



Fototerapia como narrativa visual: aplicación en violencia de género

David López-Ruiz¹; María Dolores López-Martínez²

Recibido: 8 de abril de 2018 / Aceptado: 5 de octubre de 2018

Resumen. La presente investigación pone de manifiesto la importancia de la fototerapia como metodología de intervención en un estudio de caso concreto de una persona víctima de violencia de género. El trabajo participativo a través de la fotografía y las distintas variaciones que ésta permite, conjuntamente con el seguimiento y encuadre arteterapéutico, constituyen un vínculo entre la persona implicada y el arteterapeuta. Este vínculo ofrece la posibilidad de generar un diálogo reparador por medio de las imágenes surgidas en las distintas sesiones de trabajo. En este estudio se tuvo presente la evolución de la persona con la que se trabajó y la superación a través de la fotografía de los aspectos más vulnerables a los que se enfrentaba en el momento en el que se desarrolló el estudio permitiendo la reparación de los aspectos emocionales y personales más significativos de la misma con un resultado evolutivo muy positivo.

Palabras clave: Fototerapia; arteterapia; investigación; estudio de caso; violencia de género.

[en] Phototherapy as visual narrative applied to domestic violence

Abstract. This research shows the importance of phototherapy as methodology of investigation in any particular case involving a domestic violence event.. Working actively through photography and the different varieties offered by it, together with the follow up and the arttherapeutic frame, implies a link between the person involved and the arttherapist. This bond allows the possibility to generate a repairing dialogue through the images emerged in the different working sessions. In this research, the evolutive changes in the person treated was taken in account as well as the overcoming, through photography, of the most vulnerables aspects that this person had to face at the time the work was being developed. All in all emotional and personal issues were repaired with highly positive evolved outcomes.

Keywords: Phototherapy; art therapy; research; case study; gender violence.

Sumario. 1. Introducción. 2. Concepto de fototerapia. 3. Métodos y técnicas aplicados en fototerapia. 4. Aplicación de la fototerapia en violencia de género. Un estudio de caso; 4.1. Infografías y diálogos. 5. Resultados y conclusiones. 6. Referencias bibliográficas.

Cómo citar: López-Ruiz, David y López-Martínez, María Dolores (2019): "Fototerapia como narrativa visual: aplicación en violencia de género". *Estudios sobre el Mensaje Periodístico* 25 (1), 317-334.

¹ Universidad de Murcia (España)

E-mail: dlr@um.es

² Universidad de Murcia (España)

E-mail: fendi@um.es

1. Introducción

Generalmente, una fotografía personal se concibe como un recuerdo. Se podría considerar como la constancia de una vivencia, de un fragmento congelado y atemporal de acciones que la mayoría de las personas desean immortalizar. Tanto es así que, podríamos asegurar que “las imágenes son superficies con significado” (Flusser, 2001: 11). Estas cualidades pueden ofrecer enormes posibilidades y recursos, si se trasladan a un encuadre arteterapéutico. A través de las imágenes fotográficas, la persona puede crear un relato visual de sus experiencias con la intención de poder renovarlas de forma satisfactoria. Puede llegar a ser un canal de comunicación sencillo por ser un medio cotidiano, familiar y accesible.

En casos de mujeres que han sufrido violencia de género, el uso de la fotografía con fines terapéuticos puede aportarles una vía de comunicación muy útil donde poder elaborar e integrar los traumas sufridos. Los ataques, las amenazas a la integridad física, el desprecio y la manipulación emocional generan bloqueos como: tensión, ansiedad, miedo, impotencia de sentirse poco capaces de hacer cualquier cosa, dificultades a la hora de discernir de forma autónoma, inseguridad, vergüenza, autodesprecio, aislamiento, silencio, etc. Si dichos bloqueos no se exteriorizan la persona quedará atrapada por estas experiencias y los trastornos consecuentes incrementarán el daño causado.

En este trabajo, se muestra un estudio de caso descriptivo donde se ponen en marcha diferentes técnicas de fototerapia y cuyos resultados verifican los grandes beneficios que esta novedosa disciplina puede aportar en el campo de la violencia de género.

2. Concepto de Fototerapia

La fototerapia, al igual que el arteterapia, es una disciplina relativamente nueva dentro del campo de la terapia del arte y la psicoterapia. Las primeras referencias que se conocen sobre el uso de la fototerapia se aproximan a unos veinte años después de la aparición de la fotografía. Uno de los autores pioneros en el uso terapéutico de la fotografía fue el doctor Hugh Welch Diamond. De 1848 a 1858, Diamond hizo fotografías para documentar las expresiones faciales de pacientes que sufrían trastornos mentales en el asilo del condado de Surrey, (Inglaterra). Creía que el estado mental de un paciente se manifestaba en su fisonomía y rasgos faciales y utilizó sus fotografías para ayudar a diagnosticar sus trastornos.

Diamond expone su trabajo por primera vez en la muestra organizada por la *Society of Arts* en 1852, en la que se presentan más de 1000 imágenes, entre ellas dos colecciones de retratos titulados “Tipos de Locura”. En 1856 presenta sus investigaciones en el Royal's London Society of Medicine y demuestra tres ideas principales: a) La fotografía podía ser utilizada para estudiar la apariencia de las enfermedades mentales, b) Los retratos fotográficos podían cambiar el autoconcepto de los pacientes, c) Las imágenes de los enfermos eran herramientas de registro que ayudaban a observar con mayor exhaustividad las estancias, reingresos, etc.

Las definiciones más barajadas en la literatura revisada han sido los desarrollados por autoras y autores pioneros como Doug Stewart (1979), David Krauss (1980) y Judy Weiser (1984, 1999).

Stewart (1979) define la fototerapia como la aplicación de la fotografía o del material fotográfico para reducir o aliviar los síntomas psicológicos dolorosos y facilitar el crecimiento psicológico y el cambio terapéutico bajo la guía de un terapeuta capacitado.

Krauss (1980) la define como el uso sistemático de imágenes fotográficas y o procesos fotográficos para crear un cambio positivo en los pensamientos, sentimientos y comportamientos de la persona. Weiser (1984) separa dos procesos, por una parte, lo que ocurre con los clientes durante la parte activa del proceso de fototerapia, y en segundo lugar y más importante, lo que ocurre más adelante a medida que comienzan a sintetizar, comprender, asimilar, reflexionar y procesar emocionalmente los resultados, de todo lo que se desarrolla a partir del proceso terapéutico completo.

A su vez, los tres autores coinciden en la idea de que para participar en un taller de fototerapia no se precisa un conocimiento o manejo de la cámara más allá de lo básico. De ahí que, la versatilidad con la que la fotografía puede ser utilizada, la convierta en un medio sencillo para facilitar la terapia incluso con personas que nunca han manipulado una cámara fotográfica.

La fototerapia explora los valores que tiene la comunicación a través de la imagen impresa de las fotografías en general.

Wolf (1978), en un primer acercamiento dentro de la técnica de la imagen fotográfica, introduce las imágenes con cámara Polaroid bajo la premisa de una actuación considerada no amenazante e inmediata. Esta inmediatez de la imagen es más demandada por grupos de adolescentes según reflejan sus estudios de 1976 y 1978. Utiliza este tipo de fotografías espontáneas para comenzar el proceso inicial de conversación gráfica entre la persona y el hecho de representarse a sí mismo.

Habitualmente, una fotografía personal es concebida como un recuerdo. Las personas tienen la necesidad de dejar constancia de las experiencias que viven, de lo que están sintiendo durante un momento y posteriormente vivenciarlo. Cuando en las sesiones de arteterapia se trabajan conceptos como el *yo personal* o el autorretrato, las imágenes o los álbumes que uno, a lo largo de su vida ha realizado de sí mismo son una gran fuente de material sobre el que puede trabajar el arteterapeuta, pues la imagen que se tuvo en un determinado momento de la vida y que se inmortalizó es lo que queda como recuerdo real de uno mismo. La toma de fotografías como actividad terapéutica ayuda a desarrollar una mayor autoconfianza en la persona, seguridad a la hora de controlar sus emociones y a valorar positivamente su propia autoestima (Cosden y Reynolds, 1982; Stevens y Spears, 2009).

La fotografía que la persona realiza tanto de sí misma como de su entorno podría considerarse como un autorretrato, un espejo, un vidrio en donde poder repetir su mirada, su modo de ver las cosas. Fiel a sus convicciones sobre la forma de proceder en arteterapia, lo más importante, es el proceso.

En lo que respecta al hecho de fotografiar, el significado de cualquier fotografía no es tan importante como lo que la mente de la persona puede recordar (Weiser y Krauss, 2009). Es por ello que el resultado estético de la imagen fotográfica pasa a

un segundo plano en beneficio de la fluidez del significado de la fotografía. Ese significado es igualmente fluido y diferente dependiendo de qué persona participe de la observación de la imagen. Por otra parte, Craig (2009) lo define como:

“el sentido que damos como respuesta natural cuando miramos una fotografía. Miramos la imagen, buscamos la historia que cuenta y el significado que contiene. Sin embargo, consideramos la imagen a través del filtro de nuestras propias vidas, viéndolo desde nuestra propia perspectiva, superponiendo nuestras experiencias, nuestros miedos, esperanzas y valores. Ahí es donde radica el poder de la fotografía como una herramienta para la exploración personal” (Craig 2009: 20).

El hecho de que la persona muestre lo que está viendo a través de una fotografía puede generar un vínculo más inmediato con el arteterapeuta. Algo que con otras técnicas no ocurre. El arteterapeuta incita a la persona a que lo deje mirar a través del objetivo de su cámara y le cuente qué es lo que ve, cuál es y cómo es la imagen que está viendo. El uso de la fototerapia permite así un mayor contacto entre ambos agentes, una comunicación.

Schore (2007) en base a sus estudios de neurobiología asegura que la comunicación no verbal está presente en todas las relaciones de la persona entendiéndolo. Desde esta premisa Halkola (2009) basa la eficacia de la actividad fototerapéutica en:

a) La fototerapia hace hincapié en la importancia del inconsciente y la comunicación no verbal en la relación terapéutica durante las sesiones de terapia.

b) Los recuerdos y emociones relacionados con las relaciones de la infancia que pueden ser evocados a través de las fotos familiares y de la niñez de una manera muy especial.

c) Las fotos y el hecho de fotografiar posibilita el empoderamiento de experiencias durante el proceso de psicoterapia por los mismos participantes (Halkola, 2009: 24)

Wolf (2007) entiende que lo que realmente se crean en las sesiones de fototerapia son “potentes metáforas visuales” de las cuales la persona, posteriormente, será capaz de extraer sus más íntimos sentimientos con los que enfrentarse. Weiser (1999) también hablará de la metáfora utilizando las palabras de Krauss (1980) que precisa la siguiente observación:

“Aunque, tanto la terapia del arte como la fototerapia utilizan la metodología de proyección pictórica, puede parecer que lo hacen de maneras muy diferentes. La terapia del arte se basa en preocupaciones internas del cliente que emergen del inconsciente a través del proceso de un dibujo, producido espontáneamente por el cliente, y los estímulos externos, la luz, o el contenido, no necesitan estar disponibles en el momento en que el cliente hace ese dibujo de una imagen cualquiera [...]. Las fotografías, por el contrario, se toman en el lugar donde realmente existe el contenido físico (o su forma simbolizada aparece o está dispuesta a aparecer). Una fotografía de una casa va a utilizar como contenido de una representación física la propia casa. Dado que la terapia de arte depende de asuntos internos exteriorizados, y la fototerapia depende de los asuntos externos

interiorizados, parece como si se ocuparan de diferentes aspectos del simbolismo personal” (Krauss 1980: 53).

Por otra parte, en lo que respecta al proceso creativo, Moon (2010) considera interesante la combinación de actuaciones con materiales artísticos convencionales para enriquecer la fotografía ya que estos pueden dotarla de un significado mayor. La fotografía está compuesta por dos aspectos, uno externo, que es el propio proceso de captación de la fotografía y otro interno, que es el que la persona añade a la fotografía con los otros materiales que le ofrece el arteterapeuta (Fryrear y Corbit 1992).

La magnitud de la tecnología emergente y sus influencias culturales presentan desafíos y oportunidades para el uso de medios digitales en la práctica de la terapia del arte y las distintas facetas artísticas de la educación. La fotografía es capaz de retener tres grandes aspectos en un mismo momento. Por un lado, capta la realidad más inmediata, por otro lado es capaz de relatar una nueva realidad, es decir, la realidad que se quiere relatar y, sin lugar a dudas, es un proceso que deja una huella instantánea de un momento concreto, es decir, un rastro (López Fernandez Cao, 2004).

Halkola (2009) apunta que, además de estas definiciones, son varias más las que se pueden encontrar y anima a los arteterapeutas a que investiguen sobre el campo de la fotografía y añadan definiciones que sean capaces de ayudar a comprender el uso y el enfoque del papel de la fotografía en los procesos arteterapéuticos. Asimismo muestra una serie de contextos donde el uso de la imagen fotográfica o el hecho de fotografiar se puede describir:

- *Contextos de Psicoterapia:* Para usar la imagen fotografiada y la fotografía en la psicoterapia por psicoterapeutas entrenados.

- *Contextos sociales de salud y educativos:* Como aplicación de las fotografías y del acto de fotografiar con fines terapéuticos por profesionales que tienen formación y experiencia en el uso de técnicas de fototerapia. (Por ejemplo, médicos, enfermeras, psicólogos, trabajadores sociales, arteterapeutas).

- *Otros contextos:* Aplicación de la fotografía en otros campos (por ejemplo, profesores, artistas, consultores organizacionales, facilitadores y aprendices).

3. Métodos y técnicas aplicadas en fototerapia

En lo que respecta a la formación del arteterapeuta Weiser y Wolf han sido dos de los autores que más han contribuido al desarrollo de técnicas para que el arteterapeuta adquiera una completa formación en fototerapia. Wolf (2007), en su periodo como docente en el Colegio de New Rochelle y también en el Pratt Institute, establecía una serie de ejercicios o posibles proyectos para sus estudiantes de postgrado con la libertad de ser modificadas y, que posteriormente pudiesen llevarse a la práctica:

- *"Yo" retratos:* Crear un espacio en blanco grande dentro de un retrato realizado fotográficamente para después poder escribir o dibujar una reacción a lo que se ve, directamente en la foto.

- *Collages*: Utilizar las funciones de la edición digital para crear collages que expresen metáforas visuales o un sentimiento particular. Es posible que se desee combinar estas fotos con otros medios artísticos.

- *Construcciones creativas*: Crear construcciones tridimensionales en cartón pluma o cartón para después pegar las imágenes realizadas e impresas en papel. Explora diferentes métodos de construcción y el diseño de un método para exponer sus construcciones.

- *Reconstrucciones de instantáneas de la Infancia*: Se fotografía una fotografía o se escanea una serie de instantáneas de la infancia a continuación, utilizando las técnicas creativas, se reconstruyen las fotos de una manera nueva. Se puede usar una combinación de técnicas de edición digital y de materiales de arte visual.

- *Verdadero-ser, falso autorretrato*: Con la variedad de funciones de edición digital se crea un par de fotografías, una que represente los aspectos de su "verdadero yo" y otra de su "falso yo".

- *Construcción de la propia imagen*: Con las posibilidades de la edición digital, se crea una construcción fotográfica que representa simbólicamente la propia imagen.

- *Elaboración del concepto creativo*: Tomar uno o más términos teóricos, como objeto de transicional o la identificación proyectiva, y crear una fotografía que represente simbólicamente cómo entender ese concepto.

- *Diada Creativa*: Elija un socio, crear y fotografiar una pose en la que los dos están interactuando. Elaborar digitalmente de una manera que se comunica o hace hincapié en algún aspecto de esta relación.

- *Monster-auto*: Con la edición digital se realiza crea un monstruo de uno mismo.

- *El hogar creativo*: Se usan fotografías de su casa actual o de la niñez. Se realiza una casa de cartón o cartón pluma, se forran las paredes interiores y exteriores con las imágenes seleccionadas y se hace una reconstrucción en miniatura de lo que cambiaría del medio ambiente.

- *Cartel Retrato creativo*: Se hace una fotografía a tamaño real de cuerpo entero de uno mismo y la figura sostiene un papel en blanco delante de su cuerpo. Una vez que la foto se imprime, con la edición digital o materiales de arte, se dibuja en el espacio en blanco cómo se ve uno mismo o cómo le gustaría verse.

- *Dentro / fuera auto construcciones*: Las fotografías se montan en cartón de forma que se establezcan estructuras que reflejan cómo es la experiencia de su ser interior y también la forma en que se presenta al mundo exterior, de una forma combinada.

- *Historia creativa*: Decir algo que nunca antes se haya sido capaz de decir acerca uno mismo a través de la fotografía. Esto puede hacerse en una imagen fotográfica o varios, en un formato de "story board".

- *Foto-libro*: Con el uso de una secuencia de fotografías y de los medios de comunicación de arte digital, se crea un libro que cuente una historia significativa autobiográfica.

- *Primera foto de la memoria*: Se realiza una imagen fotográfica de su primer recuerdo, se puede retocar con el uso de las funciones de la edición digital.

- *Sueño foto*: Una imagen fotográfica de un sueño.

- *Superhéroe*: Con una imagen fotográfica de sí mismo utilizar funciones de edición digitales creativas para crear un superhéroe y describir sus súper poderes únicos.

- *Retrato de grupo / familia*: Fotografía de la familia o de grupo. Desarrollar de forma creativa la reacción ante ellos mismos y /u otros miembros de la familia con la elaboración de la imagen fotográfica y los materiales de plásticos.

- *Elaboración Transparencia*: Imprimir una imagen en un pedazo de medios fotográficos transparentes y explorar creativamente el material (Wolf, 2007: 126-127).

Como se puede observar, existen diversas maneras de proceder a la hora de trabajar con una imagen fotográfica y con una cámara de fotos. La artista Rosy Martín ofrece a los participantes de sus talleres fotografías familiares, documentales, estéticas de distintas épocas y en distintos soportes y formatos para que estos elijan una y de forma gradual cuenten una historia tomando la fotografía como punto de partida con el fin de observar cómo hablan de la misma. De esta forma, los participantes, poco a poco van recreando su propia historia, unas veces relatada en primera persona, otras veces en tercera persona.

Por su parte, Weiser (1999: 6) establece que las fotografías "tienen el poder de captar y expresar los sentimientos y las ideas de forma visual y simbólica, algunas de las cuales son metáforas íntimamente personales". Una fotografía no siempre es una interpretación abierta como puede serlo una pintura o una escultura. Una fotografía es capaz de desplazarte al lugar que se ve. De conocer a las personas que se observan en la foto e incluso reconocer sentimentalmente cómo son. Una fotografía es un recuerdo continuo del pasado.

La autora establece que existen muchas técnicas de fototerapia. Se pueden crear fotografías propias, observar fotografías ya existentes e incluso intercambiar y hablar de las propias fotografías. Las fotografías, con frecuencia, expresan emociones y pensamientos que de otra manera la persona sería incapaz de decir a su terapeuta o, en el peor de los casos, quedar almacenado en su inconsciente. La mayoría de las técnicas utilizadas en fototerapia son para poder expresar aquello que no es tan fácil decir con palabras, para expresar lo que nuestro inconsciente nos dicta de una forma visible.

Para poder reconocer a través de la fototerapia lo que las personas desean expresar, Weiser (1999), atribuye cinco técnicas con las que poder trabajar y que son las siguientes:

- *Los autorretratos* como representaciones de la identidad y que animan a la persona a explorarse a sí mismo desde una perspectiva objetiva. Se ofrece la oportunidad de cómo elegir crearse en una imagen.

- *Fotografías tomadas a uno mismo por otras personas*, para ayudar a entender cómo te ven los demás, lo que ellos valoran sobre ti, y la naturaleza de la relación con ellos. De qué manera se autopercebe y cómo son sus relaciones personales en relación con sus propias percepciones.

- *Las fotos tomadas o recogidas por uno mismo*, que revelan lo que es importante en la vida de una persona y la sensación de dominio sobre esas cosas que "se capturan." En cierto sentido, cualquier foto que se toma o desea dice algo acerca de su autor.

- *Los álbumes de fotos autobiográficas o colecciones familiares*, porque reflejan el intento de organizar la historia personal y familiar, lo que se quiere incluir y excluir de su colección, la forma en la que se desea recordar, cómo presentar a los demás, la visión de uno mismo, los amigos y la familia, etc.

- *La reacción a cualquier foto*, ya las personas al ver la misma foto no reaccionan exactamente de la misma manera. Cada uno proyecta sus propios sentimientos, recuerdos y significados en una imagen visualizada. Ofrece la posibilidad de observar perspectivas diferentes de la misma imagen (Weiser, 1999: 13).

Según Weisser (1999), estas cinco prácticas pueden superponerse, trabajarse de forma independiente, pero funcionan con mayor garantía cuando se combinan sinérgicamente.

El arteterapeuta puede guiar y asesorar a la hora de la elección de las fotografías, aunque la persona también cuenta con una cierta libertad ya que el hecho de visionar una fotografía lo puede conducir a la experimentación de situaciones proyectivas donde la persona redescubra los significados personales o los recuerdos de una imagen concreta.

La fotografía es por tanto un estímulo emocional que sumerge a la persona en un momento y en una situación concreta.

Otra manera de trabajar las fotografías con fines terapéuticos es utilizando imágenes encontradas. Martín (2009) asegura que esta forma de trabajo ofrece a la persona mayor comodidad ya que se introduce el uso de fotografías de una forma totalmente anónima y descontextualizada. Este hecho permite tener una posición mucho más libre y menos comprometida evitando así posibles conflictos o bloqueos.

Trabajar de forma continua sobre las imágenes fotográficas puede facilitar la exposición oral de la persona. Esta técnica ayuda a generar un diálogo que en sesiones anteriores puede quedar inacabado. Si las fotografías han sido seleccionadas por la persona, el arteterapeuta se centrará más en el por qué y en las respuestas que reciba, en cambio, si las fotografías han sido realizadas por la propia persona que se encuentra en la sesión de arteterapia, el terapeuta deberá tener en cuenta tanto la imagen capturada, el momento, el encuadre, el contexto, el tamaño y el color así como todo aquello que verbalice sobre la imagen o sobre el momento en que fue tomada la imagen.

En la misma línea y vinculando fotografía y digitalización, Orr (2005), pone de manifiesto la importancia de las tecnologías dentro del contexto arteterapéutico como una forma más de actuación a las ya existentes. Plantea la necesidad de formación tecnológica por parte del terapeuta para cubrir las necesidades y satisfacer a personas con las que trabajar en base a estas terapias digitales.

Una de las primeras y más importantes aportaciones a la fototerapia que se ha realizado también ha sido el trabajo desarrollado por la artista y fotógrafa Jo Spence. El hecho de que fuera diagnosticada de cáncer la volcó a realizar un diario autobiográfico donde relató su enfermedad en diarios que ella misma elaboró. Utilizó el autorretrato de diferentes maneras y en distintos escenarios abordando aspectos personales sobre lo que era, lo que quisiera ser o incluso lo que sentía.

Weiser (1999) defiende la postura que cada terapeuta adopta a la hora de trabajar con fotografías. Para ella, no existen ni requisitos, ni secuenciación ni

combinación a la hora de trabajar siempre y cuando se respete en todo momento a la persona. Así, sostiene que el hecho de hacer o traer la foto al taller, tan solo es el primer paso, el inicio de la terapia, pues lo realmente interesante es lo que el pensamiento, la mente, las emociones de la persona van a comunicar después. Podría tratarse de una gran bobina de hilo que empieza a desliarse. El terapeuta debe ser el gran estimulador de la persona, aquel que es capaz de ir desvelando y preguntando todo lo que la persona tiene intención de comunicar.

Para Núñez (2009: 55), el autorretrato fotográfico es una herramienta de autoexpresión para *afirmar su existencia*, de hecho ella cree que “la práctica del autorretrato en fototerapia es increíblemente poderosa ya que significa utilizar la fotografía para mirar dentro de nosotros mismos”. Ese mirar dentro de la persona adquiere un especial vínculo cuando se trata de ver dentro de uno los recuerdos proyectados por la pareja o por el entorno familiar. El uso de las fotografías familiares o los videos familiares pueden llegar a conseguir un alto valor reconstituyente cuando pasado un tiempo son visionados (Entin, 1983; Krauss & Fryrear, 1983).

Otro factor interesante a tener en cuenta en la aplicación de la fototerapia es que actualmente, trabajar la fotografía con personas puede ser más fácil por el alto nivel tecnológico que nos envuelve. El teléfono móvil o la tablet son dos elementos con los que muchas personas ya cuentan y están repletas de imágenes en su mayoría. Por otro lado, los bancos de imágenes digitales que las personas suben a internet permiten tener un fácil acceso a sus álbumes personales y que a través de ellos puedan contar qué está ocurriendo. Este acto no significa la sustitución de pedirle a la persona que lleve una fotografía a la sesión, pero sí que acerca la postura de poder ver de una manera inmediata las fotos con las que la persona cuenta y porta en el momento.

4. Aplicación de la fototerapia en violencia de género. Un estudio de caso

El trabajo de investigación que se presenta expone un estudio de caso exploratorio-descriptivo de enfoque cualitativo donde se ponen en marcha diferentes técnicas de fototerapia con una mujer que sufrió durante cinco años una relación sentimental con un compañero que la maltrató psicológicamente y a la que se hará referencia con las iniciales (F.C. 2010) para mantener su anonimato. Este tipo de metodología, según Stake (1998), permite estudiar un ámbito específico o una población concreta, seleccionada por las características en la descripción y comprensión de lo que es único y particular de un sujeto tal y como es el caso que se presenta. Asimismo, y como bien apunta Walker (1983) se podría afirmar que:

“el estudio de caso es el examen de un ejemplo en acción. El estudio de unos incidentes y hechos específicos y la recogida selectiva de información de carácter biográfico, de personalidad, intenciones y valores, permite al que lo realiza, captar y reflejar los elementos de una situación que le dan significado (Walker, 1983: 45)

Teniendo en cuenta lo anteriormente expuesto, por medio de este tipo análisis, resulta más satisfactorio la posibilidad de conjugar un desarrollo de trabajo tanto de

ámbito cualitativo como cuantitativo conjuntamente con un proceso de trabajo a través de la fototerapia tal y como nos indica Gilroy (2006). La vinculación entre sí de las diferentes partes ofrece la posibilidad de obtener una visión más amplia y, por tanto, más completa de los aspectos más significativos.

La técnica de recogida de datos aplicada fue la observación directa de los arteterapeutas implicados durante las sesiones y la observación de las grabaciones en video que se realizaron de las sesiones en las que se trabajó con la persona indicada.

El programa de fototerapia se realizó en un periodo de 12 meses con sesiones quincenales de dos horas de manera continua y sin interrupciones en el tiempo.

Los principales objetivos que se plantean a priori fueron los siguientes:

1. Mejorar el autoconcepto de la persona.
2. Desarrollar la autoestima asertiva.
3. la autonomía personal y toma de decisiones propias.
4. Aliviar y sostener sentimientos de ansiedad y desamparo.
5. Facilitar la comunicación y expresión de sentimientos.

Para conseguir las metas expuestas se eligió el método de trabajo de Weiser (1999) que aporta las siguientes técnicas de fototerapia desde cinco enfoques diferentes:

1. Fotografías realizadas por la persona.
2. Fotografías de la persona realizadas por otras personas.
- 3- Autorretratos o fotografías realizadas por la persona.
4. Álbumes familiares u otras colecciones autobiográficos.
5. Fotoprojectivas.

Aunque en las sesiones del programa de fototerapia se trabajaron los cinco enfoques anteriores, las infografías resultantes que se presentan fueron realizadas desde el segundo enfoque. La persona iba narrando sus vivencias y la arteterapeuta fue recreando los pensamientos y sentimientos de dicha persona con la realización de fotografías y el posterior tratamiento infográfico donde las imágenes se enriquecían con la ayuda de los diálogos que emergieron en las sesiones.

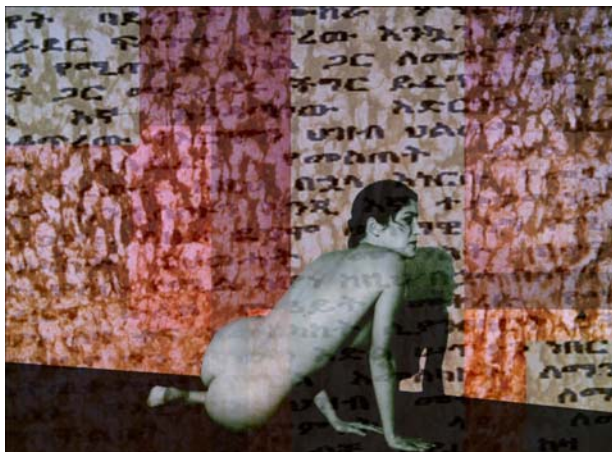
La persona eligió esta forma de trabajo sobre las demás porque con sus descripciones y la mediación de los arteterapeutas se fueron obteniendo imágenes que ayudaban a transformar en palabras todos los bloqueos que su relación sentimental le había provocado. “[...] En las infografías quería transmitir amor, belleza, luz..., pero sólo tenía dolor y desesperanza y en ese contraste de emociones surgió la obra” (F.C. 2010).

4.1. Infografías y diálogos

A continuación se muestran las infografías más destacadas del proceso de fototerapia realizado. Las imágenes van acompañadas de unos textos que la protagonista de las obras mantenía con ella misma. En los diálogos utiliza la tercera persona para hablar de sus propios sentimientos como forma de distanciarse de sus vivencias más dolorosas y poder transformarlas de manera menos invasiva.

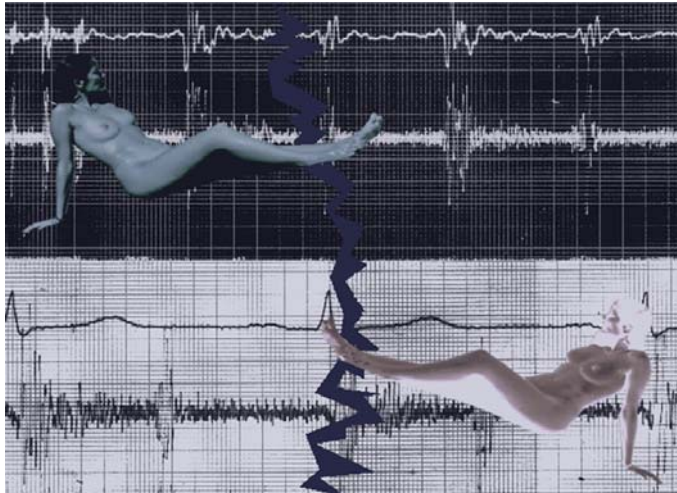
Figura 1. Título: “*Huellas*”. Medidas: 58,5 x 74,3 cm.

Texto nº 1: “Se expone a pulsiones exteriores que le producen estados de magia y parálisis a la vez. Es una presa atrapada en una ilusión mágica que se desvanece cuando la tormenta de misiles le van marcando en ese ritual cotidiano y reiterativo donde se encuentra. Permite que simplemente ocurra pero al mismo tiempo le van dejando huellas invisibles que establecen un rol absurdo de sumisión que le abduce y angustia cuando acaba. Pero sigue ahí sin poder hacer absolutamente nada por salir” (F.C., marzo 2010).

Figura 2. Título: “*100 mensajes no enviados*”. Medidas: 58,5 x 74,3 cm

Texto nº 2: “A todas aquellas palabras, pensamientos y sentimientos importantes que el miedo, la inseguridad o las mismas circunstancias impiden que lleguen a su destino. Aquellas palabras jamás pronunciadas son el eco del alma humana, palabras perdidas, enterradas, condenadas a un exilio mudo” (F.C., abril 2010).

Figura 3. “A golpe de corazón”. Medidas: 58,5 x 74,3 cm.



Texto nº 3: “Los golpes de corazón registrados en el electrocardiograma, van tambaleando las dos figuras, en positivo y negativo, partes que confluyen en su ser. No somos dueños de todas nuestras pasiones ni emociones por más experimentos de laboratorio que nos quieran mostrar el dominio de la mente humana. El corazón siempre gana y es el marcapasos de su destino, sin dueño alguno. Vive su existencia marcada por un inevitable maremoto sensorial, cada sístole y diástole forma parte de su lenguaje interior, el ritmo de su corazón crea un código Morse entre la mente y el alma cuyo epicentro es cada una de las sacudidas y vibraciones producidas por fuerzas ajenas a ella. Este código nunca falla, es fiel guía, pero también es el gran olvidado cuando intento explicar o justificar con la razón lo inexplicable, lo que no está a mi alcance, la mente destierra al corazón y el lenguaje interior y universal desaparece. Mejor vivir en una tormenta de emociones que vivir sin sentir” (F.C., mayo 2010).

Figura 4. Título: “*Distorsionando los sentidos*”. Medidas: 74,5 x 55 cm.

Texto n° 4: “La angustia y ansiedad es difícil de digerir. Ella prefiere permanecer de espaldas, en a sus percepciones distorsionadas de lo que realmente le está pasando. Crean un colchón absurdo pero seguro. Aquí nadie la molesta con sus consejos que le suenan a chino aunque poco a poco parecen calar en algún lugar buscando una solución desesperada que no termina de encajar en este juego de proyecciones” (F. C., junio 2010).

Figura 5. Título: “*Laberinto*”. Medidas: 47,5 x 74,3 cm

Texto n° 5: “Muestra a una mujer desnuda siempre para subrayar su vulnerabilidad y su naturaleza femenina, encerrada en un laberinto imposible. Ningún camino puede llegar hasta ella. Es una metáfora de lo inaccesible que se puede llegar a ser, la incomunicación, los laberintos de soledad en la era de la

comunicación a pesar de tener al alcance tantos medios de comunicación” (F.C., julio 2010).

Figura 6. Título: “*Esperando la clave*”. Medidas: 74,5 x 55 cm.



Texto nº 6: “Caminar por cables de alta tensión no era precisamente lo esperado, más bien resulta agotador. Hay una parada en seco, aunque cansada de esperar, se atreve a mirar de frente. Escucha una música que hace transparente su mirada invisible. La música va destapando sus ojos, le muestra un trayecto evanescente que ha de cruzar sola. Es una propuesta necesaria en su destino, una brújula que la empuja a cambiar de dirección. Es una posibilidad, le muestra la puerta que ha de cerrar con llave y que la hace más fuerte” (F.C., septiembre, 2010).

Figura 7. Título: “*Génesis*”. Medidas: 47,5 x 74,3 cm.



Texto nº 7: “La trayectoria marcada se transforma en una actitud más relajada. Las imágenes elaboradas se convierten en espacios que me reubicar al permitir observar la consecución congelada de esa vida que ya no me pertenece. Es una génesis, un comienzo que aporta el valor que olvidé en una tormenta de verano que duró años pero que deja un legado de luz” (F.C., octubre, 2010).

Figura 8. Título: “Espacio Atemporal IV”. Medidas: 42 x42 cm.



Texto nº 8: “Intento volver al comienzo de mi vida, el fondo son las fases del embarazo de la mujer en sus primeras semanas, el milagro de la creación, ese espacio íntimo en el que somos pero no somos, el proyecto, la protección, la incubación, la paz, la seguridad, la soledad acompañada, el lugar más importante de nuestra vida imposible de recordar, el misterio, la incógnita, lo eterno, la inmensidad del ser, el refugio, una oportunidad de renacer” (F.C., febrero de 2010).

5. Resultados y conclusiones

Como se puede apreciar en las imágenes y los diálogos expuestos, a medida que iba transcurriendo el programa, la expresión de sentimientos, los recuerdos y las diferentes experiencias fueron emergiendo de forma gradual. Ella eligió libremente aquellas vivencias que más repercusiones negativas había provocado en su biografía y trató de transformarlas en fotografías editadas por la propia persona. El uso de la fotografía como medio de comunicación o diálogo llegó después de haber trabajado previamente con otros materiales artísticos en las primeras semanas del programa hasta finalmente llegar a la fotografía. La arteterapeuta realizó una serie de imágenes que a su vez se convirtieron en metáforas visuales de su proceso curativo vinculándose con el propio diálogo y los comentarios que se recogían en las anotaciones de la arteterapeuta. Las obras resultantes, no vinculantes artísticamente sino por la carga simbólica que representan, permitieron resignificar los recuerdos penosos que tenía encerrados la persona en cuestión y transformarlos en imágenes y palabras. La posibilidad de poder trabajar de forma conjunta con imagen y texto permitió a la persona clarificar sus intenciones más profundas desde una perspectiva que desde el principio se observó distante y alejada. Con este ejercicio se consiguió exteriorizar, mediante el lenguaje simbólico, aquellos bloqueos que impedían la expresión real de sus sentimientos negativos proyectándose positivamente a través de la imagen fotográfica y convirtiéndolos en momentos de sosiego y calma que fortaleció el programa arteterapéutico. En varias ocasiones, los momentos negativos cobraron una gran importancia en el desarrollo del trabajo tanto por la parte instrumental como emocional debiendo reconducir la

situación y fortaleciendo el vínculo arteterapéutico conseguido hasta el momento. Igualmente, todo el desarrollo proyectivo ayudó a la consecución de los objetivos marcados en un primer momento.

De manera paralela también se puso en marcha un trabajo psíquico que logró disolver tensiones y establecer nuevos significados vitales. Con la obra realizada por parte de la paciente, un total de doce infografías más los bocetos y los ensayos previos, se desarrolló una exposición que aportó significativamente mucha energía para esta persona dotándola de un importante impulso de autoestima al ser ella misma el personaje clave de las obras artísticas. En sus propias palabras “[...] El nudismo tiene una connotación de desprotección, vulnerabilidad, es la elección perfecta que narra, en este recorrido gráfico quién soy y cómo me encuentro” (F.C., 2010). “La intención, en el tratamiento del color de todas las imágenes, era conseguir integrar los inmensos contrastes emocionales vivenciados en una experiencia que me robó la identidad” (F.C., 2010). “Quise enmarcarlas con cristal y un marco negro, un montaje que también describe una historia de rigidez, de límites mal entendidos, falta de dinamismo y estados encorsetados” (F.C., 2010).

Cabe destacar que la obra y el trabajo arteterapéutico se realizó hace varios años y durante todo este tiempo se ha mantenido en la confidencialidad que exige un proceso fototerapéutico. Sin embargo, hace unos meses F.C. se puso en contacto con los arteterapeutas y mostró un gran interés por difundir la obra. “[...] quisiera mostrar este fragmento de mi vida, primero porque me permite verlo desde una distancia emocional que me ayuda a apreciar lo negativo del proceso desde otra perspectiva, también por la necesidad de compartirlo con otras personas que puedan sentirse identificadas y transmitir que se puede salir de situaciones imposibles. (...) Me siento orgullosa de los resultados artísticos obtenidos, de ser la protagonista única de las obras, en un momento donde me sentí muy desterrada, el poder verlas y que las vean supone una reafirmación de mi autoestima” (F. C., 2014).

Las imágenes aportadas durante este estudio no son más que la punta de un iceberg inmenso, cargado de un contenido altamente simbólico, captado instantáneamente en un momento particular del proceso de trabajo pero a través del cual se podría identificar toda una transformación positiva en el desarrollo tanto físico como psicológico de la persona con la que se ha trabajado.

6. Referencias bibliográficas

- Cosden, C., Reynolds, D. (1982): "Photography as therapy". *Arts in Psychotherapy*, 9, 19-23.
- Craig, C. (2009): *Exploring the self through photography: Activities for use in group work*. Philadelphia, PA, Jessica Kingsley Publishers.
- Cronin, O. (1998): "Psychology and photographic theory". En: Prosser, J. (Ed.): *Image based research: A sourcebook for qualitative researchers* (pp. 69-83). London, Falmer Press.
- Entin, A. D. (1983): "The family album as icon: Photographs in family psychotherapy". En: Krauss & J. L. Fryrear (Eds., 1983): *Phototherapy in mental health*. Springfield, IL., Charles C., pp.117-134.

- Fluser, V. (2001): *Una filosofía de la fotografía*. Madrid, Síntesis.
- Fryrear, J. L. & Corbit, I. E. (1992): *Photo art therapy: A Jungian perspective*. Springfield, IL, Charles C. Thomas.
- Gilroy, A. (2006): *Art Therapy, research and evidence-based practice*. London, Sage.
- Halkola, U. (2009): "A photograph as a therapeutic experience". *European Journal of Psychotherapy and Counselling*, 11 (1), 21-33.
- Krauss, D. (1980): "A Summary of characteristics of photographs which make them useful in counselling and therapy". *Camera Lucida*, vol 1, 1.
- López Fernández Cao, M. (2004): "Fotografía, educación y terapia" en: Martínez Díez, N. y López Fernández Cao, M. (2004): *Arteterapia y educación*. Madrid, Dirección General de Promoción Educativa, Comunidad de Madrid.
- Martín, R. (2009): "Inhabiting the image: photography, therapy and reenactment phototherapy". *European Journal of Psychotherapy and Counselling*, 11, 1, 35-49.
- Moon, C. H. (2010): *Materials & Media in Art Therapy*. New York, NY: Routledge.
- Núñez, C. (2009): "The self portrait, a powerful tool for self-therapy". *European Journal of Psychotherapy & Counselling*, 11:1, 51-61, Doi: 10.1080/13642530902723157
- Orr, P. (2005): "Technology media: An exploration for "inherent qualities." *The Arts in Psychotherapy*, 32 (1), 1-11.
- Schore, A. (2007): *The science of the art of therapeutic care, an introduction to the neuroscience of therapeutic relationships in psychotherapy and therapeutic care*. Helsinki, Lecture 27.
- Stake, R. (1998): *Investigación con estudio de casos*. Madrid, Ediciones Morata.
- Stevens, R., Spears, E. H. (2009): "Incorporating photography as a therapeutic tool in counseling". *Journal of Creativity in Mental Health*, 4, 3-16.
- Stewart, D. (1979): "Photo therapy: Theory and practice". *Art Psychotherapy* (6), 41-46.
- Walker, R. (1983): La realización de estudios de casos en educación. Ética, teoría y procedimientos. En W.B. Dockrell y D. Hamilton (Comps.) (1983): *Nuevas reflexiones sobre la investigación educativa*. Madrid, Narcea, pp. 42-82.
- Weiser, J., Krauss, D. (2009): "Picturing phototherapy and therapeutic photography: commentary on articles arising from the 2008 international conference in Finland. European". *Journal of Psychotherapy and Counseling*, 11, 77-99.
- Weiser, J. (1984): "Phototherapy: Becoming visually literate about oneself, or Phototherapy?" *Phototherapy*, 4, 2-7.
- Weiser, J. (1999): *PhotoTherapy Techniques, exploring the secrets of personal snapshots and family albums*. Vancouver, B.C., PhotoTherapy Centre Publishing.
- Wolf, R. (1978): "The use of instant photography in creative expressive therapy: An integrative case study". *Arts in Psychotherapy*, 5, 81-91.
- Wolf, R. I. (2007): "Advances in phototherapy training". *Arts in Psychotherapy*, 34 (2), 124-133.

David López-Ruiz es doctor en Bellas Artes por la Universidad de Murcia. Complementa su actividad artística con la docencia en el Área de Didáctica de la Expresión Plástica de la Facultad de Educación de la Universidad de Murcia. Desde el ámbito de la investigación sus principales líneas están estrechamente relacionadas con la visión terapéutica del arte así como el compromiso de una nueva pedagogía que sea capaz de cambiar la visión de los estudiantes actuales dentro del panorama artístico-visual.

María Dolores López-Martínez es doctora en Bellas Artes. Murcia y Diplomada en Biblioteconomía y Documentación. Máster Universitario en Arteterapia y Mediación Plástica. Profesora en el Departamento de la Expresión Plástica, Musical y Dinámica. Monografías: 1. Arteterapia: Concepto y Evolución Histórica. (2010). 2. Métodos aplicados en Arteterapia. (2011). Proyectos de Investigación: 1. Arteterapia para la construcción de territorios de paz en escuelas del cantón de Cuenca, Ecuador (2010). 2. Estudio de la violencia escolar entre pares Bullying. Centro de Investigación y postgrado de la Facultad de Psicología, (Cuenca-Ecuador, 2010). 3. Evaluación del efecto de la Arteterapia en personas mayores afectadas por demencia senil, alzheimer o depresión. (Cátedra CEPESA, Huelva, 2013).