

# La influencia de los materiales y las técnicas artísticas en el proceso de creación: revisión de paradigmas arteterapéuticos

Estibaliz Gutiérrez Ajamil

Universidad del País Vasco-Euskal Herriko Unibertsitatea (UPV/EHU) 

<https://dx.doi.org/10.5209/arte.85513>

Recibido: 4 de enero 2023 • Aceptado: 4 de octubre 2023

**ES Resumen.** El objetivo principal de este trabajo consiste en estudiar la repercusión de las propiedades de los materiales y técnicas artísticas en el proceso creativo, e identificar los medios más apropiados para favorecer determinados aspectos emocionales, cognitivos y conductuales. Para ello, se parte de una revisión bibliográfica que recoge algunas de las teorías básicas sobre la elección de los medios plásticos en arteterapia, para posteriormente contrastar esos postulados de forma empírica mediante un estudio observacional descriptivo. En este proyecto participan 304 personas adultas (alumnado de los Grados de Educación de la UPV/EHU), que mediante informes auto observacionales han registrado sus experiencias durante el proceso de creación plástica. Los resultados muestran que en gran medida se cumplen los postulados teóricos sobre el efecto de las propiedades físicas de los materiales en el proceso creativo. A pesar de ello, existen otros elementos que también repercuten en él, como las características individuales del usuario, el contexto (*setting*) y la mirada del profesional hacia la producción plástica.

**Palabras clave:** Arteterapia, Proceso creativo, Materiales artísticos, Medios gráficos.

## ENG The influence of artistic materials and techniques on the creative process: review of art therapy paradigms

**Abstract.** The aim of this study is to analyse the repercussions of the properties of artistic materials and techniques on the creative process, to identify the most appropriate media to promote certain emotional, cognitive and behavioural aspects. For this purpose, the study is based on a bibliographical review that includes some of the basic theories on the choice of artistic media in Art Therapy, to contrast empirically those postulates through a descriptive observational research. The sample is composed of 304 university students from Education Degrees (UPV/EHU), who recorded their experiences during the creative process by means of self-observational reports. The results confirm that the theoretical postulates on the effect of the physical properties of materials on the creative process are largely fulfilled. However, there are other elements that also have an impact on the creative process, such as the individual characteristics of the user, the context (*setting*) and the professional's view of the artistic production.

**Keywords:** Art Therapy, Creative process, Artistic materials, Graphic media.

**Sumario:** 1. Introducción. 2. Antecedentes en el estudio de técnicas plásticas y gráficas en arteterapia. 3. La elección de los materiales para la consecución de objetivos arteterapéuticos. 4. Método. 5. Resultados. 6. Discusión y conclusiones. 7. Referencias bibliográficas.

**Como citar:** Gutiérrez Ajamil, E. (2024). La influencia de los materiales y las técnicas artísticas en el proceso de creación: revisión de paradigmas arteterapéuticos. *Arteterapia. Papeles de arteterapia y educación para inclusión social* 19 (2024), 1-9. <https://dx.doi.org/10.5209/arte.85513>

### 1. Introducción

La intervención arteterapéutica, desde una perspectiva teórica, suele representarse como un vínculo triangular en el que la persona, su obra y el arteterapeuta se relacionan a través del proceso de creación. En este trabajo se busca profundizar en dicho paradigma poniendo el foco en una de las interacciones de ese triángulo: la relación entre la persona y los materiales o medios plásticos. La elección de los materiales y medios plásticos que se ofrecen en sesión es una parte esencial del proceso creativo, ya que como apunta Klein (2006) "la materia no es un mediador, sino un interlocutor que tiene su carácter, que se defiende,

que exige” (p.13). Luna coincide: “los materiales de arte invitan a tener diferentes experiencias sensoriales, evocan recuerdos conscientes o inconscientes vinculados a la comprensión del mundo por parte del cliente y tienen el potencial de afectar a la emoción o a la cognición” (2020, p.78).

Mesas y Santos (2018) señalan la responsabilidad del arteterapeuta a la hora de “prever las cuestiones físicas o simbólicas de cada material, así como el nivel de control que permite cada uno, y cómo este puede afectar en la tarea del participante” (p.111). Para ello, López Martínez (2011) indica la necesidad de que el arteterapeuta cuente con conocimientos suficientes sobre las propiedades físicas de los materiales, ya que una de las funciones del profesional a la hora de diseñar la propuesta de trabajo consiste en elegir medios plásticos y técnicas artísticas que ayuden a transformar las experiencias psicológicas para lograr un cambio saludable en la persona. A la hora de diseñar las sesiones es necesario tener en cuenta la estructura y la complejidad de las propuestas, así como las propiedades de los materiales ofrecidos, ya que todo ello condicionará el funcionamiento cognitivo respecto a habilidades verbales, no verbales, memoria, atención e inteligencia general (Graves-Alcorn y Kagin, 2017).

Por el mismo motivo, no debemos olvidar que una propuesta inadecuada de los materiales en sesión puede provocar un refuerzo negativo y contraproducente respecto a los objetivos terapéuticos. Graves-Alcorn y Kagin (2017) analizaron las propiedades de los materiales plásticos y cómo éstos condicionan el proceso creativo y generan resonancias o resistencias por parte de la persona hacia el material. Entre otras conclusiones, estas autoras inciden en la frustración que puede provocar usar materiales de mala calidad o soportes incompatibles con la fluidez, rigidez o tamaño de los medios plásticos, provocando en el usuario aversión hacia la experimentación creativa.

Por tanto, estudiar las respuestas psicológicas de los usuarios ante las propiedades físicas de los materiales nos ofrece una cierta sensación de control y previsión a los arteterapeutas. A pesar de ello, la o el profesional debe ser capaz de ser flexible con las propuestas y de sorprenderse con los resultados, porque como señala López Martínez “la persona no debe convertirse en prisionero de un procedimiento, la técnica no ha de aplicarse como un código rígido y definitivo, ya que perdería su valor fundamental, su carácter de descubrimiento. Lo importante es que siempre prevalezca en el trabajo plástico la personalidad del individuo” (2009, p. 189). Por ese motivo, a la hora de diseñar y mediar la propuesta artística, resulta indispensable conocer tanto las propiedades de los medios plásticos como las cualidades individuales de la persona creadora o usuaria, para así poder generar experiencias que promuevan aspectos emocionales, cognitivos y conductuales saludables para la persona (Graves-Alcorn y Kagin, 2017; Gutiérrez, 2019).

## 2. Antecedentes en el estudio de técnicas plásticas y gráficas en arteterapia

En la historia de la arteterapia se han publicado diversos estudios y paradigmas que tienen como fin identificar la influencia de las propiedades físicas de los medios plásticos en el proceso de creación. Una de las pioneras en este tipo de trabajos fue Edith Kramer, quien en a través de la observación del proceso creativo infantil diferenció cinco formas en las que se pueden utilizar los materiales artísticos, vinculando las propiedades físicas de estos con la dimensión psicológica implícita en cada posibilidad creativa (Kramer, 1971):

- *Actividades precursoras* (garabatear, amasar, embadurnar...): exploración de las propiedades físicas del material que no conduce a la creación de configuraciones simbólicas pero que se experimenta como algo positivo y egosintónico.
- *Descarga caótica* (derramar, salpicar, golpear, rasgar...): comportamiento destructivo que puede generar la pérdida de control sobre el material.
- *Arte al servicio de la defensa* (copiar, calcar, repetir...): producción convencional, repetitiva o estereotipada.
- *Pictogramas*: comunicaciones pictóricas de ejecución burda que sustituyen o complementan a las palabras.
- *Expresión formada*: o arte en todo el sentido de la palabra; la producción de configuraciones simbólicas que sirven tanto para la autoexpresión como para la comunicación.

Helen Landgarten es otra de las arteterapeutas que se interesó por las propiedades de los medios plásticos y su incidencia en el proceso creativo, y a través de sus observaciones en ámbitos clínicos, logró clasificar los diferentes materiales y técnicas artísticas según su grado de dificultad para dominarlas y el conocimiento previo que los pacientes suelen tener de cada material, dando lugar a la denominada clasificación *Media Dimension Variables* o Variables de Dimensión de los Medios (VDM) de Landgarten (1987). En ella distingue tres niveles de control (alto, medio y bajo) para clasificar técnicas gráficas, pictóricas, tridimensionales, y “otras”, en las que se incluyen herramientas tecnológicas audiovisuales (López Martínez, 2009, 2011; Gutiérrez 2019; Luna, 2020).

Continuando con el análisis de los medios gráficos y su repercusión en el proceso creativo, uno de los trabajos más desarrollados y utilizados en las prácticas arteterapéuticas actuales es la teoría *Media Dimension Variables (MDV)* o Variables de Dimensión de los Medios (VDM) de Sandra Kagin y Vija Lusebrink (1978). Kagin (1969) definió la MDV como la identificación de aquellas cualidades o propiedades inherentes a un determinado medio y proceso que pueden ser utilizadas para evaluar y/o provocar una respuesta deseada en un individuo. El paradigma MDV sirvió para plantear la teoría del *Continuo de Terapias Expresivas* (CTE) o *Expressive Therapies Continuum (ETC)*. Originalmente, el planteamiento del ETC (Kagin y Lusebrink, 1978) propone una base conceptual sobre la que poder continuar estudiando la relación entre el cuerpo

y las emociones en el abordaje del trauma, ya que sus autoras ubicaron en un plano neurológico algunas de las características del proceso creativo como la sensorialidad, la percepción, el afecto, la cognición o el lenguaje simbólico. Este paradigma clasifica los materiales artísticos según su grado de dureza o fluidez, relacionando esas propiedades con la capacidad de evocar experiencias creativas más afectivas/emocionales, o más cognitivas.

Los tres niveles escalonados del ETC son el cinestésico/sensorial, el perceptivo/afectivo y el cognitivo/simbólico, que reflejan la creciente complejidad de la expresión visual, del procesamiento de la información y de la conformación de imágenes. Cada nivel del ETC se describe como un continuo entre dos polaridades que representan gradaciones y variaciones de la expresión visual, y los extremos de cada nivel podrían indicar la presencia de una psicopatología (Lusebrink, 2010). Desde esa perspectiva, Kagin y Lusebrink (1978) representaron de un modo esquemático dos sistemas funcionales distintos que procesan sus respectivas informaciones jerárquicamente en diferentes niveles de complejidad. El lado izquierdo del esquema del ETC incluye la actividad de las rutas del cerebro implicadas en la percepción y la expresión de las formas visuales en el polo perceptivo, que, a su vez, crea la información básica que será procesada en el polo cognitivo. El lado derecho representa, con el polo afectivo, las experiencias emocionales y la información que se transmite y procesa a nivel neurológico para formar imágenes con carga emocional en el polo simbólico.

En los últimos años la ETC se ha continuado estudiando y consolidando por diversos arteterapeutas. Por ejemplo Malchiodi (2012) se nutre de los postulados de Kagin y Lusebrink para investigar el potencial de la creación artística como medio para favorecer la neuroplasticidad. Por su parte, Green y Dewes (2014) utilizan los constructos del ETC y del MDV para que los arteterapeutas en formación puedan medir la incidencia de los materiales en el proceso creativo de diferentes colectivos y poblaciones. Lusebrink y Hinz (2016), tras diversos estudios al respecto, explican que el ETC es un enfoque conceptual de la expresión visual de naturaleza multinivel, que facilita la individualización de las estrategias del tratamiento con arteterapia de pacientes víctimas de trauma. Por otro lado Graves-Alcorn y Kagin (2017) argumentan que mediante el uso del ETC es posible generar, exponer y dirigir un foco de atención y redirigir el flujo de energía e información, ya que el proceso creativo origina una neuroplasticidad que fomenta la resiliencia en la vida, y concluyen que tanto la teoría MDV como el ETC han resistido la prueba del tiempo.

Como se muestra en este apartado, las observaciones empíricas del proceso creativo en las últimas décadas han permitido comprender cómo las características de cada material o técnica artística influyen en el propio trabajo de construcción de la obra. A pesar de ello, a excepción de la MDV de Landgarten (1987), ninguna de las autoras previas menciona el uso de técnicas digitales como herramienta terapéutica. En cambio, hoy en día son numerosos los arteterapeutas que incluyen herramientas de creación audiovisual como parte de sus propuestas (Malchiodi, 2020; Rueda, 2020). Luna (2021) define este tipo de creación digital como “cualquier actividad que utilice teclados y pantallas de computadora u otros dispositivos tecnológicos para la creación de imágenes dentro del contexto del tratamiento” (p. 102), y explica que la arteterapia ha iniciado un camino de profesionalización en el uso de la tecnología y la inclusión de los medios digitales, haciendo referencia a los procedimientos éticos y prácticos que están estableciendo algunas asociaciones profesionales como la AATA (*American Art Therapy Association*) para la utilización de estos medios en ámbitos clínicos.

### 3. La elección de los materiales para la consecución de objetivos arteterapéuticos

En este estudio se busca identificar los materiales o medios plásticos y gráficos más adecuados para trabajar en arteterapia, según los objetivos que se hayan establecido para la sesión. Para ello se ha procedido a evaluar de un modo empírico el planteamiento de Gutiérrez (2019), que parte de la observación del proceso creativo en ámbitos clínicos con diferentes diagnósticos y edades, y a su vez está basado en las clasificaciones de los materiales propuestas por Kramer (1971), Lusebrink y Kagin (1978) y Landgarten (1987), así como en las aportaciones realizadas por los autores contemporáneos previamente mencionados.

En Gutiérrez (2019) se recoge una clasificación de algunas técnicas plásticas o procedimientos artísticos más apropiados según su idoneidad trabajar ciertos objetivos arteterapéuticos con infancia, adolescencia y personas adultas. En la tabla 1 se muestran las técnicas plásticas y los objetivos estudiados en dicho paradigma, mientras que en la tabla 2 se indican las interacciones entre ambas áreas, marcando con una X los objetivos arteterapéuticos que son más susceptibles de ser promovidos con cada uno de los procedimientos artísticos.

Tabla 1. Técnicas plásticas y objetivos arteterapéuticos (Gutiérrez, 2019)

Técnicas y materiales plásticos	Objetivos arteterapéuticos
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dibujo (pinturas de cera, lápices de colores, rotuladores, bolígrafo...)</li> <li>- Collage (revistas, tijeras, pegamento)</li> <li>- Pasteles o tizas</li> <li>- Modelado (plastilina)</li> <li>- Técnicas acuosas (acuarela, pintura acrílica y pintura de dedos)</li> <li>- Assemblage (materiales de deshecho)</li> <li>- Fotomontaje (<i>collage</i> o edición digital con imágenes autobiográficas)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Trabajo conjunto grupal/familiar (TC)</li> <li>- Trabajo individual (TI)</li> <li>- Juego e improvisación (JI)</li> <li>- Narración (N)</li> <li>- Simbolización (S)</li> <li>- Expresión emocional (EE)</li> <li>- Experimentación sensorial (ES)</li> <li>- Regulación emocional (RE)</li> <li>- Tolerancia a la incertidumbre y a la frustración (TIF)</li> </ul>

Tabla 2. Clasificación de las técnicas plásticas según los objetivos terapéuticos (Gutiérrez, 2019)

	TC	TI	JI	N	S	EE	ES	RE	TIF
<b>Dibujo</b>	X	X		X	X			X	
<b>Collage</b>	X	X		X	X			X	
<b>Pastel/tiza</b>	X	X	X		X		X	X	X
<b>Modelado</b>		X	X		X	X	X		X
<b>Técnicas Acuosas</b>	X	X	X			X	X		X
<b>Assemblage</b>		X	X		X	X	X	X	X
<b>Fotomontaje</b>		X		X		X		X	

El esquema anterior puede servir como un instrumento orientativo para diseñar las propuestas arteterapéuticas, así como para observar y mediar el proceso creativo durante la sesión. En él es posible identificar ciertas relaciones entre los postulados teóricos de algunos autores. Por ejemplo, Mesas y Santos (2018) explican que las técnicas secas, y en concreto el dibujo, ayudan a expresarse gráficamente a través de un mapa de trazos, signos y manchas organizadas de una determinada manera. Es una acción inherente a la persona que suele comenzar desde la primera infancia, y que López Fernández-Cao (2006) entiende como la primera marca estructurante del ser: “el dibujo es la huella del niño en el mundo” (p.97). Para ello, las técnicas secas o duras son las que ofrecen mayor control y menor grado de dificultad (Landgarten, 1987), por lo que, a través de la experimentación del trazo, es previsible que se den procesos creativos más cognitivos (Kagin y Lusebrink, 1978), como la narración y la simbolización (Gutiérrez, 2019).

En contraposición, las técnicas líquidas o materiales fluidos permiten una expresión menos controlada, más afectiva e improvisada (Kagin y Lusebrink, 1978; Landgarten, 1987). Mesas y Santos coinciden en que las técnicas acuosas relajan los niveles de control y favorecen la improvisación, el juego exploratorio y la sorpresa de los resultados, ya que están más conectados con lo emocional. También advierten que “no son adecuadas para todas las personas porque pueden generar sensaciones que van del desbordamiento a la pérdida de autocontrol” (2018, p. 115). Respecto a los materiales blandos o fluidos, López Martínez (2011) indica una mayor tolerancia y aceptación a la incertidumbre (“TIF”, en Gutiérrez, 2019).

El análisis del modelado y la pintura de dedos permite comprender la repercusión de la exploración sensorial (visual, háptica y olfativa) en el contacto con los materiales, que puede ser adecuado para favorecer el juego y la improvisación, la expresión emocional, la experimentación sensorial y la tolerancia a la incertidumbre promoviendo un tipo de trabajo que en adultos, recuerda al juego creativo infantil (Gutiérrez, 2019). Desde el postulado de Kramer (1971), la experimentación táctil con los medios plásticos, sin buscar con ello un fin estético determinado, resulta una experiencia placentera que facilita el contacto de la persona con su estado interno. La teoría del ETC de Kagin y Lusebrink (1978) sostiene que las experiencias que precinden de un instrumento que interfiera entre el material y la mano fomentan la conexión cuerpo-mente (Green y Dewes, 2014), y promueven la introspección (Graves-Alcorn y Kagin, 2017). Estas autoras también advierten de que, en el contacto con los materiales, ciertas experiencias sensoriales pueden provocar aversión, ya que a través de los sentidos se activa la memoria preverbal y se pone en marcha el mecanismo para evocar recuerdos inconscientes.

El *collage* y el *assemblage* consisten en desfragmentar el objeto dado para realizar una composición nueva, ya sea bidimensional (*collage*) o tridimensional (*assemblage*). Estas dos técnicas podrían incluirse en lo que Mesas y Santos (2018) denominan “construcción”, clasificando así el tipo de proceso creativo que permite construir, destruir y reconstruir. Estas autoras señalan que para crear también es posible cortar, recortar, trocear, rasgar, manipular la materia... dando así la oportunidad para que a través del contacto con los materiales, la persona pueda aflorar cuestiones asociadas a la impermanencia, a la resistencia, a la rebeldía o a la dificultad para autosostenerse o autorregularse. Kramer (1971) denominó a estos procesos *descarga caótica*, haciendo que uso del material ayude a controlar o descargar la angustia durante el proceso creativo. En cuanto al resultado final, el *collage* permite conformar fácilmente metáforas visuales y trabajar la simbolización y la narración a través de imágenes. El *assemblage*, en cambio, requiere conectar elementos y objetos de diferentes texturas y propiedades físicas, lo que genera un proceso creativo en el que se combinan el juego y la experimentación sensorial con la autorregulación y la tolerancia a la incertidumbre y a la frustración (Gutiérrez, 2019).

## 4. Método

### 4.1. Objetivos y diseño de la investigación

A partir de las premisas teóricas previamente mencionadas, se diseña un estudio observacional descriptivo con el que se pretende comprobar empíricamente si se cumplen ciertos planteamientos arteterapéuticos sobre el uso de las técnicas plásticas, en concreto, las *características del proceso creativo según objetivos arteterapéuticos* de Gutiérrez (2019). Por tanto, el objetivo principal de este trabajo consiste en evaluar la pertinencia de dicho paradigma teórico, analizando los posibles beneficios del uso de 10 técnicas plásticas y gráficas con población adulta. Para ello, se establecen los siguientes objetivos específicos:

- Medir la frecuencia con la que se cumplen las diferentes características del proceso creativo con cada una de las técnicas plásticas y gráficas.
- Realizar un análisis comparativo entre el paradigma de Gutiérrez (2019) y los resultados obtenidos empíricamente en este proyecto con el fin de confirmar, refutar o actualizar los planteamientos ofrecidos por los paradigmas originales.
- Especificar la utilidad de cada una de las técnicas plásticas y gráficas como medio para lograr diferentes objetivos arteterapéuticos.

Para lograr dichos objetivos, en este estudio las diferentes técnicas plásticas cumplen la función de variables independientes, mientras que las características del proceso creativo (Gutiérrez, 2019) serán las variables dependientes. En la siguiente tabla se detalla cuáles son cada una de ellas:

Tabla 3. Variables dependientes e independientes

<b>Variables independientes</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Técnicas secas: Dibujo libre (lápices de colores, ceras, rotuladores), dibujo dirigido (rotuladores) y <i>collage</i>.</li> <li>– Técnicas acuosas: acuarela, acrílico y pintura de dedos.</li> <li>– Técnicas tridimensionales: construcción (con cartón), <i>assemblage</i> (con materiales de deshecho) y modelado (con plastilina).</li> <li>– Técnicas digitales: <i>Stop-motion</i> (fotografía y edición de vídeo), cómic digital (programa <i>pixton</i>) y fotomontaje (edición fotográfica con imágenes autobiográficas).</li> </ul>
<b>Variables dependientes</b>	Trabajo conjunto, trabajo individual, improvisación, narración, simbolización, expresión emocional, experimentación sensorial, regulación emocional y tolerancia a la frustración

## 4.2. Contexto y muestra del estudio

Esta investigación se desarrolla en su totalidad en la Facultad de Educación y Deporte de Vitoria-Gasteiz (Universidad del País Vasco-EHU). Los participantes forman parte de dos grados, Educación Infantil y Educación Primaria. La parte empírica del estudio está diseñada para que el procedimiento pueda incluirse dentro de la asignatura “Didáctica del Arte y la Cultura Visual”, y el trabajo experimental con técnicas plásticas se enmarca dentro de las “prácticas de laboratorio” de la asignatura. Se considera adecuado el perfil del alumnado de estos grados para la consecución de los objetivos de investigación, ya que son participantes adultos con un nivel de madurez suficiente para poder identificar los aspectos del proceso creativo que aquí se analizan, y al mismo tiempo sus respuestas ante los materiales no están condicionadas por la alianza o el vínculo terapéutico como ocurre con los usuarios en arteterapia, lo que nos permite estudiar la interacción entre la persona y los medios plásticos de un modo más “aséptico”.

Desde una perspectiva cronológica, el planteamiento de la hipótesis, el diseño de la investigación y el estudio piloto con un primer grupo se realizaron durante el curso 2018/19. En los tres años posteriores se ha repetido el procedimiento de intervención con 7 grupos-clase, logrando una muestra total de 304 adultos jóvenes. Como principal criterio de inclusión se establece que las y los participantes sean alumnas/os presenciales de las asignaturas previamente mencionadas y que realicen la experimentación de las técnicas plásticas bajo las consignas indicadas por la profesora-investigadora. De forma previa al inicio del procedimiento con cada grupo, los participantes son informados del objetivo y diseño de la investigación, por lo que también se considera criterio de inclusión que la persona acceda voluntaria y altruistamente a aportar sus datos para este estudio.

Dado que este proyecto se ha llevado a cabo paralelamente con varios grupos durante tres cursos escolares consecutivos, para obtener los resultados ha sido necesario contar con un protocolo sistematizado en cuanto a la captación de participantes, dinamización de las sesiones prácticas y uso de los instrumentos de recogida de datos, y al mismo tiempo ha sido imprescindible poder implementar dicho método a la realidad de cada aula. Por ello, el trabajo de campo está diseñado para que el alumnado pueda experimentar con 10 técnicas plásticas y gráficas, tanto de forma individual como grupal, tratándose de una propuesta didáctica con la suficiente flexibilidad para poder adaptarse a las casuísticas de los grupos y a los imprevistos que puedan surgir a lo largo de la investigación<sup>1</sup>. Por ejemplo, en alguno de los grupos se ha optado por eliminar la experimentación con alguna de las técnicas con el objetivo de cumplir con el cronograma escolar, y en el curso 2020-2021 se descartó la posibilidad de poder trabajar de forma grupal para poder adaptar la investigación al protocolo COVID de la universidad.

## 4.3. Instrumentos de investigación

Al tratarse de un estudio con una temporalidad prolongada en el que se requiere una implicación por parte de cada participante de entre 3 y 4 meses, se han diseñado diferentes instrumentos que permitan ir recogiendo los datos obtenidos en las fases consecutivas del proyecto:

- *Informes de auto observación*: Teniendo en cuenta las variables dependientes que se pretenden medir en este estudio, se han tratado de evitar interpretaciones subjetivas y sesgos de la investigadora. Por ello,

<sup>1</sup> Dado que en algunos grupos se ha adaptado la propuesta de creación a las circunstancias de la asignatura, los datos obtenidos en cada cuestionario se han analizado estadísticamente para que el total de cada variable dependiente sea sobre un total de 304 respuestas, y de ese modo puedan hacerse interpretaciones comparativas proporcionales.

se optó por utilizar la auto observación individual de las y los participantes acerca de su proceso creativo. Arqueros (2017) argumenta la utilidad de la auto observación como metodología de investigación en Ciencias Sociales, y en concreto para el análisis de la creación artística, explicando que a través de ella “se da el proceso inverso al de la observación participante, donde se aprende a ser nativo de una cultura extraña; aquí sin embargo se extraña de la propia cultura o del proceso tomando distancia y ordenando” (p.63). Con el objetivo de ayudar a los participantes a tomar distancia, reflexionar y ordenar lo ocurrido durante las sesiones de creación plástica, se diseñó un informe de auto observación que rellenan individualmente tras la experimentación con cada una de las técnicas.

- *Cuestionarios*: Una vez realizadas todas las sesiones de experimentación de las técnicas plásticas, se comparte un cuestionario digital con cada grupo-clase. Este instrumento relaciona mediante escalas tipo Likert las variables dependientes e independientes del estudio. Para cumplimentar el cuestionario, cada participante debe contestar de forma individual y anónima a partir de las observaciones recogidas en sus informes de autoobservación. Como resultados de investigación solo se registran los datos más altos (de acuerdo en grado 4 o 5 sobre 5). De ese modo se obtienen unos resultados cuantitativos por cada grupo-clase que posteriormente se van recopilando en un programa informático.
- *Programa de análisis cuantitativo*: Gilroy (2012) explica las ventajas del cuestionario como herramienta de investigación en arteterapia basada en la evidencia, ya que permite recoger un gran volumen de información, y añade que el análisis de los datos de encuestas cuantitativas debe comenzar con la destilación de los datos sin procesar en una matriz de datos, usando para ello programas digitales específicos. En este caso el programa utilizado para destilar los datos provenientes de los cuestionarios ha sido el *RCommander*, una interfaz gráfica diseñada para realizar análisis de datos cuantitativos.

#### 4.4. Aspectos éticos

Este proyecto cuenta con el informe favorable del CEISH (Comité de Ética para las Investigaciones relacionadas con Seres Humanos) de la Universidad del País Vasco (UPV/EHU), que respalda esta investigación porque sus objetivos permitirán generar un aumento del conocimiento y un beneficio para la sociedad que hace asumibles las molestias y riesgos previsibles, y que esta se plantea según los requisitos metodológicos y éticos necesarios para su ejecución, según los criterios de buenas prácticas de la investigación científica. El CEISH también considera que la capacidad del equipo investigador y los recursos disponibles son los adecuados para realizar este estudio, y que en él se cumple con la normativa vigente, incluidas las autorizaciones necesarias para llevarlo a cabo.

Durante el transcurso de la investigación, los y las participantes son informados de los objetivos y del proceso de investigación antes de firmar el consentimiento. Con el diseño de este estudio se pretende que, además de extraer datos cuantificables sobre el proceso creativo con técnicas plásticas, esta experiencia ofrezca a las y los participantes conocimientos teórico-prácticos útiles para su futura labor docente. Por ese motivo, una vez finalizado el proceso de investigación anual, se comparten los resultados cuantitativos obtenidos en los cuestionarios de cada grupo-clase. Por tanto, aunque los resultados globales de la investigación se han extraído y analizado en 2022, el alumnado que ha participado en este estudio desde 2020 conoce los datos obtenidos y tiene una idea preliminar de los posibles resultados globales.

### 5. Resultados

A continuación se muestran los resultados obtenidos a partir de las auto observaciones de 304 personas adultas, siguiendo los objetivos específicos mencionados en el apartado anterior. En primer lugar, a través de este estudio se buscaba medir la frecuencia con la que se movilizan las diferentes características del proceso creativo con cada una de las técnicas plásticas y gráficas. Para ello, en la tabla 4 se han recogido los porcentajes en los que los participantes se han mostrado de acuerdo totalmente de acuerdo, ubicando las variables independientes en la columna de la izquierda, y las variables dependientes en la fila superior:

Tabla 4. Frecuencia con la que se han cumplido los objetivos con cada técnica.

	TC	TI	JL	N	S	EE	ES	RE	TIF
Dibujo libre	62,1%	96,3%	82,7%	54,6%	60,8%	77,7%	28%	54%	59,7%
Dibujo dirigido	55%	92,5%	75,2%	54,8%	71,2%	75,8%	22,9%	46,2%	41,5%
Collage	58,5%	92,2%	79,4%	53,4%	67,2%	78,3%	29,5%	45,2%	45,9%
Construcción	60%	92,6%	81,3%	38,6%	51,7%	64,1%	45,4%	47,8%	60,7%
Assemblage	32,5%	92,3%	75%	43,7%	70,2%	74,8%	57,5%	52,4%	67,4%
Modelado	38,9%	91,2%	78,5%	41%	55,4%	62,2%	75,3%	48,1%	55,2%
Stop motion	88,1%	72,6%	60,4%	81,9%	43,6%	75,7%	11,8%	48,6%	54,1%
Cómic digital	80,3%	71,2%	58,8%	81,5%	39,6%	80%	10,9%	46,9%	39,2%
Fotomontaje	30,2%	92,2%	61%	52%	60,6%	75%	15,9%	58,4%	60,9%
Técnic. Acuosas	79,3%	90,6%	76,3%	21,7%	57,4%	72,9%	78,3%	57,9%	50,5%

Los datos recogidos en la tabla anterior nos sirven para evaluar el segundo objetivo específico, realizando un análisis comparativo con el fin de contrastar, confirmar o refutar el paradigma planteado en Gutiérrez (2019). Para ello, en la tabla 5 se ha mantenido la estructura del esquema original, en el que se marcan con X las técnicas en las que se cumplen las variables dependientes, y se han añadido a partir de un código de color los ítems que los participantes de este estudio han identificado como más útiles, señalando en gris claro los ítems confirmados por entre un 50% y 75% de participantes, y en gris oscuro las que han marcado entre el 75% y 100% de ellos.

Tabla 5. Tabla comparativa entre Gutiérrez (2019) y los resultados de este estudio

	TC	TI	JI	N	S	EE	ES	RE	TIF
Dibujo	X	X		X	X			X	
Collage	X	X		X	X			X	
Modelado		X	X		X	X	X		X
Técnicas Acuosas	X	X	X			X	X		X
Assemblage		X	X		X	X	X	X	X
Fotografía		X		X		X		X	

Para valorar el último objetivo específico, se ha diseñado la tabla 6, que busca identificar la idoneidad de cada una de las técnicas plásticas y gráficas como medio para lograr diferentes objetivos arteterapéuticos. En ella se ha utilizado el mismo código que en la tabla comparativa, indicando en gris claro los ítems marcados por entre un 50% y 75% de la muestra, y en gris oscuro los confirmados por entre el 75% y 100% de los participantes.

Tabla 6. Resumen gráfico del cumplimiento de los objetivos con cada técnica

	TC	TI	JI	N	S	EE	ES	RE	TIF
Dibujo libre									
Dibujo dirigido									
Collage									
Construcción									
Assemblage									
Modelado									
Stop motion									
Cómic digital									
Fotomontaje									
Técnicas Acuosas									

Una vez analizados los datos cuantitativos de un modo gráfico, también se ha considerado necesario interpretar algunos de los resultados más significativos. Por ejemplo, la tabla 6 nos permite identificar, a partir de las auto observaciones de los participantes, en qué aspectos son más útiles cada una de las técnicas en el trabajo con adultos. De ese modo podemos concluir que todas ellas son adecuadas para promover el trabajo individual, pero no así para el trabajo grupal. También ha sido posible confirmar que las técnicas secas (con medios sólidos) favorecen un proceso creativo más cognitivo (como la simbolización o la narración) y que los medios más fluidos o texturados fomentan un proceso creativo más afectivo (como la expresión emocional o la percepción sensorial).

Continuando con el análisis comparativo de la tabla 5, se observa que parte de las premisas de la teoría original se cumplen en los resultados del estudio, a excepción de "juego e improvisación" y "expresión emocional", que las y los participantes han marcado con mayor frecuencia que en la tabla original, y la "autorregulación emocional", que han marcado en menor proporción. Esa variación entre la teoría original y las respuestas de este estudio puede deberse a la edad de las y los participantes, ya que la primera está basada en la observación de procesos creativos tanto de adultos como de niños y adolescentes, y en este estudio solo se ha contado con la autopercepción del proceso creativo de personas adultas. Si comprendemos que la autorregulación emocional es una habilidad que se va desarrollando de un modo evolutivo o madurativo, es posible inferir que la persona, en su adultez, es capaz de enfrentarse a un proceso creativo y modular sus emociones más fácilmente que en la infancia o en la adolescencia.

Respecto a las variaciones en los resultados de "juego e improvisación" y "expresión emocional", se procedió a consultar directamente a los participantes, pidiéndoles su opinión crítica para comprender

por qué habían marcado con una frecuencia alta la idoneidad de las técnicas plásticas como medio para fomentar la improvisación y la expresión. En los 7 grupos-clase se ofrecieron respuestas similares, señalando directamente al contexto o al encuadre de la investigación. Las y los participantes conciben el espacio universitario como un lugar en el que principalmente se reciben clases magistrales o se usan metodologías más pasivas, por lo que favorecer un espacio de experimentación de materiales ha supuesto una novedad, valorando especialmente la oportunidad de improvisar y expresar sus ideas y emociones, lo que se ha constatado en las respuestas de sus auto observaciones.

Otro de los argumentos más repetidos por las y los participantes ha sido el tipo de planteamiento de las sesiones, en las que hay una directividad mínima (a través de los materiales dispuestos en el aula y en ocasiones alguna temática propuesta como disparador del proceso creativo), dando más valor a lo que ocurre durante el contacto con los materiales que al resultado final de las obras plásticas. Este tipo de dinámica también ha resultado novedoso para el alumnado, manifestando que de ese modo han podido tomar conciencia de fenómenos cognitivos, emocionales y conductuales que se generaban durante las sesiones prácticas y a los que hasta el momento no habían prestado atención a la hora de crear. En los debates post-resultados con las y los participantes, también coinciden en que saber que ni el proceso ni el resultado iba a ser calificado les permitía trabajar con más libertad y con menos miedo al error, favoreciendo así el juego, la improvisación y la expresión emocional.

## 6. Discusión y conclusiones

A modo de discusión, los resultados de este trabajo también nos permiten contrastar algunos de los postulados sobre el efecto de las diferentes técnicas y medios plásticos en el proceso creativo, partiendo de los paradigmas de Kramer (1971), Kagin y Lusebrink (1978) y Landgarten (1987). Por ejemplo, Kagin y Lusebrink (1978) relacionan los recuerdos preverbales y corporales que puede suscitar la experimentación sensorial de los materiales con el componente Ci (cinestésico) del ETC, que también está relacionado con el movimiento y la liberación de tensión. Partiendo del planteamiento de Gutiérrez (2019), donde se identifica la exploración sensorial como uno de los objetivos susceptibles a trabajar en arteterapia, los resultados de este estudio muestran que las técnicas plásticas más apropiadas para este tipo de trabajo son el *assemblage*, el modelado y las técnicas acuosas, es decir, las que activan la percepción háptica mediante la textura.

Otra de las áreas en las que coinciden varias arteterapeutas es en la utilidad del proceso creativo para movilizar emociones, identificando algunas técnicas artísticas que estimulan el componente afectivo. Landgarten (1987) y Kramer (1971) se fijan en el grado de control o el tipo de uso que se hace del material para detectar situaciones en las que la experimentación puede generar estados de bienestar y juego creativo, así como momentos de angustia y frustración. En este sentido, los resultados de este estudio confirman la utilidad las técnicas acuosas como vía para trabajar la improvisación, el juego, la expresión y la regulación emocional. Dado que las técnicas acuosas son materiales fluidos (Kagin y Lusebrink, 1978) o de control medio-bajo (Landgarten, 1987), a partir de los datos obtenidos, podemos confirmar que el trabajo con estos materiales genera estados afectivos en la persona y suscita la improvisación ante la fluidez del material, lo que también puede ser un medio para desarrollar la tolerancia a la frustración y modular la autorregulación y la hiperactivación emocional, siempre que se cuente con un profesional y un encuadre que ayuden a contener la tensión interna.

En el otro extremo, encontramos las técnicas que propician procesos cognitivos, para lo que Landgarten (1987) propone usar materiales que ofrezcan un control alto, Kagin y Lusebrink (1978) recomiendan el uso de materiales sólidos, y Kramer (1971) propone un tipo de uso del material que genere vías de comunicación entre el autor y el observador, para lo que se pueden crear tanto pictogramas (imágenes figurativas con un fin narrativo) o lograr una expresión formada (imágenes simbólicas que favorecen la expresión de conceptos). Desde el planteamiento del ETC, el componente cognitivo (C) favorece las operaciones cognitivas (conceptualización, categorización, resolución de problemas, diferenciación de significados, etc.), mientras que el componente simbólico (Si) ayuda al procesamiento intuitivo de la información visual, integrando los datos procedentes de fuentes sensoriales, del procesamiento autobiográfico y de las expresiones simbólicas. Por tanto, trabajar con el nivel C/Si, ayuda a la persona a construir relatos autobiográficos coherentes utilizando el simbolismo para expresar conceptos. En esa línea, los resultados de este estudio indican que las técnicas más adecuadas para favorecer experiencias cognitivas son el dibujo (tanto libre como dirigido), la construcción con cartón y las técnicas digitales. Y en concreto, para promover la narración, los datos señalan como las técnicas más apropiadas el dibujo, el *collage* y las técnicas digitales, mientras que, para promover la simbolización, predominan el dibujo, el *collage* y el *assemblage*.

Aunque las autoras pioneras en el estudio de los medios plásticos con fines arteterapéuticos no especificaron el uso individual o grupal de los mismos, en Gutiérrez (2019) y en este trabajo sí se ha querido incidir en ello, ya que el proceso creativo grupal implica simultáneamente la activación de habilidades emocionales, cognitivas y conductuales. Esta modalidad de intervención favorece una serie de habilidades personales como la asertividad, la capacidad de argumentación, de escucha, de negociación, de toma de decisiones conjunta, el reparto y consecución de responsabilidades, etc. En este sentido, los resultados de este estudio indican que las herramientas digitales son muy adecuadas para este tipo de trabajo, señalando el *stop-motion* y el cómic o dibujo digital como las técnicas más apropiadas, junto con las técnicas acuosas. Es posible que las herramientas digitales favorezcan el trabajo creativo conjunto porque el resultado estético resulta más homogéneo que en otras técnicas, dando lugar a un estilo gráfico con el que todos los autores se sientan identificados.

En conclusión, podemos confirmar que este tipo de paradigmas y análisis sobre la repercusión de cada técnica en el proceso creativo puede resultar útil a la hora de diseñar propuestas arteterapéuticas, educativas o de mediación artística, ya que nos permiten anticipar las respuestas de las personas usuarias, así como elegir los materiales más adecuados para desarrollar la introspección, la autorregulación, promover el juego creativo individual y grupal, la improvisación, la simbolización, la experimentación sensorial... algo que habitualmente sólo se potencia en la primera infancia, pero que es beneficioso en todo el ciclo vital de la persona. A pesar de ello, no debemos olvidar que siempre hay otros elementos que inevitablemente también condicionan el trabajo de creación, como la edad y situación psicológica de la persona, el encuadre o *setting* y el vínculo con el profesional. En ese sentido, los propios participantes de este estudio indican que, además de las propiedades físicas de los materiales, también el tipo de propuesta, el contexto de la investigación (*setting*) y la mirada de la profesional hacia las producciones plásticas han repercutido directamente en el proceso creativo. Por tanto, a la hora de leer los planteamientos teóricos sobre los medios plásticos y los resultados de este tipo de estudios, es imprescindible situar la interacción entre la persona creadora y los materiales dentro de un marco más amplio, en el que cada elemento cumple su función dentro de la sesión y a lo largo del proceso arteterapéutico.

## 7. Referencias bibliográficas

- Arqueros, G. (2017). Una técnica de las ciencias sociales: Escritura y auto observación en la investigación en artes. *Perspectivas Metodológicas*, 17(19), 55-65. <https://doi.org/10.18294/pm.2017.1439>
- Gilroy, A. (2012). *Art Therapy, research and evidence-based practice*. Sage.
- Graves-Alcorn, S. y Kagin, C. (2017). *Implementing the Expressive Therapies Continuum. A guide for clinical practice*. Routledge.
- Green, E. y Drews, A. (2014). *Integrating Expressive Arts and Play Therapy with Children and Adolescent*. Hoboken.
- Gutiérrez, E. (2019). *Arteterapia en ámbitos clínicos. Modalidades de intervención*. AgrupArte Proyectos.
- Kagin, S. (1969). *The Influence of Structure in Painting on Verbal and Graphic Self-Expression of Retarded Youth*. (Master-tesis). Universidad de Tulsa.
- Kagin, S. L., & Lusebrink, V. B. (1978). The expressive therapies continuum. *Art Psychotherapy*, 5(4), 171-180.
- Klein, J. P. (2006). La creación como proceso de transformación. *Arteterapia: papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social*, 1, 11-18.
- Kramer, e. (1971). *Art as therapy with children*. Schocken Books, Inc.
- Landgarten, H. B. (1987). *Family art psychotherapy: A clinical guide and casebook*. Brunner/ Mazel Publishers.
- López Fernández-Cao, M. (Coord.). (2006). *Creación y posibilidad. Aplicaciones del arte en la integración social*. Fundamentos.
- López Martínez, M. D. (2009). *La intervención Arteterapéutica y su Metodología en el Contexto Profesional Español* (Tesis doctoral, Departamento de Expresión Plástica, Musical y Dinámica, Universidad de Murcia).
- López Martínez, M. D. (2011). Técnicas, materiales y recursos utilizados en los procesos arteterapéuticos. En *Arteterapia: Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social.*, 6, 183-191, [https://doi.org/10.5209/rev\\_ARTE.2011.v6.37092](https://doi.org/10.5209/rev_ARTE.2011.v6.37092)
- Luna, A. (2020). *Colores Primarios. Arteterapia*. Idíleo
- Lusebrink, V. B. (2004). Art therapy and the brain: An attempt to understand the underlying processes of art expression in therapy. *Art Therapy*, 21(3), 125-135. <https://doi.org/10.1080/07421656.2004.10129496>
- Lusebrink, V. B. (2010). Assessment and therapeutic application of the expressive therapies continuum. *Art Therapy*, 27(4), 168-177. <https://doi.org/10.1080/07421656.2010.10129380>
- Lusebrink, V. B., y Hinz, L. (2016). The Expressive Therapies Continuum as a Framework in the Treatment of Trauma. En J. L. King (Ed.), *Art Therapy, Trauma and Neuroscience. Theoretical and Practical Perspectives* (pp. 42-66). Routledge.
- Malchiodi, C. A. (2012). *Handbook of Art Therapy*. The Guilford Press.
- Malchiodi, C. A. (2020). *Handbook of Art Therapy and Digital Technology*. The Guilford Press.
- Rueda, O. (2020). *Metodologías audiovisuales para abrir el corazón. Recursos para educadores y terapeutas*. Colección: Vídeo, educación y terapia. Número 2. Espacio Interno Ediciones.