

Arteterapia. Papeles de arteterapia y educación para inclusión social

ISSN-e: 1988-8309

<http://dx.doi.org/10.5209/arte.64538>

 EDICIONES
COMPLUTENSE

Intervenciones psicológicas basadas en el arte para acompañar procesos de duelo: un estado del arte¹

John Alexander Jaramillo Serna²

Recibido: 13 de noviembre 2019 / Aceptado: 3 de febrero 2020

Resumen. Este trabajo es producto de un proceso de investigación documental, con el objetivo de identificar las intervenciones psicológicas basadas en el arte para acompañar procesos de duelo, a partir de la estrategia metodológica del estado del arte. La revisión se realizó en función de las categorías de definiciones de duelo, principios en la intervención basada en el arte, objetivos a los que se dirige, técnicas y herramientas que se producen. Dentro de los resultados más relevantes se encuentra la multiplicidad de nociones que se tienen del concepto de duelo desde diferentes disciplinas, y cómo el arte puede ser una forma de intervenir y favorecer que las personas descubran su potencial creativo, re-signifiquen sus pérdidas y adquieran herramientas para la transformación de su mundo subjetivo.

Palabras clave: Duelo, arte, creatividad, intervención psicológica.

[en] Psychological interventions based on art to accompany grieving processes: a state of the art

Abstract. This work is the product of a process of documentary research, with the aim of identifying psychological interventions based on art to accompany grief processes, based on the methodological strategy of the state of the art. The review was carried out according to the categories of mourning definitions, principles in the intervention based on the art, objectives to which it is addressed, and techniques and tools that are produced from this work. Among the most relevant results is the multiplicity of notions that have the concept of mourning from different disciplines, and how art can be a way to intervene and encourage people to discover their creative potential, re-mean their losses, and acquire tools for the transformation of their subjective world.

Keywords: Grief, art, creativity, psychological intervention.

Sumario: 1. Introducción. 2. Metodología. 3. Resultados. 4. Conclusiones. Bibliografía.

Cómo citar: Jaramillo Serna, J. A. (2020). Intervenciones psicológicas basadas en el arte para acompañar procesos de duelo: un estado del arte, *Arteterapia. Papeles de arteterapia y educación para inclusión social*, 15, 1-10.

1. Introducción

Desde tiempos antiguos el hombre ha encontrado en la creatividad la manera de anteponerse al dolor, y construir a partir del vacío y la ausencia, nuevas formas de percibir la vida y de transformarla. Por ello, conocer los efectos de la expresión artística en los procesos de duelo se convierte en una tarea obligada; pues permite ampliar los conocimientos sobre el ser humano, su relación con las pérdidas y sus maneras de sanar.

El arte es ante todo lenguaje, y como tal, es una manera de expresar aquello que no se puede nombrar en palabras. Para López y Martínez (2006), el arte es “la expresión de lo que existía sin ser visible” (p.9), y suele ser vista como una forma de exteriorizar ideas, pensamientos, sensaciones, emociones y percepciones, que se materializan a través de la producción artística.

La creación artística en la intervención psicológica o en la terapia, según López y Martínez (2006) “busca indagar en el conocimiento interior 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). El arte cumple así, en los procesos de duelo, una función liberadora y creadora de nuevos significados, generando una forma de comunicación con el mundo interno y externo.

¹ Artículo para optar por el título de Especialista en Psicopatología y Estructuras Clínicas asesorado por la docente Maricelly Gómez Vargas y adscrito al Grupo de Investigación Psyconex de la Universidad de Antioquia. Además de lo anterior quiero agradecer a Verónica Holguín Lew, Arteterapeuta destacada y una persona apasionada, quien aportó grandes reflexiones y acompañamiento a este trabajo.

² Psicólogo especialista en psicopatología y estructuras clínicas de la Universidad de Antioquia
E-mail: jjaramilloserna@gmail.com

No obstante, este tipo de intervención para lo que concierne a procesos de duelo es por ahora novedoso y todavía no adquiere el reconocimiento que merece, pues sigue imperando el uso de métodos tradicionales, que se extienden a lugares comunes que no siempre atienden la necesidad particular, sino que se generalizan las formas de proceder (Payàs, 2012).

El presente trabajo busca identificar las intervenciones que, desde el arte, como mediación terapéutica, se han gestado para acompañar procesos de duelo, partiendo de la mirada de un profesional en psicología y no de un arteterapeuta experimentado. Se trata, de encontrar puntos comunes, rescatando algunos elementos que han sido de utilidad y que al parecer son importantes frente al acompañamiento de este proceso; todo desde una perspectiva general, pero rigurosa, que abre el panorama a próximas investigaciones, pues este artículo, como lo podrá percibir el lector, expone temas demasiado amplios, que pueden considerarse simplificados, pero que tienen la intención de visibilizar e invitar a la construcción.

2. Metodología

Esta investigación se fundamenta en un paradigma interpretativo (Krause, 1995), con un diseño cualitativo (Hernández, Fernández y Baptista, 2014), basado en la estrategia del estado del arte (Gómez, Galeano & Jaramillo, 2015)³ y la técnica de revisión bibliográfica (Peña, 2010), la cual se organizó en tres grandes fases. Primero, se estableció como población documental, artículos, trabajos de grado, libros y páginas web oficiales que tuvieran relación con la unidad de análisis (intervenciones psicológicas basadas en el arte para acompañar procesos de duelo)⁴, que se tuviera acceso para consulta y que estuvieran en una franja de tiempo entre 2006 y 2017, sin descartar algunos textos clásicos que se identificaran pertinentes, para luego realizar una revisión bibliográfica en diferentes bases de datos como, DIALNET, SCIELO, REDALYC, EBSCO y en el buscador de Google Académico, además de las bibliotecas y repositorios de la Universidad de Antioquia, Universidad Pontificia Bolivariana, Universidad San Buenaventura y la Universidad Católica Luis Amigó, registrando todos los hallazgos en una matriz de Excel. Después, se realizó la comparación entre los textos hallados y las categorías de análisis (definición de duelo, objetivos en la intervención basadas en el arte, técnicas y herramientas), identificando similitudes, diferencias, coyunturas y tendencias, para realizar un balance documental e inventario bibliográfico, de donde se describieron y analizaron los resultados encontrados, apoyado en una matriz diseñada para estudios de este tipo por el grupo de investigación Psyconex⁵. Por último, se pasa a la elaboración del artículo como socialización de los resultados.

3. Resultados

3.1. Definiciones del concepto de duelo y principios que sustentan la intervención desde el arte

El duelo tiene la particularidad de ser universal, cultural, social y al mismo tiempo personal. Los antropólogos, psicólogos y sociólogos coinciden en que cualquier sociedad estudiada, de casi todas partes del mundo, se produce un intento de recuperar aquello perdido (Tizón, 2009). De ese esfuerzo de anteponerse a la pérdida, surgen los rituales, las prácticas funerarias y los mitos, como formas de expresión simbólica y creativa, para comunicar y dar sentido a la muerte.

El término duelo guarda su raíz etimológica en el latín *dolus* del verbo *dolere*, que significa dolor, pena, aflicción; y *duellum*, que representa guerra, combate, desafío; de lo que se puede inferir que al hablar de duelo se hace referencia tanto a un reto o esfuerzo, como a las demostraciones de sentimientos, emociones o afectos ante una pérdida, acompañado de comportamientos sociales y ritos de orden religioso (Tizón, 2009; Jaramillo, 2017; Sabariego, 2012; Godoy, 2013; Martínez, 2015; Rodríguez, 2016)

De acuerdo con Tizón (2009), las pérdidas se pueden agrupar en cuatro tipos, pérdidas relacionales (seres queridos, odiados o con relaciones ambivalentes); pérdidas intrapersonales (pérdidas de aspectos o partes del self); pérdidas materiales (objeto concreto, animado, inanimado o abstracto); y pérdidas evolutivas (ligadas al desarrollo evolutivo).

El duelo es por lo general un proceso normal, pero que en ocasiones puede tomar un rumbo patológico. Para Payàs (2012) entre el 8 y el 10% de las personas que están en un proceso de duelo terminan presentando complicaciones, sumado a que Worden, (2013) afirma que entre el 10 y el 15% de las consultas clínicas traen consigo un duelo de fondo no resuelto, lo que representa una desviación del estado de bienestar, genera efectos en el sistema nervioso, altera

³ Se eligió el estado del arte, porque es una estrategia útil, rigurosa y práctica, que pone en relieve el saber construido sobre determinada temática o campo del conocimiento, para el aporte y la creación de marcos de referencia a partir de la revisión bibliográfica, y/o documental como fuentes de información que siguen unos parámetros de procesamiento que develan el sentido de una construcción de conocimiento. (Gómez, Galeano & Jaramillo, 2015)

⁴ Las palabras clave que se utilizaron para la búsqueda fueron: duelo y arte; duelo y arteterapia; arte y muerte; arteterapia y pérdida, arte y pérdida; Duelo y creatividad.

⁵ Esta matriz, la cual fue la herramienta para el análisis de la información se puede consultar en el estudio realizado por Gómez, Galeano y Jaramillo (2015) El estado del arte: una metodología de investigación.

los estados emocionales y puede ser clasificado por el DSM V dentro de la categoría de duelo complicado, asociada a los trastornos relacionados con trauma y estresores; y en el CIE-10 en los trastornos de adaptación.

El texto más citado en la comprensión del concepto de duelo es “Duelo y Melancolía” de Freud (1917), el cual generó un interés que se mantiene hasta hoy por el estudio de los procesos psicológicos en los duelos humanos. Para Freud (1917) “el duelo es, por regla general, la reacción frente a la pérdida de una persona amada o de una abstracción que haga sus veces, como la patria, la libertad, un ideal, etc.” (p. 241). Esto incluye cualquier pérdida que tenga valor en el sujeto (Perales, 2007).

Para Freud (1917) el duelo es un trabajo del yo, que consiste en “el retiro de la libido del objeto perdido y movilizarla hacia nuevos objetos” (Citado en Perales, 2007, p. 175); es decir, que aquel objeto que representaba la continua posibilidad de satisfacerse, al ya no estar en la vía de lo real, genera un retorno de la libido, lo cual desencadena las manifestaciones típicas del duelo, donde el principio de realidad se impone, y posibilita el paso de la negación a la aceptación, de manera única en cada sujeto (Chiriboga, 2015), remitiendo a la primera pérdida, esto es, a la castración simbólica que es estructural y a la falta (vacío) que nunca puede ser llenada, pues hay un objeto perdido para siempre (Perales, 2007).

En la actualidad, la mayoría de enfoques coinciden en dotar al concepto de duelo el énfasis de proceso, por lo cual se le organiza por medio de etapas, momentos, fases, tareas, trabajos, entre otros. (Nomen, 2009). En la revisión documental, se encontraron dos grandes referentes, ellos son: el sistema de tareas de William Worden (2013) y el modelo constructivista de Robert Neimeyer (2002).

La teoría basada en tareas de Worden (2013), argumenta que el duelo es un proceso de adaptación a una pérdida significativa, que exige el cumplimiento de cuatro tareas. A saber, aceptar la realidad de la pérdida, elaborar el dolor de la pérdida, adaptarse a un mundo sin el fallecido, y hallar una conexión perdurable con el fallecido al embarcarse en una vida nueva. Este autor expresa que, si por alguna razón no se realiza una de estas tareas, esto puede llevar a un duelo complicado.

El modelo del psicólogo Robert Neimeyer (2002) por su parte, pone un detenido interés en la narrativa de la historia personal (Martínez, 2015), y en la reconstrucción de sentido y significado individual, social y espiritual, tocando lo autobiográfico y las construcciones simbólicas que se establecen en comunidad. El duelo al ser un proceso de resignificación, se organiza en tres ciclos, evitación, asimilación y acomodación. El primero se caracteriza por una negación de la realidad de la pérdida y poca capacidad de afrontamiento de lo ocurrido, el segundo, implica expresiones emocionales, cognitivas, físicas y espirituales, que son incontrolables, pero necesarias; y el tercero, se retoma de manera gradual, aspectos de la vida emocional y relacional, con momentos de posibles retrocesos.

En resumen, el duelo es un proceso biopsicosocial y único en cada individuo, que exige una reorganización de los estados internos y externos del sujeto, ya que es una vivencia que genera un profundo problema existencial que se expresa en el lenguaje de lo sensible, simbólico y mitológico. Las organizaciones funerarias y cementerios han resaltado el poder del ritual a manera de facilitador del duelo, sumado a que se ha demostrado cómo su labor no termina sólo con la disposición de unos restos, sino que allí se debe favorecer un escenario para que las personas hagan real su pérdida.

3.2. Principios en las intervenciones basadas en el arte para acompañar procesos de duelo

En la utilización de la expresión artística como medio para elaborar un proceso de duelo, son diferentes los estudios y posturas que se pueden encontrar, la mayoría articuladas desde el arteterapia como proceso de mediación para la transformación, y conceptualizadas a partir del enfoque de duelo ya expuesto. Pese a esto, se logran destacar algunas nociones generalizables en las diversas perspectivas, ampliamente útiles.

3.2.1. La creatividad es algo innato en el individuo (Godoy, 2013) y es esencial en los procesos de duelo (Ornstein, 2012)

La mayoría de autores revisados coinciden en que el duelo como proceso creador de la falta (vacío), es un potenciador de la creatividad (Ornstein, 2012; Monroy, 2006; Castro, 2010; Depino, 2011), Perales (2007) por ejemplo, en su texto “Duelo y creatividad” señala que “un acto de ingenio y creación, es una de las operaciones psíquicas más elevadas que se presenta como un recurso para ganar placer ante los dolorosos embates de la vida y de lo inevitable de la muerte” (p. 194). Ogden (2000, citado en Ornstein, 2012) por su parte expresa que el duelo implica una demanda a nuestro propio yo de crear algo, un recuerdo, un sueño, una historia, un poema, etc., que permita responder y significar lo complejo de la relación con lo perdido y de la experiencia de la pérdida, esto es observable a través de los monumentos, memoriales, museos, lápidas, cenotafios, sepulturas, etc., que permiten dar nueva forma al duelo y simbolizar lo innombrable de la vida misma y de la muerte (Toro, 2015). En palabras de Díaz (2013):

El proceso de creación bien mediante la palabra (poesía, novela, teatro), imagen (Cine y fotografía), formas materiales plásticas (pintura o escultura, arquitectura) o piezas musicales, o bien como resultado de la investigación científica o artesanal, es semejante al acto de procreación: dar vida, iluminar, alumbrar algo nuevo. De esta forma la creación artística o científica y la procreación biológica tienen muchos puntos en común y confronta al ser humano siempre con el misterio de la vida y con la perdurabilidad en el tiempo de la misma. (p. 749).

3.2.2. Relevancia del proceso creativo por encima del producto artístico (Godoy, 2013; Jaramillo, 2015, López y Martínez, 2006; Schofield, 2012).

Bajo esta mirada, más que la formación técnica, se busca un proceso creativo de construcción de representaciones, símbolos y narrativas que medien en las formas de generar significados sobre nosotros mismos, los otros y el mundo (López & Martínez, 2006). Se cede mayor importancia al trayecto que al destino, “el paciente y el terapeuta se hacen compañeros de viaje” (p. 51), dejándose sorprender por las experiencias que estos recorridos involucran.

Algunos estudios realizados por Schofield (2012), Zenil y Alvarado (2007) describen el uso de la expresión artística para atender los duelos que generan las enfermedades físicas, que al ser intrínsecos son difíciles de verbalizar. Frente a estos casos los procesos creativos pueden ser facilitadores de la comunicación, el autoconocimiento y la transformación de la realidad subjetiva, sumado a que aportan a la disminución y/o cura del dolor, incrementando los niveles de bienestar del sujeto (Zenil & Alvarado, 2007).

3.2.3. El proceso de intervención a través del arte establece una relación triangular entre paciente, obra artística y terapeuta.

Esta relación forma un escenario de construcción, donde el terapeuta es solo el facilitador del proceso (Godoy, 2013) y media la posibilidad de la elaboración del duelo, guarda sus interpretaciones y trata de comprender el significado que tiene la obra en el paciente, en otras palabras, se vale del arte para profundizar en las emociones, sensaciones, cogniciones y afectos que, en el caso del duelo, la pérdida deja (Jaramillo, 2015; Balmaceda, 2005; Schofield, 2012). Aquí la labor de apoyo al consultante se centra en el acompañamiento, la escucha, la comprensión y la guía (Sabariegos, 2012).

El producto del proceso creativo, se ubica como medio y al mismo tiempo canal de expresión, elaboración y de transformación (Sabariegos, 2012). La obra además de ser un objeto que puede contener y recibir sentimientos difíciles, permite un camino de proyección del dolor y separación de eso doloroso que deja el duelo, de manera menos amenazante (Schofield, 2012).

El objeto artístico creado actúa de espejo y vía de expresión tangible que permite al paciente manipular, modificar, destruir y rehacer las veces que necesite antes de tener que transformar en palabras lo que le pasa, es decir, su experiencia de duelo (Schofield, 2012; Sabariegos, 2012). Como lo formula Toro (2016) “Una obra de arte es una representación (...) re-presenta –vuelve a presentar– una realidad que le ha sido mostrada, contada o que ha vivido” (p. 19).

3.3. Objetivos y finalidades

El siguiente apartado trae consigo una pregunta: ¿cuáles son los objetivos y finalidades de las intervenciones psicológicas basadas en el arte para acompañar procesos de duelo? No es nuevo el interés de la psicología por este tema, incluso se han elaborado propuestas de intervención en busca de una disminución y un alivio al dolor (Rodríguez, 2016), desde esta visión, las intervenciones en procesos de duelo pueden parecer similares a los cuidados paliativos, pero más allá de este tipo de propósitos ¿qué objetivos se pueden plantear al respecto?

Es implícito un propósito general en todas las intervenciones, el cual consisten en que las personas puedan elaborar sus procesos de duelo. No obstante, desde una propuesta psicológica Worden (2013) expone cuatro objetivos relacionados con el duelo, que a su vez son las tareas expuesta en su conceptualización. Estos son:

1. Aumentar la realidad de la pérdida: la primera respuesta defensiva de las personas ante la pérdida es la negación, como forma de proteger el psiquismo frente al difícil embate que genera la pérdida. Para este objetivo se recomienda trabajar la pérdida permitiendo que fluyan “los recuerdos, sentimientos y pensamientos, es recomendable apoyarse en un diario para concretar con palabras las emociones y reflexiones que se pudieron identificar”. (Godoy, 2013, p. 50)
2. Ayudar a la persona a afrontar el dolor emocional y conductual: este objetivo involucra tanto las emociones expresadas como las implícitas, además es uno de los más importantes, pues el duelo implica un dolor físico, emocional, social, incluso comportamental que, si no se trabaja, puede tener consecuencias sintomáticas complejas (Worden, 2013). En este objetivo el arte encuentra su mayor potencial, ya que permite la exteriorización del dolor y las emociones de manera libre y con la intensidad particular de cada sujeto (Godoy, 2013). Aquí es importante que las personas se contacten con su dolor de forma íntima, dando la libertad, en un proceso de acompañamiento, en la elección de los materiales, para que expresen las emociones que se van presentando (Godoy, 2013; Ornstein, 2012).
3. Ayudarle a superar los diferentes obstáculos que le impidan adaptarse a la pérdida: este objetivo implica adaptaciones internas, externas y existenciales (Espirituales o creativos). Con la pérdida de lo amado se generan cambios sociales, pues esa persona u objeto ya no está ahí para cumplir las mismas funciones; personales, ya que se requiere de un esfuerzo psíquico para elaborar el dolor y la ausencia; Y existenciales, porque hay un cambio de significados y representaciones sobre la existencia misma (Worden, 2013). Para el trabajo se recomienda mayor intención en cuanto a los materiales y las técnicas, con el fin de ir promoviendo esos cambios que se va exigiendo el mismo proceso (Godoy, 2013). Aquí es valioso aclarar que cada material y técnica propicia experiencias y

procesos simbólicos diversos, por lo que no se eligen de manera imparcial, ya que se requiere de un conocimiento amplio que permita seleccionar los materiales más adecuados para cada caso (López, 2011)⁶.

4. Ayudarle a hallar un modo de recordar a la persona fallecida y de sentirse cómodo al volcarse de nuevo en la vida: este objetivo remite a una reubicación emocional de lo perdido y continuar con la vida. No se trata de desvincularse totalmente, sino de darle un lugar particular que permita que las personas sigan con su existencia (Worden, 2013). Para el trabajo se recomienda orientar el proceso hacia acciones y materiales que permitan reflexionar sobre lo que es su nueva existencia, lo que puede llegar a ser y lo que quiere lograr. (Godoy, 2013)

Otro objetivo que se pueden dar en el proceso y que tienen una influencia en el duelo, son los psicoeducativos o de orientación, que consisten en facilitar la transformación de los mitos y estigmatizaciones relacionados con la muerte, a partir de un espacio de reflexión, información y comprensión simbólica de la misma, de acuerdo con las creencias de cada sujeto (Villamil, 2007).

Los objetivos se formalizan por medio de estrategias de observación, sistematización y seguimiento, las cuales siempre deben ir acordes con los propósitos y metodologías, incluyendo las particularidades de cada individuo o grupo. Esta acción profesional se puede fortalecer mediante la autoobservación y la supervisión⁷, para que al final se pueda dar cuenta del curso y transcurso del proceso (Schofield, 2012).

3.4. Técnicas y herramientas

En la revisión documental realizada se identificaron una serie de técnicas y herramientas que se utilizan para acompañar procesos de duelo a través del arte. Se encontró que autores expertos en duelo (Worden, 2013; Tizón, 2009; Neimeyer, 2002; Nomen, 2009) recomiendan como estrategias de gran valor terapéutico algunas intervenciones de tipo artístico y creativo, tales como escribir, dibujar, pintar, elaborar álbumes de fotografías, usar símbolos, redactar libros, escuchar música, realizar rituales, entre otros.

Una anotación previa para este apartado es entender que las herramientas siempre deben ser ajustadas e ir articuladas con los objetivos y principios ya descritos, esto es, centrados en las necesidades del paciente o grupo (Gamboa & Juárez, 2015). Además, es correcto afirmar que no existen fórmulas únicas y acabadas, sino propuestas que requieren una revisión constante.

Las herramientas aportadas en el proceso no deben ser tomadas de manera simple, pues no todos reaccionan de la misma manera ante ellas, por lo cual, es importante aclarar, que quien las facilita, domine el lenguaje artístico y sea consciente de la complejidad del mismo⁸:

1. Pintura: el uso de esta técnica está fuertemente vinculada al mundo emocional, muy potente para la exteriorización de la gran carga afectiva proveniente del duelo. Aquí las imágenes cargadas de emociones y sentimientos, se materializan en manchas, formas, pinceladas, símbolos, entre otros; que posibilitan la expresión creativa de la experiencia de pérdida (Castro, 2010). Un ejemplo, ante las múltiples posibilidades, es el gouache, ya que implica el uso de un material de poco control (Pintura aguada) y permite la fluidez, pues se disuelve fácil, seca rápidamente y es mucho más económico que otros materiales como el óleo (Sabariego, 2012).
2. Escribir: Incentivar que el doliente escriba cartas al fallecido, ayuda a resolver asuntos pendientes además de ser una excelente técnica de liberación emocional (Worden, 2013). “El acto creativo de escribir puede cumplir una doble tarea: facilitar el duelo y –al mismo tiempo– preservar el recuerdo de lo perdido en forma poética” (Ornstein, 2012, p. 7) Para esta labor se propone la escritura como puente de comunicación con el sí mismo y con los demás, se trata de poner en palabras ideas, recuerdos, emociones, símbolos, entre otros. (Jaramillo, 2017). Un ejercicio que resulta muy interesante en el trabajo grupal o individual es la elaboración de un libro viajero, el cual en ocasiones funciona a manera de diario, donde se plasman las experiencias durante el proceso (Jaramillo, 2015).
3. Dibujar. Irwin (1991; citado en Worden, 2013) ha identificado cuatro ventajas del uso del dibujo en el asesoramiento del duelo: 1) ayuda a facilitar los sentimientos; 2) identifica conflictos de los que la persona puede no estar consciente; 3) aumenta la consciencia de lo que el sujeto ha perdido; y 4) permite identificar en qué punto del proceso del duelo se encuentra la persona. (p.129).
4. Mandala: es en sí misma una mediación, donde se suelen utilizar múltiples técnicas y en diferentes dispositivos, no obstante, de acuerdo con Godoy (2013) su aplicación es muy útil para el cumplimiento de las cuatro tareas del duelo, ya que puede ser adaptada a cualquier etapa del proceso. En esta técnica el terapeuta unido con el paciente o grupo analizan la imagen del mandala en su conjunto, esto es, los colores utilizados, las formas, el papel, la cantidad de veces que se repite un determinado color o una determinada forma, si se inicia desde el centro o desde afuera, el tamaño de las figuras y su proporción con los demás elementos, entre otros. Todos estos aspectos dan

⁶ Este trabajo busca sobre todo poner un panorama general, ya que trata de manera muy amplia muchos de los contenidos, sin embargo, en el apartado siguiente se podrá conocer un poco más de este tema.

⁷ Aquí se hace referencias a la autoobservación como el seguimiento ético que realiza el profesional sobre sus prácticas y quehacer, mientras que la supervisión al trabajo colaborativo de análisis y formación con otro u otros colegas para el cuidado de las buenas prácticas.

⁸ Es importante mencionar que se hace una descripción muy breve de las herramientas por cuestiones prácticas, no por ello, se busque simplificarlas, ya que se sabe que son bastante complejas y amplias. También se proponen algunas mediaciones, pero que deben ser tomadas de forma crítica, ya que no se pueden generalizar.

información valiosa de los procesos emocionales en un momento dado. Un ejemplo, es la realización de mandalas basados en modelos sencillos con el fin de que el paciente se pueda relacionar con la técnica y comenzar a ordenar sus ideas (Godoy, 2013).

5. El collage: esta técnica es vinculada al proceso de cambio y de transformación, ya que permite tomar recortes de revistas, papeles de colores, telas, usar las propias obras, es más, se admite pintar sobre la obra y modificarla. Incluso, “desde el momento en que se selecciona lo que se va a pegar en el collage, hasta probar combinaciones de los papeles para situarlos de diferentes formas, etc. puede servir de ayuda, por ejemplo, para trabajar la capacidad de elegir” (Sabariegos, 2012, p. 41).
6. El modelado: “Al modelar es sugestivo lo tangible, crear partiendo de la nada, ir modificando progresivamente la figura según se va construyendo, transformar, construir, quitar, poner...” (Sabariegos, 2012, p. 42) Un ejemplo, es el trabajo con el barro, lo cual permite retornar a elementos primitivos del desarrollo humano, pues implica usar las manos, ensuciarse y sobre todo moldear desde formas no muy definidas hasta lograr un producto un poco más acabado.
7. Grabado: el grabado tiene un potencial para trabajar la memoria y el proceso de duelo, ya que parte de un boceto del recuerdo, hasta la consolidación de unas imágenes, las cuales se construyen a partir del sacar y luego con el grabar, se trata de pasar de un negativo a un positivo (Jaramillo, 2017).
8. La fotografía y los álbumes: de acuerdo con Martínez (2015) esta técnica permite “una reconstrucción biográfica en el duelo al ser un medio para conservar y modificar/manipular la memoria” (p 322), además, logra tocar lo colectivo por intermedio de las imágenes comunes y/o estereotipadas que poseemos como seres sociales. Por ejemplo, en la elaboración de un álbum de recuerdos, actividad que puede ser realizada en familia con fotos, historias, anécdotas y escritos, se elabora una historia un tanto más realista del sujeto fallecido (Worden, 2013).
9. La costura: a nivel psíquico es diferente tejer y bordar. La primera invita a trenzar, anudar y tiene la posibilidad de elaborar algo útil partiendo de la nada (Sabariegos, 2012), es también construir tejido social y nuevos espacios de memoria y de adaptación (Jaramillo, 2017). En cambio, bordar implica intervenir “el tejido ya tejido, pero requiere respetar lo previo, mantener un diálogo con lo que está ahí” (Sabariegos, 2012, p. 43). Un ejemplo de este trabajo se observa en el Costurero de tejedoras por la memoria de Sonsón (Antioquia) quienes trabajan la resignificación su situación de ser víctimas y contribuir a través del tejido a la reconstrucción de la memoria histórica (Centro Nacional de Memoria Histórica, 2015).
10. Técnicas combinadas: combinar implica crear algo nuevo a partir de lo ya conocido, es explorar nuevas formas orientando el dialogo entre diferentes materiales típicos en algunas técnicas tradicionales. Muñoz y Sánchez (2010, citado en Rodríguez, 2016) elaboraron una cartilla con diversas técnicas, como el dibujo, la escritura y otras, para trabajar el duelo con niños víctimas de la violencia colombiana, donde se buscaba ayudar y dirigir el camino hacia el pensar y elaborar el duelo de un ser querido.
11. Lenguaje evocador. Un lenguaje claro y sin máscaras puede ayudar a las personas a aceptar la realidad de la pérdida, tratar de abrir un espacio de evocación de sentimiento a través de un ejercicio que permita hablar de manera directa de lo perdido se hace fundamental en un proceso de elaboración psíquica (Worden, 2013).
12. Juego de roles (Role playing). Herramienta muy útil, en la que se ayuda al doliente a representar diferentes situaciones y enfrentarse a condiciones nuevas (Worden, 2013). Aquí se puede incluir el sociodrama ya que es una técnica bastante creativa y amena, que permite la puesta en escena de roles y los vínculos relacionados, además es muy valiosa en la recuperación de rituales con información actualizada y coherente con el sistema de creencias de las personas. Para este trabajo Espina y Filgueira (1997), proponen un método de psicodrama focal del duelo, desde el enfoque de la psicoterapia breve y centrada en el problema.
13. Música: esta técnica opera a través de los contenidos de la música bajo el mecanismo de la identificación proyectiva, la cual facilita una relación empática, permitiendo “una comunicación o entendimiento constructivo en tanto el sujeto puede ponerse simbólicamente en el lugar del otro y porque puede lograr que el otro se ponga en su lugar (resonancia afectiva)” (p. 86), proporcionando así un campo para la elaboración de aspectos psíquicos relacionados con el proceso de duelo (García, 2014).
14. El uso de símbolos: rituales, videos, prendas de vestir, audios, entre otras cosas, proveen información valiosa de quien era el fallecido, su relación con el doliente, al tiempo que ayuda a crear un enfoque concreto del sujeto, donde se puede hablar al fallecido y no simplemente hablar de él (Worden, 2013).
15. Danza: se ha encontrado que diferentes culturas hacen uso de la danza como forma de ritualizar, resignificar y dar sentido a la muerte, no obstante, en los artículos revisados, no se encontró ninguna referencia a este tipo de mediaciones, lo que permite anotar que en términos de intervención para el duelo no ha sido muy explorado. La Danza es una conducta humana con diversos propósitos, individuales, sociales y culturales, es esencialmente rítmica y se estructura a partir de patrones de movimiento. En general la Asociación Americana de Danza Terapia (ADTA, siglas en Ingles) define la Danza Terapia como “un proceso que fomenta el bienestar emocional, cognitivo y físico de la persona, facilitando así el crecimiento emocional y la integración del cuerpo-mente” (Mills y Daniluk 2002; citado en Sebiani, 2005, p. 49).

Por otro lado, también se identificaron algunas herramientas frente a la sistematización de los procesos, lo cual se convierte en un recurso valioso tanto a nivel investigativo, como en la elaboración de un seguimiento que permita

dar cuenta de los avances y momentos coyunturales del proceso, además de servir de insumo en la obtención de información para la historia clínica. Estas técnicas son:

1. El modelo ETC: por sus siglas que significan Terapias Expresivas Continuas, las cuales consisten en una manera de clasificar las interacciones del individuo con los materiales de arte u otras actividades experienciales con el fin de procesar la información y formar imágenes (Rivera, 2010). Este modelo enfatiza en el procesamiento de información y expresión visual desde un sistema de complejidad creciente, esto significa que plantea un marco conceptual de tipo jerárquico para el análisis de la información y planificación de las intervenciones terapéuticas, a partir, de cuatro niveles: kinestésico / sensorial (K/S), perceptual / afectivo (P/A), cognitivo / simbólico (C/SY), y por último un nivel creativo (Rivera, 2010; Lusebrink, 2015).
2. Los métodos de observación: tales como la escucha activa y la observación flotante sistemática, son algunos ejemplos (Sabariegos, 2012).
3. El uso del test-postest: consiste en la aplicación de un test al inicio del trabajo y uno finalizando, para observar la evolución del proceso que ha podido surgir en el sujeto (Sabariegos, 2012).
4. Fotografía de las obras: esta técnica consiste en fotografiar los productos del paciente o grupo, como forma más ventajosa de establecer un seguimiento al proceso creativo y a las producciones que dan cuenta de un camino de transformación. Esto se debe utilizar siempre y cuando se haya dispuesto la autorización firmada por las personas (Consentimiento informado) (Sabariegos, 2012), ya que es de uso exclusivo del terapeuta, y se diferencia de la fotografía como medio de producción.
5. Cuaderno de campo: es muy útil para recoger los aspectos más relevantes de cada sesión, así como los principales objetivos planteados en los encuentros (Sabariegos, 2012).
6. Cuestionario final anónimo: donde se recogen las opiniones personales respecto al proceso, esta se utiliza principalmente en el trabajo grupal (Sabariegos, 2012).
7. Hojas de registro: trata de un formato que se diligencia diariamente al finalizar la sesión, una para cada asistente. Gracias a esto se recogen información muy valiosa del seguimiento de los procesos (Sabariegos, 2012).
8. Otras herramientas de evaluación y seguimiento disponibles en Rivera (2010): Cronograma del programa de intervención Arte Terapéutica individual. Cuadro resumen de las obras del proceso Arte Terapéutico. Tabla de indicadores obtenidos del proceso Arte Terapéutico. Gráfico de los indicadores obtenidos del proceso Arte Terapéutico. Termómetro de la evolución de las emociones durante la intervención Arte Terapéutica. Tabla consolidada de experiencias sensoriales asociadas a la sanación y los emergentes, según el modelo de las Terapias Creativas Continuas.

De acuerdo con lo anterior, otro aspecto relevante de nombrar, son la clasificación de los diferentes materiales; estos son la base principal del proceso, es decir, la materia prima en el trabajo que se desea realizar; es gracias a este insumo que “las imágenes cobran vida para ser descubiertas, analizadas, comprendidas y puedan generar los cambios necesarios para una vida más plena” (Godoy, 2013; p. 23).

Cada material posee sus características, ya que generan efectos distintos en la experiencia creativa y requieren de la consideración previa de algunos conocimientos en su uso dentro del proceso. Estos aspectos a tener en cuenta son, entre muchos otros, el grado de control que ofrece; el gusto e interés que tenga el sujeto o grupo con los materiales; y las capacidades que se posea para su uso (Castro, 2010).

4. Conclusiones

Durante el proceso de estudio de la información se encontraron pocas referencias o textos actuales que tuvieran proporción con la unidad de análisis. En su mayoría fueron tesis y muy pocos artículos o capítulos de libros, muchos de ellos fuera del criterio de temporalidad, haciendo difícil una comprensión profunda de los contenidos. Además, evidenciando lo poco que se ha escrito en relación con las intervenciones del duelo desde el arte, cayendo en la generalidad, pero considerando que este trabajo puede ser de interés para próximas investigaciones, sirviendo de punto de partida.

El duelo es un concepto complejo con múltiples concepciones, no obstante, es comprendido como un conjunto de procesos no sólo psicológicos y de adaptación, sino también sociales, antropológicos, económicos y creativos, donde el arte en todas sus manifestaciones, representa una pieza clave en el establecimiento de estados de bienestar físicos, psicológicos y sociales (Zenil, y Alvarado, 2007).

El arte ha formado parte de las diferentes culturas de la humanidad, y ha sido el medio de expresión y pieza de distintos ritos y religiones (Chiriboga, 2015), aportando a las representaciones y reflexiones del duelo y de la muerte; esto gracias a su valor catártico, constructor de sentido y facilitador de la organización de las emociones (Martínez, 2015; Villamil, 2007), por lo que se considera fundamental que las organizaciones de tipo funerario tengan en cuenta dentro de sus servicios, el acompañamiento a procesos de duelo como parte de su compromiso social.

Ahora bien, dentro de los datos analizados se encontraron pocas referencias sobre el escenario de intervención, donde se den algunas claridades en cuanto a la influencia del espacio físico en el que se desarrolla el trabajo, ya que se sabe que tiene efectos en el proceso, aunque no estén muy definidos. En Medellín por ejemplo, se conocen experiencias de intervenciones del duelo desde el arte en cementerios con carácter patrimonial y cultural⁹.

Algo notable en la revisión, fue encontrar que no hay un consenso en relación con lo que se define como técnica, herramienta o mediación, esta dificultad del lenguaje común, exige que se proponga una articulación provisional, en la que se pueda decir entonces que las intervenciones psicológicas basadas en el arte para acompañar procesos de duelo se refieren al uso que se le puede dar al arte y a las diferentes formas de mediación artísticas (técnicas, herramientas y materiales), con fines terapéuticos.

Lo anterior permite entonces expresar que todas las técnicas, herramientas y materiales generan resultados diversos, y son el medio por el cual se lleva a cabo un proceso, pues conforman los instrumentos de la intervención, exigiendo una mirada clínica para su uso y un conocimiento previo desde lo experiencial y teórico, que le permita al psicólogo o profesional identificar los efectos que producen y establecer los objetivos de su mediación.

Es importante anotar que se encontró que no necesariamente al hablar de arte en este contexto del proceso de duelo se hace mención al marco de la terapia psicológica, pues no se puede limitar a un área o profesión, sumado a que es principalmente el arteterapia quien se encarga de esta labor de mediación artística y terapéutica. Además, se considera importante la elaboración de otras investigaciones que permitan ampliar la comprensión y el conocimiento que se tiene sobre la arte y procesos de duelo, como por ejemplo un estudio comparativo entre intervenciones tradicionales e intervenciones de tipo artístico en personas en duelo, con el fin de identificar similitudes, diferencias, ventajas y debilidades.

También se propone revisar el impacto que generan los duelos complicados que no son producidos por muerte y su relación con los diagnósticos de depresión, pues estos casos tienden a tomar un rumbo psicopatológico afectando la salud de las personas e impactando las maneras de diagnosticar.

Una última sugerencia que emerge de este estudio es la poca mención en la referencia revisada sobre las implicaciones psíquicas en el uso de los materiales o elementos de la mediación, ya que se observó que, para el acompañamiento en proceso de duelo, siguen siendo pocas las alternativas que se encuentran, aun cuando sus posibilidades son ilimitadas.

Bibliografía

- Asociación Americana de Psiquiatría. (2013). Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM V. Barcelona; panamericana
- Balmaceda, V. (2005). *Arte-terapia y duelo: proceso de elaboración con un niño* (tesis especialización). Universidad de Chile, Santiago de Chile. Recuperado de <http://www.repositorio.uchile.cl/handle/2250/101390>
- Castro, M. (2010). *Arte terapia de apoyo a un niño con parálisis cerebral en proceso de elaboración de duelo* (tesis especialización). Universidad de Chile, Santiago de Chile. Recuperado de <http://www.repositorio.uchile.cl/handle/2250/101294>
- Chiriboga, M. E. (2015). *El trabajo clínico a través del arte como instrumento para la elaboración del duelo asociado al abandono parental. Estudio realizado desde la teoría psicoanalítica en el periodo enero- febrero 2015, con niños de 6 a 9 años* (tesis pregrado). Pontificia Universidad Católica del Ecuador Facultad de psicología, Quito. Recuperado de <http://repositorio.puce.edu.ec/handle/22000/10593>
- Depino, H. A. (2011). Duelo y representación. *Desde el Jardín de Freud*. (11), 187-198. Recuperado de <https://revistas.unal.edu.co/index.php/jardin/article/view/27243/27518>
- Díaz, J (2013). Proceso Creativo, Arte y Psicopatología. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 33 (120), 749-760. Recuperado en <http://www.revistaaen.es/index.php/aen/article/view/16762/16601> doi: 10.4321/S0211-57352013000400006
- Espina y Filgueira (1997) Psicodrama del duelo. *Revista de la asociación Española de neuropsiquiatría*. 17 (64), 649-659. Recuperado de <http://www.revistaaen.es/index.php/aen/article/view/15562>
- Freud, S. (1917). Duelo y Melancolía. En *Obras completas* (Vol. XIV). Buenos Aires: Amorrortu.
- Gamboa, G., y Juárez, M. (09 de Febrero de 2015). *Duelo por muertes violentas y Arte Terapia: Algunas Voces Infantiles* (tesis diplomado). Asociación Mexicana de tanatología, A.C., México, D.F. Recuperado de <http://www.tanatologia-amtac.com/descargas/tesinas/271%20duelo.pdf>
- García, D. (2014). *Duelo y música ¿escuchar para sanar?: impacto de escuchar música célebre durante el duelo amoroso* (tesis pregrado). Universidad de Antioquia, Medellín.
- Godoy, G. (2013). *El mandala como herramienta terapéutica para personas en duelo* (tesis diplomado). Asociación Mexicana de tanatología, A.C., México, D.F. Recuperado de <http://www.tanatologia-amtac.com/descargas/tesinas/108%20El%20mandala.pdf>

⁹ Para ampliar esta información se puede visitar la página web <http://cementeriosanpedro.org.co/> del Cementerio Museo San Pedro de Medellín y su programa Arte Vivo.

- Gómez, M., Galeano, C. y Jaramillo, D. (julio-diciembre, 2015). El estado del arte: una metodología de investigación. *Revista Colombiana de Ciencias Sociales*, 6 (2), 423-442.
- González, R., Reyna, M., y Cano, C. (2009). “los colores que hay en mí”: una experiencia de arte-terapia en pacientes oncológicos infantiles y cuidadores primarios. *Enseñanza e investigación en psicología*, 14 (1), 77-93. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29214106>
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014) *Metodología de la investigación*. (6ª Ed). México D.F. México: McGraw-Hill.
- Jaramillo, J. (2015). Elaboración del duelo a través del arte: Un acercamiento metodológico y conceptual. *Poiésis*, [S.l.], n. 29, may 2015. ISSN 1692-0945. Disponible en: <https://www.funlam.edu.co/revistas/index.php/poiesis/article/view/1560/1329>. Fecha de acceso: 28 may 2019 doi:<https://doi.org/10.21501/16920945.1560>.
- Jaramillo, J. (2017). Intervención psicológica basada en el arte para acompañar procesos de duelo en el Cementerio Museo San Pedro. *Remanso*, 20, 100-103. Recuperado de <https://www.corporacionremanso.com.co/portfolio-item/edicion-no-20/>
- Krause, M. (1995) La investigación cualitativa: un campo de posibilidades y desafíos. *Revista temas de educación* (7). 19-39
- Landa, V., García, J., Moyano, M. y Molina, B. (2020). Guía Clínica De Cuidados Primarios De Duelo. [online] Fistera.com. Recuperado en: <https://www.fistera.com/guias-clinicas/cuidados-primarios-duelo>
- López, M., y Martínez, N. (2006). *Arteterapia: conocimiento interior a través de la expresión artística*. Madrid: Ediciones tutor S.A.
- Lusebrink, V. (2015). Expressive Therapies Continuum. En D. E. Gussak, & M. L. Rosal, *The Wiley Handbook of Art Therapy* (págs. 57-67). Malden: John Wiley & Sons, Ltd.
- Martínez, P. (2015). *Duelo y creación Artística: propuesta de recuperación y continuidad de la memoria autobiográfica a través de la experimentación plástica* (tesis doctoral). Universitat de Barcelona, Barcelona. Recuperado en <http://hdl.handle.net/2445/97670>
- Monroy, M. R. (2006). Arte, creatividad y aprendizaje. La imaginación como vehículo de la movilidad interior: duelo y simbolización artística. *REencuentro. Análisis de Problemas Universitarios*, (46), 0. Recuperado en <http://www.redalyc.org/comocitar.oa?id=34004611>
- Neimeyer, R. (2002). *Aprender de la pérdida una guía para afrontar el duelo*. Barcelona: Paidós.
- Nomen, L. (2009). *El duelo y la muerte el tratamiento de la pérdida*. Madrid: Pirámide.
- OMS (1992), CIE-10. Décima revisión de la clasificación internacional de las enfermedades. Trastornos mentales y del comportamiento. Descripción clínicas y pautas para el diagnóstico, Madrid. Ed. Méditor.
- Ornstein, A. (2012). La lápida ausente. Reflexiones sobre el duelo y la creatividad. *aperturas psicoanalíticas revista internacional de psicoanálisis*, 42, 0. Recuperado en <https://aperturas.org/articulo.php?articulo=0000781&a=La-lapida-ausente-Reflexiones-sobre-el-duelo-y-la-creatividad>
- Parra, L. (2014). *Entre puntadas, palabras y duelos, las “Tejedoras de sueños” en Mampuján aportan a la construcción de paz* (tesis especialización). Universidad Nacional de Colombia, Bogotá. Recuperado en <http://www.bivipas.unal.edu.co/bitstream/10720/686/1/1010191990-2014.pdf>
- Payàs, A. (2012). *Las tareas del duelo*. Barcelona: Paidós.
- Perales, S. (2007). Duelo y creación. *Tramas*, 27 (9) 173-196. Recuperado en <http://132.248.9.34/hevila/TramasMexicoDF/2007/no27/9.pdf>
- Rivera, E. (2010). *Arte terapia y liminalidad Una intervención de arte terapia en una paciente con cáncer terminal* (tesis especialización). Universidad de Chile Facultad de Artes Escuela de Postgrado, Santiago de Chile. Recuperado en <http://repositorio.uchile.cl/handle/2250/101261>
- Rodríguez, D. F. (2016). *El arte como proceso de subjetivación del duelo* (tesis pregrado). Universidad del Rosario. Recuperado en http://repository.urosario.edu.co/bitstream/handle/10336/12781/RodriguezDF_TG2_162.pdf?sequence=1
- Sabariegos, I. (2012). *Arteterapia como ayuda hacia la superación de la ruptura de vínculos en relaciones de pareja* (tesis de maestría). Universidad Complutense de Madrid. Recuperado en https://eprints.ucm.es/17675/1/03_TFM_Inma_Sabariegos_2012_copia.pdf
- Sebiani, L. (2005) Uso de la danza-terapia en la adaptación psicológica a enfermedades crónicas. (cáncer, fibrosis, sida). *Revista Reflexiones*, 84 (1): 49-56. Recuperado en <https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/reflexiones/article/view/11412/10761>
- Schofield, S. (2012). Arteterapia y la teoría del apego: el duelo cotidiano. *Inspira revista de la Arte Asociación Profesional española de arteterapeutas*, (2), 42-53. Recuperado en <https://ateinspira.files.wordpress.com/2013/06/ateterapiayapego.pdf>
- Tizón, J. L. (2009). *Pérdida, pena, duelo: vivencias, investigación y asistencia*. España: Paidós.
- Toro, A. (2015). Arte y duelo: proceso de emancipación un caso: el flamenco. *Nexus*, 18, 180-197. Recuperado en <http://revistas.univalle.edu.co/index.php/nexus/article/view/685/807> doi: <https://doi.org/10.25100/nc.v0i18.685>
- Toro, A. (2016). Víctimas, duelo y arte: una reflexión sobre el papel del arte en el proceso de paz en Colombia. *Textos y Sentidos*, 13, 7-26. Recuperado en <https://biblioteca.ucp.edu.co/OJS/index.php/textosysentidos/article/view/2756/2734>

- Villamil, G. (2007). Cuéntame un cuadro. Herramienta en el proceso de duelo en personas con alguna discapacidad cognitiva. *Presencia universitaria*, 8-17. Recuperado en <http://eprints.uanl.mx/7272/1/1%20Herramienta%20en%20el%20proceso%20de%20duelo.pdf>
- Worden, W. (2013). *El tratamiento del duelo asesoramiento psicológico y terapia* (4ta Edición revisada y ampliada ed.). Barcelona: Paidós.
- Zenil, B., y Alvarado, S. (2007). La terapia del arte como herramienta psicoterapéutica en pacientes con cáncer. *Revista Neurología, Neurocirugía y Psiquiatría*, 40 (2), 56-63. Recuperado en <https://www.medigraphic.com/pdfs/revneuneupsi/nnp-2007/nnp072d.pdf>