruparon los códigos similares y se establecieron relaciones entre los grupos, determinando así las principales categorías y subcategorías basadas en su nivel de importancia. Esta importancia estaba dada por la cantidad de información que cada una contuviera y por la frecuencia con la que aparecían los temas. Las categorías identificadas fueron: 1) Observación de la corporeización en Arteterapia y 2) Importancia de la corporeización en Arteterapia.

La primera categoría se utilizó para la construcción del instrumento de observación EMOBAT. Sus seis subcategorías constituyen las dimensiones de la corporeización que se propone observar y registrar: 1) Lenguaje no verbal, 2) El cuerpo en el espacio, 3) El cuerpo en creación, 4) Conciencia corporal, 5) Autocuidado corporal y 6) Autoobservación corporal de la arteterapeuta; y sus códigos son los indicadores de observación. La segunda categoría surgió únicamente a raíz de las reflexiones generadas en el grupo focal y, aunque no contiene información relevante para la construcción del instrumento, sí está relacionada con las preguntas de investigación, por lo que se abordará en el apartado de discusión.

En el presente estudio no se alcanzó el nivel de codificación selectiva planteado por Strauss y Corbin (2002), dado que el objetivo del proyecto de investigación no era construir una teoría, es decir, agrupar los datos en conceptos y “convertirlos en conjuntos de afirmaciones de relación que

pueden usarse para explicar, en un sentido general, lo que ocurre” (Strauss y Corbin, 2002, p. 159), sino crear un instrumento de observación que permita transcribir la interpretación de la realidad en un registro (Vella y Torres, 2012) que posteriormente pueda contribuir a llegar a tal teorización.

**Tabla 3**

*Categorías, subcategorías y códigos identificados a partir del análisis de las observaciones no sistemáticas y del grupo focal*

	<b>Categorías</b>	<b>Subcategorías</b>	<b>Códigos</b>
<b>Corporeización en Arteterapia</b>	Observación de la corporeización en Arteterapia	Lenguaje no verbal	Postura
			Expresión facial
			Mirada
			Movimientos repetitivos
			Respiración
		El cuerpo en el espacio	Espacio ocupado
			Ubicación en el espacio
			Movimiento en el espacio
			Exploración sensorial
			Ritmo de creación
	El cuerpo en creación	Amplitud del movimiento en la creación	
		Fluidez del movimiento corporal	
		Posicionamiento del cuerpo respecto a la obra	
		Interacción con los materiales	
		Presión del trazo	
	Conciencia corporal	Verbalizaciones sobre la conciencia corporal	
		Cambios en el aspecto físico de la/el cliente	
		Sensaciones corporales antes, durante y después de la sesión	
		Nivel de energía	
		Autocuidado de la arteterapeuta	
Importancia de la corporeización en Arteterapia	Aspectos éticos del trabajo con el cuerpo	Autocuidado de la arteterapeuta	
		Precauciones	
	Beneficios de la observación y el trabajo con el cuerpo durante la sesión de AT	Información adicional sobre el cliente	
		Facilitación del proceso arteterapéutico	

Dimensión sociopolítica del cuerpo	El cuerpo en la inclusión social El cuerpo oprimido/ invisibilizado
Integración de disciplinas y terapias artísticas	Técnicas de corporeización

## 6.2 Desarrollo y Resultados de la Segunda Fase: Construcción del instrumento EMOBAT

Los hallazgos de la revisión sistemática de la literatura, de las observaciones no sistemáticas y del grupo focal permitieron diseñar el instrumento EMOBAT, definiendo detalladamente sus dimensiones e indicadores de observación. De esta manera, se utilizaron todos los indicadores encontrados en el análisis de las observaciones y del grupo focal que en gran medida coincidían con los de la revisión sistemática de la literatura, y se añadieron dos ítems más que solo aparecieron en esta última: los *Gestos* y la *Proximidad con la arteterapeuta* (distancia corporal).

Como se mencionó en la metodología, para la construcción del instrumento se utilizó una escala de apreciación numérica del 1 al 5 para registrar la conducta. Además, a partir de las reflexiones generadas en el grupo focal se establecieron tres momentos de observación para cada ítem: al inicio de la sesión, durante la creación y al finalizar la sesión. También se añadió un espacio de anotaciones al lado de cada indicador para complementar dicha puntuación con comentarios y observaciones más detalladas en caso de ser necesario. Para los indicadores de *Cambios en el aspecto físico del cliente* y *Sensaciones corporales antes, durante y después de la sesión*, no se utilizó la escala de apreciación dado que no era posible medirlos de forma cuantitativa por la diversidad de respuestas posibles. Así pues, en estos ítems se utilizó únicamente el espacio de anotaciones para hacer el registro de forma cualitativa.

Cabe señalar que el registro está diseñado para casos individuales y no tanto para la observación grupal, por lo que no contiene ítems que hagan alusión a la relación con otros más allá de la/el arteterapeuta. Tampoco se añadieron muchos ítems referentes a la autoobservación de la/el arteterapeuta, debido a que esta dimensión por sí sola podría extenderse mucho más y conformar un instrumento nuevo. El foco de esta investigación es la/el cliente y su comunicación corporal, pero para futuros estudios se podría plantear el desarrollo de una herramienta de registro corporal para examinar a profundidad aspectos de la contratransferencia somática de la/el arteterapeuta.

El EMOBAT se diseñó en un cuadro de Excel donde cada dimensión se diferenció con un color. Las columnas se organizaron de la siguiente manera: En la primera se establecieron las dimensiones de observación, en la segunda los indicadores y en la tercera la descripción de cómo puntuarlos en la escala del 1 al 5. La cuarta, quinta y sexta columna son para anotar estas puntuaciones al inicio de la sesión, durante la creación y al final de la sesión; y la séptima columna corresponde a las anotaciones donde se pueden hacer aclaraciones o detallar los elementos observados.

**Figura 5**

*Primera versión del instrumento de registro EMOBAT.*

Nombre:		Fecha:	Actividad:			Anotaciones
Dimensión	Indicadores	Descripción	Inicio de la sesión	Durante la creación	Final de la sesión	
LENGUAJE NO VERBAL	Postura	1 = Cerrada (hombros caídos o encogidos, brazos y/o piernas cruzadas, cabeza inclinada hacia adelante) 5 = Abierta (pecho expuesto, espalda recta, brazos y/o piernas descruzados)				
	Expresión facial	1 = Neutra 5 = Expresiva				
	Gestos	1 = No acompaña el lenguaje verbal con movimientos ilustrativos 5 = Acompaña el lenguaje verbal con movimientos de manos, brazos o piernas				
	Mirada	1 = Evita el contacto visual 5 = Mantiene el contacto visual				
	Movimientos repetitivos (aclarar si son parte de una condición/enfermedad, p.ej Parkinson, o no)	1 = Tiene muchos movimientos repetitivos / estereotipados 5 = Pocos movimientos repetitivos				
	Respiración	1 = Respiración agitada 5 = Respiración pausada				
EL CUERPO EN EL ESPACIO	Espacio ocupado	1 = Encerrada/o en su propio cuerpo 5 = Ocupa el espacio de otros				
	Ubicación en el espacio	1 = En la periferia del aula, de la mesa, del círculo, etc. 5 = En el centro				
	Movimiento en el espacio	1 = Se mantiene en el mismo lugar durante la Sesión 5 = Recorre el espacio durante la sesión				
	Proximidad con la arteterapeuta y/o otros participantes	1 = Alejado 5 = Muy cerca				
EL CUERPO EN CREACIÓN	Exploración sensorial	1 = Poco contacto sensorial con el material 5 = Utiliza la mayoría de los sentidos para explorar el material				
	Ritmo de creación	1 = Ritmo pausado, lento 5 = Ritmo acelerado				
	Amplitud del movimiento	1 = Movimiento estrecho, reducido, constreñido 5 = Movimiento amplio, extenso.				
	Fluidez del movimiento corporal	1 = Rígido 5 = Fluido				
	Posicionamiento del cuerpo respecto a la obra	1 = Cuerpo alejado de la obra, le da la espalda, etc. 5 = Cuerpo sobre la obra / cuerpo es la obra o parte de ella				
	Interacción con los materiales	1 = utiliza los materiales con delicadeza 5 = Utiliza los materiales de forma brusca				
	Presión del trazo	1 = Trazos fuertes, marcados, gruesos 5 = Trazos tenues, finos, ligeros				
CONCIENCIA CORPORAL	Verbalizaciones sobre su conciencia corporal	1 = No identifica ni sabe nombrar o representar sus sensaciones corporales, tampoco las diferencia y/o asocia con estados emocionales (p.ej. No diferencia el hambre de la rabia) 5 = Identifica y nombra sus sensaciones corporales, las diferencia y/o asocia con estados emocionales				
AUTOCUIDADO CORPORAL	Cambios en el aspecto físico	Se refiere a variaciones perceptibles en la apariencia del paciente, p.ej. Cambios en el peso, higiene personal, forma de vestir, de peinarse, etc.				
AUTO-OBSERVACIÓN ARTETERAPEUTA	Nivel de energía	1 = Bajo (exhausta) 5 = Alto (revitalizada)				
	Sensaciones corporales antes, durante y después de la sesión					

### 6.3 Desarrollo y Resultados de la Tercera y Cuarta Fase: Validación por juicio de expertas y versión final del instrumento

Al comparar y analizar las evaluaciones del instrumento EMOBAT realizadas por las expertas, se encontró que la mayoría de los ítems fueron calificados con 3 y 2, es decir “excelente” y “bueno”, en su pertinencia y relevancia. Esto significa que, en general, hubo concordancia entre las expertas al considerar que los ítems son pertinentes a su dimensión y evalúan un aspecto central de esta. Solo uno, la *expresión facial*, fue calificado por una de las validadoras con 1 (“deficiente”) en ambos aspectos, sin embargo, ningún ítem fue rechazado. Las expertas sugirieron modificaciones en las descripciones de siete de ellos y propusieron la adición de otros.

El indicador de *expresión facial* fue el que más discrepancia generó entre las validadoras, debido al concepto de “neutralidad”. De acuerdo con las expertas, no se puede hablar de una expresión facial neutra, por lo que este concepto resulta vago para ser puntuado. Así pues, tomando en cuenta sus sugerencias, se modificó la descripción del ítem estableciendo que 1 es igual a una expresión que no es coherente con el discurso verbal de la persona y/o con el resto de su cuerpo y 5 es igual a una expresividad que acompaña el tono emocional del discurso verbal y corporal.

En el ítem de *respiración* dos de las expertas sugirieron, por un lado, aclarar si su alteración tiene una causa médica (como asma, alergia u otras) y, por el otro, ampliar la descripción del ítem con conceptos como “respiración profunda o superficial, respiración continua o contenida, respiración silenciosa o sonora”. Así pues, se modificó la descripción instando a la/el observador/a a anotar si los cambios en la respiración tienen una base médica o no, y proponiendo una puntuación en donde 1 es igual a una respiración agitada, superficial y/o contenida y 5 es igual a una respiración pausada, profunda y/o continua. Si uno o más de los descriptores no aplicara al caso, la observadora puede hacer las anotaciones correspondientes en el cuadro dispuesto para ello.

Por otro lado, el indicador de *movimientos repetitivos/estereotipados* también resultó un poco vago en su descripción, por lo que se modificó para incluir más información. En lugar de especificar si son “muchos” o “pocos”, el 1 puntúa la ausencia de movimientos repetitivos/estereotipados y el 5 es igual a movimientos repetitivos/estereotipados frecuentes e intensos. Igualmente, la descripción del ítem *espacio ocupado* se modificó para que no denotara juicios de valor, siendo 1= se mantiene dentro de su espacio corporal y 5=ocupa el espacio de otros/as. También se cambió el ítem de *exploración sensorial* por *exploración sensorial activa*, para destacar la implicación voluntaria de más de uno o dos sentidos, o de los sentidos habituales, dado que la creación artística por sí misma involucra el uso de los sentidos. Además, por sugerencia de una de las expertas se decidió dividir el indicador de *conciencia corporal* en dos distintos: *conciencia corporal* y *conciencia corporal asociada a la emoción*. El primero se refiere a la capacidad para identificar y distinguir las sensaciones físicas, y el segundo a la capacidad de asociar estas sensaciones a una o más emociones.

Por último, las validadoras sugirieron incluir algunos ítems más en el instrumento referentes al lenguaje no verbal de la/el cliente y a la autoobservación de la arteterapeuta. Tomando en cuenta sus sugerencias, se adicionaron los ítems de *tono muscular* e *interacción empática* a la primera dimensión (lenguaje no verbal). El primero puntúa si el tono es tenso o relajado y el segundo, si la persona interactúa o refleja movimientos de la arteterapeuta o, por el contrario, no interactúa y/o no los refleja. En la dimensión de Autoobservación de la arteterapeuta, se incluyeron los ítems *ubicación de la arteterapeuta en el espacio* puntuando si se sitúa cerca o lejos del paciente y *efecto del cuerpo de la arteterapeuta sobre la/el cliente* que se registra únicamente de forma cualitativa para poder describir con detalle cómo reacciona este a la ubicación de la arteterapeuta en el espacio, a su mirada, su postura y su aspecto físico, entre otras. Se decidió no incluir más ítems, dado que con una longitud mayor el instrumento puede dejar de ser práctico y ágil y suponer una dificultad mayor a la hora de recordar todos los detalles. En total, el EMOBAT tiene seis dimensiones y 26 indicadores. El instrumento final se puede ver en la Figura 6.

**Figura 6**

*Versión final del EMOBAT*

Nombre:		Fecha:	Actividad:			
Dimensión	Indicadores	Descripción	Inicio de la sesión	Durante la creación	Final de la sesión	Anotaciones
LENGUAJE NO VERBAL	Postura	1 = Cerrada (hombros caídos o encogidos, brazos y/o piernas cruzadas, cabeza inclinada hacia adelante) 5 = Abierta (pecho expuesto, espalda recta, brazos y/o piernas descruzados)				
	Expresión facial	1 = La expresión no es coherente con el discurso verbal de la persona y/o con el resto de su cuerpo 5 = La expresión acompaña el tono emocional del discurso verbal y corporal de la persona				
	Gestos	1 = No acompaña el lenguaje verbal con movimientos ilustrativos 5 = Acompaña el lenguaje verbal con movimientos de manos, brazos o piernas				
	Mirada	1 = Evita el contacto visual 5 = Mantiene el contacto visual				
	Movimientos repetitivos (aclarar si son parte de una condición/enfermedad, p.ej Parkinson, o no)	1 = Ausencia de movimientos repetitivos/estereotipados 5 = movimientos repetitivos/estereotipados frecuentes e intensos				
	Respiración	1 = Respiración agitada, superficial y/o contenida 5 = Respiración pausada, profunda y/o continua				
	Tono Muscular	1 = Tenso 5 = Relajado				
	Interacción empática	1 = Interactúa y/o refleja los movimientos y posturas de la arteterapeuta 5 = No interactúa y/o no refleja los movimientos y posturas de la arteterapeuta				
EL CUERPO EN EL ESPACIO	Espacio ocupado	1 = Se mantiene dentro de su espacio corporal 5 = Ocupa el espacio de otros				
	Ubicación en el espacio	1 = En la periferia del aula, de la mesa, del círculo, etc. 5 = En el centro				
	Movimiento en el espacio	1 = Se mantiene en el mismo lugar durante la Sesión 5 = Recorre el espacio durante la sesión				
	Proximidad con la arteterapeuta	1 = Alejado 5 = Muy cerca				
	Exploración sensorial activa	1 = Limita la cantidad de contacto sensorial con el material 5 = Implica más de uno o dos sentidos, o de los sentidos habituales en la exploración del material				

EL CUERPO EN CREACIÓN	Ritmo de creación	1 = Ritmo pausado, lento 5 = Ritmo acelerado				
	Amplitud del movimiento	1 = Movimiento estrecho, reducido, constreñido 5 = Movimiento amplio, extenso, expandido				
	Fluidez del movimiento corporal	1 = Rígido 5 = Fluido				
	Posicionamiento del cuerpo respecto a la obra	1 = Cuerpo alejado de la obra, le da la espalda, etc. 5 = Cuerpo sobre la obra / cuerpo es la obra o parte de ella				
	Interacción con los materiales	1 = utiliza los materiales con delicadeza 5 = Utiliza los materiales de forma brusca				
	Presión del trazo	1 = Trazos fuertes, marcados, gruesos 5 = Trazos tenues, finos, ligeros				
CONCIENCIA CORPORAL	Verbalizaciones sobre su conciencia corporal	1 = No identifica ni sabe nombrar o representar sus sensaciones corporales, tampoco las diferencia entre sí 5 = Identifica y nombra sus sensaciones corporales y las diferencia entre sí				
	Verbalizaciones sobre su conciencia corporal asociada a la emoción	1 = No asocia sus sensaciones corporales con estados emocionales 5 = Asocia sus sensaciones corporales con estados emocionales				
AUTOCUIDADO CORPORAL	Cambios en el aspecto físico	Se refiere a variaciones perceptibles en la apariencia del paciente, p.ej. Cambios en el peso, higiene personal, forma de vestir, de peinarse, etc.				
AUTO-OBSERVACIÓN ARTETERAPEUTA	Nivel de energía	1 = Bajo (exhausta) 5 = Alto (revitalizada)				
	Ubicación de la arteterapeuta en el espacio	1 = Cerca 5 = Lejos				
	Efecto del cuerpo de la arteterapeuta sobre la/el cliente	Se refiere a cómo reacciona este a la ubicación de la arteterapeuta en el espacio, a su mirada, su postura y su aspecto físico, entre otras				
	Sensaciones corporales antes, durante y después de la sesión					

## 7. Discusión

### 7.1 Justificación teórica del instrumento EMOBAT

En este apartado se definirá la categoría de **Observación de la corporeización en arteterapia**, extraída de la codificación de las observaciones no sistemáticas (ONS) y del grupo focal (GF), la cual integra las dimensiones y los elementos de la corporeización más importantes a observar durante la práctica de arteterapia. De acuerdo con Campos y Lule (2012), la observación cuantitativa y cualitativa posibilita el reconocimiento de aspectos propios de la realidad que “permiten analizar, describir, inferir, interpretar, aprobar o rechazar la formulación de teorías sobre los procesos; así como diagnósticos de realidades y modelos de intervención” (p. 51). Así pues, los elementos de la corporeización planteados en el EMOBAT permitirían extraer información verbal y no verbal acerca de los procesos cognitivos, emocionales y corporales de los y las usuarias, para tener una mayor comprensión del caso, y plantear intervenciones acordes.

#### *Lenguaje no verbal*

El lenguaje no verbal es definido aquí como el tipo de comunicación que se da por medio del cuerpo. Este se considera un elemento fundamental de observación, dado que el discurso no verbal durante la terapia expone la cognición corporeizada que no puede articularse de manera consciente y verbal. A través de este, la terapeuta queda expuesta directamente a los esquemas inconscientes del yo, las emociones, las motivaciones internas, los miedos y las defensas (Shuper-Engelhard, 2020). La expresión de uno mismo se proyecta al exterior a través de los gestos, posturas y

movimientos, por esta razón, la lectura del cuerpo de los y las usuarias desde la primera sesión hasta la evaluación y la intervención es parte del repertorio de la investigación clínica (Arpin, 2014). Los códigos que integran esta dimensión son los gestos, las expresiones faciales, la postura, el contacto visual, los movimientos repetitivos, la respiración, el tono muscular y la interacción empática.

En primer lugar, el ítem de *los gestos*, aunque no se mencionó en el grupo focal ni en las observaciones realizadas, se incluyó en el instrumento dado que aparecía de manera frecuente en los artículos consultados en la revisión sistemática de la literatura. De acuerdo con Tanenbaum et al. (2014, p. 188, citados en Kawano, 2017, p. 66) *los gestos* son “la forma como expresamos pequeñas unidades de significado, análogas a las palabras, frases y oraciones” [“how we express small units of meaning, analogous to words, phrases, and sentences”]. Lo que se pretende observar con este indicador es en qué medida la persona acompaña el lenguaje verbal con movimientos ilustrativos de brazos y piernas, que pueden reforzar, contradecir, sustituir o regular lo que está diciendo (García, 2000).

Por otro lado, *la mirada* es uno de los elementos más importantes en la relación entre usuaria/o y terapeuta, dado que confirma la existencia del individuo y constituye un puente de comunicación y construcción vincular (Vella y Torres, 2012). Por eso en el instrumento se observa si la persona mantiene o no el contacto visual con la arteterapeuta. Distintas frecuencias e intensidades en el contacto visual pueden demostrar interés, falta de sinceridad, temor o desconfianza, entre otras (García, 2000). *La expresión facial* se mencionó en el grupo focal y en las observaciones como un feedback del estado emocional de los y las usuarias durante la sesión, del grado de disfrute de la actividad, y como complemento del discurso verbal: “ese feedback de que están a gusto, para mí es la sonrisa” (participante 1 del GF) o “En su rostro se ve la expresión de miedo y preocupación cuando habla de ‘los ataques’ que le dan cada año” (fragmento ONS). El instrumento pretende registrar qué tan coherente es una expresión con el discurso verbal de la persona y/o con el resto de su cuerpo, acompañando el tono emocional de su discurso. Como plantea García (2000, el mecanismo psicomotor que produce las expresiones faciales es muy sensible a los disturbios emocionales o nerviosos, de manera que revelan fácilmente las emociones, por eso, “Los mensajes que transmiten nuestro rostro y nuestro cuerpo en general suelen guardar coherencia con nuestros mensajes verbales, salvo en caso de ausencia de sinceridad” (p. 159).

Por otra parte, *la postura* es la posición que adopta la persona durante la sesión, denota los cambios en la forma del cuerpo, como posturas abiertas o cerradas, expansivas o contraídas (Koch y Fuchs, 2011). En una de las observaciones se describe este cambio: “Mientras hablábamos de sus obras y del proceso mantuvo una postura más o menos abierta, cuando tocaba temas importantes ponía sus manos debajo de sus piernas, encogiéndose un poco la espalda”. Según Porges (2020), cuando las personas se sienten vulnerables están cerradas, protegiéndose, pero si se sienten seguras están abiertas y accesibles, y los demás se sienten bienvenidos. Por esta razón, en el instrumento este indicador mide qué tan abierta o cerrada es la postura de el/la usuaria.

Los *movimientos repetitivos* y *la respiración* son aspectos que pueden mostrar el nivel de agitación y activación física de la persona durante la sesión. Por esta razón, el ítem de respiración indica el grado en el que la respiración es agitada, superficial y/o contenida o pausada, profunda y/o continua, dando pistas sobre el estado emocional de la persona. Por otra parte, en el ítem de *movimientos repetitivos* se debe tener en cuenta y especificar si se trata de movimientos provocados por una enfermedad o condición neurológica. Con respecto a este indicador, una de las participantes del grupo focal contaba su experiencia con colectivos con discapacidad cognitiva y mencionaba “cómo esos movimientos estereotipados, sea el que sea, muchas veces responden a inquietudes o estados de ansiedad, de nervios o de dificultad, y cuando [las personas] realmente sienten que están en un espacio seguro, eso desaparece” (participante 2 GF). Así pues, el 1 puntúa la ausencia de movimientos repetitivos/estereotipados y el 5 es igual a movimientos repetitivos/estereotipados frecuentes e intensos.

Por otro lado, el *tono muscular* puede dar información sobre el grado de tensión o relajación de la persona a lo largo de la sesión. Como plantea García (2000):

La influencia positiva de la tranquilidad y el buen humor estimula favorablemente a los músculos, lo que se traduce en movimientos directos y proyectivos (expansión del yo) y en un semblante reposado. En cambio, bajo la influencia del miedo, de la ansiedad o de cualquier malestar físico, la persona asume su autoprotección contrayendo los músculos y realizando gestos vacilantes o rígidos. (p.158)

Se esperaría que a medida que los clientes se involucren en la actividad artística, tengan experiencias táctiles y logren una sensación general de seguridad en la relación triangular, sus cuerpos se relajen (Czamanski-Cohen y Weihs, 2016).

Por último, la *interacción empática* está relacionada con el concepto de empatía kinestésica, en la que la persona puede conectar con los patrones de movimiento del otro y reflejarlos con movimientos sintonizados. Esto puede mostrar elementos del vínculo terapéutico como el grado de confianza que existe entre la/el cliente y la/el arteterapeuta (Jeraka et al., 2018) o la actitud de apertura/defensa de la persona en la sesión. De acuerdo con Porges (2020) Los cuerpos de las personas ansiosas están preparados para huir, pelear o paralizarse. No son accesibles, no son recíprocos y no nos ayudan a co-regularnos. Sus estrategias para relacionarse con el mundo son disruptivas, porque sus cuerpos están en un constante estado defensivo (Porges, 2020).

### ***El cuerpo en el espacio***

Esta dimensión hace referencia a cómo el cuerpo comunica posicionándose, moviéndose y desenvolviéndose de distintas maneras en el espacio en el que se encuentra. De acuerdo con Vella y Torres (2012) “El crecimiento y desarrollo emocional está relacionado con la necesidad humana de ampliar y explorar el uso del cuerpo en el espacio” (p. 150). Esta exploración se da tanto en la kinesfera personal como en la interacción con el espacio social que está fuera de los límites de esa esfera de movimiento.

Los ítems que componen esta dimensión son: espacio ocupado, ubicación en el espacio, movimiento en el espacio y proximidad con la arteterapeuta. En primer lugar, *el espacio ocupado* tiene que ver con el concepto de kinesfera personal. Como mencionaba una de las participantes del grupo focal, se trata de “qué espacio compartimos y cual necesitamos que sea propiamente nuestro” (participante 3 GF). También se mencionaba en las observaciones no sistemáticas de las sesiones con Raquel: “se queda en su trozo de papel sin intervenir en otros lugares” y “encuentra otra esquina donde pintar sin tocar las partes hechas por otras”. De acuerdo con Vella y Torres (2012, p.151), “Alejar las extremidades superiores del centro hacia la periferia del cuerpo es el inicio de la interacción con el medio ambiente. Al movernos creamos cambios de relaciones con alguna cosa: un objeto, una persona, o hasta partes de nuestro propio cuerpo”. En el instrumento de observación se pretende registrar entonces si el/la usuaria se mantiene dentro de su espacio corporal u ocupa el espacio de otros/as durante la sesión, pudiendo denotar el tipo de relación que tiene con el ambiente. Por ejemplo, de acuerdo con Lin y Payne (2019), distintos estudios han encontrado que las personas con depresión tienen un uso del espacio y de la kinesfera más restringido.

*La ubicación en el espacio* tiene que ver con la comodidad o incomodidad que siente la persona al situarse en algún punto del espacio. En el grupo focal se mencionaba la importancia de “permitir que cada cuerpo encuentre su lugar, se encuentre a gusto, encuentre un espacio” (participante 3, GF) y cómo esto influye en su disposición. En el instrumento se puntúa del 1 al 5 si la persona se ubica en la periferia del aula, de la mesa, del círculo, etc. o en el centro, lo que podría mostrar qué tanto se permite ocupar un espacio de protagonismo y exposición o si, por el contrario, prefiere aislarse y en qué momentos lo hace. Por otro lado, refiriéndose al trabajo que realizaba con niños/as, una de las participantes del grupo focal mencionaba que “la forma de crear muchas veces necesita espacios grandes, [los niños y niñas] demandan mucho movimiento, o sea, recorrer el espacio, volver a la obra” (participante 4, GF), por eso el indicador de *Movimiento en el espacio* se utiliza para registrar si la persona se mantiene en el mismo lugar durante la sesión o si recorre el espacio. En las observaciones con María también se notaba cómo cada vez que se sentía agobiada por sus emociones necesitaba recorrer el espacio, por lo que este ítem puede ayudar a identificar las necesidades de la persona en distintos momentos de la sesión.

Por último, el ítem de *Proximidad con la arteterapeuta y/u otros participantes* no surgió del grupo focal ni de las observaciones realizadas, sino a raíz de la literatura consultada durante el proceso de investigación. Este indicador se considera significativo, pues según García (2000) “La distancia que imponemos a nuestro interlocutor revela el grado de intimidad que tenemos o deseamos tener con él y la posición de igualdad o de superioridad en que nos ubicamos frente a él” (p.174). Es importante leer el contexto de la interacción y el tipo de relación que se tiene con el otro para establecer el grado de cercanía con este.

### ***El cuerpo en creación***

Se refiere a la forma como se expresa el cuerpo a la hora de crear en cuanto a las cualidades de sus movimientos, el ritmo, la exploración sensorial y la forma como interactúa con los materiales.

Como proponen Czamanski-Cohen y Weihs (2016), el contacto físico con los materiales artísticos, la activación de los sentidos y el movimiento que se produce al crear, genera la implicación de aspectos corporales y mentales del yo que se ponen en juego en el vínculo con la terapeuta dentro del espacio de seguridad de la terapia.

El indicador de *exploración sensorial activa* hace referencia a la conducta exploratoria de la persona durante la creación, en cuanto a la implicación voluntaria de más de uno o dos sentidos, o de los sentidos habituales. Como se explicaba anteriormente, la creación artística en un ambiente seguro creado por el/la arteterapeuta, ayuda a que las personas se abran al juego, la creatividad y la exploración, y tomen riesgos durante la sesión (Payne y Brooks, 2020), lo que posteriormente puede extrapolar a su vida cotidiana. En las observaciones no sistemáticas se anotó información como: “exploró un poco más este material utilizando distintas presiones y difuminando con los dedos”, “no explora ni se arriesga con los materiales” o “logra sumergirse en la experiencia sensorial que le planteamos sintiendo los objetos, los olores, los sonidos y dice: ‘me siento en otro lugar, en una cocinita en medio de un bosque’”. Este ítem pretende medir si la persona tiene poco contacto sensorial con los materiales o utiliza la mayoría de los sentidos para explorarlos y esto desencadena en el desarrollo de su creatividad o resonancias con su historia de vida, sin llegar a una sensibilidad sensorial extrema que, como plantea Lusebrink (2010), sería la variante psicopatológica del componente sensorial en el *Expressive Therapies Continuum*.

El *ritmo de creación* tiene que ver con la velocidad del movimiento y con el tiempo que utiliza la persona para crear. Puede estar relacionado con la implicación de la persona con su obra, la cantidad de detalle o el nivel de activación. En el instrumento se mide si el ritmo de creación es pausado o acelerado, teniendo en cuenta que la variante psicopatológica del componente kinestésico en el *Expressive Therapies Continuum* se caracteriza por acciones agitadas como garabatear frenéticamente.

Por otra parte, la *amplitud del movimiento* se refiere a qué tanto se extiende el cuerpo a la hora de crear, teniendo en cuenta los diferentes materiales y soportes utilizados. En el grupo focal las participantes se preguntaban: “cómo es el espacio que una persona utiliza para su proceso creador. Si utiliza un gran espacio o utiliza un espacio pequeño” (Participante 2, GF), “de qué parte a qué parte de la hoja [la persona] traza el dibujo” (participante 5, GF) y “cuánto espacio ocuparía ese movimiento” (Participante 4, GF). Está estrechamente relacionado con el ítem de *espacio ocupado*, pero no se enfoca en la interacción con otros, sino en cuánto expande la persona su kinesfera personal a la hora de crear. El indicador, entonces, mide si el movimiento es estrecho, reducido, constreñido, o si por el contrario es amplio, expansivo, extenso.

La *fluidez del movimiento corporal* denota si los movimientos que realiza la persona son continuos, ligeros, naturales o rígidos, contraídos, tensos. Principalmente en las observaciones realizadas en el caso de María, se evidenciaba una dificultad para mover las extremidades de forma amplia y fluida, su cuerpo estaba rígido la mayor parte del tiempo. En los registros de distintas sesiones se anotó: “al inicio de la sesión sus movimientos eran leves y un poco rígidos, le cuesta soltar el

cuerpo y hacer movimientos fuertes o amplios”, “Movemos cada articulación del cuerpo y es visible que a María le cuesta trabajo. Mueve muy lenta y levemente cada extremidad”. Sin embargo, esta dificultad no estaba relacionada con un problema de salud o con su edad, puesto que en un ejercicio de espejamiento María era capaz de realizar todos los movimientos que la arteterapeuta proponía: “al imitarme se suelta y hace los mismos movimientos sin importar que sean amplios, así que me doy cuenta de que lo puede hacer, que no es una dificultad física. Luego, cuando yo la imito, le es más difícil proponer movimientos, son más sutiles, más forzados”. Este indicador puede dar información valiosa sobre la manera en que las personas se relacionan con su cuerpo y el control que ejercen sobre él, y cómo un bloqueo corporal puede evidenciar también un bloqueo emocional. Igualmente puede dar cuenta de un pensamiento fluido y creativo o rígido como sugerían Slepian y Ambady (2012) en su estudio.

El indicador de *posicionamiento del cuerpo respecto a la obra* denota si la persona ubica su cuerpo alejado de la obra, le da la espalda, o si, por el contrario, su cuerpo está sobre la obra o es parte de ella. No se tuvo en cuenta durante las sesiones de observación no sistemática, sin embargo, surgió como idea de una de las participantes del grupo focal y se incluyó en el instrumento por la información que puede dar sobre la relación que establece la/el usuario con su obra, por ejemplo, si la rechaza o la acoge y la acepta, mostrando también el tipo de apego generado con ella.

La *interacción con los materiales* se refiere a cómo dialogan las personas con los materiales que tienen a su disposición, específicamente en cuanto a la brusquedad o la delicadeza con la que los manipulan. Puede estar relacionado con la expresión emocional durante la creación y se basa en el nivel kinestésico planteado en el *Expressive Therapies Continuum* donde una expresión psicopatológica de este componente es la ausencia de límites, por ejemplo, al arrojar o destruir materiales. Dado que el tipo de apego de las personas también se puede proyectar en la relación con los materiales (Czamanski-Cohen y Weihs, 2016), es interesante observar la forma en que la persona los utiliza y cuida de ellos o no. Por último, la *presión del trazo* tiene que ver con la fuerza que ejerce la persona sobre el papel o el soporte sobre el cual crea, siendo 1 = trazos fuertes, marcados, gruesos y 5 = trazos tenues, finos, ligeros, lo cual puede estar relacionado con su tono muscular y su tono emocional durante la sesión.

### ***Conciencia corporal***

La conciencia corporal se entiende aquí como la capacidad de percibir e identificar sensaciones que provienen del interior del cuerpo, por ejemplo, cambios en los ritmos cardíacos o respiratorios, en la presión sanguínea y tensión muscular (interocepción); así como sensaciones provocadas por estímulos externos a través de la vista, el olfato, el gusto, el tacto y el oído (exterocepción). Esta capacidad está asociada a la habilidad de reconocer estados emocionales, pues la conciencia de los procesos que suceden en el cuerpo facilita la identificación y regulación emocional (Weineck, 2018).

En el grupo focal se mencionaba la importancia de “crear un cuerpo sensible a lo que ocurre en el exterior y que eso reconecte a la persona consigo misma” (Participante 4, GF), de manera que pueda obtener más información para cuidarse y entender mejor las señales de su cuerpo. Así pues, en el instrumento se pretende registrar que tanto la persona identifica y nombra sus sensaciones corporales, y las diferencia y/o asocia con estados emocionales. Dado que no es posible observar la conciencia corporal de otra persona y solo se puede acceder a esta información mediante el autorreporte, el ítem que mide esta dimensión se planteó en términos de las *verbalizaciones que hace la persona sobre su conciencia corporal* y si es capaz de asociarla a la emoción. Se esperaba que la creación artística incrementa la conciencia corporal, puesto que este proceso lleva por sí solo a prestar atención y explorar con aceptación las sensaciones a medida que surgen en el cuerpo (Czamanski-Cohen y Weihs, 2016).

### ***Autocuidado corporal***

El autocuidado es la contribución constante de una persona a su propia existencia, bienestar y salud, por medio de acciones que satisfacen un conjunto de necesidades indispensables para la conservación y el desarrollo de su vida (Cardona, Díaz y López, 2005). “Las diferentes posibilidades de responder a estas necesidades vitales crean e instauran hábitos de vida propios de cada grupo o persona” (Uribe, 1999, p. 116). Teniendo en cuenta la anterior definición, esta dimensión se enfoca exclusivamente en los resultados observables de las conductas de autocuidado físico de la/el usuaria/o, por lo que se busca observar *cambios en su aspecto físico* tales como las variaciones en el peso, la higiene personal, la forma de vestir, etc. Estos cambios pueden dar cuenta de los procesos emocionales y psicológicos que está atravesando la persona y de los avances de la terapia. Dado que este ítem solo se puede calificar de manera cualitativa, en el instrumento no se puntúa del 1 al 5, sino que se debe describir lo observado en el espacio de anotaciones designado para ello.

### ***Autoobservación corporal de la arteterapeuta***

Es la capacidad de la arteterapeuta para identificar sus estados corporales, sus sensaciones y sus emociones antes, durante y después de la sesión de arteterapia. Esta capacidad puede dar cuenta de la “contratransferencia somática” que se genera en la comunicación entre el “inconsciente somático” del cliente y de la terapeuta, y que se manifiesta en las reacciones corporales de la terapeuta en relación con la presencia del cliente (Bernstein, 1986, p. 321, citada en Panhofer et al., 2011).

En esta dimensión se incluyó el indicador de *nivel de energía* a raíz de la conversación generada en el grupo focal en la que una de las participantes mencionaba que una clave para identificar su estado durante una sesión o una clase era notar la activación o el cansancio físico, mental y/o emocional con el que terminaba: “esa sensación de salir de la clase llena de energía es una clave básica de que yo he estado centrada, bien situada, cuidándome y cuidando a los demás, entrando y saliendo” (Participante 2 GF). El *nivel de energía* se puntúa siendo 1 = bajo (exhausta) y 5 = alto

(revitalizada). Cabe aclarar que este nivel de energía no siempre está ligado específicamente a la sesión, sino que también puede alterarse debido a situaciones externas de la vida personal de la/el arteterapeuta, por lo que también es importante anotarlo como una forma de autoconciencia que permita diferenciar qué es lo propio y qué viene de la relación arteterapéutica.

Por otro lado, se incluyó un ítem cualitativo para describir las *sensaciones corporales antes, durante y después de la sesión*. Esta escucha interna permite a la arteterapeuta entender desde el cuerpo a la otra persona, autorregularse y notar aquellas cosas que requieren trabajo personal. Con respecto a esto, una de las participantes decía: “Si siento una sensación profunda trato de tomar un paso hacia atrás mentalmente y respirar, y después pensar qué es lo que está pasando. Y si no tengo tiempo para hacerme esa pregunta, simplemente me pregunto: ¿estás completamente presente y escuchando a esta persona?” (Participante 2, GF).

El ítem de *ubicación de la arteterapeuta en el espacio* puntúa si se sitúa cerca o lejos del paciente, con el fin de reflexionar también sobre su conducta proxémica y la razón de ser de ésta. Por ejemplo, notar somáticamente si el/la cliente le produce rechazo, cercanía, etc. Por último, el indicador de *efecto del cuerpo de la arteterapeuta sobre la/el cliente* se registra únicamente de forma cualitativa para poder describir con detalle cómo reacciona este a la ubicación de la arteterapeuta en el espacio, a su mirada, su postura y su aspecto físico, entre otras.

## **7.2 Importancia de la corporeización en arteterapia**

Como se mencionó anteriormente, la categoría de “Importancia de la corporeización en arteterapia” surgió como emergente a partir del diálogo y las reflexiones generadas en el grupo focal con profesionales y estudiantes del Máster de Arteterapia. Sus subcategorías contienen información sobre los aspectos éticos, sociopolíticos y multidisciplinares del trabajo con el cuerpo en arteterapia, así como sus beneficios, lo que se abordará a continuación.

En la subcategoría de **aspectos éticos del trabajo con el cuerpo** se mencionaron dos puntos: por un lado, el *autocuidado de la arteterapeuta* y por el otro las *precauciones* que se deben tener en cuenta a la hora de plantear intervenciones basadas en lo corporal. El primero está relacionado con la necesidad y el deber de realizar una práctica profesional consciente, cuidadosa y responsable. Las participantes mencionaban la importancia de reconocer sus estados corporales y emocionales antes, durante y después de las sesiones para no transferir al cliente las dificultades personales, poder diferenciar entre lo propio y lo ajeno, y que esto no entorpezca el proceso arteterapéutico. En este sentido, las prácticas de autocuidado de la arteterapeuta y sus habilidades interoceptivas se convierten en una cuestión de ética profesional y cobran un papel importante en la relación de transferencia y contratransferencia.

Por otro lado, una de las participantes hizo énfasis en la necesidad de hacer un buen análisis del contexto, del perfil del cliente y del vínculo terapéutico establecido, antes de proponer intervenciones que apelen directamente a la corporalidad, con el fin de no activar sus resistencias al proceso. En sus palabras:

El cuerpo muchas veces es en sí mismo un lugar inseguro para muchas personas. Entonces no siempre el lugar del cuerpo o las propuestas desde el movimiento, son propuestas que favorecen el desarrollo de las sesiones, de hecho, a veces ocurre lo contrario, a veces ocurre que las propuestas corporales activan muchísimas resistencias.

Por otra parte, las participantes mencionaron distintos **beneficios de la observación y el trabajo con el cuerpo en las sesiones de arteterapia**. Por un lado, el cuerpo proporciona *información adicional* a la que se obtiene a través de su discurso verbal o de la obra misma. Esta información revela el espectro emocional de la persona, da pistas sobre su personalidad, su forma de relacionarse con otras/os, y complementa, suple, o incluso contradice a las palabras. Como decía una participante: “el cuerpo nunca miente, a través de él podemos expresar cosas, aunque sea de manera inconsciente, que muchas veces a través del lenguaje verbal o incluso de una disciplina artística no somos capaces”, esto se debe a que el mecanismo psicomotor que produce los gestos expresivos involuntarios es muy sensible a los disturbios emocionales o nerviosos, de modo que estos emergen sin ser tamizados por la conciencia crítica (García, 2000).

Asimismo, el cuerpo brinda información sobre cómo se encuentra la persona o el grupo durante la sesión, lo que permite “evaluar cómo vienen las personas, cómo está el grupo en general y poder decidir en ese momento cuál es la mejor estrategia de la sesión en función de cómo llegan” (participante del grupo focal). Más aún, Algunas de las participantes que habían trabajado con poblaciones de niños, niñas y jóvenes con diversidad funcional hablaron sobre cómo el cuerpo muchas veces es el único medio de comunicación disponible para interactuar con ellos/ellas y comprender lo que ocurre “en su ser”, por lo que es fundamental incorporar dinámicas que apelen directamente a él y desarrollar una sensibilidad particular que nos permita identificar sus señales durante el proceso arteterapéutico.

Además, de acuerdo con las participantes, plantear actividades de movimiento o de conciencia corporal al iniciar la sesión también *facilita el proceso arteterapéutico* en tanto permite a las personas conectar entre sí y desinhibirse, y favorece la creatividad, la concentración y la relación. Esto tiene sentido al revisar las investigaciones realizadas en las que se ha demostrado que un movimiento fluido conduce a un pensamiento fluido y creativo (Slepian y Ambady, 2012), que la sintonización con una/o misma/o a través del baile ayuda a centrarse en el momento presente y promueve la espontaneidad del movimiento, el juego y la creatividad (Jeraka et al., 2018), y que el reflejo del otro fomenta el apego seguro, la sincronía y la regulación emocional (Payne y Brooks, 2020).

También se desarrollaron reflexiones en torno a la **dimensión sociopolítica del cuerpo** que se condensaron en dos temas principales: *El cuerpo en la inclusión social y el cuerpo oprimido/invisibilizado*. Ir un paso más allá de comprender que los seres humanos somos una unidad mente-cuerpo, es aceptar que esta unidad es inseparable de su contexto social. Como plantean Lin y Payne (2019), la construcción y el desarrollo de nuestro cuerpo y mente está ineludiblemente influenciado por la cultura, la sociedad y el ambiente en el que vivimos. La

biología, la psicología y el contexto social son un solo sistema y, así como las emociones tienen un impacto en la fisiología de las personas, las interacciones entre las personas pueden modificar su neurobiología. Por eso, los problemas sociales como el racismo, la xenofobia, el machismo, la homofobia, entre otros, pueden afectar la fisiología de las personas (Maté, 2020).

En el grupo focal, las participantes hablaron sobre el cuerpo como una expresión de la diversidad y sobre cómo, precisamente lo diverso puede ser objeto de bullying y de exclusión en la escuela y en la sociedad. Como plantea Jordi Planella (2017):

(...) la educación (por desgracia) tiene demasiado que ver con ese juego de in/exclusiones sociocorporales. Justamente es el cuerpo el objeto que le permite a uno incorporarse o desincorporarse, estar corporalmente en la sociedad/comunidad o bien estar fuera de ella. (p.34)

También nombraron las Pedagogías del cuerpo o Pedagogías sensibles como corrientes nuevas que se enfocan en integrar las diferentes corporalidades e identidades corporales en la escuela y cortar con las actitudes y comportamientos que estigmatizan y discriminan, los cuales muchas veces están normalizados socialmente. Planella (2017), plantea que las pedagogías sensibles integran una mirada somática y se preocupan por aquellas dimensiones del sujeto que a menudo quedan truncadas por la parametrización de la diferencia, la clasificación, la cuantificación y por la necesidad de controlar a todo aquel que es diferente y representa un riesgo para ese canon. La sensibilidad es entonces una respuesta a una pedagogía tradicional anestesiada y cartesiana.

Igualmente, las participantes expresaron que la creación artística puede ser un vehículo en la escuela para conseguir integrar las distintas corporalidades, pues el arte encarna lo diverso, “deja aparecer lo inusual y lo constante, lo diferente y lo común, lo extraño y lo igual, lo paradójico” (López Fdz. Cao, 2008, p. 231). Frente a la vigilancia, el control y la sanción de los cuerpos y los movimientos en la escuela, las participantes manifestaron cómo el arte no solo permite expresar abiertamente emociones que de otra forma no son admitidas en la sociedad, sino que además lo aplaude.

Asimismo, mencionaron cómo en las clases es posible observar la disociación histórica que se ha establecido entre cuerpo y mente, y cómo el cuerpo muchas veces es silenciado, invisibilizado y olvidado en la educación. De acuerdo con una de las participantes, en el mejor de los casos el cuerpo se ve como un medio para propiciar el funcionamiento de la mente, y no como una forma de conocimiento en sí misma:

(...) se ve desde la perspectiva de que el cuerpo está al servicio de..., el cuerpo ayuda a las otras materias. Utilizamos el cuerpo para relajarnos, para calentar, porque así la mente ya está preparada para recibir, para asimilar mejor. Siempre está como en un segundo plano, y a mí realmente lo que me gusta defender, porque yo lo vivo y porque lo he experimentado, es que también se piensa con el cuerpo, o sea que el cuerpo puede ser una herramienta de conocimiento, de pensamiento, es una inteligencia ¿no? Una inteligencia más. Y creo que

nos falta mucho recorrido hasta llegar a comprender y a profundizar en esto y a integrarlo en las sesiones.

Con respecto a esto Arboleda (1997) sostiene que el terreno intelectual ha sido descorporeizado y que el cuerpo se ha limitado al campo motriz, llámese educación física, juego, teatro, recreo, entre otros. Si pensamos en otros ámbitos, por ejemplo, las oficinas, casi ni existe este campo motriz, lo que relega e invisibiliza aún más el cuerpo, en detrimento de las habilidades interoceptivas y de la salud física y mental. En este sentido, los estudios sobre la cognición corporeizada cobran un papel muy relevante, en tanto pueden dar luces sobre cómo nuestra actividad cognitiva se basa en procesos sensoriomotores y se sitúa en contextos y situaciones específicas (Borghi y Pecher, 2011) y así abrir un nuevo camino para una educación, un ámbito laboral y una terapia más integrales.

En arteterapia, si bien el cuerpo no es invisible, porque es indispensable para la creación, quizás es un tema que se subestima y sobre el que no hay una asignatura (al menos en el Máster de arteterapia y educación artística para la inclusión social) que aborde en profundidad el enlace bidireccional de los procesos creativos y corporales. Como mencionaban las participantes, no se puede dudar de que el cuerpo está incluido en la sesión “el cuerpo está siempre, sí o sí, y es mediador de absolutamente todas las experiencias que tenemos”, sin embargo, pareciera que nos enfocamos en los procesos cognitivos y emocionales que ocurren durante la creación (lo simbólico, lo metafórico, lo inconsciente) sin aludir a la relación que estos tienen con el cuerpo y su papel en la sociedad. Es importante reconocer, entonces, que “lo propio de la expresión artística, más allá de su función de simbolización, es su capacidad para trascender lo racional y enraizarse en el cuerpo, permitiendo a la persona sentir, a través de él, la emoción” (Del Río, 2019, p. 2).

También es de vital importancia que en la práctica tengamos más presente el bagaje cultural que todos y todas traemos en el cuerpo y que haga parte de nuestro análisis cómo la cultura influencia la formación de sintomatología, la progresión y los resultados de los desórdenes mentales y físicos (Lin y Payne, 2019). Como sostiene Maté (2020), la mayoría de las enfermedades más comunes de ahora como la adicción, la depresión, las enfermedades autoinmunes y el cáncer tienen que ver con el ambiente y con la interacción entre mente y cuerpo, por lo que estos problemas reflejan las relaciones en una cultura particular.

En esta misma línea, Prentiss Hemphill (2020), terapeuta, profesora de somática y fundadora de The Embodiment Institute, plantea que nuestro movimiento, nuestros pensamientos y nuestros comportamientos se forman a través de la cultura: de las instituciones con las que interactuamos, las normas y el entorno; de modo que algunas lógicas, prácticas o comportamientos pueden interiorizarse tanto que dejamos de entenderlas como prácticas de jerarquía que se han corporeizado. La autora sostiene que la opresión no es solo un constructo intelectual, sino que vive en las personas, se expresa en sus cuerpos y en sus relaciones. Por eso, la corporeización implica un compromiso con entendernos a nosotros/as mismos/as y nuestras prácticas en un contexto, y evaluar cómo estamos viviendo nuestros valores, cómo estamos encarnando el privilegio o la

opresión. En este sentido, la sanación y la corporeización no son zonas neutrales, sino que están influidas por la política.

Hemphill (2020), propone hacer prácticas de corporeización que busquen explorar los sentidos de seguridad, pertenencia y dignidad para aumentar la conciencia de las estructuras de poder en las que participamos y la manera en que nos afectan. Podríamos preguntarnos, por ejemplo ¿Cómo se siente en mi cuerpo la seguridad? ¿Cómo se siente la pertenencia? ¿la dignidad? ¿Cómo se siente cuando se ven amenazadas? En este sentido, la corporeización nos ayuda a mirar a nuestros pacientes/usuarios/clientes desde una perspectiva más holística, a entender cómo la opresión y la exclusión social se expresan también en sus cuerpos, y clarificar el papel que juegan los factores sociales y culturales en la arteterapia.

Por otro lado, en el grupo focal se mencionó la importancia de la **integración de las disciplinas y terapias artísticas** para llevar a cabo una práctica de arteterapia más corporeizada incorporando en los talleres distintas técnicas de Danza Movimiento Terapia, Dramaterapia y Musicoterapia, entre otras. Esta integración no se trata de tomar un trozo de cada disciplina para unirlo a otros como un mosaico, “sino que de una disciplina transite a la otra con un mismo motivo, con algo que es común en todas y que (...) toda esa vivencia luego se pueda traducir en una creación final” (participante 1 del grupo focal).

Las disciplinas artísticas son un abanico enorme que se tiene a la mano, pero que se debe utilizar con criterio teniendo en cuenta siempre lo que las personas con las que trabajamos nos demandan. Al integrarlas en un taller cada persona tiene la oportunidad de conectar con alguna o varias técnicas, y a la vez de enfrentarse a aquella que le es más difícil y aprender de esa experiencia. Los participantes del grupo focal mencionaron, además, la necesidad de trabajar con los recursos que tiene cada persona y tratar de potenciarlos. Por ejemplo, si la/el cliente sabe de danza buscar la manera de integrar estos conocimientos a las sesiones y a la creación artística.

También nombraron técnicas grupales de DMT como animar a las personas a expresar cómo se sienten a través de un movimiento o un sonido no articulado; hacer dinámicas de “mirroring”, donde las y los participantes pueden encarnar en su propio cuerpo cómo se sienten las y los demás favoreciendo la empatía kinestésica; y trabajar en círculo de modo que todas las personas ocupen el mismo espacio de protagonismo, que haya un espacio central estableciendo una distancia de seguridad y, al mismo tiempo, funcionando como una especie de escenario al que poder salir, mostrarse y ser relevante en un momento dado.

También mencionaron actividades puntuales como interpretar en parejas una pintura o un dibujo utilizando únicamente el movimiento y la comunicación corporal; y la escritura automática después de haber hecho contacto con el cuerpo a través del movimiento. Procurando que no medie el pensamiento consciente se trata de escribir “lo que salga” y a partir de esto crear. Asimismo, plantearon experimentar con diferentes tipos de música (alegre, triste, pesada, fluida, etc.) y pensar en colores, estados de ánimo, trazos, etc. que luego se traducen en una creación plástica.

Se nombró la performance, que directamente trabaja el cuerpo y el arte, y la improvisación donde se puede crear una historia en poco tiempo y a partir de esa historia plantear nuevas preguntas que aluden al personaje y a la intérprete. Igualmente, nombraron los títeres, esos objetos que corporizan nuestras proyecciones y se atreven a expresar aquello que nos gustaría decir y no podemos. Se mencionó la fotografía a través de la cual las personas se ven a sí mismas, ven a otros/as y ven cómo han sido miradas; y, por último, se propuso la idea de crear espacios sensitivos donde las personas puedan poner sus cuerpos en juego, tumbarse, moverse y explorar dónde se sienten cómodas, que cosas necesitan a su alrededor, y donde puedan utilizar el tacto no solo en las manos sino en todo el cuerpo, así como otros sentidos como el olfato y el gusto.

## **8. Conclusiones**

Cuando no prestamos atención a lo que nos dice nuestro cuerpo, así como el de nuestros/as clientes, dejamos de lado una información esencial para entender los procesos físicos, cognitivos y emocionales que suceden durante la sesión de arteterapia e ignoramos parte de la experiencia vivida por la persona que tenemos enfrente. Por eso, aprender a leer las señales del cuerpo de nuestros/as clientes y compararlas con sus claves verbales, es una habilidad esencial que deberíamos desarrollar como arteterapeutas, haciéndonos más sensibles y perceptivos/as en nuestra práctica.

Ante la falta de instrumentos que sistematicen la observación de los procesos corporizados y el lenguaje no verbal en los talleres de arteterapia, se creó el instrumento EMOBAT que pretende visibilizar el cuerpo de las/los clientes y de el/la arteterapeuta, y ser una guía para corroborar los avances y/o retrocesos durante la intervención, ayudando a las y los profesionales a crear estrategias e intervenciones pertinentes y eficaces, desde una visión ontológica del ser humano como una unidad mente-cuerpo.

El instrumento está diseñado para la observación en sesiones individuales con adultos/as y con niños/as, aunque aún no ha sido probado con ninguna población. En esta investigación el tiempo fue un factor determinante en cuanto a las posibilidades de aplicación y puesta en práctica del instrumento. Debido a que el estudio se enmarca en el contexto de prácticas de la estudiante/investigadora, no fue posible aplicarlo en una muestra grande que permitiera hacer una validación empírica del mismo. Se pudo utilizar el instrumento en cinco sesiones con María, pero, para analizar los datos recogidos se requería hacer un estudio de caso que por motivos de tiempo y espacio superaba la capacidad de esta investigación. Otra limitación del estudio fue el acceso restringido a muchos artículos relacionados con la corporeización en arteterapia, los cuales hubiesen podido aportar más al desarrollo de las dimensiones y los indicadores del EMOBAT.

Asimismo, aunque el instrumento segmenta la observación del cuerpo en conductas puntuales con el fin de hacer más sencillo su registro y dar luces sobre los aspectos de la corporeización más relevantes a observar, es necesario tener en cuenta que para poder formular conclusiones se debe analizar el lenguaje corporal en conjunto y dentro de un contexto. Por eso también es importante

el criterio y la experticia de la/el profesional en la observación del cuerpo. Es posible entonces, que se requiera de un entrenamiento previo al uso del instrumento.

En cuanto a las ventajas que supone utilizarlo, por un lado, la conducta motora es directamente observable y se puede analizar de manera concreta, lo que podría reducir las suposiciones y conjeturas de el/la arteterapeuta, y ser un complemento importante a la información brindada por la persona y por su obra. Igualmente, podría ser útil para colectivos que tienen poco o nada de lenguaje verbal, por ejemplo, en el trastorno del espectro autista o en la diversidad funcional. Además, el instrumento tiene un formato práctico que facilita la anotación y el desarrollo posterior de un informe, y permite evaluar la evolución dinámica de la persona no solo a lo largo del proceso, sino también dentro de cada sesión con las mediciones al inicio, durante y al final de esta. Este tipo de registro podría dar información sobre los cambios que prosiguen a la creación artística, como el aumento de la conciencia corporal, las variaciones en la tensión/ rigidez y relajación/fluidez, la ampliación o disminución de la kinesfera personal, etc.

Como líneas futuras de investigación se propone realizar el estudio de caso con los datos recogidos, y hacer una validación empírica del instrumento con el fin de analizar los datos cuantitativa y cualitativamente, y comprobar su funcionamiento en la práctica. Asimismo, se recomienda analizar los datos arrojados por el EMOBAT en relación con los ítems de otros registros habituales de arteterapia, para enriquecer la interpretación de los casos. Por otro lado, se plantea la posibilidad de hacer una investigación enfocada en la corporeización de la/el arteterapeuta, ya que, como sostienen Panhofer et al. (2011), la supervisión de los terapeutas generalmente deja de lado la parte holística de los mismos al centrarse exclusivamente en técnicas verbales y olvidándose de la experiencia corporal de los terapeutas y del conocimiento que deriva de ella. Esto conlleva el riesgo de negar las experiencias que se han guardado como memorias corporales o en otras modalidades sensoriales.

Por último, este trabajo muestra cómo muchas veces la separación de las disciplinas y el enfoque especializado en una sola nos hace olvidar que el ser humano es un ser integral y que la terapia debe buscar las maneras de abordar esa integralidad en lugar de acoplar a la persona a su teoría o a sus métodos terapéuticos. Aunque el propósito de esta afirmación no es proponer una terapia híbrida, sí sería interesante buscar las formas de integrar herramientas de las diversas terapias artísticas a la arteterapia, de modo que no olvidemos el cuerpo y amplíemos nuestra perspectiva y capacidad de intervención.

## **9. Bibliografía**

Arboleda, R. (1997). Cuerpo y pedagogía. *Educación física y deporte*, 19(2), 83 - 91.

Arpin, J. (2014). Masters of their Conditions III: Clinical drive applications of theater anthropology in cultural psychiatry. *Transcultural Psychiatry*, 51(4), 461-478.

- Barsalou, L. W., Niedenthal, P. M., Barbey, A., & Ruppert, J. (2003). Social embodiment. En B. Ross (Ed.), *The psychology of learning and motivation* (pp. 43–92). San Diego, CA: Academic Press.
- Borghi, A.M. y Pecher, D. (2011). Introduction to the special topic Embodied and Grounded Cognition. *Frontiers in Psychology*, 2, 5 – 7.
- Cabero, J. y Llorente M.C. (2013). La aplicación del juicio de experto como técnica de evaluación de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC). *Revista de Tecnología de Información y Comunicación en Educación*, 7(2), 11 - 22.
- Calderón J.P. y Alzamora de los Godos L.A. (2008). La técnica de recolección de información mediante los grupos focales. *Revista Salud, Sexualidad y Sociedad*, 2(1), 1 – 4.
- Campos, G. y Lule N.E. (2012). La observación, un método para el estudio de la realidad. *Revista Xihmai VII*, 13, 45-60.
- Cardona JA, Díaz ED, López YL. (2009). Autocuidado en recicladores-recuperadores informales de Medellín, Colombia, 2005. *Rev. Fac. Nac. Salud Pública*, 27(3), 309-316.
- Czamanski-Cohen, J. y Weihs, K.L. (2016). The BodyMind Model: A platform for studying the mechanisms of change induced by art therapy. *The Arts in Psychotherapy*, 51, 63 – 71.
- Damasio, A. (1994). *El error de Descartes: La emoción, la razón y el cerebro humano*. Ediciones Destino.
- Del Río Diéguez, M. (2019). Arteterapia, Una vía más para la promoción de la salud. *Metas de Enfermería*, 22(1), 57 - 61.
- Flaum, R. (2009). Validity of the Movement Psychodiagnostic Inventory: A Pilot Study. *American Journal of Dance Therapy*, 31, 122–135. DOI10.1007/s10465-009-9072-4.
- García, I. (2000). Cinética y proxemia en el aula. *Educación*, 9(18), 157 - 181. Pontificia Universidad Católica del Perú. Fondo Editorial.
- Hamui-Sutton, A. y Varela-Ruiz, M. (2013). La técnica de grupos focales. *Investigación en Educación Médica*, 2(1), 55 - 60.
- Hemphill, P. (Octubre de 2020). Power, oppression, and embodiment: how embodiment and the framework of somatics can support a more liberated future. En Walsh, M., AlDabbagh, M. y Welzel, D. (presidentes). *The Embodiment Conference*. Conferencia llevada a cabo virtualmente en <https://theembodimentconference.org/>.
- Jeraka, T., Vidriha, A. y Žvelc, G. (2018). The experience of attunement and misattunement in dance movement therapy workshops. *The Arts in Psychotherapy*, 60, 55 – 62. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2018.06.001>.

- Johnson, B., and Onwuegbuzie, A. (2004). Mixed methods research: a research paradigm whose time has come. *Educ. Res.* 33, 14 – 26. doi: 10.3102/0013189X033007014.
- Kaplan, F.F. (2003). Art-Based Assessments. En Malchiodi, C.A. (Ed.), *Handbook of Art Therapy*, (pp. 25 - 35). The Guilford Press.
- Kawano, T. (2017). Developing a dance movement therapy approach to qualitatively analyzing interview data. *The Arts in Psychotherapy*, 56, 61 - 73.
- Koch, S.C. & Fuchs, T. (2011). Embodied arts therapies. *The Arts in Psychotherapy*, 38, 276 – 285.
- Koch, S.C., Ostermann, T., Steinhage, A., Haller, K. y Chyle, F. (2015). Breaking barriers: Evaluating an arts-based emotion regulation training in prison. *The Arts in Psychotherapy*, 42, 41 – 49. <http://dx.doi.org/10.1016/j.aip.2014.10.008>
- Leahey, T. H. (2013). *Historia de la psicología (7a. ed.)*. Pearson Educación. <https://elibro.net/es/ereader/universidadcomplutense/85111?page=132>
- Lin, Y. y Payne, H. (2019). Movement speaks of culture: A study focusing on women with depression in Taiwan. *The Arts in Psychotherapy*, 64, 39 - 48.
- Loman, S. Sossin, M. (2013). Introducción al Perfil de Movimiento de Kestenberg. En H. Wengrower, S. Chaiklin (coords), *La Vida es Danza. El Arte y la Ciencia de la Danza Movimiento Terapia*, (pp. 259 - 288). Gedisa.
- López Fdz. Cao, M.A. (2008). Cognición y emoción: el derecho a la experiencia a través del arte. *Pulso. Revista de Educación*, 31, 221 - 232.
- Lusebrink, V.B. (2010). Assessment and Therapeutic Application of the Expressive Therapies Continuum: Implications for Brain Structures and Functions. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 27(4), 168 - 177.
- Malchiodi, C.A. (2003). Art Therapy and the Brain. En Malchiodi, C.A. (Ed.), *Handbook of Art Therapy*, (pp. 16 - 24). The Guilford Press.
- Martinec, R. (2013). Dance movement therapy in the concept of expressive arts-therapy. *Hrvatska revija za rehabilitacijska istraživanja*, 49, 143 - 153.
- Matas, A. (2018). Diseño del formato de escalas tipo Likert: un estado de la cuestión. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 20(1), 38 - 47. <https://doi.org/10.24320/redie.2018.20.1.1347>
- Maté, G. (octubre de 2020). Compassionate Inquiry. En Walsh, M., AlDabbagh, M. y Welzel, D. (presidentes). *The Embodiment Conference*. Conferencia llevada a cabo virtualmente en <https://theembodimentconference.org/>

- Moher, D., Liberati, A., Tetzlaff, J., Altman, D.G. (2009). Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses: the PRISMA statement. *BMJ* 339, b2535–b2535. doi:10.1136/bmj.b2535
- Novoa Ramírez, E. y Mejía Mejía, E. (2014). *Metodología de la investigación cuantitativa-cualitativa y redacción de la tesis (4a. ed.)*. Bogotá, Colombia: Ediciones de la U. <https://elibro.net/es/ereader/universidadcomplutense/70230?page=234>
- Okuda Benavides, M. y Gómez-Restrepo, C. (2005). Métodos en investigación cualitativa: triangulación. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, XXXI(1), 118 - 124. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80628403009>
- Panhofer, H., Payne, H., Meekums, B. y Parke, T. (2011). Dancing, moving and writing in clinical supervision? Employing embodied practices in psychotherapy supervision. *The Arts in Psychotherapy*, 38, 9 – 16. doi:10.1016/j.aip.2010.10.001
- Payne, H. y Brooks, S.D.M. (2020). A Qualitative Study of the Views of Patients with Medically Unexplained Symptoms on The BodyMind Approach: Employing Embodied Methods and Arts Practices for Self-Management. *Frontiers in Psychology*, 11:554566, 1 – 14. doi: 10.3389/fpsyg.2020.554566
- Pedrosa, I., Suárez-Álvarez y García-Cueto, E. (2013). Evidencias sobre la Validez de Contenido: Avances Teóricos y Métodos para su Estimación. *Acción Psicológica*, 10(2), 3 - 20. <http://dx.doi.org/10.5944/ap.10.2.11820>
- Peral, C. (2020). Arteterapia como vía de abordaje del trauma y la violencia hacia las mujeres: diseño, aplicación y análisis de metodologías y registros de intervención [Tesis de doctorado, Universidad Complutense de Madrid]. E-Prints Complutense - Repositorio Institucional de la UCM.
- Planella, J. (2017). *Pedagogías sensibles. Sabores y saberes del cuerpo y la educación*. Edicions Universitat Barcelona.
- Pollatos, O. y Herbert, B.M. (2018). Interoception: Definitions, Dimensions, Neural Substrates. En G. Hauke y A. Kritikos (Eds.), *Embodiment in Psychotherapy a Practitioner's Guide* (15 - 27). Springer International Publishing AG.
- Pollatos, O. y Ferentzi, E. (2018). Embodiment of Emotion Regulation. En G. Hauke y A. Kritikos (Eds.), *Embodiment in Psychotherapy a Practitioner's Guide* (43 - 55). Springer International Publishing AG.
- Porges, S. (octubre de 2020). Embodiment through the lens of Polyvagal Theory. En Walsh, M., AlDabbagh, M. y Welzel, D. (presidentes). *The Embodiment Conference*. Conferencia llevada a cabo virtualmente en <https://theembodimentconference.org/>

- Robles, P. y Rojas, M. D. C. (2015). La validación por juicio de expertos: dos investigaciones cualitativas en Lingüística aplicada. *Revista Nebrija de Lingüística Aplicada*, 18, 1 - 16.
- Sánchez, E. (2012). La investigación cualitativa en psicología: ¿Por qué esta metodología? *Quaderns de Psicologia*, 14(1), 83 - 92.
- San Martín, D. (2014). Teoría fundamentada y Atlas.Ti: recursos metodológicos para la investigación educativa. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 16(1), 104 - 122. Recuperado de <http://redie.uabc.mx/vol16no1/contenido-sanmartin.html>
- Shuper-Engelhard, E. (2020). Dancing to projective identification in dance movement therapy for couples (DMT-C). *The Arts in Psychotherapy* 67, 1 - 7. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2019.101614>
- Sevdalis, V. y Keller, P.E. (2011). Captured by motion: Dance, action understanding, and social cognition. *Brain and Cognition*, 77, 231 – 236. doi:10.1016/j.bandc.2011.08.005
- Slepian, M.L. y Ambady, N. (2012). Fluid Movement and Creativity. *Journal of Experimental Psychology: General*, 141(4), 625 – 629.
- Strauss, A. y Corbin, J. (2002). *Bases de la investigación cualitativa. Técnicas y procedimientos para desarrollar la teoría fundamentada*. Editorial Universidad de Antioquia.
- Taylor, S.J. y Bogdan, R. (1992). *Introducción a los métodos cualitativos en investigación. La búsqueda de los significados*. Paidós.
- Uribe, T. M. (1999). El autocuidado y su papel en la promoción de la salud. *Investigación y Educación en Enfermería*, 17(2), 109 - 118. <https://revistas.udea.edu.co/index.php/iee/article/view/16870>
- Van der Kolk, B. (2014). *The Body Keeps the Score*. Penguin Books.
- Van der Kolk, B. (octubre de 2020). Presentation with Bessel Van der Kolk. En Walsh, M., AlDabbagh, M. y Welzel, D. (presidentes). *The Embodiment Conference*. Conferencia llevada a cabo virtualmente en <https://theembodimentconference.org/>
- Vella, G. y Torres, E. (2012). Desarrollo de un instrumento de observación en danza movimiento terapia (DMT). *Papeles del Psicólogo*, 33(2), 148 - 156.
- Vick, R.M. (2003). A Brief History of Art Therapy. En Malchiodi, C.A. (Ed.), *Handbook of Art Therapy*, (pp. 5 - 15). The Guilford Press.
- Weineck, F. (2018). Generating Body Focus: A Stepping Stone to Emotional Awareness. En G. Hauke y A. Kritikos (Eds.), *Embodiment in Psychotherapy a Practitioner's Guide* (129 - 141). Springer International Publishing AG.

Wilkes, C., Kydd, R., Sagar, M., Broadbent, E. (2017). Upright posture improves affect and fatigue in people with depressive symptoms. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 54, 143 - 149. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jbtep.2016.07.015>

Winnicott, D.W. (1971). *Realidad y Juego*. Gedisa.

## 10. Anexos

### Anexo 1: Consentimiento Informado de Grupo Focal

#### CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS

Yo, \_\_\_\_\_ identificada con el DNI: \_\_\_\_\_, actuando en mi nombre y en calidad de entrevistada, acepto participar de manera voluntaria del proceso de recolección de datos para la investigación de Trabajo de Fin de Máster, realizado por la investigadora Liliana Ospina Angulo, con NIE \_\_\_\_\_, para optar por el título de Arteterapeuta de la Universidad Complutense de Madrid.

Expreso que la investigadora me ha explicado con antelación el objetivo y alcances del proceso en que acepto participar y me comprometo a responder las preguntas que se me hagan de la forma más honesta posible. Autorizo que el grupo focal sea grabado en audio y vídeo, así como también autorizo a que los datos que se obtengan del proceso de investigación sean utilizados, para efectos de sistematización y difusión del resultado final de la investigación en contextos académicos. Entiendo que este estudio no tiene ningún interés económico por parte de la investigadora ni de la Universidad, que la información suministrada tendrá un uso confidencial estrictamente académico, y que las dudas y preguntas que tenga sobre el estudio serán resueltas por la investigadora.

Mediante mi firma declaro que deseo participar voluntariamente en este estudio.

Firma: \_\_\_\_\_,

en Madrid, el 30 de marzo de 2021.

## **Anexo 2: Carta a expertas**

Universidad Complutense de Madrid  
Facultad de Educación y Formación del Profesorado  
Máster de Arteterapia y Educación Artística para la Inclusión Social

Madrid, 9 de junio de 2021

Estimada Profesora,

Me dirijo a usted, en virtud de su conocimiento y experticia en el área de metodología/arteterapia/corporeización, para poder continuar con la siguiente fase de mi trabajo de fin de máster, con el cual se busca desarrollar un instrumento que pretende sistematizar la observación de aspectos relacionados con la corporeización en Arteterapia para llevar a cabo una práctica más holística que integre emoción, cognición y cuerpo en el desarrollo de las sesiones.

El trabajo de fin de máster es requisito indispensable para obtener el Máster de Arteterapia y Educación Artística para la Inclusión Social. Este está siendo dirigido por la profesora Marián López Fdz. Cao y es realizado por la estudiante Liliana Ospina Angulo.

En gran medida el trabajo de investigación depende de su opinión de experto hacia los ítems y dimensiones del instrumento de observación. Por lo cual sabremos apreciar su respuesta antes del miércoles 23 de junio de 2021.

A continuación, se adjuntan los archivos referentes a la operacionalización de las categorías e ítems del instrumento.

Muchas Gracias por su valioso aporte al estudio.

Liliana Ospina Angulo

Catedrática UCM

Estudiante UCM

mariaanl@ucm.es

liliospi@ucm.es

Marián López Fdz. Cao

### **Anexo 3: Instrucciones para la Validación**

Universidad Complutense de Madrid  
Facultad de Educación y Formación del Profesorado  
Máster en Arteterapia y Educación Artística para la Inclusión Social

Madrid, 9 de junio de 2021

Estimada Validadora,

Por medio de la presente solicitamos su valiosa colaboración para llevar adelante una investigación con la finalidad de sistematizar la observación y evaluación de aspectos relacionados con la corporeización en Arteterapia para llevar a cabo una práctica más holística que integre emoción, cognición y cuerpo en el desarrollo de los talleres. Esta investigación está siendo realizada por la estudiante Liliana Ospina Angulo, NIE [redacted] y dirigido por la profesora Marián López Fdz. Cao.

La colaboración que solicitamos de usted consiste en validar el **Instrumento de Observación de la Corporeización en Arteterapia**. Adjunto en el correo, se envió un archivo en formato Excel (Formato para validación.xls), donde se especifican las dimensiones y los indicadores propuestos para la aplicación del instrumento, así como los criterios de validación de este. A continuación, se harán algunas aclaraciones para facilitar la validación.

#### **Generalidades del instrumento**

La rejilla se desarrolló a partir de observaciones no sistemáticas en distintos centros de prácticas; a partir de un grupo focal con profesionales y estudiantes del Máster de Arteterapia y Educación Artística para la Inclusión Social; y de una revisión sistemática de la literatura sobre las dimensiones de la corporeización más relevantes a observar durante la práctica de Arteterapia y los instrumentos de observación del cuerpo diseñados y validados previamente en otras terapias artísticas.

El instrumento utiliza una escala tipo Likert del 1 al 5 para puntuar cada indicador en tres momentos distintos de la sesión: al iniciar, durante la creación y al finalizar. El/la arteterapeuta también puede puntuar con 0 los ítems que no haya podido observar a lo largo de la sesión o en alguno de los tres momentos especificados. El instrumento está diseñado para ser utilizado principalmente en talleres individuales de arteterapia.

## **Definición operacional de las dimensiones**

**Lenguaje no verbal:** El lenguaje no verbal es el tipo de comunicación que se da por medio del cuerpo y se expresa en los gestos, las expresiones faciales, la postura y el contacto visual, el nivel de agitación, entre otras. De acuerdo con Shuper-Engelhard (2020) El discurso no verbal durante la terapia expone la cognición corporeizada que no puede articularse de manera consciente y verbal. A través de este, la terapeuta queda expuesta directamente a los esquemas no conscientes sobre el yo, las emociones, las motivaciones internas, los miedos y las defensas.

**El cuerpo en el espacio:** Esta dimensión hace referencia a cómo el cuerpo comunica posicionándose, moviéndose y desenvolviéndose de distintas maneras en el espacio en el que se encuentra. De acuerdo con Vella y Torres (2012) “El crecimiento y desarrollo emocional está relacionado con la necesidad humana de ampliar y explorar el uso del cuerpo en el espacio” (p. 150). Esta exploración se da tanto en la kinesfera personal o esfera de movimiento que rodea a la persona y determina su espacio personal de acción, pensamiento, sentimiento y movimiento; y en la interacción con el espacio social que está fuera de los límites de esa esfera.

**El cuerpo en creación:** Se refiere a la forma como se expresa el cuerpo a la hora de crear en cuanto a las cualidades de sus movimientos, el ritmo, la exploración sensorial y la forma como interactúa con los materiales. Como proponen Czamanski-Cohen y Weihs (2017), el contacto físico con los materiales artísticos, la activación de los sentidos y el movimiento que se produce al crear, genera la implicación de aspectos corporales y mentales del yo que se ponen en juego en el vínculo con la terapeuta dentro del espacio de seguridad de la terapia.

**Conciencia corporal:** La conciencia corporal se entiende aquí como la capacidad de percibir e identificar sensaciones que provienen del interior del cuerpo, por ejemplo, cambios en los ritmos cardiacos o respiratorios, en la presión sanguínea y tensión muscular (interocepción); así como sensaciones provocadas por estímulos externos a través de la vista, el olfato, el gusto, el tacto y el oído (exterocepción). Esta capacidad está asociada a la habilidad de reconocer estados emocionales, pues la conciencia de los procesos que suceden en el cuerpo facilita la identificación y regulación emocional (Weineck, 2018).

**Autocuidado corporal:** El autocuidado es la contribución constante de una persona a su propia existencia, bienestar y salud, por medio de acciones que satisfacen un conjunto de necesidades indispensables para la conservación y el desarrollo de su vida (Cardona, Díaz y López, 2005). “Las diferentes posibilidades de responder a estas necesidades vitales crean e instauran hábitos de vida propios de cada grupo o persona” (Uribe, 1999, p. 116). Teniendo en cuenta la anterior definición, esta dimensión se enfoca exclusivamente en los resultados observables de las conductas de autocuidado físico de la/el usuaria/o como las variaciones en el peso, la higiene personal, la forma de vestir, etc. Estos cambios pueden dar cuenta de los procesos emocionales y psicológicos que está atravesando la persona y de los avances de la terapia.

***Autoobservación corporal de la arteterapeuta:*** Es la capacidad de la arteterapeuta para identificar sus estados corporales, sus sensaciones y sus emociones antes, durante y después de la sesión de arteterapia. Esta capacidad puede dar cuenta de la “contratransferencia somática” que se genera en la comunicación entre el “inconsciente somático” del cliente y de la terapeuta, y que se manifiesta en las reacciones corporales de la terapeuta en relación con la presencia del cliente (Bernstein, 1986, p. 321, citada en Panhofer, Payne, Meekums, y Parke, 2011).

### **Instrucciones para la Validación**

En el archivo encontrará el instrumento de observación delimitado por colores. En la primera columna están las dimensiones de observación, en la segunda columna los indicadores y en la tercera columna una breve descripción de cómo puntuarlos en la escala Likert. En la cuarta, quinta y sexta columna es donde la arteterapeuta debe puntuar del 1 al 5 lo que observó durante la sesión y la séptima columna corresponde a las anotaciones donde se pueden hacer aclaraciones o detallar los elementos observados.

A partir de la columna 8 hasta la 13 se encuentra una rejilla en blanco en donde le solicitamos ingresar su calificación para cada indicador. Los criterios de evaluación son:

- **Pertinencia:** Se considera que un ítem es pertinente si está de acuerdo con la dimensión a la que pertenece. La pertinencia debe ser calificada en una escala de 1 a 3, donde 1=Deficiente, 2=Bueno y 3=Excelente.
- **Relevancia o Importancia:** Hace referencia a qué tan representativo es el ítem de la dimensión que está evaluando, por tanto, se espera que en este criterio se juzgue si el ítem evalúa un aspecto central de la dimensión a la que pertenece. La relevancia debe ser calificada en una escala de 1 a 3, siendo 1=Deficiente, 2=Bueno y 3=Excelente.
- **Luego de esta puntuación se encuentran tres columnas que permitirán tomar la decisión sobre si el ítem debe ser aceptado, modificado o rechazado, marcando con una “x”.**
- **Por último, en el espacio de “Observaciones” podrá anotar las sugerencias que considere pertinentes para mejorar la elaboración del ítem en cuanto a la claridad de su redacción o posible modificación.**

Agradecemos mucho la colaboración que pueda prestar para llevar a feliz término este proyecto de investigación.

Atentamente,

Tutora

Marián López Fdz. Cao

[mariaanl@ucm.es](mailto:mariaanl@ucm.es)

Estudiante

Liliana Ospina Angulo

[liliospi@ucm.es](mailto:liliospi@ucm.es)

## Anexo 4: Formato de validación

Dimensión	Indicadores	Descripción	Inicio de la sesión	Durante la creación	Final de la sesión	Anotaciones	Pertinencia	Relevancia	Aceptar	Modificar	Rechazar	Observaciones y/o sugerencias
LENGUAJE NO VERBAL	Postura	1 = Cerrada (hombros caídos o encogidos, brazos y/o piernas cruzadas, cabeza inclinada hacia adelante) 5 = Abierta (pecho expuesto, espalda recta, brazos y/o piernas descruzados)										
	Expresión facial	1 = Neutra 5 = Expresiva										
	Gestos	1 = No acompaña el lenguaje verbal con movimientos ilustrativos 5 = Acompaña el lenguaje verbal con movimientos de manos, brazos o										
	Mirada	1 = Evita el contacto visual 5 = Mantiene el contacto visual										
	Movimientos repetitivos (aclarar si son parte de una condición/enfermedad, p.ej Parkinson, o no)	1 = Tiene muchos movimientos repetitivos / estereotipados 5 = Pocos movimientos repetitivos										
	Respiración	1 = Respiración agitada 5 = Respiración pausada										
EL CUERPO EN EL ESPACIO	Espacio ocupado	1 = Encerrada/o en su propio cuerpo 5 = Ocupa el espacio de otros										
	Ubicación en el espacio	1 = En la periferia del aula, de la mesa, del círculo, etc. 5 = En el centro										
	Movimiento en el espacio	1 = Se mantiene en el mismo lugar durante la Sesión 5 = Recorre el espacio durante la sesión										
	Proximidad con la arteterapeuta y/u otros participantes	1 = Alejado 5 = Muy cerca										
EL CUERPO EN CREACIÓN	Exploración sensorial	1 = Poco contacto sensorial con el material 5 = Utiliza la mayoría de los sentidos										
	Ritmo de creación	1 = Ritmo pausado, lento 5 = Ritmo acelerado										
	Amplitud del movimiento	1 = Movimiento estrecho, reducido, constreñido 5 = Movimiento amplio, extenso.										
	Fluidez del movimiento corporal	1 = Rígido 5 = Fluido										
	Posicionamiento del cuerpo respecto a la obra	1 = Cuerpo alejado de la obra, le da la espalda, etc. 5 = Cuerpo sobre la obra / cuerpo es la obra o parte de ella										
	Interacción con los materiales	1 = Utiliza los materiales con delicadeza 5 = Utiliza los materiales de forma										
CONCIENCIA CORPORAL	Verbalizaciones sobre su conciencia corporal	1 = No identifica ni puede nombrar o representar sus sensaciones corporales, tampoco las diferencia y/o asocia con estados emocionales (p.ej. No diferencia el hambre de la rabia) 5 = Identifica y nombra sus sensaciones corporales, las diferencia y/o asocia con estados emocionales										
	Presión del trazo	1 = Trazos fuertes, marcados, gruesos 5 = Trazos tenués, finos, ligeros										
AUTO-CUIDADO CORPORAL	Cambios en el aspecto físico	Se refiere a variaciones perceptibles en la apariencia del paciente, p.ej. Cambios en el peso, higiene personal, forma de vestir, de peinarse, etc.										
AUTO-OBSERVACIÓN ARTETERAPEUTA	Nivel de energía	1 = Bajo (exhausta) 5 = Alto (revitalizada)										
	Sensaciones corporales antes, durante y después de la sesión											

## Anexo 5: Tabla de codificación

### Subcategorías e indicadores de la Observación de la corporeización en Arteterapia

Dimensión	Indicador	Grupo Focal	Observación no sistemática
CAMBIOS EN EL ASPECTO FÍSICO	Apariencia		<p>Noto que está más delgada. Ella refiere que no ha comido bien, que no tiene apetito.</p> <p>Esta sesión llega con el pelo recogido, lo que me llama la atención, pues siempre suele tenerlo un poco sobre la cara.</p> <p>Nuevamente María llega con el pelo recogido</p>
LENGUAJE NO VERBAL	Postura	La postura para mí es muy importante... cuando la persona llega cómo camina, hacia dónde mira, cómo tiene los hombros, si hacia delante o hacia detrás, cómo se sienta	<p>Su postura es encorvada y medio cerrada.</p> <p>Su postura es más abierta</p> <p>Cuando las emociones empiezan a surgir vuelve a cerrar su postura</p> <p>María se muestra un poco tensa, la postura corporal es cerrada y con poco movimiento</p> <p>Su postura es tensa, de hombros encogidos y espalda encorvada</p> <p>Tiene una postura cerrada y no la cambia mucho a lo largo de la sesión</p> <p>encogimiento</p> <p>Durante la creación su postura esta vez estuvo un poco cerrada, la mano izquierda estuvo bajo la mesa todo el tiempo mientras pintaba.</p>

			<p>Durante la creación del espacio seguro utilizó más la mano derecha y la izquierda la mantuvo debajo de la mesa la mayor parte del tiempo, solo cuando se daba cuenta de que no podría hacer algo sin ella, la utilizaba para ayudarse. Mientras hablábamos de sus obras y del proceso mantuvo una postura más o menos abierta, cuando tocaba temas importantes ponía sus manos debajo de sus piernas, encogiendo un poco la postura.</p>
	Expresión facial	<p>Yo cuando empiezo con un grupo en cuanto empiezan las sonrisas digo “ya está, ya los tengo”, ese feedback de que están a gusto, para mí es la sonrisa.</p>	<p>Se ve cansada, tiene bastantes ojeras, se le cierran los párpados.</p> <p>En su rostro se ve la expresión de miedo y preocupación cuando habla de “los ataques” que le dan cada año</p> <p>con una expresión más bien neutra durante toda la sesión</p> <p>se ve la satisfacción en su cara</p> <p>Se le ve en los ojos que está sonriendo, disfrutando</p>
	Mirada	<p>A mí la mirada me da mucha información, no sé, me parece como algo muy transparente, y la posición corporal</p>	<p>Mantiene el contacto visual por largos periodos de tiempo sobre todo en los silencios</p> <p>Su mirada se pierde</p> <p>Mantiene el contacto visual por periodos largos cuando está llorando</p> <p>Establece poco contacto visual</p> <p>Mantiene un poco más el contacto visual que la sesión pasada</p>

			<p>Cuando entraron los hombres no los miraba ni saludaba</p> <p>En el ejercicio de espejo mantiene el contacto visual durante todo el rato</p> <p>María mantiene el contacto visual cuando habla de las cosas importantes</p>
	<p>Movimientos repetitivos</p>	<p>movimiento del dibujo... que parece muy simple, el simple hecho de dibujar, de trazar una línea, el cómo acceden a su propia hoja. Como si es un trabajo muy suelto, un gesto repetitivo, o poniendo mucha tinta</p> <p>“¿qué es lo que más se ha repetido?”, como si mirases así desde zoom out y pudieses ver... y hay una artista que podría rescatarla, que una forma de recoger información era haciendo fotos a una misma cosa y entonces como que la categoría que se saturaba era aquella por la que la persona había pasado más tiempo, es decir, a lo mejor yo hago este movimiento, pero lo hago solo una vez. Pero a lo mejor, hago siempre esto (otro movimiento), entonces si eso fuese tomado en fotografías, esta cosa se repetiría mucho y esta a penas aparecería</p> <p>aquí hay muchos movimientos estereotipados que responden a esta dificultad y tenemos que controlar... o sea, nos tenemos que relacionar desde ahí, asumir cuáles son esos movimientos y aprender ese lenguaje, y aprender un lenguaje que es individual</p> <p>los movimientos estereotipados que tiene cada uno, cada persona que está en la clase, cómo cambian y a veces desaparecen absolutamente, cuando se sienten</p>	

		en ese espacio seguro del que habláis. O sea, cómo esos movimientos estereotipados, sea el que sea, muchas veces responden a inquietudes o estados de ansiedad o de nervios o de dificultad, y cuando realmente sienten que están en un espacio seguro, eso desaparece. Y cómo esa ausencia de movimiento te puede dar información valiosísima	
	Respiración		<p>tiende mucho a hiperventilar</p> <p>le cuesta inhalar profundo.</p> <p>al ritmo de una respiración pausada</p>
EL CUERPO EN EL ESPACIO	Espacio ocupado	<p>el concepto del espacio para mí es super importante y todos los tengo en cuenta, y muchos otros, pero el del espacio, esta idea de cuál es nuestro espacio personal y el espacio compartido... qué espacio compartimos y cual necesitamos que sea propiamente nuestro, que nosotros llamamos en DMT la kinesfera personal y la kinesfera general</p> <p>cómo es el espacio también que una persona utiliza para su momento y su proceso creador. si en la mesa decide ponerse en una esquinita o se sienta en el centro de la mesa rodeado de sus compañeros</p>	<p>se queda en su trozo de papel sin intervenir en otros lugares</p> <p>encuentra otra esquina donde pintar sin tocar las partes hechas por otras</p> <p>Es la primera vez que comienza a pintar desde un lugar distinto a las esquinas. Inicia desde la parte superior central. Tal vez se empieza a sentir cómoda en otras partes del espacio, del papel en blanco</p>
	Ubicación en el espacio	<p>permitir que cada cuerpo encuentre su lugar, se encuentre a gusto, encuentre un espacio</p> <p>cómo se siente mi cuerpo en el espacio, como decía una compañera, cuando el espacio se ubica de una cierta manera ¿me siento diferente?</p> <p>trabajamos en círculo que es fundamental para que haya una observación digamos democrática entre todos y donde podamos ocupar el mismo espacio de</p>	

		<p>protagonismo y donde haya un espacio central que favorezca también esa seguridad y distancia de seguridad y, al mismo tiempo, un espacio central que nos sirve para... como una especie de escenario para... como una especie de escenario al que poder salir y mostrarnos y ser relevantes en un momento dado ¿no?</p>	
	Movimiento en el espacio	<p>el espacio para mí es fundamental y quizás en AT así propiamente dicha, hablando de creación plástica, sería quizás el más relevante de todos, porque no hay tanto movimiento por el resto del espacio, está más contenido el movimiento y quizás es más difícil ver otros de los factores como el tiempo, como el flujo,</p> <p>la forma de crear muchas veces necesita... o sea, me lo piden, espacios grandes, demandan mucho movimiento, o sea, se recorre el espacio, volver a la obra</p> <p>A veces es interesante el crear el espacio, prepararlo y ver un poco qué ocurre en ese espacio, cómo reaccionan las personas, cómo se vinculan a ese espacio, cómo se comunican con este espacio</p>	<p>Su cuerpo que está bajo control todo el tiempo, movimientos lentos, leves, pasar desapercibida, quietud, encogimiento.</p>
<b>EL CUERPO EN CREACIÓN</b>	Exploración sensorial	<p>Desde el cuerpo es un poco lo sensorial</p> <p>Enlazando con lo de la instalación, preparar espacios especiales a veces, espacios sensitivos. Me vienen a la mente unos artistas brasileños que trabajan mucho con materiales en los que tú te puedes tumbar, puedes recrear, puedes entrar, puedes salir, y como transformar el espacio y confrontarlo con tu cuerpo y con cómo te encuentras tú. cómo dialogan con esos materiales que tú has preparado.</p>	<p>No le importa mancharse los dedos con el carboncillo</p> <p>no explora ni se arriesga con los materiales</p> <p>Logra sumergirse en la experiencia sensorial que le planteamos sintiendo los objetos, los olores, los sonidos y dice: "me siento en otro lugar, en una cocinita en medio de un bosque"</p> <p>Pinta con el pincel, intenta ser cuidadosa, pero no le importa si se mancha las manos</p>

			<p>Cuando empieza a amasar sus manos se ven rígidas, no tienen mucho movimiento, toca la masa con delicadeza, coge pequeños trozos</p> <p>no se permite equivocarse o salirse de la pauta</p> <p>Es cuidadosa al usarlo, pero no es rígida ni expresa preocupación por mancharse.</p> <p>Mucho contacto físico, no le importa tener los dedos llenos de masa, no refiere la necesidad de quitársela o limpiarse hasta terminar el taller.</p>
	Ritmo de creación	<p>como entiendo en AT estás dibujando, estás trabajando con materiales plásticos y también un poco con el movimiento, cómo es este fluir o cómo es este ritmo</p>	<p>Trata de ser muy precisa al dibujar los cuadrados con lápiz y regla, y al recortarlos, lo hace muy despacio</p> <p>Mezcla los colores y pinta los cuadrados pausadamente</p> <p>Intenta seguir el ritmo de otra persona.</p> <p>se toma su tiempo para hacer su obra y pinta despacio</p>
	Amplitud del movimiento	<p>cómo es el espacio también que una persona utiliza para su momento y su proceso creador. Si utiliza un gran espacio o utiliza un espacio pequeño</p> <p>dónde se detienen, de qué parte a qué parte de la hoja traza el dibujo</p> <p>qué forma tendría ese movimiento, cuánto espacio ocuparía</p>	<p>se queda en su trozo de papel sin intervenir en otros lugares</p> <p>María siempre empieza a crear siempre desde las esquinas del papel.</p> <p>En el ejercicio de movimiento del principio se movía levemente, pero más que en las sesiones pasadas. No hace movimientos amplios, expansivos</p>

			al imitarme se suelta y hace los mismos movimientos sin importar que sean amplios, así que me doy cuenta de que lo puede hacer, que no es una dificultad física
	Fluidez del movimiento corporal	como entiendo en AT estás dibujando, estás trabajando con materiales plásticos y también un poco cómo el movimiento, cómo es este fluir o cómo es este ritmo	<p>Movemos cada articulación del cuerpo y es visible que a María le cuesta trabajo. Mueve muy lenta y levemente cada extremidad</p> <p>bloqueo corporal</p> <p>Sus dedos son rígidos</p> <p>Sus movimientos son muy leves y lentos. Se nota menos tensión del cuerpo que la semana pasada</p> <p>Cuando hicimos el calentamiento al inicio de la sesión sus movimientos eran leves y un poco rígidos, le cuesta soltar el cuerpo, hacer movimientos fuertes o bruscos</p> <p>movimientos lentos, leves</p> <p>comienza a coger toda la masa con sus manos, aprieta fuerte, sus dedos pierden rigidez, sus manos despiertan</p> <p>En el ejercicio de movimiento del principio se movía levemente, pero más que en las sesiones pasadas</p> <p>al imitarme se suelta y hace los mismos movimientos sin importar que sean amplios, así que me doy cuenta de que lo puede hacer, que no es una dificultad física. Luego, cuando yo la imito, le es más difícil proponer movimientos, son más sutiles, más forzados</p>

			<p>Me impresiona ver el cambio en la rigidez de sus manos a medida que avanza la sesión y se familiariza con la masa.</p> <p>En el ejercicio de movimiento se muestra muy rígida todavía. Sus movimientos son leves y poco fluidos</p>
	Posicionamiento del cuerpo respecto a la obra	cómo el cuerpo se ubica en relación con la obra	
	Interacción con los materiales	<p>También a la hora de crear y saber que necesitan transitar el que haya témpera por la mesa y por el suelo y que sea parte de la obra y en el cuerpo, o sea, a veces se llenan</p> <p>cómo dialogan con esos materiales que tú has preparado</p> <p>como sujeta el lápiz</p>	<p>También es muy cuidadosa en su forma de coger el pincel, lo tiene levemente, casi sin presión</p> <p>Coge los materiales con mucha delicadeza</p> <p>la aprieta con fuerza</p> <p>toca la masa con delicadeza, coge pequeños trozos</p> <p>La aprieta fuerte con la mano y la deja sobre la mesa</p> <p>Aun no explora mucho la mezcla de colores ni distintas formas de pintar como podría ser el degradé o salpicar la pintura. Se queda en lo básico.</p> <p>A pesar de que se le explica cómo mezclar los colores primarios para obtener los colores secundarios, así como utilizar el agua para crear un efecto difuminado de la pintura, María prefiere utilizar las pinturas de la misma manera sin mezclarlas</p>
	Presión del trazo	movimiento del dibujo... que parece muy simple, el simple hecho de dibujar, de trazar una línea, el cómo	exploró un poco más este material utilizando distintas presiones y difuminando con los dedos.

		<p>acceden a su propia hoja. Como si es un trabajo muy suelto, un gesto repetitivo, o poniendo mucha tinta</p> <p>la fuerza con la que usan los materiales</p>	<p>También es muy cuidadosa en su forma de coger el pincel, lo tiene levemente, casi sin presión</p> <p>experimentando con la presión al hacer líneas y acostando el lápiz para colorear</p>
<p><b>CONCIENCIA CORPORAL</b></p>	<p>Verbalización sobre su conciencia corporal</p>	<p>cuanto más me conecto, más info recibo, me conecto con el mundo a otro nivel como más sensorial, al cuidarlo, al entenderlo</p> <p>Para mí lo más importante de utilizar el cuerpo, sea la disciplina que sea, es la sensibilización corporal, el conectar con tu cuerpo, el crear un cuerpo sensible a lo que ocurre en tu exterior y que eso te reconecte contigo mismo</p> <p>hablar desde este otro lugar. Como “oye, yo he percibido esto ¿tú también?”, o si ellos me dicen “siento la tristeza”, pues devolverlo al cuerpo como “vale, pues ¿dónde sientes la tristeza?” y desde ahí te va a dar información también de qué hacer con ella. Si la está sintiendo en las manos, pues hacemos algo con las manos, pero si de repente la está sintiendo en la tripa a lo mejor no se llama tristeza</p> <p>interocepción, exterocepción, propiocepción, kinestesia y nocicepción</p>	<p>refiere tener frío</p> <p>refiere sentir escalofríos</p> <p>se da cuenta de la tensión en sus hombros, así que comienza a mover los brazos de adelante hacia atrás</p> <p>También refiere que su periodo está próximo a llegar y siente cólicos muy fuertes. Dice que el dolor de mueve de adelante hacia atrás.</p> <p>refiere tener mucho frío</p> <p>Refiere tener frío</p> <p>no busca sus propias tensiones, sino que sigue los movimientos de alguna de las arteterapeutas</p> <p>Tiene una dificultad muy grande en escucharse a sí misma y a su cuerpo. No parece identificar fácilmente sus necesidades físicas o emocionales.</p> <p>Es la primera vez que María percibe y nombra sus propias sensaciones corporales. Después del escaneo corporal refirió sentir rigidez en los hombros y se hizo un pequeño masaje, también expresó que quería estirar el cuello y lo hicimos. Me parece un avance en el</p>

			<p>reconocimiento de sus necesidades y en la conexión consigo misma.</p> <p>Me llama mucho la atención que haya aparecido la metáfora del hielo. La veo directamente relacionada con la rigidez corporal y emocional que observamos en todas las sesiones.</p> <p>En el ejercicio corporal logró notar la diferencia entre un lado y otro. Cuando solo habíamos tocado el lado izquierdo, dijo "circula más la sangre"</p>
AUTOOBSERVACIÓN ARTETERAPEUTA	Antes de la sesión	<p>yo hago una preparación corporal antes de las sesiones. Procuo hacerla. Tengo algunos ejercicios ya tipo que repito, o antes de una sesión camino para irme preparando</p> <p>yo pongo siempre una o unas palabras de cómo me siento antes de la sesión y hago un ejercicio mental de cómo estoy, qué llevo a la sesión, como una toma de contacto</p> <p>siempre pienso antes de la sesión: ¿tengo que ir al baño? Que a veces se olvida, eh</p> <p>ser conciente de ello... saber dónde está mi centro, saber si tengo algún tipo de bloqueo, si se me está bloqueando algo y llevarlo.</p> <p>Me hago conciente y sé que va a influir en la sesión, que tampoco tengo que cambiarlo, pero está ahí.</p>	
	Durante la sesión	<p>procuro en la sesión respirar, o sea, de vez en cuando me retiro, respiro. En todo el calentamiento corporal yo participo también, lo hago en círculo o con distintos movimientos. Si estoy guiando una</p>	<p>Mantiene el contacto visual por periodos largos cuando está llorando y se queda sin palabras. Para mí es difícil sostener su mirada a veces</p>

	<p>meditación entro y me retiro en función de lo que yo veo que se necesita</p> <p>me doy, pero me cuido, y eso es como en el equilibrio</p> <p>estar muy conciente de cómo está mi cuerpo durante la sesión en el sentido de que, si siento una sensación profunda, como que trato de tomar un paso hacia atrás mentalmente y respirar y después pensar qué es lo que está pasando. Y si no tengo tiempo para hacerme esa pregunta, simplemente me pregunto “¿estás completamente presente y escuchando a esta persona?”. Un poco eso, el anclarse en la respiración, en la escucha y también observar mucho cómo yo me ubico en el espacio y cómo los participantes reaccionan a mi ubicación en el espacio</p> <p>Yo rescato una cosa que había dicho antes que creo que también viene aquí. Es que una forma de llevar mi cuerpo a la sesión es dialogar con ellos desde él</p> <p>Hay que estar pendiente, tan a la escucha de lo que está pasando, de cómo se está recibiendo lo que estás proponiendo de ese entrar, salir, intentar de que todo funcione, que las personas estén a gusto y que estén cómodas que a veces me olvido un poco de mí misma. Es como que yo desaparezco. Y sí que es verdad que necesito como el parar de vez en cuando y pensar cómo me encuentro, qué hago, entro, salgo, lo que decía M.L. Pero esto, claro, no te queda de otra que hacerlo in situ, que estar improvisando un poco en esta actuación, en esta intervención.</p>	<p>Me impacienta un poco el ritmo de su proceso</p> <p>Me dio más ansiedad a mí ver sus manos llenas de masa que la que ella sintió</p>
--	---	---

		<p>me contagio mucho de la energía de la gente que está en la sesión. Y creo que ellos también se contagian mucho de mi energía, o sea, creo que es bidireccional. O sea, cómo te encuentras tú también se refleja mucho en el que tienes en frente y, al contrario, te retroalimentas mutuamente.</p>	
	Después de la sesión	<p>una clave de cómo he estado yo en una sesión o en una clase es cómo termino yo. Si termino exhausta, mal. A mí me funciona si yo termino mejor que entré, o sea, si yo he recargado mi energía. Porque a mí me gusta mi trabajo y me recarga de energía, entonces esa sensación de salir de la clase llena de energía es una clave básica de que yo he estado centrada, bien situada, cuidándome y cuidando a los demás entrando y saliendo</p> <p>detectar como una contratransferencia en el cuerpo</p> <p>Me están pasando cosas en el cuerpo y a veces no lo conecto con la propia sesión, que puede ser cansancio o también puede ser incluso un dolor. Y simplemente me ayuda a cuestionarme qué ha pasado o dónde he sentido algo.</p> <p>Yo siempre salgo muy revitalizada, es que esto siempre me pasa menos en las sesiones online que es todo lo contrario, que me chupa toda la energía y no me devuelve nada.</p>	

**Categoría Emergente**

<b>IMPORTANCIA DE LA CORPORIZACIÓN EN AT</b>	Aspectos éticos del trabajo con el cuerpo	Autocuidado de la arteterapeuta	<p>para un acercamiento más conciente desde la figura del terapeuta</p> <p>como profesional respiro, me preparo, pero en el fondo pues tienes un día que no es bueno y estás ahí. Y esas personas que están ahí merecen que tu estés al 100% y a lo mejor ese día tú estás al 80% y tú lo sabes. Pues también te tienes que perdonar y quererte, porque es que hay días que estamos así. Lo bueno es darte cuenta y transitar eso también con el cuidado con el que tú lo harías con otra persona, pues lo haces contigo también</p> <p>Tengo la sensación de que cuando pierdo el sentido yo, se pierde el sentido para ellos también. Y me paro y empiezo a maniobrar, y si pasara toda la sesión, pues ahí si me tengo que plantear cómo he ido yo a la sesión o si he planteado yo bien las cosas, o si he ido cansada... cosas que son tan decisivas de cuando algo falla en esa comunicación con los usuarios para no hacer un traspaso de mis estados de ánimo</p> <p>Es también algo por cuestiones también éticas. Quiero estar bien para entrar a la sesión y saber qué es lo mío</p>
		Precauciones	<p>el cuerpo muchas veces es en sí mismo un lugar inseguro para muchas personas. Entonces no siempre el lugar del cuerpo o las propuestas desde el movimiento, son propuestas que favorecen el desarrollo de las sesiones, de hecho, a veces ocurre lo contrario, a veces ocurre que las propuestas corporales activan muchísimas resistencias. Con lo cual, pues dependiendo de los grupos, dependiendo de las personas, de los perfiles, de los vínculos establecidos, de muchos factores... entonces bueno, pues que se pueden dar las dos circunstancias, tanto que favorezca como todo lo contrario, como que active las resistencias.</p>
	Beneficios de la observación y el trabajo con el cuerpo durante la sesión de AT	Información adicional de la/el cliente	<p>el sistema de observación y de anotación de Laban, y que atiende a cuatro conceptos que serían: el tiempo, el peso, el espacio y el flujo. Entonces, en una sesión de AT, como en todo en la vida, las personas tienen distintas maneras de estar y diferentes maneras de poner en movimiento su cuerpo, las diferentes partes de su cuerpo, entonces son cuatro factores que pueden ser interesantes para observar, porque te van a hablar mucho de la personalidad de la persona, te van a hablar mucho del estar de la persona en este momento en la sesión, te van a hablar mucho del tipo de posibilidades a la hora de relacionarse con los otros</p>

		<p>evaluar cómo vienen las personas, cómo está el grupo en general y poder decidir en ese momento cómo va a ser la estrategia, o la principal, o la mejor estrategia de la sesión en función de cómo llegan</p> <p>Yo creo que como no solamente las recibimos a través del cuerpo, sino que también las expresamos a través del cuerpo. Entonces creo que en ese sentido el cuerpo nunca miente, o sea, que a través del cuerpo podemos expresar cosas, aunque sea incluso de manera inconsciente, que muchas veces a través del lenguaje verbal o de incluso una disciplina artística no somos capaces. Pero en el cuerpo eso está de alguna manera, sale por algún lado, siempre. Sale en algún momento. Entonces también la observación del cuerpo creo que es importante desde este punto de vista, trabajes con la disciplina que trabajes.</p>
	Facilitación del proceso arteterapéutico	<p>siempre parto del cuerpo, porque mi experiencia es que todo surge de otro modo, facilita la creatividad, la concentración, la relación</p> <p>como que ya conectas con alguien, estableces una conexión visual, corporal, de movimiento, musical, no sé... esto desinhibe mucho.</p> <p>Porque muchas veces todo se centra en lo mental y en lo emocional y todo eso transita por el cuerpo</p> <p>que se puede trabajar la rabia, la ira, en un lugar amable, en un espacio seguro, o sea, que cualquier emoción la transitamos por el cuerpo</p> <p>Cómo emociones que de otra forma no son admitidas en la sociedad en la que vivimos, el arte te permite expresarlas con todo tu ser y además se aplaude eso</p>
Dimensión sociopolítica del cuerpo	El cuerpo en la inclusión social	<p>partimos de una base, de un desarrollo cognitivo totalmente diferente</p> <p>el cuerpo es lo único que tengo de comunicación de mí y de aprender de ella y de interactuar, de entender lo que ocurre en su ser, en su cabecita, porque no habla la niña</p> <p>hay unas corrientes que llaman ahora las pedagogías del cuerpo o las pedagogías sensibles, y que tratan justo este tema. O sea, cómo tratar las diferentes corporalidades e identidades corporales en la escuela para que todo el mundo se sienta integrado. Y cortar un poco con estas visiones que estigmatizan y que las tenemos muchas veces interiorizadas y que no somos</p>

			<p>ni siquiera concientes en muchas ocasiones. Entonces cómo integrar otras dinámicas en las sesiones, en la escuela, en las clases.</p> <p>Y precisamente hablan del arte como una materia en la escuela para conseguir integrar las corporalidades diversas que hoy en día se pueden encontrar en la sociedad, y defienden el arte como el camino, la herramienta, el vehículo con el que puedes trabajarlo</p> <p>Y en el colegio las personas grandes, las pequeñas, las gordas, las delgadas, las que llevan gafas, las que no, las que oyen mal, en fin... el cuerpo es diverso y cualquier cosa diversa puede ser objeto de... pues se me ha ido la palabra, pero seguro que sabéis a qué me refiero. Me sale bullying. De exclusión también.</p>
		<p>El cuerpo oprimido/ invisibilizado</p>	<p>esta segregación que desde hace tantos años tenemos incorporada en tantos ámbitos de la sociedad, de la educación, de la cultura</p> <p>en otras clases ves cómo los cuerpos están completamente silenciados, completamente olvidados, y sobre todo que la visión que se tiene del cuerpo, esta integración mente-cuerpo que pretende superar esta disociación histórica siempre se ve desde la perspectiva de que el cuerpo está al servicio de... el cuerpo ayuda a las otras materias. Utilizamos el cuerpo para relajarnos, para calentar, porque así la mente ya está preparada para recibir, para asimilar mejor. Siempre es como en un segundo plano, y para mí realmente lo que me gusta defender, porque yo lo vivo y porque lo he experimentado es que también se piensa con el cuerpo, o sea que el cuerpo puede ser una herramienta de conocimiento, de pensamiento, es una inteligencia ¿no? Una inteligencia más. Y creo que nos falta mucho recorrido hasta llegar a comprender esto y a profundizar en esto y a integrarlo en las sesiones</p> <p>y es la dimensión política y social del cuerpo ¿no? Digamos, la opresión del racismo actúa de cierta forma sobre los cuerpos negros o la opresión del machismo sobre los cuerpos de las mujeres</p> <p>Cómo emociones que de otra forma no son admitidas en la sociedad en la que vivimos, el arte te permite expresarlas con todo tu ser y además se aplaude eso</p>

			<p>creo que es un tema central en el trabajo de cualquier arteterapeuta y de cualquier profesional, porque el cuerpo está siempre, sí o sí, entonces el cuerpo es mediador de absolutamente todas las experiencias que tenemos</p> <p>en mi desarrollo personal y profesional siento que el cuerpo tiene muchísima importancia y desde la formación de AT no hay una asignatura o un hueco dentro de algo para poder trabajarlos en condiciones</p> <p>cuando empezamos las prácticas no lo tenía tan presente como un tema tan imprescindible, y a medida que van pasando los días me he dado cuenta como que estoy subestimando un tema que invisiblemente está presente todas las sesiones y es por el que me guió muchísimas veces sin darme cuenta</p> <p>el cuerpo siempre está, siempre se viene desde el cuerpo incluso con personas que están en situación de parálisis también están desde su cuerpo</p> <p>es que cómo estamos dudando de que el cuerpo está incluido en la sesión, por supuesto que está incluido, aunque no seamos conscientes de ello, aunque conscientemente no lo estemos integrando está ahí como cuerpo</p>
	Integración de las disciplinas artísticas	Técnicas de corporeización	<p>Trabajamos en círculo que es fundamental para que haya una observación digamos democrática entre todos y donde podamos ocupar el mismo espacio de protagonismo y donde haya un espacio central que favorezca también esa seguridad y distancia de seguridad y, al mismo tiempo, un espacio central que nos sirve para... como una especie de escenario para... como una especie de escenario al que poder salir y mostrarnos y ser relevantes en un momento dado ¿no?</p> <p>expresar cómo nos sentimos en ese momento al llegar, pero en vez de con un discurso, una narrativa verbal, donde muchas veces la gente pues viene con muchas dificultades o con muchas quejas, entonces para favorecer que la persona no se quede en un discurso anclado en la queja lo hacemos desde el cuerpo y simplemente con un movimiento o con un sonido no articulado</p>

		<p>la dramaterapia, el psicodrama, donde el cuerpo está presente desde otra perspectiva y poniendo el foco en lugares diversos, pero me parece que también de algún modo está relacionado con lo que nosotras hacemos, con la terapia expresiva. Entonces creo que ese es otro camino interesante por el que podrías buscar información para el desarrollo de este instrumento. DMT sin duda, o sea, estoy hablando de lo que son perspectivas terapéuticas de terapias expresivas</p> <p>por ahí creo que puedes encontrar mucha más documentación e incluso instrumentos que ya están desarrollados y que te pueden servir como base para desarrollar el tuyo</p> <p>lo que suelo hacer es integrar las diferentes disciplinas de tal modo que cada persona encuentra su momento en el que conecta con estas disciplinas, pero también se enfrenta a la disciplina que le es más difícil y creo que ahí también hay otro aprendizaje</p> <p>escuchamos una música, hacemos una audición desde diferentes lugares que les puedes proponer, pensamos en colores, pensamos en estados de ánimo, pensamos en trazos... eso lo traduzco en una creación plástica según lo que yo he escuchado y lo que yo he imaginado, pero luego lo transformamos en un movimiento y luego escribimos qué hemos sentido, qué hemos hecho</p> <p>que las disciplinas estén integradas de alguna manera, que haya una motivación que integre toda la creación desde las diferentes disciplinas artísticas. No es: ahora escucho un poco de música, ahora me muevo un poco y ahora pinto un poco, sino que de una disciplina transite a la otra con un mismo motivo, con algo que es común en todas y que conecte todas las experiencias que he tenido desde las diferentes disciplinas. Entonces toda esa vivencia luego se puede traducir en una creación final, pero he abordado ese tema desde diferentes lugares que son las diferentes artes</p> <p>Ellos mismos se ven, ellos mismos ven a otro o cómo han sido mirados, a cuánta distancia, qué había alrededor ¿sabes? Hay niños que están creando de espaldas, puede ser una foto desde lejos... pero jugar con la fotografía. Puede ser una fotografía consciente o incluso un video para traer eso que está tan olvidado, eso que estábamos hablando, darle un lugar</p> <p>utilizar la performance, que directamente trabaja el cuerpo y el arte</p>
--	--	---

		<p>después de eso hacemos también un ejercicio a través de la técnica del espejamiento, del mirroring, donde los demás tratamos de encarnar en nuestro propio cuerpo cómo se siente esa persona favoreciendo también lo que se llama empatía kinestésica. Y esto lo hago siempre a principio de sesión y al final de sesión, y de alguna manera se evalúa cómo llegaban al principio desde el cuerpo y cómo se van al final desde el cuerpo.</p> <p>una forma en la que meto el cuerpo es buscando las formas de no bloquearlo</p> <p>a mí me gusta incluso cuando trabajas con diferentes disciplinas artísticas, siempre que el origen, que el principio sea el cuerpo</p> <p>también hago el ejercicio de expresar cómo los participantes se encuentran a través de un movimiento y un sonido, a veces también hacemos el mirroring, pero a veces también partimos desde el cuerpo con meditaciones o técnicas de mindfulness, o incluso visualizaciones que las encuentro bastante útiles en el sentido que puedo partir desde el cuerpo y también guiar hacia una temática en concreto</p> <p>yo por ejemplo no sé danza, pero como estoy en la universidad y hay algunas estudiantes que han hecho danza, pues ellas pueden implementar lo que saben de danza y mezclarlo con otras disciplinas que, además, al final, yo creo que es un poco de lo que se trata...</p> <p>cuando yo trabajo en grupo utilizo los recursos que tiene cada persona que tengo delante y lo que trato es de potenciar todo eso que cada persona tiene ¿no? Mucho más que explicar yo una serie de cosas</p> <p>los títeres son una proyección maravillosa y eso lo puedes llevar a una sesión. Cuando hay alguien que no es capaz de hablar algo, una marioneta habla y dice muchas cosas que yo como individuo, o como persona no puedo decir en algún momento. Y lo mismo pasa con distintos personajes.</p> <p>se puede trabajar la improvisación que te da muchísima información porque no tienes tiempo. O sea, es “venga, en 10 minutos, entre un grupito tenemos que montar una historia” y las historias pueden ser de muchos tipos. Y luego puedes trabajar con eso y hacer preguntas acerca de la historia, pero la persona que responde, claro, es desde su lugar</p>
--	--	---

		<p>O desde el movimiento del cuerpo nosotros hacemos una toma de contacto con el cuerpo, luego movemos el cuerpo y luego nos sentamos a escribir lo que salga, por ejemplo. Procurando que no medie la cabeza y escribo lo que salga, y eso todos los días salen cosas super interesantes</p> <p>escritura automática después de haber estado en el cuerpo. Puede ser con mindfulness como ha dicho M.R, puede ser haciendo un ejercicio corporal y luego me pongo a escribir directamente. Tengo ya preparada la hoja y con lo que voy a escribir y sin hablar y sin nada... y bueno, ahí también salen cosas muy interesantes para crear, para de todo</p> <p>partir de ejercicios en los que todo el mundo se sienta cómodo, o sea, algo muy elemental, muy fácil, que todo el mundo sea capaz de abordar sin dificultad, que no le pongas en una situación de frustrarse</p> <p>diferentes músicas o diferentes propuestas que tu puedas hacer de situaciones que tengan que imaginar o que tengan que dramatizar o que tienen que producir algún movimiento. Y bueno, pues con diferentes situaciones, con diferentes músicas más alegres, más tristes, más pesadas, más fluidas, un poco como de soltarse</p> <p>Y yo suelo meterme en ese calentamiento, que no se sientan observados, yo soy un participante más, intento no dirigir mucho, que sea algo en el que todos estamos igual que en el círculo. Pues, aunque estemos dispersos, estamos todos en el mismo nivel de jerarquía y nadie te observa, eres libre de expresarte como quieras.</p> <p>Y luego pues cuestiones muy sencillas de relación, de una toma de contacto con el resto del grupo, a mí me funciona muy bien desde el minuto 0...</p> <p>como que ya conectas con alguien, estableces una conexión visual, corporal, de movimiento, musical, no sé... esto desinhibe mucho.</p> <p>incluir cosas del espacio, cualquier dinámica que tenga que ver con el espacio</p>
--	--	--

		<p>Eso me permite jugar: dónde me siento cómodo, me voy, me vuelvo, qué necesito alrededor, me subo, me bajo... pues jugar con esa figura, con esa creación, pero también ponerla en juego</p> <p>o sea, las disciplinas las tienes en cuenta, te olvidas de ellas, las tienes como un abanico enorme que tener en mano, y mirar esas personas qué te demandan ¿no? Y de ahí puedes partir de miles de actividades, como tantas personas haya en el mundo haciendo AT, tantas actividades posibles hay en función de ellos o de ellas</p> <p>en un ejercicio en parejas y tenemos que interpretar una pintura, un dibujo, con movimiento entre los dos, pero sin ponernos de acuerdo, sin hablar, o sea utilizando directamente la comunicación corporal</p> <p>utilizar también el tacto no solo en las manos sino en todo el cuerpo, el tacto lo tenemos en todo el cuerpo. Y también pues se puede ir así: la escucha, el olfato</p> <p>las instalaciones yo creo que también tienen mucho que ver con lo corporal. Trabajar la escultura, es trabajar tu cuerpo también, porque el volumen te obliga.</p> <p>enlazando con lo de la instalación, preparar espacios especiales a veces, espacios sensitivos. Me vienen a la mente unos artistas brasileños que trabajan mucho con materiales en los que tú te puedes tumbar, puedes recrear, puedes entrar, puedes salir, y como transformar el espacio y confrontarlo con tu cuerpo y con cómo te encuentras tú. Entonces en esta medida, a veces es interesante el crear el espacio, prepararlo y ver un poco qué ocurre en ese espacio, cómo reaccionan las personas, cómo se vinculan a ese espacio, cómo se comunican con este espacio, cómo dialogan con esos materiales que tú has preparado.</p>
--	--	---