

Arteterapia. Papeles de arteterapia y educación para inclusión social

ISSN-e: 1988-8309

<https://dx.doi.org/10.5209/arte.72640>

 EDICIONES
COMPLUTENSE

La importancia de la observación en arteterapia: construcción de la mirada arteterapéutica a partir del análisis de la experiencia como observadora¹

Uxia Treitas Barrio²

Recibido: 18 de diciembre 2020 / Aceptado: 12 de mayo 2021

Resumen. Este artículo muestra brevemente el proceso y los resultados del trabajo de investigación homónimo. La susodicha investigación es un acercamiento al concepto de observación dentro de la práctica arteterapéutica. El estudio se centra en los aspectos del rol de observadora que deberían integrarse en el de arteterapeuta, para nutrirlo y dotar a la persona de herramientas que le permitan poder llevar a cabo una mejor práctica. Para hacerlo, se parte del análisis de la propia experiencia durante las prácticas y de la de otras estudiantes, así como de profesionales arteterapeutas, investigando y reflexionando sobre cómo estas distintas experiencias pueden ser tomadas como fuente primaria de conocimiento para contribuir a la mejora de la formación de la profesión en arteterapia. Como técnicas de recolección se utilizan el propio cuaderno de campo, la entrevista y el cuestionario. Mediante la triangulación de los datos, de esta investigación cualitativa surgen 6 diferentes categorías (Observación, Supervisión, Contratransferencia, Terapia personal, Emociones prácticas y Cualidades facilitadoras), aunque en el presente artículo sólo se profundizará en la primera. Finalmente, se concluye la observación como esencial dentro del papel de arteterapeuta, haciendo hincapié en la importancia de la propia autoobservación de la estudiante o profesional y recalando la revisión de ambos términos en la formación.

Palabras clave: arteterapia, observación, mirada, escucha activa, autoobservación.

[en] The importance of observation in art therapy: construction of the arteterapeutic look from the analysis of experience as an observer

Abstract. This work seeks an approach to the concept of observation within art therapy practice. The research focuses on the aspects of the observer role that should be integrated into the role of art therapist, to nurture it and to provide the person with tools that allow them to carry out a better practice. To do this, It starts from the analysis of one's own experience during the practices and that of other students as well as professional art therapists, investigating and reflecting on how these different experiences can be taken as a primary source of knowledge to contribute to the improvement of the training of the profession in art therapy. As collection techniques, the field notebook, the interview and the questionnaire are used. Through the triangulation of the data, 6 different categories emerge from this qualitative research (Observation, Supervision, Countertransference, Personal Therapy, Practical Emotions and Facilitating Qualities), although this article will only delve into the first one. Finally, observation is concluded as essential within the role of art therapist, emphasizing the importance of the student's or professional's own self-observation and emphasizing the review of both terms in the academic training.

Key words: art therapy, observation, gaze, active listening, self-observation.

Sumario: 1. Introducción. 2. Fundamentación teórica: la observación. 3. Pregunta de investigación y objetivos. 4. Metodología. 5. Resultados. Bibliografía.

Cómo citar: Treitas Barrio, U. (2021). La importancia de la observación en arteterapia: construcción de la mirada arteterapéutica a partir del análisis de la experiencia como observadora, *Arteterapia. Papeles de arteterapia y educación para inclusión social*, 15, 67-77.

1. Introducción

La vista es un sentido que nos aporta mucha información sobre el entorno, el tiempo, las demás personas e incluso sobre nosotras mismas. Es cierto que esta información se puede percibir mediante otros canales, pero se considera que a través de una mirada atenta y abierta se puede descubrir lo que verdaderamente nos rodea. Prestar atención a las pequeñas cosas, a los gestos de la persona con la que se habla, su postura corporal o incluso su manera de vestir,

¹ El presente artículo está escrito con lenguaje inclusivo en femenino.

² Arteterapeuta particular
E-mail: uxiatreitas@gmail.com

puede ayudar mucho a conocer a esa persona y a saber cómo está en realidad, al margen de lo que quiera mostrar con sus palabras.

En arteterapia, como en cualquier otra disciplina que trate de acompañar a una persona en su propio proceso hacia la transformación y/o el (auto)descubrimiento, la observación es fundamental y, en este caso, un verdadero privilegio ya que la profesional está presente durante los momentos íntimos de la creación, tal y como se intentará demostrar mediante esta investigación y como así lo expone Serrano (2015):

Desde mi experiencia como tal, apenas esbozando unas primeras conclusiones como trazos de un recorrido vital y profesional, lo verdaderamente distintivo del/de la arteterapeuta (o algo de ello), reside en el privilegio que supone observar a una persona crear, y hacer de esto, la materia prima de un proceso de entendimiento, de vinculación y de comprensión mutua, y de ser posible, de crecimiento y cambio conjunto (p. 185).

Partiendo de los anteriores razonamientos, la investigación cualitativa sobre la que trata este artículo, profundiza en el concepto de observación fundamentándose en diversas experiencias, tanto de estudiantes como de profesionales (arteterapeutas o no), teniendo como objetivo principal descubrir los aspectos del rol de observadora que deberían estar incluidos en el de arteterapeuta, para así poder llevar a cabo una práctica más completa y adaptada a la persona. Se trata de una etnografía que acoge las diversas experiencias de las participantes de la misma, otorgándoles valor como fuente primaria de conocimiento colectivo.

El resultado de la susodicha investigación permitirá concluir que la observación es un aspecto intrínseco del papel de arteterapeuta. Se trata de una acción que va más allá del simple hecho de mirar a la persona, es educar la mirada, ampliándola, para poder percibir lo que subyace a lo que a primera vista se puede ver, como se comprobará a lo largo del artículo.

2. Fundamentación teórica: la observación

La observación es una tarea que puede llegar a ser muy metódica, implica una actitud receptiva pero sin participación activa de lo que está ocurriendo. Consiste en poner los 5 sentidos en lo que se está observando, para posteriormente analizarlo y poder llegar así a unas conclusiones fundamentadas. En este trabajo se trata la importancia y esencialidad de esta función para desarrollar una buena práctica arteterapéutica.

En general, las primeras experiencias en sesión de las personas en formación arteterapéutica son como observadoras en diferentes talleres (arteterapéuticos o no). Se trata de una actividad que constituye una base sólida para llegar a ser capaz de llevar a cabo una práctica adecuada.

Esta tarea consiste en estar atentas a la dinámica grupal (si es que son sesiones en grupo), pero también a cada integrante de manera individual, lo que se dice y lo que no se dice; lo que se hace y lo que no se hace. Se trata de observar cómo se relacionan las diferentes participantes entre sí, con los materiales y la obra que están creando, además de las necesidades que puedan tener (Pichon-Rivière y P. de Quiroga, 2009). Por lo tanto, es imprescindible agudizar la escucha y la vista desde una perspectiva libre de juicios que permita la observación y el registro de los acontecimientos de la manera más objetiva posible.

Algo fundamental a la hora de llevar a cabo este rol es prestar atención al lenguaje no verbal. Albert Mehrabian (citado en Encina, 2018) afirma que más del 50% de lo que se produce en una conversación cara a cara es comunicación no verbal, por lo que nos aporta incluso más información que la comunicación verbal. Con el lenguaje verbal se transmite información y con el no verbal se comunican estados y actitudes personales. Por esto es muy importante prestar atención a este último, sobre todo en una relación arteterapéutica en la que de manera más o menos consciente, las usuarias revelarán muchas cosas a través del mismo. Por no hablar de cuando no existe la comunicación verbal, donde la no verbal se convierte aún más en esencial para la observación.

La obra artística, es decir, la creación material que se genera en los talleres, es otro lenguaje dentro del no verbal, más simbólico y expresado libremente. Podría existir una relación entre los mensajes no verbales inconscientes y la propia obra en cuanto a las cosas que, también inconscientemente, creamos dentro del contexto arteterapéutico. El conjunto de estos dos lenguajes (el no verbal y el de la obra) ofrece un cúmulo de información al que la arteterapeuta debe prestar atención a medida que evoluciona el proceso y el manejo del medio artístico (Encina, 2018).

Por otro lado, se encuentra en este caso la posibilidad de observar a otras profesionales mientras realizan su labor como arteterapeutas u otro tipo de facilitadoras,³ lo que ofrece numerosas claves acerca del desempeño de la función: ver qué dinámicas funcionan y cuáles no y en qué medida, observar las posibilidades de la resolución de diversos conflictos que puedan surgir, comprobar las dificultades existentes a la hora de trabajar, las diferentes modalidades o alternativas a la hora de gestionar las sesiones, etc (Pichon-Rivière y P. de Quiroga, 2009). Es decir, se trata de una experiencia que nutre a la persona que la realiza en cuanto a la obtención de herramientas para su desempeño futuro.

Este rol puede acarrear consigo diferentes sensaciones muy opuestas como la tranquilidad y liberación de no tener que intervenir en las sesiones pero, a su vez, la ansiedad de no poder hacerlo. A medida que la experiencia es puesta en marcha, estas sensaciones suelen disminuir como consecuencia de la comprensión y la adaptación a la función que se lleva a

³ Entiéndase como facilitadoras a profesionales que imparten talleres de diferentes disciplinas.

cabo. Se entiende que esta oportunidad de acercamiento a la práctica habilita el inicio de la construcción del rol de observadora, que nutrirá al de arteterapeuta generando una visibilidad más amplia, orden y organización de los pensamientos y las acciones (Díaz et al., 2008). Además, el hecho de observar y registrar desde una perspectiva *exterior* enriquece la comprensión de los procesos que tienen lugar, tanto grupales como individuales (Pichon-Rivière y P. de Quiroga, 2009).

Dentro de las dificultades que ofrece este rol, se encuentra la posibilidad de tener experiencias transferenciales y contratransferenciales con las participantes e incluso sentir la identificación personal con alguna de ellas.

Por un lado, la transferencia es un proceso mediante el que la usuaria desplaza emociones derivadas de sus relaciones anteriores con sus primeras figuras de apego hacia la arteterapeuta (Serrano, 2018). Por otro, la contratransferencia se define como la respuesta emocional de la profesional a la conducta y los estímulos que recibe de la persona a la que acompaña, es decir, la usuaria (Sierra, 2017).

Debido a esto, es importante el trabajo personal de quien desempeña el papel de arteterapeuta y la construcción y desarrollo de su actitud psicológica. Esta tarea de observación lleva consigo el querer llegar más allá y comprender todo lo que está sucediendo y lo que subyace a los hechos, lo que implica altos niveles de responsabilidad y compromiso para con las diferentes usuarias y el equipo de profesionales (Pichon-Rivière y P. de Quiroga, 2009).

Por último, otro de los aspectos fundamentales de la observación es la *autobservación*. No sólo es importante el análisis de lo que ocurre en las usuarias y en el espacio, de hecho, sin una buena autobservación y crítica personal del trabajo que se está realizando y lo que se está sintiendo, una buena práctica es imposible. Serrano (2016) lo describe perfectamente en su tesis doctoral:

El modelo que presenta el y la arteterapeuta es el de un ser humano integrado, que favorece una escucha completa tanto interna (de sí), como externa (del cliente), como de la zona intermedia (fantasías, juicios,...que se producen en el arteterapeuta); que acepta los condicionantes y limitaciones propias para poder aceptarlas en su cliente o paciente, reconociendo que sus valores y sentimientos pueden no ser coincidentes. Su presencia ha de ser total, plena, lo que significa ser consciente de su cuerpo, mente, emociones y espíritu, lo cual incluye haber reconocido y aceptado sus propias dificultades, su “sombra”, sus aspectos más negados. Todo ello hace presente al o la arteterapeuta en la relación arteterapéutica, y muestra parte del entendimiento tanto del trabajo terapéutico, como psicoterapéutico y arteterapéutico (pp. 207-208).

De esta manera, se entiende la observación como un elemento fundamental y esencial dentro del proceso arteterapéutico. Es lo que permite conocer a las participantes y a la propia interventora, pudiendo ser así capaz de adaptarse a las diferentes circunstancias y a comprenderse y comprender mejor los procesos que tienen lugar en las sesiones. Además, la observación genera preguntas y, por lo tanto, invita a la reflexión de los acontecimientos, lo que abre camino al cuestionamiento propio y de lo externo, lo que permite el crecimiento personal y mejora la experiencia.

La observación no se reduce al mero acto de mirar, sino que intervienen otros factores y sentidos, además de la vista. Teniendo esto en cuenta, se ha dividido la observación en 3 componentes fundamentales: la mirada, la escucha y el silencio, que se explicarán a continuación en los siguientes subapartados.

2.1. Mirada

Durante la infancia, es la mirada de la madre la que confirma la existencia de la niña. Con esta mirada se inicia la percepción que tendrá la niña sobre sí misma, siendo un elemento fundamental para la formación de su personalidad junto con las diferencias emocionales que pueda integrar. Este gesto llega hasta lo más profundo de la infante, penetrando en ella, sobrepasando cualquier límite y adentrándose en su intimidad y en su necesidad de identidad. No es sólo el simple acto de ver, es aquello que le hace sentir que existe y que es mirada, es aquello que genera vínculo (Dávila, 2008).

Para Vargas (2020), el proceso anteriormente descrito tiene mucha relación con lo que ocurre en un proceso de análisis, porque “la mirada es uno de los principales recursos con los que cuenta un analista relacional para advertir las vicisitudes emocionales que experimenta un paciente” (p. 462) y considera que las personas llegan a las sesiones con la necesidad de ser escuchadas, pero también de ser miradas.

Dentro de la observación, la mirada es una parte esencial ya que implica un trabajo de reconocimiento y de sostenimiento. En este caso, se trata de una mirada atenta que no quiere perderse ningún detalle y que está alerta ante cualquier estímulo. A su vez, es una mirada empática y de comprensión, libre de juicios, que ofrece seguridad y permite que las personas se abran, generando un ambiente de confianza. Mediante este acto que es el mirar, la arteterapeuta sostiene a la participante, validando así su estado emocional y posibilitando la aparición de sí misma (Vargas, 2020).

Se puede llegar a pensar que la propia mirada no es importante o que no es perceptible por las demás personas, pero nada dista más de la realidad. Se trata de un acto que siempre va a generar algo en las personas que son miradas (Fernández-Balboa, 2011). La mirada de quien observa es constituyente y reafirmante para las usuarias. Es por esto, que debe ser una mirada honesta trazada con delicadeza, pero teniendo en cuenta el efecto que puede generar en la otra, aunque sin llegar a ser paternalista.

Por otro lado, también es fundamental la mirada que se tiene hacia una misma. El ser capaz de mirarse personalmente implica que se pueda devolver la mirada a las otras personas (Vargas, 2020). Esta mirada tiene que ser crítica,

permitiendo la reformulación y el avance de la propia persona, pero sin llegar a ser destructiva. También cada persona merece ser *automirada* con delicadeza y siendo consciente de lo que provoca en sí misma.

Fernández-Balboa (2011) concluye: “[la mirada] nos ayuda a (re)conocernos a nosotros mismos, informándonos también sobre cómo (re)conocemos a los demás, y cómo ellos nos (re)conocen y se (re)conocen entre sí. Todo esto, y mucho más, encierra la mirada” (p. 221).

2.2. Escucha

La escucha es otra de las partes fundamentales de la observación y, más concretamente, la escucha *activa*. Se trata de poner especial atención y cuidado a lo que se escucha y hacerlo con comprensión (Aguaded et al., 2011).

Ésta es una habilidad que necesita trabajo y dedicación, ya que no es innata del ser humano y es necesario cultivarla (Segura, 2016). Ejecutar esta acción implica hacer ver a la interlocutora que se entiende lo que intenta comunicar y, a su vez, hacerse consciente de lo que la persona está intentando transmitir. Así mismo, es necesaria la receptividad por parte de quien escucha, poner el foco en el discurso de la hablante sin prestar atención a las distracciones, y estar, por lo tanto, atenta y psicológicamente disponible a los mensajes que se reciban. De hecho, los despistes podrían nublar la capacidad de percibir y comprender todas las señales, estímulos y mensajes que la interlocutora transmite, por lo que es imprescindible focalizarse en la persona y su mensaje. De esta manera, se llega a la empatía y comprensión con la hablante (Aguaded et al., 2011).

Es conveniente mostrar una actitud empática de cara a la interlocutora, lo que hará más sencillo el comprender lo que esta está diciendo y sintiendo; además de llevar a cabo una serie de comportamientos no verbales que demuestren que se está comprendiendo lo que se escucha, como por ejemplo: mantener contacto ocular, no alzar la voz y utilizar un tono suave, emplear gestos acogedores o adoptar una postura corporal receptiva. Estos dos aspectos mencionados son importantes para que la escucha activa tenga lugar y que la otra persona se sienta cómoda y segura (Aguaded et al., 2011).

De acuerdo con la opinión de Segura (2016), la mayoría de los autores consideran como elementos esenciales de la escucha activa el entendimiento y aceptación hacia la otra persona. En este contexto, resultan adecuadas y efectivas ciertas herramientas como son: reflejar respetuosamente y con las propias palabras de la receptora las ideas o sentimientos de la emisora, mostrar un lenguaje no verbal que sea indicador de la escucha empática o utilizar preguntas aclaratorias que animen a la interlocutora a continuar con su discurso.

Hope (2006, citado en Segura, 2016) define la escucha activa como un estado mental en el que la persona evita los prejuicios y refleja el entendimiento de lo que escucha, a la vez que presta total y cuidadosa atención a la interlocutora. De esta manera, la emisora percibe la comprensión de la receptora a través de su atención plena y la muestra adecuada de ella, lo que hace más probable que la persona se abra y que la calidad de la relación se beneficie del valor positivo de la situación de escucha y comprensión, fortaleciendo así el vínculo entre ambas. Este autor, al igual que muchos, considera que esta habilidad puede desarrollarse aprendiendo y practicando las distintas acciones que la conforman, para llegar a la disposición plena de escuchar y entender a la otra.

Por lo tanto, la escucha activa no se limita a la acción de oír, sino que necesita un proceso más consciente y elaborado en el que no basta con entender las palabras del discurso de la emisora. Este proceso implica dejar a un lado el individualismo personal para, empáticamente, ponerse en el lugar de la otra y comprenderla, a la vez que se muestra esta actitud. Además, el empleo de esta habilidad puede ayudar a generar que las personas se abran, como se ha mencionado anteriormente, ya que saben que van a ser escuchadas en un ambiente cómodo y seguro debido a las actitudes mostradas por parte de la receptora (Segura, 2016).

Sin la escucha activa no sería posible la realización de un buen acompañamiento arteterapéutico. Como se ha expuesto anteriormente, se trata de una habilidad que ofrece seguridad y confianza a las participantes, algo primordial en este ámbito para que las personas no se sientan cohibidas a la hora de crear y expresarse. Además, ayuda a fortalecer el vínculo entre arteterapeuta y usuarias. En este contexto, Segura (2016) afirma que:

La escucha activa es una habilidad comunicativa esencial para la mejora de las relaciones interpersonales. Junto con la empatía y sus componentes, conforma las bases para estar en disposición de comprender la situación, la forma de ver el mundo y las emociones que experimenta otra persona. Tan importante es escuchar como ser capaces de transmitir esa disposición de escucha (p. 2).

En el estudio de Jagosh et al. (2011, citado en Segura, 2016) se ponen de manifiesto las ventajas y beneficios que porta consigo la escucha activa por parte de las terapeutas a sus usuarias, de carácter tanto terapéuticos como interpersonales. Las participantes de este estudio perciben la escucha como algo propiamente terapéutico y con influencia positiva para su salud ya que ayuda a disminuir sus niveles de estrés y ansiedad, además de convertirse en un medio con el que profundizar en la relación terapeuta-usuaria, mejorándola. También consideran que es una herramienta fundamental para que su terapeuta pueda realizar su trabajo de manera eficiente, permitiéndole recoger la información adecuada, hacer un diagnóstico y escoger un tipo de intervención ajustada a sus necesidades. De esta manera, estas participantes llegaron a percibir la preocupación de sus terapeutas hacia ellas y el hecho de que son valiosas como personas gracias a la escucha activa por parte de las profesionales y la fuerte asociación que generaron con su relación vincular.

Es necesario pasar por un proceso consciente y deliberado, como se ha apuntado antes, para poder llegar a ofrecer la atención plena esencial para que la escucha activa tenga lugar. Para ello, es imprescindible liberarse de la necesidad de guiar a las personas hacia el camino que se considera correcto, para así poder escuchar abiertamente, entendiendo a la otra persona y sus circunstancias, sin imponer la propia voluntad. Lo efectivo en un proceso terapéutico es dejar que la usuaria tome conciencia de su situación y saque sus propias conclusiones a través de su discurso y, en este caso, de su obra, mientras se le hace ver que es escuchada y comprendida. Es este ambiente de escucha que proporciona la profesional, lo que va a facilitar la sensación de seguridad y libertad en la participante, elementos esenciales para que llegue a incorporar nuevas ideas (Segura, 2016).

A través de esta escucha activa por parte de la arteterapeuta, se hace ver a la participante que lo que siente y expresa es importante y que, aunque pueden no ser ideas afines a la profesional, no se emite ningún tipo de juicio sobre lo que se escucha. Este acto llega a ser mucho más efectivo que convencer verbalmente a la sujeto de que se le entiende. Debido a esto, es imprescindible escuchar activamente desde el respeto, para poder comprender a la otra persona y mostrarle que se encuentra en un espacio de seguridad y confianza, como se ha mencionado anteriormente (Segura, 2016).

2.3. Silencio

A la hora de observar y escuchar activamente es fundamental respetar los tiempos de cada persona para que sea capaz de expresarse libremente, por lo que la paciencia y el silencio son imprescindibles.

Confirmando su importancia, Taipe (2016) define el silencio como:

Un recurso fundamental que tiene la propiedad de conducir adecuadamente el proceso de la comunicación oral, haciendo posible un mejor entendimiento y un diálogo más eficaz entre las personas. Constituye una habilidad de saber escuchar, y posibilita una actitud comunicativa favorable en el proceso de la comunicación y del aprendizaje (p. 107).

Se trata de un fenómeno paralingüístico que forma parte de los elementos no verbales que, junto con los verbales, conforman la comunicación humana personal (Galimberti, 2002). Además, en un ámbito como es el arteterapéutico, cobra gran importancia durante los momentos de creación en los que cada participante está inmersa en su mundo interno y concentrada en lo que está haciendo.

Dentro de la comunicación, la no verbal está influida por los diferentes factores culturales que rodean a cada individuo, su situación psicológica y la otra partícipe del encuentro comunicativo. A través de los aspectos no verbales, como el silencio, se percibe a las personas de una manera u otra y se tiende a clasificar a las interlocutoras en relación con las anteriores experiencias que cada sujeto haya tenido con otras personas (Galimberti, 2002).

El silencio es propiamente un acto comunicativo. De hecho, no existe un opuesto a la comunicación, ya que cualquier comportamiento comunica algo, incluso el silencio. Es decir, en cualquier situación todas las personas son emisoras debido a que transmiten información al resto, tanto consciente como inconscientemente, influyendo en las otras que no pueden dejar de responder a ese mensaje, comunicando a su vez (Galimberti 2002). De hecho, los silencios pueden llegar a ser medios comunicativos incluso más efectivos que cualquier mensaje verbal (Taipe, 2016).

No hay que tener miedo ni hay que querer eliminar y llenar constantemente los silencios para evitar momentos incómodos. Cuando se deja actuar a este elemento paralingüístico el discurso se desacelera, se proporciona tiempo para que la persona organice sus pensamientos y los exprese a su ritmo y manera, de una forma más calmada y menos nerviosa (Galimberti, 2002). De este modo, el silencio ayuda en la organización y elaboración de ideas, además de en la regulación de las emociones. Esto permite que las personas se expresen de manera más ordenada, coherente, armoniosa y pertinente (Taipe, 2016).

Por otro lado, este elemento permite que la receptora observe y escuche con una mayor minuciosidad y eficacia, siendo capaz de prestar una total atención al mensaje y a los diferentes estímulos y señales que recibe por parte de su interlocutora (Taipe, 2016).

Cabe mencionar que durante la comunicación y, sobre todo, en cualquier ambiente terapéutico, *estar presente* es fundamental para proporcionar una buena observación que incluya una escucha activa y atenta. Para que esto tenga lugar, el silencio juega un papel imprescindible. Este elemento paralingüístico puede ser entendido como una muestra de intimidad y confianza, que a su vez expresa el respeto, entendimiento y aceptación hacia la otra persona (Segura, 2016).

3. Pregunta de investigación y objetivos

La pregunta de investigación en la que se ha basado este trabajo es la siguiente: ¿qué aspectos del rol de observadora deberían integrarse en el rol de arteterapeuta para mejorar la práctica profesional?

Por lo que el principal objetivo fue: investigar qué aspectos del rol de observadora deberían integrarse en el rol de arteterapeuta para nutrirlo y dotar a la persona de herramientas que le permitan poder llevar a cabo una mejor práctica profesional.

Aunque el escrito no profundice en ellos, los objetivos específicos del estudio fueron:

- Compartir y dar voz a la experiencia de estudiantes y profesionales arteterapeutas como fuente primaria de conocimiento respecto a la observación.
- Detectar y conocer emociones por las que pasan las estudiantes durante las prácticas de arteterapia (como arteterapeutas).
- Valorar espacio de supervisión y terapia como necesario acompañamiento a la formación y al ejercicio de la práctica.
- Atender a lo contratransferencial y transferencial como estructural en el propio entendimiento de la disciplina.
- Contribuir al estudio de la práctica arteterapéutica a partir del análisis de diversas experiencias profesionales.
- Conocer la experiencia de las participantes respecto a los dos roles llevados a cabo durante las prácticas (observadora y arteterapeuta).

4. Metodología

Se trata de un trabajo de investigación de corte cualitativo realizado íntegramente por la autora de este artículo. El método empleado para llevarlo a cabo fue la etnografía, ya que se trata de un método descriptivo de carácter inductivo, holístico y fenomenológico (Barbolla et al., 2010).

Original y etimológicamente, la etnografía implica el estudio del modo de vida de una etnia, partiendo de la observación y descripción de lo que hacen sus integrantes. Para poder comprender bien los diversos significados es esencial tener en cuenta las perspectivas y la manera de ver las cosas de las personas participantes, lo que permitirá la comprensión y profundización dentro de la propia investigación (Nolla, 1997).

De esta manera y para llevar a cabo este método, es fundamental que la investigadora esté inmersa en el contexto del fenómeno de estudio, participando del mismo e interactuando con los actores implicados, procurando acercarse al lugar de máxima participación de éstos para así poder estudiarlos en profundidad con su entorno (Mesias, 2010).

4.1. Muestra

El presente estudio contó con la participación de 2 de las facilitadoras de un espacio de igualdad madrileño donde la autora realizó sus prácticas como arteterapeuta; 44 personas cuya ocupación oscilaba entre estudiantes de arteterapia en prácticas, profesionales arteterapeutas en diferentes situaciones y profesionales de otras disciplinas; además de la experiencia de la propia autora recogida en dos cuadernos de campo.

En la figura 1 puede apreciarse la muestra en relación con las técnicas de recolección de datos:

MUESTRA	
Cuaderno de campo 1	Autora
Cuaderno de campo 2	Autora
Entrevista 1	Facilitadora 1 espacio de igualdad. Técnica en animación sociocultural y en integración social y con formación en igualdad y violencia de género.
Entrevista 2	Facilitadora 2 espacio de igualdad. Psicóloga y con formación en igualdad y violencia de género.
Cuestionarios 1-5, 9, 10, 14-22, 25, 29, 30, 34, 38, 42, 43	Mujeres (21), un hombre y una persona no binaria de entre 23 y 57 años, estudiantes del máster de arteterapia en prácticas.
Cuestionarios 6, 8, 13, 23, 28, 33, 35-37	Mujeres (11) y hombres (2) de entre 25 y 40 años, arteterapeutas tituladas sin ejercer.
Cuestionarios 26, 31, 40	Mujeres de entre 30 y 37 años con diferentes profesiones no relacionadas con el arteterapia.
Cuestionarios 30, 39, 44	Mujeres de entre 30 y 44 años trabajando como arteterapeutas.
Cuestionario 7	Mujer de 34 años estudiante de primero del máster.
Cuestionario 24	Mujer de 52 años profesora del máster de arteterapia.

Figura 1: Tabla muestra. Fuente: Elaboración propia.

4.2. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Para la realización de la investigación que sustenta el presente escrito se utilizaron 3 instrumentos diferentes para la recolección de datos por parte de la autora: un cuestionario, una entrevista y dos diarios de campo.

El cuestionario se compartió por diferentes redes, animando a las receptoras del mensaje a seguir divulgándolo. Iba dirigido a un diverso abanico de personas como se ha podido comprobar en el apartado anterior.

Este instrumento estuvo activo durante 3 meses, contando con un total de 44 respuestas.

El objetivo del mismo era conocer la experiencia de compañeras como arteterapeutas y/u observadoras, además de su opinión acerca de la importancia de la supervisión y la terapia personal a la hora de desempeñar esta labor.

Las entrevistas se realizaron a 2 facilitadoras de un espacio de igualdad de Madrid con las que se llevó a cabo el rol de observadora en algunos de sus talleres durante el periodo de prácticas de la autora (de octubre de 2019 a marzo de 2020). Se trató de una entrevista grupal semiestructurada a través de una videollamada. Se partió de un guión con diferentes preguntas, pero con flexibilidad a la hora de tratar temas que no estuvieran planeados y que surgieran durante el desarrollo de la entrevista.

El objetivo de esta era descubrir las sensaciones que las distintas facilitadoras habían tenido al ser observadas y las que habían podido atisbar en las participantes, además de conocer su opinión sobre el rol de observadora y el de facilitadora y como mejorar ambos para la realización de una buena práctica.

Los diarios de campo se llevaron a cabo durante la propia experiencia de prácticas en el espacio de igualdad mencionado. En el *cuaderno de campo 1* se registró la experiencia de prácticas propiamente dicha, en la que unos días se realizaban labores de observadora durante los talleres de otras facilitadoras y, los otros, de arteterapeuta con un grupo y sesiones individuales. En el segundo cuaderno (*cuaderno de campo 2*) se registraron las tutorías y las supervisiones que tuvieron lugar durante el proceso de prácticas.

4.3. Análisis de datos

El primer análisis que se llevó a cabo fue el del *Cuaderno de campo 1* durante el propio proceso de prácticas. Inicialmente, se codificó la información de manera general y acorde a los objetivos, dividiéndola por categorías. Fue un primer acercamiento a los diferentes temas emergentes en la investigación, difusos en este comienzo, pero que se irían acotando a medida que avanzaba el estudio.

Una vez terminadas las prácticas, se elaboró un cuestionario para conocer la experiencia de otras estudiantes en prácticas y de profesionales, en cuanto a cuatro temas fundamentales: la observación, la contratransferencia, la supervisión y la terapia personal (aunque este artículo se centra en el primero); además de preguntar sobre su proceso de prácticas. Con este cuestionario y sus respuestas, las diversas categorías del análisis cualitativo empezaron a vislumbrarse.

A continuación se realizó la entrevista a dos facilitadoras del espacio de igualdad. Aquí, como se ha mencionado anteriormente, las cuestiones se centraban en la observación, pasando por la contratransferencia y la terapia personal. Como se trató de una entrevista semiestructurada, estaba abierta a que surgieran nuevos temas, como así fue el caso. Cuando se realizó el análisis de las declaraciones de las facilitadoras, se corroboraron algunas categorías que empezaron a dibujarse con el cuestionario y surgieron algunas nuevas.

Finalmente, se llevó a cabo un segundo análisis de los dos cuadernos de campo partiendo de la primera codificación y sus categorías, pero ya teniendo en cuenta los temas que resaltaban de las otras dos técnicas de recolección de datos, lo que facilitó la saturación de las categorías emergentes anteriormente. La triangulación de los datos se realizó mediante una matriz de codificación en la que se combinó la información procedente de los diferentes métodos de recolección, para comprobar la saturación de las categorías y contrastar los diversos testimonios recogidos.

5. Resultados

Fruto del análisis de los datos centrando la investigación en los temas que más preocuparon a su autora y que mayor relevancia adquirieron según la evolución del proceso, se concluyeron las siguientes categorías con sus respectivas subcategorías como se muestra en la tabla de la figura 2. A continuación se profundiza exclusivamente en la categoría de observación.

CATEGORÍAS	SUBCATEGORÍAS		
OBSERVACIÓN	Importancia observación	Beneficios observación	Emociones observación
SUPERVISIÓN	Importancia supervisión	Beneficios supervisión	Importancia equipo
CONTRATRANSFERENCIA	Emociones contratransferencia	Experiencia contratransferencial	
TERAPIA PERSONAL	Importancia terapia personal	Beneficios terapia personal	
EMOCIONES PRÁCTICAS	Bienestar emocional	Malestar emocional	
CUALIDADES FACILITADORAS	Observar	Espacio seguro	Recursos

Figura 2: Tabla de categorías y subcategorías. Fuente: Elaboración propia.

5.1. Observación

Se trata de la categoría más destacable debido a que el objetivo principal de este trabajo es el estudio de la observación. En ella se contemplan tanto la perspectiva de la persona en prácticas que realiza la labor de observadora, como la perspectiva de las profesionales que son observadas.

En esta categoría se incluyen las subcategorías importancia observación, beneficios observación y emociones observación. Para la mejor comprensión de estas se utilizan algunos de los testimonios de las participantes.

Importancia de la observación

Aquí se retrata la importancia que las participantes otorgan a esta acción. No todas han tenido la oportunidad de ser observadoras de profesionales, pero las que lo han sido (una inmensa mayoría) han vivenciado la experiencia como positiva y fundamental para su aprendizaje.

Además, las profesionales cualifican esta tarea entre un 9 y un 10 de importante en su trabajo. Es decir, consideran que la observación es fundamental a la hora de llevar a cabo una buena práctica.

Beneficios de la observación

Esta subcategoría recoge los beneficios que las participantes han percibido de la labor de observadoras:

“Te facilita sobre todo el aprendizaje de una nueva forma de hacer terapia aunque cada persona tiene su estilo. Pero el observar te permite ampliar las diferentes formas de abordaje frente a una situación desde el lenguaje artístico” Cuestionario 36.

“Me ayudó bastante a ver cómo se pueden hacer las cosas de la manera más correcta (...) y a adquirir conocimientos que se pueden ver más como observador” Cuestionario 35.

“Sobre todo en lo tocante al trato con las personas, a la comunicación, al cuidado y al conocimiento personal de cada una de ellas” Cuestionario 21.

“Pude ver la manera en que cada una procedía ante un grupo y con cada paciente; me sentí acompañada en mi proceso de formación profesional” Cuestionario 17.

“Aprender a llevar una sesión y a cómo tratar con diferentes personas, aprender diferentes técnicas y recursos, aprender a mirar a las personas” Cuaderno de campo 1.

Además, se ha detectado una situación que en un primer momento no estaba contemplada en esta investigación, que es la observación de otras compañeras que también están en su proceso de prácticas, mientras se trabaja como coterapeutas. Aquí nos encontramos con diferentes apreciaciones positivas sobre esta otra mirada:

“Si he tenido la oportunidad de observar a otras compañeras en prácticas de arteterapia, (coterapia) siéndome muy útil para abrirme y adquirir otras formas de hacer, y no centrarme solamente en la propia, siendo interesante cómo cada una de nosotras ponemos en práctica lo aprendido en el máster de forma muy diferente” Cuestionario 43.

“Te aporta otra visión, otra forma de hacer. Hacer de coterapeuta de forma conjunta con unx compañerx, si existe entendimiento, es exponencialmente más potente” Cuestionario 23.

“Reconocer otros ritmos y energía a la hora de hacer la misma actividad (coterapeuta)” Cuestionario 18.

Algunas participantes que no han tenido la oportunidad de observar a arteterapeutas u otras profesionales, también le confieren esa importancia a la observación y comentan:

“Me gustaría poder tener la oportunidad de observar a Arteterapeutas profesionales en situaciones y contextos reales” Cuestionario 30.

“No he sido observadora pero me habría gustado serlo porque creo que ofrece una gran posibilidad de aprender” Cuestionario 29.

Por otro lado, facilitadoras ya profesionales que han sido observadas apuntan algunos de los beneficios de este proceso:

“[Cuando tienes confianza con la persona que observa] *es como una alianza, (...) sientes un apoyo*”, “*complicidad*”, “*sí que benefició, y luego el salir del taller y poder compartir eso con otra persona del equipo técnico, eso también ayuda*” Entrevista 1.

“*Salir y comentarlo entre todas, quieras que no te reafirma también en la intervención que has hecho tu*” Entrevista 2.

Emociones observación

Fruto del desempeño de esta tarea que es la observación, surgen diferentes emociones, tanto positivas como negativas:

“*Incomodidad ante determinadas situaciones en sala que no sabes gestionar aún, emoción por los relatos que cuentan las usuarias, inseguridad, admiración hacia las profesionales, intriga debido al cuestionamiento personal que plantea el proceso*” Cuaderno de campo 1.

“*La experiencia [como observadora] bien, al final un poco eso, el no saber cómo actuar, si como una usuaria más o cómo. Yo creo que eso cuando estás ahí de prácticas es como lo que más te preocupa, en plan, no sé muy bien de que rol actuar*” Entrevista 2.

En la Entrevista 1 se recalca [como facilitadora] la importancia del *feeling*⁴ y de la comunicación fluida para estar cómoda y no sentir la presión que se puede generar cuando la persona que observa no piensa lo mismo que la facilitadora. Esto es apoyado por la Entrevista 2: “*Yo creo que sobre todo es también el feeling que haces incluso antes de entrar a taller*”. Además, ambas apuntan que este *feeling* y el apoyo y consenso con el equipo hacen posible ir con seguridad y no con presión de ser observada.

6. Conclusiones

En este trabajo se ha tomado como referencia la propia experiencia y la de personas en una situación similar o profesional para poder dar respuesta a la pregunta de investigación (¿Qué aspectos del rol de observadora deberían integrarse en el rol de arteterapeuta para mejorar la práctica profesional?) y también a los objetivos específicos que han surgido.

Como principal conclusión después del análisis de los diferentes testimonios recogidos, se afirma que la observación es fundamental para poder desarrollar una buena práctica arteterapéutica en la que se comprenda verdaderamente a cada usuaria durante su acompañamiento, por lo que el rol de observadora se debe integrar en su totalidad como intrínseco del papel de arteterapeuta.

Por lo tanto, se puede decir que la observación necesita estar más valorada dentro de la profesión y, sobre todo, dentro de la formación. Toda estudiante debería poder tener la oportunidad de vivir la experiencia de observar a las profesionales de los centros en los que realiza las prácticas.

Hablando del proceso de formación, durante la parte teórica se debería hacer hincapié en la importancia de la observación y en sus fundamentos, aportando a las estudiantes ciertas pautas sobre qué cosas son a las que hay que prestar atención y de qué manera, ya que es algo de lo que no se obtiene formación teórica y se torna en indispensable cuando se llega a la práctica.

De la misma manera, es también fundamental poner el foco en la autoobservación para hacerse consciente de los propios errores y de lo que se está sintiendo y cómo se actúa en cada momento, tanto en la formación como en el trabajo profesional. Así, se facilita el atender con propiedad a las contratransferencias que puedan tener lugar y, también, a las transferencias por parte de las usuarias, siendo conscientes de ambas y pudiendo gestionarlas de manera adecuada.

Por último y, sobre todo, debido a la propia experiencia de la autora, se concluye la importancia del conocimiento de la persona o grupo al que se acompaña. Este conocimiento se descubrirá a través de la observación y de la experiencia con cada una de las usuarias, pero es fundamental para dirigir las sesiones según las necesidades de las interesadas, es decir, de las participantes. No se deben anteponer las necesidades de la arteterapeuta a las del grupo, ya que el espacio arteterapéutico se genera por y para las usuarias, atendiendo a lo que necesitan que sea dentro de sus posibilidades. Puede que en un primer momento se pensara que el espacio iba a ser de una manera determinada y a seguir una dirección concreta, pero es fundamental la adaptabilidad por parte de la arteterapeuta a las necesidades de las personas a las que acompaña.

⁴ Entendiendo por feeling una relación positiva, de confianza y complicidad, entre 2 personas o más.

Referencias bibliográficas

- Aguaded, I.; Hernando, A. y Pérez, A. (2011). Técnicas de comunicación creativas en el aula: escucha activa, el arte de la pregunta, la gestión de los silencios. *Educación y futuro* [en línea] vol. 24, pp. 153-177. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3632874> [12/05/2020]
- Bados, A. y García, E. (2011). Habilidades terapéuticas [en línea]. Barcelona: Universidad de Barcelona. Disponible en: <http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/18382/1/Habilidades%20terap%C3%A9uticas.pdf> [13/05/2020]
- Barbolla, C.; Benavente, N.; López, T.; Martín de Almagro, C.; Perlado, L. y Serrano, C. (2010). *Investigación etnográfica*, [en línea]. Madrid: Universidad Autónoma de Madrid. Disponible en: https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/35279931/I_Etnografica_Trabajo.pdf?1414302985=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DINVESTIGACION_ETNOGRAFICA.pdf&Expires=1596385467&Signature=blcZkjlGEjvIKefW64xrcrSVOX3c~D1yBTzhdKUIYXJqL8OaLj88ivA9gCTCi~Mf5qjsrW2L3dxrh7ZcuweeM18XciKHh9~uRbqKr99e3aXh7B0UGBjxwnMLLIKQ035Y2mQ~54oAgpFML7Q8uUad7SE5qDZWliQrfEetBv~FlfASnYSXoYjLsendc29Yj04Q3hbh0thMIzsWgjeXsXf73IM9t7NR7tFZ9phAtOfuvz5QaEAHWz00u~TXbuxORQVM4VEXQ~nlxvHckLljYQyzY9wcRRyr7Br9OarbvH0OpYZWdwsJYYXaHaqb781IgXD633fr56-bao5~DVNnmw__&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA [02/08/2020]
- Bassols, M. (2006). El arteterapia, un acompañamiento en la creación y la transformación. *Arteterapia. Papeles de arteterapia y educación para la inclusión social* [en línea] vol. 1, pp. 19-25. Disponible en: <https://revistas.ucm.es/index.php/ARTE/article/view/9869> [16/03/2020]
- Dávila, M. (2008). *El lugar de la "mirada" en el devenir transferencial: desde lo escópico hacia las imágenes intrapsíquicas del analista*, [en línea]. Argentina. Disponible en: http://www.fepal.org/images/congresochile2008/clinico/davila2008_m.pdf [13/05/2020]
- Díaz, V.; González, W. y Iroa, M. (2008). Reflexiones sobre la construcción del rol de observador: un cierre en tiempos de despedida. En: *IX Jornadas de Psicología Universitaria. I Jornadas de Investigadores en Psicología*. Ed: Psicolibros/Waslala. Montevideo. Disponible en: <http://www.bvpspsi.org.uy/local/TextosCompleto/udelar/99748126592008IX3.pdf> [15/03/2020]
- Encina, C. A. (2018). *Aportes de la comunicación no verbal en el trabajo Arte Terapéutico: Intervención con un niño diagnosticado con Parálisis Cerebral*. Trabajo de postgrado, postítulo de especialización en terapias de arte, Universidad de Chile. Disponible en: <http://repositorio.uchile.cl/handle/2250/168382> [28/10/2020]
- Galimberti, U. (2002). *Diccionario de psicología* (Trad. M. E. G. de Quevedo). México: Siglo XXI (Original en italiano, 1992). Disponible en: <https://saberpspi.files.wordpress.com/2016/09/galimberti-umberto-diccionario-de-psicologc3ada.pdf> [28/10/2020]
- Hernández, A. y Ramos, C. (2019). Supervisión en Arteterapia: perspectivas y modelos en intervención clínica y social. *Arteterapia. Papeles de arteterapia y educación para la inclusión social* [en línea] vol. 14, pp. 147-148. Disponible en: <https://revistas.ucm.es/index.php/ARTE/article/view/65093> [12/05/2020]
- Klein, J. (2006). La creación como proceso de transformación. *Arteterapia. Papeles de arteterapia y educación para la inclusión social* [en línea] vol. 1, pp. 11-18. Disponible en: <https://revistas.ucm.es/index.php/ARTE/article/view/ARTE0606110011A> [16/03/2020]
- Mesias, O (2010). La investigación cualitativa, [en línea]. Universidad Central de Venezuela. Disponible en: https://www.academia.edu/22351468/LA_INVESTIGACION_CUALITATIVA [02/08/2020]
- Nolla, N (1997). Etnografía: una alternativa más en la investigación pedagógica. *Educación médica superior* [en línea] vol. 11, nº 2. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=s0864-21411997000200005 [02/08/2020]
- Pablo Urban, J.M. (2017). De la Contratransferencia a las Resonancias: Las emociones del profesional en psicoterapia. *Revista de Psicoterapia* [en línea] vol. 28 (nº 108), pp. 229-247. Disponible en: <http://ojs.revistadepsicoterapia.com/index.php/rdp/article/view/182> [11/05/2020]
- Pichon-Rivière, E. y P. de Quiroga, A. (2009). Breve guía para el aprendizaje del rol de observador de grupos. Disponible en: http://www.ucipfg.com/Repositorio/MSCG/MSCG-08/BLOQUE-ACADEMICO/Unidad4/lecturas/Aprendizaje_del_rol_observador.pdf [15/03/2020]
- Segura, F. (2016). *Comunicación consciente y escucha activa: pautas para una mejora de las relaciones interpersonales*. Trabajo fin de grado, Psicología, Universidad de Jaén. Disponible en: <https://hdl.handle.net/10953.1/4043> [28/0/2020]
- Serrano, A. (2015, octubre). Sobre el acompañamiento en arteterapia: una manera de entender y hacer la disciplina con el otro. *Arteterapia. Papeles de arteterapia y educación para la inclusión social* [en línea] vol. 10, pp. 183-203. Disponible en: <https://revistas.ucm.es/index.php/ARTE/article/view/51692> [30/04/2020]
- Serrano, A. (2016). *La integración del arteterapia en los equipos interdisciplinarios en el ámbito clínico: experiencias desde la intervención con niños adolescentes en salud mental infante juvenil*. Tesis doctoral, Facultad de Educación, Departamento de Didáctica de la Expresión Plástica, Universidad Complutense de Madrid. Disponible en: <https://eprints.ucm.es/40444/> [28/10/2020]
- Serrano, A. (2017). Reflexiones acerca de la supervisión en Arteterapia. *Arteterapia. Papeles de arteterapia y educación para la inclusión social* [en línea] vol. 12, pp. 299-300. Disponible en: <https://revistas.ucm.es/index.php/ARTE/article/view/57580> [12/05/2020]
- Serrano, A. (2018). *Tema 3: Otros aspectos clave en arteterapia*. Material de estudio no publicado.
- Sierra, C. (2017). *Para ayudar al otro es necesario conocerse a sí mismo: Los procesos contratransferenciales en la práctica Arteterapéutica*. Trabajo fin de máster, Arteterapia y Educación Artística para la Inclusión Social, Universidad Complutense de Madrid.

- Taipe, L. (2016). La semiótica del silencio. *Horizonte De La Ciencia* [en línea], vol. 6 (11), pp. 107-112. Disponible en: <http://revistas.uncp.edu.pe/index.php/horizontedelaciencia/article/view/321> [28/01/2021]
- Vargas, R. (2020). La importancia de la mirada en mi devenir psicoterapeuta: Un diálogo con Winnicott. *Clínica e Investigación Relacional* [en línea] vol. 14 (2), pp. 461-468. Disponible en: https://www.psicoterapiarelacional.es/Portals/0/eJournalCeIR/V14N2_2020/16_Vargas_La-importancia-de-la-mirada_CeIRV14N2.pdf [28/01/2021]

