

Universidad Nacional de Rosario

Facultad de Psicología



TRABAJO INTEGRADOR FINAL

INFANCIA Y GESTALT

Intervenciones de arteterapia en niños desde la Terapia Gestáltica

Alumna: Daniele, Gimena

Legajo: D-5327/9

DNI: 39.473.255

Docente responsable: Morguen, Nicolás

Modalidad de trabajo: Investigación bibliográfica

2024

Agradecimientos

Infinitas gracias a mis padres, por confiar en mí, por su sostén en este camino y su

amor incondicional. Sin ustedes, todo esto no habría sido posible.

A mi hermano Matías, Viki y Pía, quienes me apoyaron y alentaron en todo momento. ¡Gracias!.

Un sincero agradecimiento a mis amigas que estuvieron conmigo desde el momento cero. Gracias por el aliento de siempre. Especialmente a Andre, quien me escucha todos los días.

A Virgi, quien me dio la posibilidad de trabajar en su taller y aprender día a día de esta hermosa profesión.

Asimismo, quisiera expresar mi profundo agradecimiento, a mi Docente Responsable, quien me guió en este recorrido con gran amabilidad, compromiso y profesionalismo.

Por último, y no menos importante, a la Universidad Nacional de Rosario, por brindarme la oportunidad de formarme, crecer académicamente y personalmente. La experiencia de transitar por esta facultad ha sido fundamental para mi desarrollo, por tal motivo quiero expresar mi profundo agradecimiento.

Índice

1. Resumen y palabras clave.....	pág. 4
2. Introducción.....	pág. 5
3. Objetivo general y objetivos específicos.....	pág. 7
4. Desarrollo	
4.1. <i>Consideraciones generales acerca de la terapia gestáltica en niños</i>	pág. 8
4.2. <i>Arteterapia en la infancia</i>	pág. 9
4.3. <i>Terapia Gestáltica y Arteterapia: una combinación terapéutica</i>	pág. 11
4.4. <i>Arteterapia como herramienta terapéutica gestáltica en niños</i>	pág. 12
4.5. <i>Creatividad y toma de conciencia</i>	pág.
13 4.6. <i>Terapia de</i>	
<i>juego</i>	pág. 14
5. Conclusiones.....	pág. 16
6. Referencias bibliográficas.....	pág. 17

1. Resumen

El presente Trabajo Integrador Final se centra en el estudio de la infancia desde la terapia Gestáltica, específicamente en relación a la perspectiva de la Arteterapia. La investigación se basa en una revisión bibliográfica desde un posicionamiento gestáltico, a modo de tesis panorámica, investigando cómo se ven las intervenciones del arteterapeuta en niños. Para comprender cómo las intervenciones de arteterapia pueden aumentar la conciencia de los pensamientos, sentimientos y comportamientos de los niños, se promueve su expresión en el momento presente. Por ende, los objetivos de este trabajo incluyen investigar cómo se aplican las intervenciones de arteterapia en niños desde la Gestalt, explorar cómo la creatividad puede aumentar la conciencia y evaluar la relevancia clínica de estas intervenciones en la niñez. La importancia del problema radica en que la terapia Gestalt se centra en la experiencia del *aquí y ahora*, enfatizando la conciencia y la resolución de necesidades. La arteterapia se considera una disciplina terapéutica que puede ayudar a los niños a expresar emociones, mejorar la comunicación, reflexionar sobre preocupaciones y aumentar la autoestima. En síntesis, la arteterapia gestáltica se enfoca en explorar la experiencia individual a través de medios creativos y ayuda al autodescubrimiento. Este enfoque no busca resultados artísticos específicos, sino el desarrollo de la creatividad y la comprensión personal. Investigar la aplicación de la arteterapia en la niñez es crucial, ya que es una valiosa herramienta clínica.

Palabras clave: *Arteterapia – Terapia Gestalt – Creatividad – Aquí y ahora – Conciencia de sí*

2. Introducción

El presente Trabajo Integrador Final presentado para la Facultad de Psicología en la Universidad Nacional de Rosario se propone abordar cómo se piensan las intervenciones de arteterapia en la infancia desde una perspectiva gestáltica. La aplicación de la misma, vista desde esta perspectiva y su impacto en la conciencia de sí mismo, los pensamientos, sentimientos y comportamientos de los niños es un tema de interés crucial. A pesar de la creciente evidencia de que la arteterapia puede ser un recurso terapéutico efectivo para niños, todavía existe una falta de comprensión sobre cómo se conciben y aplican estas intervenciones en este grupo de población desde tal perspectiva.

Además, es necesario evaluar la relevancia clínica de estas intervenciones en la niñez, ya que la terapia Gestalt se enfoca en la experiencia del *aquí y ahora*, resaltando la conciencia y la satisfacción de necesidades. Por lo tanto, el objetivo central de esta investigación es intentar comprender cómo las intervenciones de arteterapia gestáltica influyen en la experiencia de los niños, su autoconciencia o su capacidad para expresar emociones y reflexionar sobre sus preocupaciones. Abordar este problema es esencial para mejorar la calidad de las intervenciones terapéuticas en la niñez y para proporcionar a los terapeutas herramientas efectivas en el tratamiento de niños con diversas necesidades emocionales.

La arteterapia pensada desde la terapia gestáltica tiene su base en el arte, el juego y la capacidad creativa de resignificar la realidad, ayudando a los niños a orientar sus emociones en el *aquí y ahora*, siendo conscientes de lo que les pasa. Además, se utiliza el proceso creativo como herramienta poderosa para el autodescubrimiento y el crecimiento personal.

En arteterapia Gestalt, la meta no está puesta en obtener un determinado resultado artístico, sino en vivenciar y desarrollar las capacidades creativas, abriendo con ello la puerta a una comprensión más profunda de nosotros mismos. Por ello es de vital importancia indagar sobre la aplicación de esta disciplina terapéutica en la niñez, ya que la misma puede funcionar como herramienta o recurso clínico con niños. La razón de explorar la arteterapia gestáltica en el uso óptimo de las técnicas que nos ofrece, hace a una intervención eficiente que logra los beneficios que ofrece la psicoterapia en niños, buscando una estable salud mental y emocional. Así mismo, esto permite desarrollar el autodescubrimiento o la conciencia del niño y para poder realizar cambios significativos en el desenvolvimiento de una vida saludable.

En consonancia a lo planteado, en este presente trabajo se establece la conexión entre infancia, Gestalt y arteterapia, haciendo crucial interés en la relevancia clínica de esta profesión en el área de la salud que emplea el proceso creativo para mejorar y promover el bienestar físico, mental y emocional de las personas de todas las edades. Su fundamento principal es la convicción de que la expresión artística y el proceso creativo ayudan a las personas a resolver conflictos y problemas, a desarrollar habilidades interpersonales, manejar conductas, reducir el estrés, aumentar la autoestima y la conciencia de sí mismo y lograr el *insight*.

En relación a lo planteado en un primer momento se desarrolla la exposición del material de revisión, presentando las consideraciones generales acerca de la terapia gestáltica en los niños y exponiendo a la arteterapia con su importancia e impacto que genera en la infancia. Además, se aventura a la combinación terapéutica entre ambas,

haciendo de ellas un recurso terapéutico importantísimo en la infancia.

En esta combinación terapéutica el niño toma conciencia de lo que está presente en el *aquí y ahora*, poniendo en palabras aquello que siente, reconociendo sus emociones y aprendiendo a regularlas. Mediante el arte, el niño aprende a canalizar sus sentimientos y tomar conciencia de sí mismo como individuo. Este enfoque holístico permite a los niños expresar sus emociones y explorar su mundo interno de manera creativa y no verbal. La terapia gestáltica se centra en la conciencia y el darse cuenta de sí mismo, mientras que el arte proporciona un medio natural para esta expresión.

A partir de esto podrá ser pensado el análisis arteterapéutico en niños, haciendo uso de conceptos fundamentales como creatividad y toma de conciencia. La teoría Gestáltica sostiene que la creatividad es un proceso imaginativo que es fundamental para la salud del organismo.

Para finalizar, se le dará la importancia que se merece al juego en esta etapa de la vida, y cómo a partir de él, el niño puede expresarse y hacer conscientes sus sentimientos y emociones. El juego y el arte se consideran formas de libertad y autoexpresión, esenciales para el desarrollo emocional y social de los niños.

3. Objetivos

Objetivo General:

- Investigar bibliográficamente desde una perspectiva gestáltica cómo se gestionan y aplican las intervenciones de arteterapia en niños.

Objetivos Específicos:

- Indagar cómo la creatividad posibilita la toma de conciencia.
- Determinar la relevancia clínica de estos espacios dirigidos a la niñez. - Reconocer la importancia de situar la terapia en términos de *aquí y ahora*.

4. Desarrollo

4.1. *Consideraciones Generales Acerca de la Terapia Gestáltica en Niños* La terapia Gestalt se enfoca en la experiencia del *aquí y ahora*, enfatizando la conciencia y la resolución de necesidades. En este sentido, Peñarrubia (2008) menciona que ver una figura aislada del fondo que le es propio hace que pierda su sentido, lo que refuerza la importancia de considerar al individuo en su totalidad. Este enfoque se relaciona con la *Psicología de la forma* o de la *Gestalt*, que en sus orígenes se encargó del estudio de los fenómenos perceptivos, creando y desarrollando el concepto de *figura-fondo*, basado en que los humanos percibimos totalidades pero que, a pesar de ello se puede destacar la percepción del fondo, por una parte y de la figura por otra, pero que ambos son indisolubles. Por ello, la percepción de una de ellas aislada de la otra pierde su sentido. La percepción de la totalidad figura-fondo es a lo que se denominó *Gestalt*. Por su parte, Fritz Perls tomó prestado de esta corriente algunos conceptos e incluso toda una jerga, pero las dos nociones más relevantes fueron los de *figura-fondo* y el de *Gestalt* incompleta. El primero de ellos lo aplicó a la visión del ser humano, que implica percibir al individuo en su totalidad, de la misma manera que el organismo tiende a un equilibrio armónico a través de la autorregulación. Con el segundo de ellos se aplicó la *Ley del cierre*, que es la ley perceptiva que indica la tendencia de un individuo a completar aquello que percibe, aunque objetivamente se muestre incompleto o con huecos, a la persona, de manera que toda persona tiende a completar su existencia (Peñarrubia, 2008). El mismo autor define la fenomenología como la corriente de la cual se extrae el darse cuenta. Por ello, para poder llegar a la esencia de las cosas, el camino es la descripción de la experiencia inmediata y no la explicación ni el juicio de valor. Así mismo,

darse cuenta es la traducción del original inglés *awareness*. Este término tiene también connotaciones de estar alerta y atento, como actitud de estar despierto, no como esfuerzo voluntarioso. Perls (2003) denomina la capacidad de darse cuenta (*awareness*), como la melliza desdibujada de la atención. El proceso de darse cuenta es más complejo que el prestar atención; requiere de una percepción más tranquila en lugar de una tensión. Además, involucra a la persona en su totalidad.

De manera similar, Yontef (2009) pone énfasis en que darse cuenta, implica también el proceso de conocer el control sobre la elección y la responsabilidad por los propios sentimientos y conducta. Es una respuesta global del organismo que abarca lo cognitivo, lo sensorial y lo afectivo. La persona que se da cuenta sabe qué hace, cómo lo hace, qué alternativas tiene y elige.

Siguiendo con esta línea de pensamiento, la terapia Gestalt les ayuda a los niños a desarrollar la conciencia de sí mismos como individuos en relación con los demás y con su entorno, animándolos a explorar sus sentimientos y a desarrollar sus potencialidades. Oaklander, una figura clave en este ámbito, desarrolló un modelo terapéutico centrado en el desarrollo saludable del niño, promoviendo la armonía entre sus sentidos, cuerpo, emociones e intelecto. Según Oaklander, los niños deben aprender a utilizar todos sus sentidos, primero para sobrevivir y luego para comprender su entorno. Un niño saludable ejercita su cuerpo y sentidos de manera eficaz, expresa sus emociones de forma coherente, desarrolla rápidamente su intelecto y utiliza el lenguaje para comunicar sus sentimientos, necesidades, pensamientos e ideas.

Desde esta perspectiva, la salud se logra a través del desarrollo holístico constante y armónico de los sentidos, el cuerpo, las emociones y el intelecto. Así, el niño confía en él y en su fuerza interior que lo lleva a la autorrealización y a adquirir un sentido de ser en el mundo (Oaklander, 2001). El niño siente con gran intensidad, por eso hay que ayudarlo a que ponga en palabras, a que se acerque a las situaciones hablando, ya que se podría sentir importante a la hora de expresarse. En terapia va aprendiendo a hablar de lo que siente.

El niño tiene que aprender a usar todos sus sentidos para poder sobrevivir y después para aprender acerca de su mundo. Debe aprender a expresar sus sentimientos con congruencia, desarrollar su intelecto y descubrir el lenguaje como un medio para expresar necesidades, pensamientos e ideas. Por eso se debe tener en cuenta el desarrollo holístico constante y armónico de los sentidos, cuerpo, emociones e intelecto, de tal forma que el niño pueda confiar en él y en su fuerza interior para llegar a la autorrealización y a poder adquirir un sentido de ser en el mundo.

La terapia *Gestalt* enfoca su atención hacia el *qué* y el *cómo*, más que al *porqué*, hacia la toma de conciencia de las experiencias del niño, especialmente de sus sensaciones corporales. Se basa también en el estudio y descripción fenomenológica del comportamiento no verbal. Por ello, los terapeutas gestálticos se interesan especialmente por las emociones que los niños no verbalizan, pero que expresan mediante expresiones faciales, gestos o actitudes físicas.

Esto refiere a la comunicación no verbal, la cual es un tema de interés desde hace años y hasta la fecha ya que es parte fundamental del proceso de comunicación: "La comunicación no-verbal es más que un simple sistema de señales emocionales y que en realidad no pueden separarse de la comunicación verbal" (Davis, 2010, p.7). Para que una persona se comunique eficazmente con otra, no sólo recurre al lenguaje verbal, sino que también emplea todos sus sentidos, como el tacto, el olfato, la vista y el oído. Por ello, tanto el lenguaje verbal como el no verbal son cruciales para transmitir un mensaje de manera efectiva. La importancia de la comunicación no verbal en psicoterapia es la de entender qué le pasa al paciente, cómo se siente, si está ocultando algo, si se siente seguro; ya que muchas veces el paciente no lo refiere de manera verbal pero su cuerpo y

su rostro reflejan estas respuestas. Un ámbito donde la comunicación no verbal adquiere especial relevancia es en el arte, donde la corporalidad es esencial para la composición de la obra y la transmisión del mensaje.

En resumen, la terapia gestáltica en niños se fundamenta en el estudio de los fenómenos perceptivos y la integración de la figura-fondo, promoviendo la conciencia y el darse cuenta de sí mismos de los pacientes en relación con los demás y su entorno. A través de la exploración de sus sentimientos y potencialidades, los niños desarrollan una mayor autoconciencia y aprenden a expresarse de manera congruente. Entonces, es crucial brindar un entorno terapéutico seguro y afectuoso, en el que el niño pueda explorar libremente y encontrar la calma necesaria para su desarrollo. En última instancia, este enfoque holístico busca no solo el bienestar emocional, sino también el desarrollo integral del niño, fortaleciendo su confianza en sí mismo y su capacidad para enfrentar el mundo con seguridad y autenticidad.

4.2. *Arteterapia en la infancia*

Para Serrano (2016) la Arteterapia es una disciplina terapéutica que ayuda a las personas a integrar sus experiencias mediante el uso del arte y los procesos creativos que surgen, todo dentro de un entorno terapéutico que es consensuado y seguro. Esta disciplina utiliza diferentes medios artísticos (papel, rotuladores, lápices de colores, material para collages) para ayudar a las personas a expresar sus pensamientos, sentimientos y experiencias. La creación artística le proporciona a la persona un vehículo para la autoexpresión, la comunicación y el crecimiento.

Tanto el producto como las referencias asociadas pueden utilizarse por el terapeuta en su esfuerzo por ayudar al consultante a encontrar una relación más compatible entre su propio interior y el mundo exterior. Los procesos, formas, contenidos y/o asociaciones se convierten en importantes porque cada uno refleja el desarrollo y los rasgos de la personalidad, la conducta consciente y las motivaciones no conscientes. Tal y como apuntan López y Martínez (2006): “El arte como terapia busca indagar en el conocimiento interno del ser a través de las emociones estéticas y su expresión, especialmente cuando el ejercicio de la palabra no basta o no es suficiente” (p.13).

En consonancia, el arte desde tiempos inmemoriales ha servido como forma de expresión mucho antes que el aprendizaje del lenguaje, por ello no es de extrañar que se utilice el arte para comunicarnos y expresar lo que no podemos poner en palabras.

En otros términos, la arteterapia se basa en hacer terapia mediante el arte. Entendiendo que la terapia nos lleva a sanar; poder conectar con las emociones y canalizarlas a través de técnicas y procesos artísticos guiados. Al ser una herramienta muy valiosa para el autoconocimiento, es una gran oportunidad para la infancia, ya que permite ir descubriendo al paciente quien es y quien quiere ser, aparte de ir reconociendo sus emociones y aprendiendo a regularlas.

Los beneficios de ejercerla pueden ser diversos, tales como la expresión de los sentimientos que son difíciles de verbalizar, el desarrollo de habilidades de afrontamiento saludable, la exploración de la imaginación y la creatividad, la ayuda al autoestima y a la confianza. Pero además, permite identificar y aclarar preocupaciones, aumentar la capacidad de comunicación, mejorar habilidades físicas. Por otro lado, el arte disminuye niveles de estrés y ansiedad, entre otros beneficios importantísimos tanto para la niñez como para la adultez.

Esta disciplina sería la modalidad de elección para ayudar a niños y adultos que tienen dificultades para verbalizar sus sentimientos y reconocerlos, debido a su edad, grado de desarrollo, falta de confianza o miedo a reconocer lo desconocido, pero también padecer alguna enfermedad mental (Toscano, 2005).

Así mismo, al igual que la terapia Gestalt, presta especial atención a la

comunicación no verbal, siendo la creación artística el principal medio de expresión. La obra de arte que emerge es utilizada como alternativa complementaria a la comunicación verbal, como vía de expresión y conocimiento que facilita la expresión de los pensamientos y sentimientos.

En este sentido, Sweeney (2009) concibe la arteterapia como una disciplina de apoyo psicológico que usa las imágenes para explorar y expresar emociones, pensamientos, memorias e ideas. Su facilidad práctica permite que sea aplicada en diferentes escenarios y admite diversas modalidades de aplicación tanto dirigida como libre. La misma se usa en todas las etapas del ciclo vital humano, pero también en grupos y en familias asesoradas o tratadas en problemáticas como la ansiedad, la depresión, problemas relacionales y familiares, dificultades sociales y emocionales, entre otras. Esta autora concluye que la arteterapia permite la exploración de pensamientos y sentimientos inconscientes, brindando información acerca de lo que no se ha dicho a través de simbolismos y así empodera al individuo, a la par que le entrena en habilidades de afrontamiento.

En las sesiones de arteterapia no se juzga ni se califica los trabajos que hacen los niños. Contrariamente, se les anima y motiva para que expresen su creatividad sin ningún impedimento, eso sí, sin que por ello se prescindiera de los límites y la disciplina necesaria. Es por esto que a través de ella se puede fomentar un desarrollo infantil muy positivo porque restaura esa práctica creativa y sublimadora interrumpida. En cada encuentro hay una consigna, en donde se espera que el niño tenga una modificación de su conducta, pensamientos y emociones.

La arteterapia propone actividades motivadoras de expresión libre y experiencias enriquecedoras que les permiten canalizar mejor sus emociones y potenciar sus habilidades. De este modo pueden aprender a manifestar sus deseos y temores, tienen la ocasión de experimentar -sin riesgo- una cierta forma de dominio que les proporcionan las distintas técnicas como la pintura, el dibujo, el modelado, la música y teatro. Estos les acercan al mundo de las ideas y de los sentimientos, ya que con el acto creativo pueden aprender a revivir situaciones pasadas, experimentar la repetición y la representación y aprender las reglas y poderes de la simbolización (Ibañez, 2012).

Como resultado de practicar esta disciplina, el niño aprende a expresarse a través de las técnicas y los materiales que son un fin en sí mismo. Por eso mismo, la importancia de la arteterapia infantil se orienta en el proceso y las propuestas son realizadas en función de objetivos terapéuticos. Los niños al participar en actividades artísticas fortalecen su capacidad de juego y de creatividad, al tiempo que mejoran sus habilidades sociales al interactuar con sus pares en un entorno seguro. Así, la arteterapia les brinda la oportunidad de resolver conflictos de manera constructiva y desarrollar una mayor confianza en sí mismos, lo que contribuye a una autoestima más sólida y una mayor aceptación de su propia identidad.

En síntesis, la arteterapia infantil es una práctica integral que promueve el bienestar emocional y el desarrollo integral de los niños, ofreciéndoles herramientas valiosas para enfrentar los desafíos de la vida con creatividad y resiliencia.

4.3. *Terapia Gestáltica y Arteterapia: Una Combinación Terapéutica*

Los niños son nuestros primeros maestros. Ya saben cómo crecer, cómo desarrollarse ... Todo lo que necesitan es el espacio para hacerlo (Oaklander, 1978, p. 324).

Para los niños, el arte es la forma de expresión más natural y la forma no verbal de comunicarse con los demás niños y con los adultos. Mediante el arte y el juego ellos escenifican y simbolizan su mundo interno y esto es precisamente aquello que les permite evolucionar y desarrollarse.

Las técnicas específicas para ayudar a los niños a expresar sentimientos mediante el uso del dibujo y la pintura son innumerables. Sin considerar lo que el niño y el terapeuta escojan hacer en cada sesión, el propósito básico es el mismo: ayudar al niño a darse cuenta de sí mismo y de su existencia en su mundo. Cada terapeuta encontrará su propio estilo para lograr el frágil equilibrio entre dirigir y guiar la sesión, por una parte, e ir con y seguir la línea del niño, por la otra (Oaklander, 2001).

En este sentido, existen una variedad de técnicas disponibles para facilitar que los niños expresen sus emociones a través del dibujo y la pintura. Más allá de las actividades específicas elegidas en cada sesión, hay un objetivo que permanece constante. Cada terapeuta descubrirá su propio enfoque para encontrar la delicada armonía entre liderar la sesión y seguir el ritmo del niño, adaptándose a sus necesidades individuales.

En relación a esto, Cornejo (2016) pregunta si es bueno jugar a lo que los niños nos proponen. La respuesta es sí, es fundamental en toda terapia con niños. Es necesario que se participe en su juego, ya que no se puede permanecer únicamente como espectador. Esta terapia de juego actúa como un medio para explorar y expresar el mundo interior del paciente a través de su propio juego. A través del juego artístico el niño exterioriza pensamientos y emociones, transformándolos en creaciones, movimientos, formas,

sonidos, lo que les otorga validación e incluso posibilidad de transformación. Resulta importante destacar lo que dice Cornejo (2016) sobre que, en ciertos juegos, los niños intentan repetir lo que les sucedió y generalmente lo terminan de la misma manera en su historia personal. Por lo tanto, es nuestra responsabilidad realizar modificaciones necesarias para darle a su guión un final más adecuado a su infancia y menos doloroso o angustioso.

A partir de allí, se podría pensar a la arteterapia Gestalt como una interesante vía para acceder a la subjetividad del niño, a sus cuestiones inconclusas que se actualizan *aquí y ahora* a través de la obra. En este sentido, Ojeda Lopez (2011) introduce el término Arteterapia gestáltica, la cual nos ofrece posibilidades para acceder a la subjetividad de la persona y sus problemáticas, favoreciendo el contacto con sus potencialidades y necesidades más auténticas. Su metodología de trabajo está basada en los principios clave de la terapia Gestalt aplicada a la arteterapia. De esta manera, presentó una disciplina amplia y rica que aborda el desarrollo personal de forma holística e integradora. En este enfoque, el arte, el cuerpo y la palabra facilitan la expresión y la integración de los aspectos menos conocidos de uno mismo.

Siguiendo con dicha línea de pensamiento, las sesiones de arteterapia Gestalt permiten ser conscientes del presente, del *aquí y ahora*. Fomentan que sea el propio paciente quien asuma el control de sus decisiones y elecciones, observando cómo estas influyen en nuestra dependencia y relación con un entorno siempre cambiante y novedoso. En este contexto, surgen los anclajes y los ajustes conservadores, así como la posibilidad de emplear la creatividad para establecer nuevos ajustes. También se destaca la importancia del apoyo en las sensaciones y percepciones, el emerger de las emociones y los sentimientos, y la conexión con la propia psique.

En las sesiones de arteterapia Gestalt, tanto el terapeuta como el paciente se reúnen junto a una variedad de materiales artísticos. Durante este tiempo, los niños se involucran en actividades como jugar, crear, observar y explorar, lo que les permite entender que lo que ocurre en la sesión refleja aspectos de sus vidas cotidianas, y viceversa. El entorno se transforma en un espacio experimental donde pueden explorar sin ser juzgados ni juzgarse, permitiéndoles ser auténticos y sinceros. Este intercambio se conoce como contacto, y todo lo que sucede en este espacio está relacionado con su búsqueda por completar sus experiencias vitales, ya que necesitan sentirse plenos.

En resumen, la combinación de la terapia Gestalt y la arteterapia permite a los niños

expresar sus emociones y experiencias de manera natural a través del arte. Este enfoque terapéutico ayuda a los niños a tomar conciencia de sí mismos y de su entorno, equilibrando la guía del terapeuta con la libertad creativa del niño. Al participar activamente en actividades artísticas y lúdicas, los niños pueden resolver situaciones pasadas de manera más saludable, promoviendo su crecimiento emocional y psicológico en un espacio seguro y experimental.

4.4. *Arteterapia Como Herramienta Terapéutica Gestáltica en Niños*

La Arteterapia Gestalt es una terapia humanista que sostiene que, en nuestro momento presente tenemos todo lo que somos, y al vernos con todo lo que somos, podemos integrar nuestro ser con sus razones y sus emociones. Dentro de nosotros existen muchos personajes y es importante darles voz para conocerlos.

La arteterapia gestáltica es una terapia que combina dos enfoques terapéuticos que son por un lado la arteterapia y por el otro la terapia Gestalt.

Lo que respecta al arteterapia, es posible afirmar que la misma emplea herramientas artísticas como el dibujo, la realización de figuras con plastilina, el lenguaje corporal, entre otros, para facilitar el contacto con nuestra figura abierta como lo pueden ser las emociones, los pensamientos o asuntos pendientes que nos mantienen en lucha con nosotros mismos.

Con base en esto, se puede inferir que está directamente relacionada con el uso de actividades artísticas como recurso terapéutico, siendo capaz de proporcionar una expansión del yo y de la conciencia: Es un enfoque procedimental en el que tanto la creación de arte como el proceso de elaboración y reflexión sobre lo que se produce se considera que tiene un valor terapéutico potencial (Ciornai, 2004, p.6).

Respecto a las creaciones artísticas en Arteterapia, se considera que lo más importante no es su calidad, sino qué sentimos al realizarlas y qué significan para nosotros. Por lo que no es necesario saber dibujar, ni ser artista para disfrutar de esta terapia.

Por otro lado, la terapia Gestalt enfoca el trabajo en poner conciencia en qué vivimos en el presente, dándole importancia a cómo nos relacionamos con lo que nos rodea, con los demás y con nosotros. El fin es que tomemos conciencia de nosotros mismos sobre cómo nos sentimos y pensamos, cómo actuamos, cómo nos auto interrumpimos, qué es lo que queremos y qué es lo que realmente hacemos.

En la Terapia Gestalt se entiende al sujeto como un sistema abierto en constante desarrollo y crecimiento debido a los intercambios creativos con el entorno; es decir, el sujeto es un ser relacional que interactúa con el mundo. Las funciones de contacto - mecanismos que tiene el individuo para relacionarse con el campo- son siempre creativos al abordar lo nuevo. Esto se da en el caso de salud, en general los seres humanos vivimos interrumpidos por la neurosis y estamos ejerciendo ajustes conservadores. A lo largo de estos procesos de contacto, el individuo responde a información, sensaciones y percepciones resultantes de los intercambios con el sistema, y a esto se le llama *autorregulación orgánica*. Los ajustes que el sujeto necesita hacer para experimentar el mundo son siempre creativos porque hacen referencia a una asimilación constante entre lo nuevo y lo ya conocido (Ciornai, 1994).

La arteterapia gestáltica, en palabras de Ojeda Lopez (2011) combina técnicas de ambas corrientes, desarrollando un enfoque terapéutico innovador que sostiene que todas las emociones tienen un mensaje importante. Escucharlas nos ayuda a entender mejor su propósito: por ejemplo, la ira puede surgir para indicarnos que debemos establecer más límites y evitar que los demás nos sobrepasen y el miedo para alertarnos sobre la necesidad de asegurarnos de tener los recursos necesarios antes de tomar una acción.

Esta terapia es muy eficaz para abordar asuntos pendientes que nos debilitan, como lo que no dijimos a alguien o lo que no nos atrevemos a enfrentar de una emoción, o lo que malinterpretamos de ella.

El uso del arte para la autorreflexión y la expresión de emociones tiene un valor terapéutico para las personas que buscan una comprensión más profunda de sí mismos y de su personalidad. La práctica de la arteterapia es una salida para narrar lo verbalmente inexpresable con palabras. Esto permite a los pacientes ver su mundo interior desde una perspectiva diferente y la oportunidad de discutir sus pensamientos con el terapeuta como resultado de lo que emerge en la obra de arte y lo que la obra de arte les puede revelar.

En síntesis, la arteterapia gestáltica combina herramientas terapéuticas artísticas y principios de la terapia gestáltica para facilitar la integración emocional y cognitiva en el momento presente. Esta terapia humanística ayuda a los niños a explorar y expresar sus emociones a través de la creación artística, sin requerir habilidades artísticas previas.

4.5. *Creatividad y Toma de Conciencia*

La creatividad se corresponde con la libertad de expresión del niño durante la realización de las obras, donde puede elegir los materiales, la técnica y las formas que desea emplear. Martínez (2009), acierta de pleno al afirmar que "La habilidad de ser creativo ayuda a consolidar la salud emocional de los niños, ya que la creatividad es la forma más libre de expresión propia" (p.164). Así, el niño es el protagonista de su desarrollo creativo.

Existe consenso entre los autores de enfoque en que la creatividad hace al funcionamiento sano del organismo. Una vida es plena cuando el individuo dispone de una variedad de instrumentos que concreten, simbolicen y expresen su propia experiencia. Una persona limitadamente expuesta al mundo y a variedad de experiencias tendrá dificultad en expresar creatividad, ya que la misma implica una búsqueda y una resolución al menos parcial de un problema, en su sentido más amplio (Zinker, 2003).

Según Zinker, el proceso creativo es terapéutico por sí mismo, porque permite a las personas examinar el contenido y las dimensiones de la vida interior. El acto de creación es una necesidad básica: el ser humano se ve impulsado a crear y a proyectar la imagen más personal e idiosincrática sobre los objetos.

A partir de este concepto, se hace necesario agregar el concepto de *Ajuste creativo*. Esta noción aparece en la literatura gestáltica como medio y fin de la psicoterapia y hace referencia a una capacidad de las personas de transformar y ser transformadas por el entorno (Robine, 2005). Esta noción de ajuste creativo pone de relieve que si bien el término ajuste remite a la noción de supervivencia y autoconservación, lo creativo se refiere a la idea de crecimiento. Por lo tanto, el concepto da cuenta de experiencias que transforman al individuo y al entorno.

El ajuste creativo no es una figura fija, por el contrario, surge y se realiza conforme se va dando el proceso de contacto con la construcción y destrucción de las diferentes figuras. Yontef (2009), define al ajuste creativo como una relación entre persona y ambiente en la cual la persona se contacta responsablemente, reconoce y enfrenta su espacio vital, y asume la responsabilidad de crear las condiciones para su propio bienestar.

Según Ciornai (2004), en Arteterapia se expone no sólo lo que el individuo expresa, sino también lo que imagina, piensa y visualiza. También se afirma que en la Terapia Gestalt se enfatiza mucho la creatividad, y es por eso que el proceso creativo juega un papel tan importante, ya que permite una expansión de la individualidad y el desarrollo del potencial, ofreciendo una oportunidad de crecimiento y cambio. A través de la creación de arte y la reflexión sobre los procesos y las obras artísticas resultantes, las personas pueden ampliar su conocimiento de sí mismas y de los demás, aumentar su

autoestima, pero también afrontar mejor los síntomas, el estrés y las experiencias traumáticas.

Esto se correlaciona con el *darse cuenta*. El mismo es una herramienta básica. Este concepto, anteriormente planteado, se refiere al proceso de tomar conciencia plena de uno mismo, de las acciones, pensamientos, emociones y del entorno circundante en el

momento presente. Es, a través de este proceso de darse cuenta, que se facilita la integración de experiencias significativas y se promueve un desarrollo personal más completo y adaptativo en el niño.

Si los niños se conectan con sus figuras abiertas, en la obra comenzarán a aparecer imágenes que buscan salir, dar luz. Dar forma a todo aquello que necesita salir a la superficie, nos pone en contacto con la experiencia de ser. Por ello, el darse cuenta es un eje fundamental. Se trata de tomar conciencia de nosotros mismos y permitir que la experiencia surja de manera espontánea y flexible.

En resumen, en este apartado se trabaja la creatividad como una forma de expresión esencial de la humanidad. Aquí, la creatividad y el ajuste creativo son fundamentales para el desarrollo saludable, ya que permiten al niño tomar conciencia plena de sí mismo y de su entorno, fomentando una relación dinámica y transformadora con el mundo. A través del arte y la reflexión, se potencia la capacidad de afrontar el estrés y las experiencias traumáticas, promoviendo el bienestar y el crecimiento integral.

4.6. *Terapia de Juego*

Se puede descubrir más cosas de una persona en una hora de juego, que en un año de conversación (Platón 427-347 a.C).

El niño se comunica jugando, por ese motivo la manera más fácil para llegar a él es hablando en su idioma. Ellos se expresan a través del juego. Esta actividad es terapéutica por sí misma, pero también es un medio que puede aportar mucha información acerca de la vida interior del niño, ya que él mismo jugando se muestra a sí mismo sin temores.

En consonancia a eso, Oaklander (2001) dice que el juego es la forma que adopta en el niño la improvisación dramática. A través del juego somete a prueba su mundo y aprende sobre él, y, por lo tanto, es esencial para su sano desarrollo. Para el niño, el juego es un asunto serio que tiene un fin determinado y a través del cual se desarrolla mental, física y socialmente. El juego es su forma de autoterapia, mediante la cual a menudo se resuelven confusiones, angustias y conflictos. Además, el juego le sirve de lenguaje al niño, un simbolismo que sustituye a las palabras. El niño vivencia cosas en su vida que todavía no puede expresar en lenguaje, y entonces usa el juego para formular y asimilar lo que experimenta.

Un recurso terapéutico importante que se utiliza en la terapia gestáltica con niños es *La bandeja de Arena*. Trabajar con arena resulta altamente beneficioso para niños de todas las edades, y su empleo en terapia no es algo nuevo. La arena y el agua se prestan para la demostración de una gran variedad de fantasías, como, por ejemplo, hacer túneles, enterrar o anegar, paisajes de tierra y mar. Cuando la arena está húmeda puede ser moldeada, y cuando está seca es agradable al tacto, y se pueden hacer muchos experimentos táctiles añadiendo agua gradualmente. La arena mojada puede volver a secarse y volver a mojarse, o si se le agrega más agua se hace *aguachenta*, y finalmente sólo agua cuando ha desaparecido completamente la tierra seca. Se usa la bandeja de arena en conjunto con lo que llamaba material *del mundo*: objetos representativos de la vida, por ejemplo objetos pequeños y juguetes que se prestan para significados simbólicos específicos.

En este sentido, la arena proporciona una sólida base para las figuras,

asegurándolas en su lugar, y que puede ser manipulada para crear diferentes paisajes o situaciones. Las figuras pueden ser enterradas en la arena y desplazadas para simular diversas situaciones. La textura de la arena ofrece una experiencia táctil y kinestésica agradable para los dedos y las manos.

Tomando el ejemplo anterior, se puede ver como la terapia de juego sirve como canal para acceder y plasmar el mundo interno en una producción artística, poder sacarlo al exterior y materializarlo en creaciones, movimientos, formas y sonidos, para darle validez, presencia e incluso capacidad de transformación.

Tal como expresa Guzmán (2012) en su trabajo titulado *Arte como juego y compromiso social*, el juego es comprendido como primera instancia de la vida creadora, anticipa la señal de la dinámica entre sujeto y objeto que se alcanza en forma total en el dominio del arte y en las expresiones de la cultura en general. El juego es una actividad inherente al ser humano y como tal, suele ser lúdico. Todos nosotros hemos aprendido a relacionarnos con nuestro ámbito familiar, material, social y cultural a través del juego.

Guzmán (2012) también agrega que el arte en su naturaleza es un juego. La producción de arte nos lleva a un sentimiento de libertad que se produce al crear. Es la acción simbólica de ejecutar o jugar a la libertad. El arte es un juego que se juega, entre el artista y el espectador. Tanto el uno como el otro lo perciben como una creación. De esta forma el juego del arte mantiene sus propias reglas.

En pocas palabras, la terapia de juego se presenta como un puente que conecta el mundo interno del niño con su expresión externa a través del arte y el juego. Es un proceso que permite al niño explorar, expresar y procesar sus emociones, pensamientos y experiencias de una manera segura y creativa. A través del juego, el niño puede revelar aspectos de su vida interior que pueden ser difíciles de comunicar verbalmente, utilizando el simbolismo y la imaginación como vehículos para su autoexpresión.

Además, el arte, al igual que el juego, se percibe como una forma de libertad, donde tanto el creador como el observador participan en un juego de creación y percepción. Así, la terapia de juego y la arteterapia se entrelazan como herramientas poderosas para el crecimiento, la comprensión y el bienestar emocional de los niños.

5. Conclusiones

El presente Trabajo Integrador Final ha explorado e investigado la aplicación de la arteterapia desde una perspectiva gestáltica en la infancia, destacando su potencial para fomentar el autoconocimiento, la autoexpresión y el bienestar emocional de los niños.

La terapia gestáltica se centra en ayudar a las personas a vivir más plenamente y en armonía. Este tipo de terapia se ha aplicado en gran medida con niños porque puede ayudarles a desarrollar un sentido saludable de sí mismos, al mismo tiempo que establece una comprensión de cómo ajustarse creativamente en su entorno.

A lo largo de esta investigación bibliográfica, se ha demostrado cómo la integración de ellas proporciona un enfoque holístico e integral que permite a los niños expresar sus emociones y experiencias de manera natural y creativa. Esta combinación de enfoques terapéuticos se ha mostrado efectiva para ayudar a los niños a tomar conciencia de sus sentimientos y comportamientos en el momento presente, mejorando así su capacidad para comunicarse y aumentar su autoestima.

La unificación investigada proporciona en niños un enfoque global que facilita la expresión emocional y exploración interna de manera creativa y no verbal. Mientras que también se enfoca en la toma de conciencia y el autoconocimiento, haciendo del arte un medio natural para esta expresión.

La creatividad juega un papel fundamental en el desarrollo emocional de los niños, ya que, a través de actividades artísticas, los niños pueden explorar y resolver conflictos internos, facilitando un ajuste creativo que promueve su crecimiento personal y su capacidad para adaptarse a su entorno.

La terapia de juego, combinada con la arteterapia, ofrece un lenguaje simbólico que facilita la expresión de emociones y pensamientos difíciles de verbalizar. Por ello, herramientas como la bandeja de arena permiten a los niños proyectar su mundo interno y procesar experiencias traumáticas de manera segura.

Para los terapeutas, es esencial estar capacitados en estas áreas, ya que proporcionan herramientas efectivas para trabajar con niños con diversas necesidades emocionales. La creación de un entorno seguro y afectuoso es fundamental para que los niños puedan explorar libremente sus emociones y desarrollar su autoconciencia.

Es esencial reconocer el valor de un enfoque terapéutico que combina el arte y la terapia Gestalt, no sólo como medio para resolver problemas inmediatos, sino también como una herramienta para el crecimiento a largo plazo y el desarrollo integral del niño. Este enfoque no solo aborda las necesidades emocionales actuales, sino que también prepara a los niños para enfrentar futuros desafíos con una mayor resiliencia y autoconciencia. La arteterapia gestáltica, con su énfasis en la experiencia presente y la creatividad, proporciona un marco terapéutico que es tan efectivo como enriquecedor, estableciendo las bases para una vida emocionalmente saludable y plena.

Permitamos sentir, explorar y expresar. Todo ello con el objetivo de vivir una vida más plena, armoniosa y auténtica, liberando la creatividad innata y el potencial como seres humanos, más allá de los roles y estereotipos en los que a menudo nos encontramos atrapados. Es por esto que la arteterapia gestalt nos facilita esta experiencia, solo hace falta asumir el riesgo que implica vivir creativamente.

Para finalizar, el aporte que este Trabajo Integrador Final hace a nuestro campo de Psicólogos, es el de re pensar la importancia de crear un espacio seguro y expresivo para que los niños exploren y procesen sus emociones, mejorando su bienestar emocional y su capacidad para enfrentar desafíos. Esta investigación destaca la importancia de abordar la salud en edades tempranas y la necesidad de incorporar enfoques innovadores y holísticos en la intervención psicológica infantil, esto contribuye a la promoción de la salud mental en la infancia, fomentando la prevención, el diagnóstico precoz y la intervención efectiva. La razón detrás de esta investigación es aprovechar el máximo de las técnicas que nos ofrecen y resaltar la importancia de ayudar a los niños a desarrollar el autodescubrimiento, la conciencia y la capacidad de realizar cambios significativos en el desarrollo de una vida saludable.

6. Referencias bibliográficas

Ciornai, S. (1994). *Arteterapia Gestalt: Un camino hacia la expansión de la conciencia*. En: *Revista de Gestalt* nº 3.

Ciornai, S. (2004). *Caminos en arteterapia: arteterapia Gestalt, arte en psicoterapia, supervisión en arteterapia*.

Cornejo, L. (2016). *Manual de Terapia Infantil Gestáltica* (5ª ed.). Desclée de Brouwer.

Dalley, T. (1987). *El arte como terapia*. Herder.

Davis, F. (2010). *La comunicación no verbal*. Alianza

Domínguez Toscano, P. (2005). *Arteterapia: principios y ámbitos de aplicación*.

Echevarría, A. (2005). *Intervenciones con niños desde la terapia Gestalt*. Psicogente, vol. 8.

Guzman, A. (2012). *Arte como juego y compromiso social*. Universidad Nacional de

Misiones. Facultad de Arte y Diseño.

- Ibáñez. (2012). *El arteterapia en la infancia*. Recuperado de <https://www.cisf.es/el-arteterapia-en-la-infancia/>
- López y Martínez (2006). *Arteterapia. Conocimiento interior a través de la expresión artística*. Ediciones Tudor S.A
- Naumburg, M. (1978). *La terapia artística: su alcance y función*. Paidós.
- Oaklander, V. (2001). *Ventanas a nuestros niños: Terapia Gestáltica para Niños y Adolescentes* (6ta ed.). Cuatro Vientos.
- Ojeda López, M. (2011). Arteterapia Gestalt: La búsqueda de lo que somos. *Arteterapia: Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social*, Vol.: 6. P.169-181.
- Peñarrubia, F. (2008). *Terapia Gestalt. La vía del vacío fértil*. Alianza Editorial.
- Perls, F., Hefferline, R., Goodman, P. (2006). *Terapia Gestalt: Excitación y crecimiento de la personalidad humana*. Centro de Terapia Española.
- Robine, J. M. (2005). *Contacto y Relación en Psicoterapia: Reflexiones sobre la terapia gestalt* (2da ed.). Cuatro Vientos.
- Serrano, A. (2016). *La integración de la arteterapia en los equipos interdisciplinarios en el ámbito clínico: experiencias desde la intervención con niños adolescentes en salud mental infanto-juvenil* (Tesis Doctoral). Universidad Complutense de Madrid.
- Spagnuolo Lobb, M. (2007). *Estudios en Terapia Gestalt. Studies in Gestalt Therapy*, volumen, pp. 77.
- Sweeney, S. (2009). *Art therapy: promoting wellbeing in rural and remote communities*. *Australasian Psychiatry*, volumen 17(1), 151-154.
- Yontef, G. (2009). *Proceso y diálogo en psicoterapia gestáltica* (6ta ed.). Cuatro Vientos.
- Zinker, J. (2003). *El proceso creativo en la terapia gestáltica* (2da ed.). México. Paidós