

Entretejer redes de colaboración a través del proceso creativo

Joyeux Işil

Máster en Arteterapia y Educación Artística para
la Inclusión Social



MÁSTERES
DE LA UAM
2019 – 2020

Facultad de Educación y
Formación del Profesorado



MÁSTER UNIVERSITARIO EN ARTETERAPIA Y EDUCACIÓN ARTÍSTICA PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL

**ENTRETEJER REDES DE COLABORACIÓN A TRAVÉS DEL PROCESO
CREATIVO**

**INTERWEAVE COLLABORATIVE NETWORKS THROUGH THE CREATIVE
PROCESS**

CURSO: 2018/2020

ÁMBITO DE ESPECIALIZACIÓN: Ámbitos Psicosociales, Clínicos Y Educativos

JOYEUX İŞIL

Convocatoria Extraordinaria, Septiembre. 2020

NIE: Y4245019S

TUTORA: Ana Mampaso Martínez

Departamento de Educación Artística, Plástica y Visual

Facultad de Formación de Profesorado y Educación

Universidad Autónoma de Madrid

Agradecimientos;

Me gustaría agradecer a mi familia, especialmente a mi esposo y mi madre, estoy creciendo, volando, cayendo, aprendiendo, sintiéndome viva con sus apoyos infinitos.

Me gustaría agradecer a la vida que me dio oportunidades y la suerte de seguir lo que valoro en la vida, a todas las personas que he encontrado durante el viaje quienes me dieron inspiración, amor, conocimiento o tan simple como una sonrisa genuina.

Agradecimiento a mis profesores; cada uno de ellas/ellos aportó cualidades diferentes, siempre me recibieron con una actitud acogedora. Agradezco su comprensión y amabilidad por tratarme siempre con el corazón abierto.

Agradezco a mi co-terapeuta, mi amiga y mi hermana Soraya, ella iluminó mi viaje con su energía y sabiduría, Mi investigación no sería posible sin su apoyo

“The secret is: firstly, that All is one universally comprehensive living being, encircling all living beings within it, and having soul, one soul, which extends to all its members in the degree of participant membership held by each; secondly, that every separate thing is an integral part of the All, belonging to the material fabric, unrestrictedly apart by bodily membership, insofar as it also has some participation in the All..“

Plotinus, The six Enneads, IV, 32 p.377

RESUMEN

En el siglo en que vivimos, un número creciente de personas sufre de soledad y problemas socioemocionales. Especialmente la población joven se ven afectada como consecuencia de su necesidad de pertenecer a un grupo social que los acoja y al desafiante momento de construcción de su identidad. Por sus características, esta población puede enfrentarse a problemas psicosociales como depresión, tendencias suicidas, aislamiento social y acoso escolar. Las universidades desempeñan un papel crucial, no sólo como un lugar para obtener el conocimiento, también para enriquecer la experiencia cultural y social y para mantener el bienestar de la generación joven.

Teniendo en cuenta lo anterior, el presente trabajo fin de master investiga el potencial de los proyectos artísticos y colaborativos para el desarrollo psicosocial, la inclusión social y la acción social a través del apoyo de las investigaciones en neurociencia, sociología, pedagogía, psicología, arte y cultura.

Según los datos adquiridos de la investigación cualitativa, se pretende proponer una intervención de creación colectiva dentro de un encuadre arteterapéutico con las y los estudiantes que estudian las licenciaturas universitarias para tejer redes sociales, fomentar la colaboración, la confianza y establecer una conexión auténtica entre las y los estudiantes y la universidad.

El presente documento argumenta la importancia de los proyectos creativos para el bienestar de la sociedad, se enfoca en la necesidad de cultivar la colaboración en una institución educativa y la emergencia de recuperar la interconexión perdida con los espacios que habitamos.

Palabras claves: Colaboración, Creación colectiva, Arteterapia en ámbito Educativo, Proceso Creativo, Relaciones Interpersonales, Encuentros Auténticos.

ABSTRACT

In the century in which we live, increasing numbers of people suffer from loneliness and socio-emotional problems. Especially young generation becomes the most affected due to the challenging period of search for identity and the need for a belonging to a social group in which affects the wellbeing of the population that might end up with serious psychosocial problems such as depression, suicidal tendencies, social isolation and bullying.

Universities play a crucial role not only a place to attain the knowledge but enriching the cultural and social experience to maintain the wellbeing of the young generation.

Taking into account the situation mentioned, the present master thesis investigates the role of the artistic and collaborative projects for the psychosocial development, social inclusion and social action through support from neuroscience, sociology, pedagogy, psychology, art and cultural researches.

Based on the data acquired from the investigation, it proposes an intervention of collective creation within an Art therapeutic framework with the university students that study the bachelor degree to propose an opportunity to weave social networks to foster the collaboration, trust as well as establish an authentic connection between the students and the university.

The present master thesis arguments the importance of the creative process for the wellbeing of the people, focus on the necessity of the cultivation of the collaboration in an educational institution and the emergency of recovering the lost interconnection between the spaces we inhabit.

Keywords: Collaboration, Collective creation, Art therapy, integrative education, creative process, interpersonal relations, authentic encounter

ÍNDICE

| | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Estructura Del Trabajo | 7 |
| 1 INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN | 8 |
| 2 MARCO TEÓRICO | 10 |
| 2.1 Identificación Del Origen Del Problema Social | 10 |
| 2.2 La Discusión Sobre El Propósito De La Educación Y La Integración Del Proyecto | 11 |
| 2.3 Las Características De La Población Y La Importancia Del Entorno Universitario Para El Bienestar Psicosocial De Las Y Los Estudiantes | 13 |
| 2.4 Proceso Creativo En El Encuadre Arteterapéutico | 15 |
| 2.5 Los Elementos Fundamentales Para La Transformación En El Proceso Arteterapéutico de Creación Colectiva | 17 |
| 2.5.1 Encuentro Auténtico | 17 |
| 2.5.2 El Sistema De Apego | 18 |
| 2.5.3 El Juego En El Proceso de Creación | 19 |
| 2.5.4 La Experiencia grupal | 20 |
| 2.5.5 La Empatía | 21 |
| 2.6 Antecedentes de Creación Colectiva Como Transformación Social | 22 |
| 2.7 Ser Consciente En El Momento Presente | 24 |
| 2.8 La Necesidad De Conectarse Con El Espacio Que Habitamos | 25 |
| 3 METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACION | 27 |
| 3.1 Diseño de la Investigación | 27 |
| 3.2 Técnicas e Instrumentos de la Investigación | 28 |
| 3.2.1 Encuesta | 30 |
| 3.2.2 Entrevistas | 34 |
| 4 METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN | 38 |
| 4.1 Destinatarias/os | 39 |
| 4.2 Objetivos | 39 |
| 4.2.1 Objetivos generales de la intervención | 39 |
| 4.2.2 Objetivos específicos de la intervención | 39 |
| 4.3 Detalles De Las Sesiones | 40 |
| 4.4 Cronograma de las Sesiones | 49 |
| 4.5 Recursos | 52 |
| 4.5.1 Recursos Espaciales | 52 |

| | | |
|-------|--------------------------------------------------------------------------|----|
| 4.5.2 | Recursos humanos..... | 52 |
| 4.5.3 | Recursos materiales:..... | 52 |
| 4.5.4 | Recursos económicos: | 52 |
| 4.6 | Evaluación y Registro..... | 53 |
| 4.6.1 | Evaluación inicial e identificación de las necesidades específicas | 53 |
| 4.6.2 | Herramientas de Evaluación Cuantitativo del Proyecto..... | 53 |
| 5 | CONCLUSIONES | 55 |
| 6 | LÍNEAS FUTURAS DE ACTUACIÓN..... | 58 |
| 7 | REFERENCIAS | 59 |
| 8 | ANEXOS..... | 68 |
| 8.1 | ANEXO 1 - ENTREVISTA CON MARTA LAGE DE LA ROSA | 69 |
| 8.2 | ANEXO 2 – CONSENTIMIENTO INFORMADO..... | 74 |
| 8.3 | ANEXO 3 - LA ENCUESTA..... | 75 |
| 8.4 | ANEXO 4 - ENTREVISTA INICIAL PARA INTERVENCIÓN | 81 |
| 8.5 | ANEXO 5 - CUESTIONARIO DE QES (QUIET EGO SCALE)..... | 83 |
| 8.6 | ANEXO 6 - CUESTIONARIO DE SOLEDAD UCLA | 84 |

Estructura Del Trabajo

El presente documento está estructurado en diferentes capítulos con sus propios elementos, pero con ideas y conceptos relacionados entre sí para facilitar la comprensión. El primer capítulo introductorio abarca la justificación y los objetivos de la investigación que guían el estudio. El siguiente capítulo expone una profunda investigación teórica que ayuda a comprender las necesidades sociales de la población denominada como jóvenes, es a esta población a quienes se dirigen los conceptos e ideas relacionadas con el propósito del presente proyecto y de esta manera construir una base sólida que permita estructurar la metodología. El tercer capítulo explica la metodología de la investigación que estructura el trabajo y el análisis de los datos que se ha adquirido. El cuarto capítulo muestra los detalles de la metodología de la intervención, la planificación de las sesiones, los recursos para realizar el proyecto y las herramientas de investigación para recopilar datos y evaluar el proyecto. El último capítulo está dedicado a las conclusiones que incluyen reflexiones sobre el proceso de investigación, las limitaciones que pueden surgir durante el desarrollo del proyecto y las posibles acciones futuras.

1 INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN

El ser humano posee un instinto natural de pertenecer y estar conectado con otros seres humanos. La persona nace en una red social de procesos de comunicación que forma profundamente su naturaleza desde el momento del nacimiento (Mcneilly, 2005). Considerando que una gran parte de las emociones humanas relacionadas con las interacciones sociales reales, anticipadas o imaginadas (Kemper, 1978), las relaciones interpersonales son uno de los factores principales para una vida significativa, para el desarrollo emocional y cognitivo que afecta el bienestar de la persona.

En la sociedad moderna, la importancia de la interacción humana auténtica es ignorada mientras que los beneficios egocéntricos y el comportamiento competitivo están configurando dicha interacción social. En consecuencia de ese enfoque egocéntrico, es que una creciente cantidad de personas sufren de aislamiento social y problemas socioemocionales en el siglo en que vivimos (Hughes et al., 2004). El psiquiatra y educador Naranjo (2007) relaciona la crisis que vivimos en la sociedad con la limitada capacidad de las personas para construir relaciones humanas saludables y con la falta de capacidad amorosa. La necesidad de un cambio se vuelve fundamental en la medida que nos relacionemos entre y con nosotros mismos de la misma manera que con el entorno. Es vital fortalecer la empatía y la colaboración mutua para recuperar el sentido de interconexión con los demás seres humanos y la naturaleza para bienestar de todos.

En esta misión sustancial, los centros educativos juegan un papel importante. Hoy en día, existen muchas metodologías educativas y proyectos de apoyo centrados en las múltiples necesidades de los niños y las niñas para el desarrollo integrador, especialmente ofrecidos en el período inicial de la educación. A medida que el niño crece hacia la edad adulta, aumenta la necesidad de la estimulación creativa y una experiencia social auténtica, los centros educativos se centran más en las habilidades cognitivas, la expresión verbal y progresivamente se elimina la inteligencia interpersonal, intrapersonal, corporal, emocional y ecológica (Gardner, 1999) tan importante para el bienestar y la construcción de una vida significativa.

Al definir a las universidades como instituciones sociales dentro de un contexto de formación (Delgado, 2009) y comprender la misión de estas como el espacio para el cultivo y desarrollo del potencial de las capacidades humanas, las universidades deben ofrecer variedad de oportunidades para fomentar la curiosidad, la cultura, la creatividad, las habilidades sociales y el bienestar de los y las estudiantes para innovar, crear y evolucionar (Naranjo, 2007). Sin embargo, el entorno competitivo y el plan educativo estático de los centros de educación superior, dificulta que prosperen las acciones colaborativas, creativas y dinámicas. Es por ello que las acciones artísticas colectivas pueden convertirse en un elemento fundamental para fomentar las redes y la transformación social puesto que el acto creativo juega un papel conectivo para que cada participante cruce más allá de su mente aislada, y

logre experimentar la sensación de pertenecer a un "todo" más grande con el que los seres vivos están profundamente vinculados.

Por lo tanto, el presente trabajo de fin de master investiga el papel de los proyectos artísticos y colaborativos para el desarrollo psicosocial, la inclusión social y la transformación social a través del apoyo teórico en ámbitos como la neurociencia, la sociología, la pedagogía, la psicología, el arte y la cultura. Finalmente como fruto de la investigación, se pretende proponer una intervención de creación colectiva dentro de un encuadre arteterapéutico con los y las estudiantes que estudian el grados universitarios con el objetivo de fomentar la confianza y recuperar la interconexión entre los seres humanos, al tiempo que interactúan con el espacio que habitamos, siendo participantes activos en su proceso de crecimiento humano. Lo que pretende abordar como encuadre arteterapéutico es el conjunto de condiciones en el proceso creativo para alcanzar o mantener el bienestar de las personas en el ámbito educativo, social o clínico.

Así, la pregunta principal que impulsó la investigación se formó como;

¿Para promover la colaboración de los y las estudiantes universitarios, fortalecer sus vínculos sociales y su bienestar psicosocial, es lo idóneo facilitarles procesos de creación colectiva dentro de un encuadre arteterapéutico?

Tabla 1. *Objetivos generales y específicos de la investigación*

| | | |
|-----------|-------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Objetivos | Generales | Investigar el potencial de proyectos colaborativos creativos en un encuadre arteterapéutico para fortalecer los lazos sociales y mantener el bienestar psicosocial de los estudiantes universitarios. |
| | Específicos | 1. Investigar los orígenes del problema principal social y su manifestación en la población en el ámbito educativo. |
| | | 2. Identificar los elementos necesarios para fortalecer los vínculos sociales entre un grupo de personas. |
| | | 3. Indagar el efecto de la actividad artística y el proceso creativo en la interacción y vínculos sociales. |

| | | |
|--|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | | 4. Diseñar un modelo de intervención que se pueda integrar al ámbito universitario como una solución alternativa. |
|--|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

2 MARCO TEÓRICO

La revisión de la literatura se ha realizado para recopilar los datos que estructuran la base del proyecto. La investigación teórica aborda la identificación del problema social que provoca la sociedad de consumo y discute la necesidad del sistema educativo, las características de los y las estudiantes universitarios como población objetivo, además de definirse los conceptos esenciales para comprender el encuadre arteterapéutico, el proceso terapéutico de creación colaborativa, así como el vínculo espacio-sujeto para justificar los objetivos de la propuesta de intervención.

2.1 Identificación Del Origen Del Problema Social

Desde el modernismo que se ha formado por la transformación tecnológica, industrial y comercial de la sociedad después de la era industrial, la estructura social y la percepción del sujeto en la sociedad están en constante cambio (Levin, 1987). La visión sociocéntrica de la Europa premoderna; en donde la integridad familiar, la colaboración, la solidaridad y la interdependencia fueron el foco en la interacción interpersonal (Triandis 1990, Hofstede et al. 2010), como parte de la comunidad y la naturaleza (Kâğıtçıbaşı, 1994) se ha visto reemplazada por la visión de un sujeto al ser como subjetivo, autónomo y centro de su propio mundo en donde la competencia y el desapego emocional dominan las relaciones interpersonales (Shweder & Bourne 1982). La psicología occidental introdujo gradualmente la idea del "yo" que contiene una profunda interioridad manifestada a través de la introspección o alguna otra forma de visión interna que de otro modo sería incomprensible (Ibid, 1982).

En la sociedad en la época del modernismo, la visión del Yo como una mónada, se ha reinternalizado una vez que se ha institucionalizado en los hábitos de crianza, en las prácticas religiosas, educativas y políticas, y se ha manifestado en el arte, y el lenguaje (O'hara, 1994). Esta sociedad ha exaltado el egocentrismo y la libertad de elección y control y esas circunstancias incontrolables han comenzado a crear ansiedad. En la base del problema se encuentra que la división entre el yo interior y el mundo exterior que ha creado la inseguridad hacia las relaciones con los demás, llegándose a ver como una amenaza. Como consecuencia, la relación interpersonal ha sido distanciada, la confianza y la tolerancia entre las personas han disminuido (Bolaños, 2010). La preocupación por los demás ha cambiado llegando a tener miedo de los demás (Bascoy, 2017).

Esta dicotomía convirtió a la psique moderna en vulnerable, aumentando la necesidad de afirmación psíquica de otras personas y el anhelo irresistible de reconocimiento y conexión significativa con los demás (Bolaños, 2010). Muchos autores sugirieron que la prevalencia de enfermedades neuróticas como el narcisismo, la depresión, la ruptura de la relación y los trastornos adictivos, están vinculados con la desconexión con los demás y al egocentrismo que el modernismo y a los avances tecnológicos conllevaron el patrón de las relaciones interpersonales (Levin 1987, O'hara 1994, Stivers 2004, Fawcett 2003) llegando a evitar el contacto y generando ansiedad social.

Según las extensas investigaciones, la experiencia competitiva tiene relación con el auto-rechazo, el egoísmo y la ansiedad por relacionarse con los demás, lo que afecta negativamente la salud mental, mientras que la experiencia cooperativa promueve la autoestima y la autoaceptación. y sentirse positivo consigo mismo correlacionado con los índices de salud psicológica (Johnson et al., 2010).

2.2 La Discusión Sobre El Propósito De La Educación Y La Integración Del Proyecto

El propósito de la educación y los objetivos de los centros educativos están en constante transformación debido a la perspectiva y la visión de las necesidades del futuro. El sistema educativo actual que se practica en Europa, tiene sus raíces en las demandas de la Revolución Industrial y sus principios de producción en masa. Los elementos esenciales de este sistema educativo fueron criar a los niños como individuos puntuales y sumisos (Robinson, 2015). Fue una era fundamental que afectó a Europa económica, social, psicológica y emocionalmente. Los lazos familiares tienen un papel crucial para que el individuo tenga una vida significativa y bienestar psicológico, lo que ha comenzado a desaparecer debido a la migración a las ciudades para adoptar el nuevo sistema de vida individual. La disminución gradual de las unidades familiares ha creado individuos solitarios y socialmente aislados (Levin, 1987). Según investigaciones recientes, existe una firme relación entre el aislamiento social y el contacto social limitado por la depresión y las tendencias suicidas, que recientemente está reconocido como un problema de salud pública (Sutin et al. 2018, Mansbridge 2013, Chang et al. 2019).

Considerando que la sociedad actual está bien adaptada a la familia nuclear moderna y al estilo de vida de interacción limitada, las escuelas adquieren más responsabilidades para el desarrollo social saludable.

El objetivo de la educación para el educador y autor Ken Robinson (2015) es capacitar a los y las estudiantes para comprender el mundo que los rodea, descubrir sus talentos naturales para que puedan realizarse y convertirse en individuos benevolentes y parte de la unidad más grande. El autor Krishnamurti (1974) se suma a esta visión, entiende la educación como un escenario que debe servir para comprender todo el proceso de la vida, liberarse de

los condicionamientos y desarrollar la visión individual confiando en sí mismo (Krishnamurti, 1974). La escuela es un lugar social donde la persona aprende a interactuar con la vida, ser capaz de vivir el encuentro, ser respetuoso y valorar la diversidad de cada persona (Johnson et al., 2010).

Según Naranjo (2007), sin sentir el sentido de hermandad no hay forma de lograr una visión global completa.

Naranjo (2007) explica que:

Necesitamos una educación que lleve al individuo hasta ese punto de madurez en el que, elevándose por encima de la perspectiva aislada del propio yo y de la mentalidad tribal, alcance un sentido comunitario plenamente desarrollado y una perspectiva planetaria. Necesitamos una educación del yo como parte de la humanidad, una educación del sentimiento de humanidad. (p. 155)

Hoy en día, muchos profesionales se frustran fácilmente cuando ejercen su profesión, lo que provoca rechazo e irritación de la profesión. Sin embargo, no hay mucho esfuerzo para intentar cambiar la rutina establecida, lo que refleja la rigidez del sistema educativo en el que la memorización y la repetición son fundamentales para tener éxito.

Por otro lado, el proceso de aprendizaje saludable implica experimentar, fallar, encontrar diferentes formas de lograr, encontrar una respuesta auténtica en lugar de repetir el patrón conocido (Gamella, 2016). Por tanto, experimentar con diferentes formas de expresión y capacidad de crear son fundamentales para inventar, imaginar y resolver problemas de forma creativa (idem, 2016).

Aunque la importancia de la colaboración y la creatividad ha sido expresada por muchos autores (Robinson 2015, Goleman et al. 2012, López F. Cao 2011) para el bienestar emocional, social y psicológico de los y las estudiantes, el sistema educativo como afirmó Marian Cao, cada vez excluye más el conocimiento relacionado con la vida, ofreciendo un currículum sin movimiento, cooperación, imaginación y experimentación (López F. Cao, 2011). Los objetivos de la educación normalizada que es definida por Naranjo (2007) como 'educación patriarcal' eliminan los factores que preparan al ser humano en la vida social para desempeñar un papel activo en la sociedad, desarrollar la empatía, la cooperación con los demás y desarrollar el sentido de resiliencia. El proceso de aprendizaje ocurre a través de la experiencia. Por lo tanto, es crucial ofrecer oportunidades en un lugar seguro para experimentar diferentes formas de ser en relación con el mundo, con los demás, con materiales que faciliten la creación y por lo tanto, con el Yo.

Las universidades son los lugares donde se puede llegar a una gran cantidad de personas muy diversas que tienen diferentes antecedentes socioeconómicos y culturales. Su capacidad de cambio e impacto en el contexto social y cultural lo convierte en el lugar más

idóneo para experimentar la convivencia a través de la creación colectiva un entorno social, activo e inclusivo.

Para construir un sistema educativo inclusivo y activo, es esencial aumentar los servicios que refuerzan la creatividad, tienen en cuenta las necesidades emocionales, psicosociales y la relación interpersonal entre los miembros de la escuela, así como la interacción espacial para lograr el sentido de comunidad en universidades.

2.3 Las Características De La Población Y La Importancia Del Entorno Universitario Para El Bienestar Psicosocial De Las Y Los Estudiantes

Cada año, más estudiantes experimentan problemas de salud mental que afectan su bienestar psicológico, emocional, físico y social, así como su rendimiento académico (Harris, 2019). El período crucial de búsqueda de identidad para los jóvenes en una sociedad donde prevalece el individualismo y el aislamiento social, crea una vulnerabilidad que repercute en depresión, la ansiedad, las tendencias suicidas, el narcisismo, la violencia, el conflicto consigo mismo y con los demás, y la desconexión con la vida (Levin, 1987).

Según la investigación reciente realizada por la Organización Mundial de la Salud con la participación de las 19 universidades en 8 países, incluido España, 1 de cada 3 estudiantes sufre de abuso de sustancias, tendencias suicidas, depresión y ansiedad (Blasco et al.2016, Harris, 2019). Los problemas más comunes que enfrentan las y los estudiantes universitarios son la soledad, el aislamiento social, la sensación de incapacidad para hacer frente, la depresión, la nostalgia y los pensamientos suicidas (Harris, 2019). Especialmente el primer y segundo año de la universidad, esta etapa se vuelve un desafío para las y los estudiantes que experimentan una transición a un entorno desconocido donde las y los estudiantes enfrenta estrés psicosocial y la presión académica (Blasco et al., 2016). El avance tecnológico y el comportamiento individualista provocan estos problemas sociales a pesar de que las redes sociales permiten la comunicación artificial sin límite. Según algunos autores, el desarrollo de una persona sana depende en gran medida de las relaciones sociales positivas y constructivas. (Erikson 1968, Johnson et al., 2010)

La adolescencia y la edad adulta temprana son períodos claves de desarrollo, los jóvenes aprenden cómo ser más efectivos, regular el estrés, desarrollar actitudes, valores y crear redes sociales, también es el período de manifestación de los trastornos mentales (Blasco et al., 2016) Según Erikson (1968), la búsqueda de identidad y significado en esta etapa, puede llevar a las y los jóvenes a la crisis, especialmente cuando las experiencias de la vida son angustiantes y catastróficas. Además, las y los jóvenes están en el proceso de desarrollo de construir sus propias identidades mientras tratan de cumplir con las expectativas sociales. En este camino, la/el joven adulta/o podría enfrentar cierta disonancia entre la expectativa social y la visión individual del ser (Rogers, 1995). Como consecuencia, el falso

self aparece de los conflictos internos y la necesidad de la defensa, ocultando el verdadero self que tiene el potencial creativo (Winnicott, 1989 p.137). El equilibrio entre el yo auténtico y el concepto del yo es esencial para desarrollar una identidad estable y en evolución, así como un funcionamiento psicológico saludable (Buhler, 1971). La congruencia se logra a través de la activación del potencial creativo espontáneo (Winnicott, 1989) teniendo sentido con la experiencia de la vida (Rogers, C. 1995).

Las escuelas tienen un papel fundamental en el desarrollo psicosocial de la persona, puede ser una experiencia socialmente enriquecedora y a su vez violenta para los estudiantes. La intimidación es uno de los problemas que no cesa en las universidades; El acoso tradicional, que se producía en las aulas escolares, se extiende a los contextos universitarios entre sujetos con cierto nivel educativo. Población expuesta a la violencia interactiva en donde coexisten dos polos; La víctima y el agresor. (Cerezo, 2009) La víctima sufre una agresión sistemática que genera graves estados de aislamiento y ansiedad, ya que asociar la experiencia negativa con toda la escuela provoca la pérdida de interés en aprender y asistir a la escuela. Por otro lado, el agresor sufre exclusión social debido a la actitud antisocial repetitiva (Blanco Castilla & Cano Galindo, 2019). Para visibilizar esta situación traumática, las universidades tienen protocolos de acción armada llamado "la Unidad de la Igualdad" y "Comité de Seguridad y Salud" que organizan acciones para la prevención, campañas de sensibilización, así como conferencias y exposiciones centradas específicamente en la igualdad de género y el abuso sexual (UAM 2020, UCM 2020). La importancia del protocolo no puede subestimarse y debe ser apoyada por los proyectos psicosociales que tienen funciones preventivas.

Otro tema importante son los límites y las dificultades de las y los estudiantes con diversidad funcional en las universidades. Aunque recientemente se ha hecho un gran esfuerzo por un entorno escolar inclusivo, las y los estudiantes con diversidades funcionales aún enfrentan obstáculos importantes para la integración total. Según una investigación reciente, las universidades son los lugares donde las personas con diversidad funcional se sienten menos incluidas y respaldadas por la institución y el entorno social en comparación con las otras etapas de la educación. La investigación indica que una de las dificultades más desafiantes que encuentran es la actitud y la mirada de las personas sin discapacidad hacia la población (Suriá Martínez, 2012). Considerando la actitud como una predisposición aprendida hacia el objeto, las personas o una situación (Fishbein y Ajzen, 1975 recuperado de Suriá Martínez, 2012), las experiencias colectivas donde todos los participantes tienen las mismas oportunidades para expresarse e interactuar pueden ser una oportunidad significativa para cambiar la actitud que se ha establecido. La comunicación no verbal permite experimentar y conectarse con los participantes, aparte de los pensamientos pre-acondicionados que amplían la visión para explorar la función esencial y única de cada participante.

Si bien las universidades brindan un cierto nivel de tratamiento psicológico, ofrecer un entorno seguro para experiencias sociales auténticas, experimentar la comunicación y expresión creativas, el apoyo psicosocial y emocional que no puede ser brindado por el

entorno familiar puede actuar como medidas preventivas. Según Moon (1988), el desarrollo integrativo debe incluir factores perceptivos, emocionales, imaginarios, sociales, físicos y espirituales. Proporcionar proyectos artísticos colectivos en un encuadre arteterapéutico permite a las y los estudiantes crear un vínculo entre ellos. Esta base segura enriquecedora puede ser un refugio para que los jóvenes encuentren una oportunidad que les permite desplegar y ajustar el sistema de apego, y desarrollen una conexión armoniosa con sí mismo y con los demás. Además, el proceso creativo proporciona una perspectiva constructiva para elaborar los pensamientos internos, experimentar los múltiples aspectos de la identidad, encontrar una manera de expresar y comprender las emociones y formas de encontrar la congruencia entre el yo interno y el mundo externo mientras la persona es apoyada por un grupo.

Siegel (1999) afirma que los procesos creativos no verbales, como las imágenes, la conciencia de las sensaciones corporales, la danza y la música, facilitan a la persona experimentar una nueva forma de ser y activar el hemisferio derecho.

Siegel (1999) indica que:

Modelo del hemisferio derecho facilita la promoción de la conexión emocional con los demás. A medida que se desarrollan tales experiencias resonantes, surge un proceso integrador y evoluciona una narrativa más coherente, junto con un sentido de significado más complejo y enriquecedor en la vida. (p. 289)

2.4 Proceso Creativo En El Encuadre Arteterapéutico

Para describir el proceso creativo, primero debe definirse la creatividad en el encuadre arteterapéutico. La creatividad se ha definido en la cultura occidental como la capacidad de producir un trabajo novedoso y original utilizando la imaginación (Stein, 1953). El rendimiento creativo se evalúa por la fluidez (el número de ideas), la flexibilidad (la diversidad de las ideas) y la originalidad (la rareza de las ideas) (Lubart, 1999). Por otro lado, la concepción oriental de la creatividad está relacionada con la realización personal, la comunicación y la conexión con un reino primordial, o la expresión de una esencia interna. Es la meditación la que ayuda a ver la verdadera naturaleza del yo o de un evento (Chu, 1970). Por lo tanto, el proceso creativo en el encuadre de Arteterapia está muy relacionado con esta definición de la creatividad como conexión con sí mismo y con lo divino.

Si bien algunos autores tienen una definición precisa de la Arteterapia como una forma de psicoterapia a través del arte (Moreno Gonzales, 2010), otros autores amplifican la visión y definen la Arteterapia como el acompañamiento a personas con dificultades sociales, psicológicas, físicas, educativas, existenciales, a través de creación y expresión artística (Klein, Bassols & Bonet, 2008 p. 9).

De acuerdo con la FEAPA (Federación Española de Asociaciones Profesionales de Arteterapia)

El Arteterapia es una vía de trabajo específica que utiliza el proceso de creación a través del lenguaje artístico para acompañar y facilitar procesos psicoterapéuticos y promover el bienestar bio-psico-social, dentro de una relación terapéutica informada y asentada a personas y / o grupo de personas que así lo requieran. Se fundamenta en el potencial terapéutico de la creación artística dentro de un encuadre adecuado, con el objetivo de promover dinámicas de transformación sobre: la capacitación personal y social, el desarrollo expresivo y creativo, el cambio de posición subjetiva y en su caso, la elaboración sintomática. (ídem, 2020)

Teniendo en cuenta la definición de la FEAPA, se puede considerar la intervención artística para la acción social y colaborativo en el campo de la Arteterapia de acuerdo con el acercamiento y objetivos de la intervención.

La Arteterapia comprende el acto creativo como una forma de comunicarse con los elementos intrapsíquicos, los pensamientos internos y las emociones para expresar la verdad interna (Lubart, 1999) para contactar con la experiencia de vivir, con nuestra propia historia y nuestro propio cuerpo (Del Río, 2006), así como comunicarse y crear un vínculo con otros. El proceso creativo permite el crecimiento social, físico, mental y personal (López Fernández Cao & Martínez Díez, 2006). Los límites del tiempo y el espacio se aflojan donde las intuiciones y el conocimiento tácito guían la forma en que el Yo se reformule a través de la formación activa de un objeto (Franklin, 1992). La Arteterapia integra la acción terapéutica y creativa donde cada propuesta de creación es terapéutica y cada dinámica terapéutica es creativa. (Del Río, 2009) La transformación interna ocurre a través de la transformación del potencial físico y simbólico del material de arte. A través del proceso creativo, la persona experimenta decisiones, acciones, relaciones de manera simbólica para hacer visible lo que era invisible.

López Fernández Cao & Martínez Díez (2006) Explica que:

La creatividad... ayuda al participante a mostrarse ante sí, ante su obra y ante los otros de un modo atento, abierto a nuevas posibilidades, receptivo, flexible, y tolerante para poder llevar a buen puerto ese barco que transita sin prisa, por la incertidumbre del buscarse a sí mismo a través de la acción artística, que es el arteterapia. (p.20)

Las autores destacaron las posibilidades que facilita el pensamiento creador; es un acto para afrontar lo desconocido y encontrar la manera de estar cómodo con él, en lugar de encerrarse en la rigidez de la razón, para buscar diferentes posibilidades, agrandar la visión para transformar lo imposible en posible. Según las autoras, la Arteterapia facilita un espacio de posibilidades que espera ser creado de la mano del creador. “Ocurre en un espacio y un tiempo fuera del espacio y el tiempo, pero paradójicamente ligado a ambos, ligado a la vida” (López Fernández Cao & Martínez Díez, 2006, p.16).

Si bien el concepto de “terapia” no es la misión de los centros educativos, las intervenciones se pueden proponer dentro de la atención preventiva en un enfoque psicoemocional (Barquero & Rosales, 2017), psicoeducativa (Granados & Chinchilla, 2010), de apoyo psicosocial (Kelly, 2015) que son los elementos imprescindibles para una educación integral.

2.5 Los Elementos Fundamentales Para La Transformación En El Proceso Arteterapéutico de Creación Colectiva

En esta sección, se enfocará en los términos que se encuentran en la literatura para definir el potencial transformador del proceso creativo colectivo en el encuadre arteterapéutico considerando la relación con los objetivos del proyecto.

2.5.1 Encuentro Auténtico

A principios del siglo XX, poetas, artistas, filósofos, pensadores y terapeutas sintieron la necesidad de trabajar en la noción de interacción interpersonal y comprendieron la naturaleza relacional de la vida. Una de las mayores inspiraciones que se enfoca en las relaciones interpersonales es el filósofo Martin Buber que expresa el "yo" en relación con algo o alguien (Buber, 1997). La calidad de la percepción del "no yo" es el punto clave para describir la conexión entre el sujeto y sus relaciones con el entorno. En la terminología de Buber, hay dos formas de relacionarse con el otro sujeto; "Ello" se refiere a percibir a la otra persona como un extraño que crea discriminación y separación. Mientras que "yo y tú" se refiere a una profunda conexión que el sujeto crea con los demás cuando se logra al aceptar abrirse a la otra persona (Buber, 1997), " Tú " describe un enfoque hacia un todo colectivo. Buber destaca el encuentro auténtico, una conexión integradora entre el enlace de conexión con otros como "El ser humano se torna yo en el tú. El interlocutor viene y desaparece; los eventos relacionales se condensan y disipan, en este cambio, la conciencia que permanece idéntica, la conciencia del yo, se ilumina y crece cada vez más. ” (Buber, 1997, p. 31) No consideramos “yo y tú” solo las relaciones interpersonales, sino la relación de la persona con la totalidad de la vida. El sujeto logra el sentido de "yo-tú" cuando el puente emocional permite conectarse con el otro que requiere empatía y comprensión, una conexión profunda con la otra persona que se llama "intersubjetividad" en el psicoanálisis (Goleman, 2006)

Es una necesidad profunda para una relación cercana y real; en el cual los sentimientos y las emociones pueden expresarse espontáneamente sin primero ser cuidadosamente censurados; donde se pueden compartir experiencias profundas, decepciones y alegrías; donde se pueden arriesgar y probar nuevas formas de comportamiento; donde todo es conocido y aceptado y, por lo tanto, es posible un mayor crecimiento. (Rogers, 1970, p. 11)

Hay varias aplicaciones terapéuticas inspiradas en la terminología de Buber de "curación a través de la reunión" (Healing through meeting) creyendo en proporcionar las condiciones necesarias y suficientes de afecto interpersonal, autenticidad, aceptación, empatía y respeto positivo, el ser humano se transforma naturalmente hacia la integridad psicológica, el crecimiento y autorrealización (Rogers 1970). La Psicología Analítica Jungiana, la Psicología Interpersonal, la Psicología del Sí Mismo, la Terapia Existencial, la Terapia Gestalt, la Terapia Grupal de Adler y Grupo de Encuentro de Rogers están explícitamente influenciadas por las ideas de Buber (Abramovich, 2015).

El encuentro no es auténtico cuando el diálogo no es más que una autorreflexión (Buber, 1997). Cuando la comunicación solo se basa en el intercambio de palabras, se cae en la trampa de la autorreflexión. Aunque el lenguaje verbal es muy efectivo para compartir la experiencia, crea una brecha entre la experiencia misma y su representación verbal (Stern, 1985). Un diálogo artístico creativo permite que la comunicación y la comprensión lleguen más allá de la palabra. Según los terapeutas creativos, un encuentro humano a través de la creatividad puede ser una experiencia totalmente transformadora al descubrir el ser auténtico y las nuevas formas de expresarse y comunicarse con los demás (Mcneilly, 2005). Aunque los pensamientos pre-condicionados interrumpirán el proceso e intentarán interferir con el antiguo patrón de comportamiento competitivo, defensivo y vergonzoso, el tiempo suficiente de práctica colaborativa inevitablemente cambiará la actitud cuando el sujeto comience a sentir el clima terapéutico de seguridad y conexión profunda (Rogers, 1970).

La propuesta de la investigación es indagar en todo el potencial del diálogo artístico a través del establecimiento de una comunidad creativa apoyada por el marco terapéutico para construir un espacio seguro en donde cada miembro contribuya, tener un diálogo auténtico y el sentido de conexión que permita la confianza y la colaboración.

2.5.2 El Sistema De Apego

El sistema de apego puede describirse como la necesidad del bebé de sentirse seguro y buscar la proximidad de los cuidadores que comienza a ocurrir desde los primeros días de la vida (Kagan, 1995). El sistema de apego permite que el cerebro inmaduro del bebé establezca una relación interpersonal con sus cuidadores para organizar su propio proceso de madurez. Es el mecanismo principal por el cual los humanos usan las relaciones sociales para procesar la experiencia que se asocia con la regulación emocional, la relación social, la memoria autobiográfica y el desarrollo de la autorreflexión y la narrativa (Siegel, 1999). Estos modelos de trabajo internos crean patrones emocionales, cognitivos y de comportamiento que guían la respuesta del individuo a las diversas relaciones sociales que encuentra el individuo. Existen principalmente estilos de apego seguro e inseguro dependiendo de la respuesta del cuidador a las necesidades de los bebés. El comportamiento aprendido de apego se manifiesta a partir de la relación entre el bebé y los padres y continúa en las relaciones íntimas de la edad adulta

durante toda la vida. Por tanto, el tipo de apego determina el estado de las relaciones en la vida social de la persona.

Los elementos clave del apego seguro son la sensibilidad de los padres a las necesidades del bebé y la comunicación contingente colaborativa que se puede lograr a través de la sintonización emocional mutua y la resonancia de los estados mentales (Trevarthen, 1993). La sintonización es un estado de comunicación no verbal que permite una sensación de conexión profunda entre dos personas a través del flujo de energía e información (Goleman, 2006).

Cuando las familias son receptivas saben cómo sintonizarse con sus hijos y crear una conexión saludable, el niño puede continuar su desarrollo psicosocial por sí mismo. La interacción con un cuidador que no está disponible emocional y físicamente puede llevar a establecer un modelo de relación basado en la desconfianza, la falta de autoestima y la angustia crónica (Bowlby, 1988). Según las investigaciones realizadas en todo el mundo, el 40% de los niños, adolescentes y adultos tienen un sistema de apego inseguro (Siegel 1999, Goleman 2006). El sistema de apego puede transformarse de inseguro a seguro y viceversa de acuerdo con las condiciones de las relaciones sociales profundas de la persona, no solo en la infancia sino en toda su vida (Kagan, 1995).

Las personas con apego inseguro tienen más probabilidades de encontrar a la pareja con apego inseguro, que refleja su carga hacia la próxima generación, crea una cadena que pasa de generación en generación (Goleman, 2006). Concienciar y profundizar sobre los orígenes del malestar, experimentar diferentes formas de relacionar con otro, con sigo mismo son las claves para transformar el patrón habitual de relación con los demás.

El proceso creativo permite que una base no amenazante explore las experiencias conflictivas interpersonales anteriores que dan forma a la manera en que la persona socializa para tomar conciencia y, en última instancia, transformar la manera de relacionarse con los demás a través del apoyo de las interacciones grupales profundas. Además, a través de la exploración de la relación entre el usuario con diferentes materiales de arte, la autoconciencia se gana explorando la reacción a los materiales que van desde materiales controlados o rígidos hasta materiales líquidos fluidos, que permiten una exploración libre.

2.5.3 El Juego En El Proceso de Creación

Jugar es un acto fundamental en todas las etapas de la vida en el desarrollo físico, social, emocional e intelectual del ser humano (Robinson, 2015). Es la conexión simbólica entre la psique interna de la persona y la realidad externa. ¹Winnicott (1989) destaca la

¹ La frase original de la cita; "It is in playing and only in playing that the individual child or adult is able to be creative and to use the whole personality, and it is only in being creative that the individual discovers the self."

importancia de jugar y afirma que “solo en el juego, el niño o el adulto es libre de ser creativo y expresar la personalidad en su totalidad, y solo en ser creativo, que el individuo se descubra a sí mismo” (p.73). El autor afirma que un hecho muy importante sobre los efectos terapéuticos y de conciencia de la creatividad es que no se trata simplemente de hacer algo con un material, sino que debe hacerse en un espacio seguro con el acompañamiento de alguien que tenga la capacidad de observar los bloqueos de los participantes y actuar en consecuencia. Aunque las interacciones creativas no directivas tienen un efecto positivo en las conductas prosocial de las personas, la persona puede tener dificultades para ser consciente de sus propios obstáculos y defensas (Rogers, 1970), la capacidad de observación y sintonía del terapeuta juega un papel importante para acompañar e intervenir indirectamente para permitir que el participante esté en el estado y exprese su autenticidad como ²“Estoy, estoy vivo y soy yo mismo” (Winnicott, 1989, p.76).

El juego es una situación microcósmica de la realidad que permite elaborar las acciones simbólicas. Sin embargo, no se confunde con la "vida real" (Waller, 1993). A través del juego, el niño aprende una serie de habilidades sociales importantes; cómo manejar las luchas de poder, cómo cooperar y establecer alianzas con los demás y la forma adecuada de ceder también. Goleman (2006) afirma que el juego fertiliza el desarrollo de los circuitos cerebrales vinculados a la amígdala y la corteza frontal que le permite a la persona desarrollar la inteligencia social, que es una habilidad fundamental de todos los mamíferos.

2.5.4 La Experiencia grupal

Aunque todas las experiencias individuales tienen una dimensión social (Bloom, 2013), no toda la experiencia social es una experiencia grupal. Según Perls, (1951) el grupo tiene experiencias de contacto recíproco con otros, por tanto desempeña un papel de mediador entre el individuo y la sociedad. El proceso grupal se entrelaza y los miembros son el factor terapéutico del otro (Moreno, 1987). Es un sistema complejo donde no solo se produce transferencia entre el terapeuta y los miembros, sino también entre los miembros del grupo.

Existen muchas corrientes de psicoterapia en la experiencia grupal, sin embargo, el término más adecuado para explicar la esencia del proyecto presentado es el término de "grupo operativo" del Pichon Rivière (1980) que define al grupo, como un grupo de personas con un objetivo común y considera que el grupo opera como un equipo. El autor enfatiza las dos dimensiones de lo emergente; verticalidad y horizontalidad, los orígenes de la reacción aprendida del sujeto y lo que sucede aquí y ahora, respectivamente (Pichon Rivière, 1980). El autor señala que durante todo el proceso grupal se producirán ansiedades paranoides y depresivas relacionadas con la resistencia al cambio del antiguo patrón de conducta

² La frase original de la cita; " I am, I am alive , I am myself."

aprendido. La orientación de la terapia grupal a la tarea (creación colectiva en este proyecto) reduce los temores básicos, la culpa y la inhibición. Un encuentro sin miedo y en defensa propia permite la integración del yo auténtico y el proceso de elaboración de los sujetos que participan en la experiencia (Gómez Esteban, 2008). La integración del yo auténtico permite establecer la conexión entre Yo-tú de los miembros del grupo para experimentar el sentido de "Nosotros".

El grupo explora, crea y comparte sus emociones, recuerdos y preocupaciones internas y se comunica a través del arte. A lo largo del proceso terapéutico creativo se producen una serie de acciones en una red de relaciones; interacciones comunicativas, lazos emocionales, fantasías compartidas, identificaciones recíprocas, transferencias centrales y laterales, en las que la mirada de los demás es esencial (Gómez Esteban, 2008). La elaboración colectiva a través del proceso creativo permite a los miembros del grupo enfrentar estos sentimientos, fantasías, recuerdos, relaciones que producen un cambio fundamental en la dinámica del grupo.

2.5.5 La Empatía

El término empatía se ha definido como la capacidad de sentir las emociones de los demás o comprender la perspectiva de los demás, estar en sintonía emocional y cognitiva con otra persona (Ekman & Davidson, 1994). Se ha entendido como la respuesta de un individuo a la experiencia de otro (Davis, 2015) habilitada a través del grupo de neuronas en el cerebro llamado sistema de neuronas espejo (Ferrari & Rizzolatti, 2014). La detección de las emociones de las otras personas a través de sus acciones activa el sistema de neuronas espejo para reproducir las mismas emociones en el cerebro que crean una sensación instantánea de experiencia compartida (Goleman, 2006). El sistema de neuronas espejo está relacionado con muchas funciones, así como con la empatía, como el aprendizaje de imitación, la comprensión de la intención, el reconocimiento de uno mismo, la evolución del lenguaje, la toma de perspectiva que permite la comunicación social y la intersubjetividad (Overy & Molnar-Szakacs, 2009).

Cuando dos personas sienten empatía mutuamente, se crea una relación que es una sensación de la conexión de dos personas, la sensación de ser comprendido y sentido por el otro. La atención compartida entre sí, la sensación positiva y la coordinación o sincronización no verbal son los elementos clave para crear una relación (Goleman, 2006). Esta profunda comprensión de la función de empatía revela la naturaleza relacional del proceso que se construye mediante la conexión mutua de ambos lados. La sensación de conexión mutua ha sido elaborada por otros autores nombrados como empatía relacional que se define como percibir, conocer y estar conectado a otra conciencia (O'hara, 1994). La empatía relacional amplifica los límites de la sensación de la conexión más allá de la interacción interpersonal.

La investigación mundial sobre la empatía descubrió que la cultura juega un papel importante en el nivel de empatía y que las culturas colectivistas tienden a tener puntajes de empatía más altos que las culturas individualistas (Konrath, 2017). Las diversas investigaciones confirmaron la correlación positiva entre la empatía y las conductas prosociales, motivación de comportamiento altruista (Konrath 2017, Batson & Powell 2003) mientras que la correlación es negativa con acciones agresivas y comportamientos egocéntricos. (Davis, 2015).

La motivación de las conductas prosociales se relaciona con dos necesidades distintas; uno es la satisfacción egocéntrica de calmar la angustia fisiológica que despierta la situación (Riordan et al, 1984); el objetivo final está orientado al bienestar del ayudante. Mientras que el otro está totalmente orientado a los beneficios del objetivo como una respuesta emocional al comportamiento empático que se define como motivación altruista (Batson & Powell 2003). Para que se produzca la respuesta emocional de bondad y ternura, se debe sentir la similitud entre el observador y el objetivo (Davis, 2015).

Algunos autores afirman que la creación artística y la observación de obras de arte provocan un estado mental empático, ya que la creación artística es una forma de externalizar los contenidos intrapsíquicos, desplegar las emociones profundas y una forma de comunicarse para encontrar la comunidad con otros que les permita empatizar con los demás (Rusu 2017, Konrath 2019). Hay varias intervenciones de Arteterapia a corto o largo plazo con diversas poblaciones que afirman que el proceso creativo en el marco terapéutico es efectivo para activar las neuronas espejo, aumentar el nivel de empatía, las conductas prosociales y la motivación del comportamiento altruista (Van de Vyver et al.. 2019, Keser Özcan et al. 2011, Behrends et al. 2012, Overy & Molnar-Szakacs 2009). Sin embargo, la creación colaborativa para crear vínculos no es una práctica nueva; Desde la era prehistórica, los rituales eran las prácticas claves en las comunidades para establecer vínculos grupales (Dissanayake, 1999). El autor define los rituales como una combinación de formas de arte que los miembros practican, como el canto, el baile y las artes visuales que estimulan la producción del químico en el cerebro llamado "opioides" que permite la sensación de confianza, para lograr cohesión entre los miembros del grupo. (Ibid, 1999).

2.6 Antecedentes de Creación Colectiva Como Transformación Social

Recientemente la cantidad de proyectos educativos, pedagógicos, artísticos, terapéuticos y sociales desarrollados que utiliza el arte y el proceso creativo para la colaboración y dar soluciones problemas sociales está creciendo. Sin embargo, no hay muchos proyectos desarrollados que aborden la creación colaborativa para la población universitaria y la comunidad educativa, que es el enfoque pretende abordar del presente trabajo.

En el campo social, los proyectos creativos y colaborativos se practican comúnmente como una intervención comunitaria utilizando el proceso artístico para tejer redes sociales y recuperar el sentido de comunidad para la transformación social (Bang & Wajnerman, 2010). Los proyectos de arte comunitario se centran en un vecindario o una población vulnerable específica para recuperar la autoestima y activar un sentido de comunidad. Sin embargo, estos proyectos generalmente se presentan como proyectos a corto plazo y se centran en el producto artístico final. Aunque la creación artística tiene un resultado terapéutico, el terapéutico no es el objetivo en los proyectos.

En el campo de Arte, se pueden encontrar propuestas cocreativas como; creación colectiva y los proyectos de residencia artística realizada con la colaboración de grupo de artistas que buscan una nueva perspectiva que se puede alcanzar como un fruto de colaboración. El enfoque de estos proyectos aunque los proyectos se centran en la experimentación, la preocupación estética del producto final prevalece en las propuestas artísticas. (Bang & Wajnerman 2010). En general, los participantes deben tener una formación artística para participar a los proyectos.

Uno de los términos más relevantes en la literatura para la creación colectiva con los objetivos terapéuticos está definido como Arteterapia basada en la comunidad (*Community based art therapy*) que se practica con el objetivo de potenciar la identidad de la comunidad, el papel del individuo en la comunidad (Dylan & Yasmine, 2006), así como fomentar la autoestima de los individuos y generar una conexión emocional compartida con los otros participantes (Ojeda García & González Ruíz, 2017). De la misma manera el enfoque de este proyecto también es investigar el potencial terapéutico, expresivo y comunicativo del proceso creativo colectivo en la dinámica e interacción del grupo, utilizando todas las ramas de la expresión artística.

La mediación artística es un campo que importante a mencionar debido a la cercanía al foco de presente trabajo de fin del Master ya que se utiliza creación artística como una herramienta para la transformación social, la inclusión social y el desarrollo comunitario. El término se define como una práctica educativa y artística donde la actividad artística actúa como mediadora con el objetivo de mejorar su situación individual, grupal o comunitaria (Moreno González, 2016). Si bien la autora se ha diferenciado Mediación Artística del enfoque arteterapéutico, tiene muchas vías comunes en términos del enfoque en el desarrollo integral de la persona, “trabajando en el potencial de las partes sanas del sujeto, promoviendo la elaboración simbólica, superación de conflictos inconscientes, tomar conciencia al presente e iniciación de un proceso de transformación y reinserción” (Moreno González, 2016, p.18).

2.7 Ser Consciente En El Momento Presente

El sistema que impera en el estilo de vida de millones de personas alaba a los individuos multifuncionales que son capaces de realizar varias tareas a la vez. Los siglos de practicar el funcionamiento cognitivo sobrecargado han creado un estado de pensamientos y problemas imparables de; percibir el momento tal cual es ((Kabat-Zin, 1994) sin encontrar descripciones, asociaciones, distracciones o esfuerzo para la autodefensa. Esta noción está relacionada con la capacidad de concentración y el sentido de fluir; que se refiere a la mentalidad altamente enfocada (Csikszentmihalyi, 2008). El reconocido psicólogo Csikszentmihalyi investigó durante más de 30 años las condiciones para ser feliz en la vida, el autor concluyó que la felicidad no se trata de las condiciones externas sino de cómo las interpretamos, “es al ser plenamente involucrado en cada detalle de nuestra vida, ya sea bueno o malo, que encontremos la felicidad, no tratando de buscarla directamente”³ (Csikszentmihalyi, 2008, p.2). Lo que el autor entiende de la felicidad no es simplemente buscar por un instante placer, sino metas externas sin posesión, lo cual está profundamente relacionado con el sentido de una vida significativa. Estar involucrado con cada detalle de la vida requiere una conciencia instantánea y una atención tremenda al momento que se puede lograr con prácticas periódicas. Csikszentmihalyi quedó fascinado por la devoción de los artistas por su arduo trabajo, ignorando la necesidad básica de comer y dormir. El autor creó un término llamado flow para explicar este alto estado de concentración, donde la dificultad de la tarea coincide con el desafío de la habilidad o capacidades de la persona (Csikszentmihalyi, 2008). El autor describe el flow en varios componentes: fusión de acción y conciencia, centrar la atención, pérdida de la conciencia de sí mismo, sensación de control, demandas coherentes de acción y retroalimentación clara (Taylor, 2016).

El nombre más común de la práctica en la sociedad occidental se llama Mindfulness que tiene sus raíces en las enseñanzas y la meditación vipassana enseñada por Gautama Buddha. Se describe como prestar atención a la realidad, los sentimientos, los pensamientos y las sensaciones en el momento presente con un propósito y sin una actitud de juicio (Kabat-Zin, 1994). Es una práctica de la mente para cambiar el patrón de un intento de controlar pensamientos y sentimientos, para entrenar la mente observar y aceptar las sensaciones a medida que surgen, para crear una pausa entre la acción que se percibe y la reacción. El flow y el mindfulness están profundamente relacionados, y juega un papel crucial en el proceso creativo (Taylor, 2016), así como en el proceso de aprender a conectar con lo significativo y ser consciente durante el proceso.

La intervención que se presenta en este trabajo adapta diferentes técnicas de mindfulness. Interconectar los recursos del mindfulness y el proceso creativo sirven para el mismo propósito de dar un significado holístico, y recrear el espacio y el silencio para ser

³ La cita original; “it is by being fully involved with every detail of our lives, whether good or bad, that we find happiness, not by trying to look for it directly.”

(Gamella, 2016). Este estado de ser crea conciencia de la experiencia en el momento, sin comparar la experiencia con los eventos pasados, no encontrar una respuesta automática, sino vivenciar y estar en la experiencia con su totalidad.

2.8 La Necesidad De Conectarse Con El Espacio Que Habitamos

Las sociedades tradicionales siempre estuvieron íntimamente conectadas con la tierra, con las otras formas de vida que son parte de la vida; Las plantas, los animales, las montañas, los ríos y el ciclo de la vida. La globalización cambió la construcción orgánica de los espacios públicos en espacios más controlados y privatizados. En consecuencia, los habitantes comenzaron a tener un contacto muy superficial con "el medio ambiente sin marcas, que tampoco marca quién las habita" (Vidal & Pol, 2005, p. 285). Todos están diseñados y presentados con los principios de la producción en masa para los usuarios desde propiedades privadas hasta una institución pública y los espacios públicos. Debido a la protección y control del estado, la interacción o transformación de los espacios públicos se ha definido como vandalismo (Sálcudean, 2012). Esta limitación de interactividad convierte el espacio en algo más estático que la dinámica que bloquea la relación entre el espacio y los habitantes.

La relación significativa con el espacio que habitamos ocurre a través de la "internalización" del espacio (Vidal & Pol, 2005). Según Vidal & Pol, la internalización ocurre de dos maneras; Acción-transformación e identificación simbólica que están vinculadas con el proceso afectivo, cognitivo e interactivo (2005, p. 283). Tanto la acción como la identificación están vinculadas con la experiencia en el entorno. Considerando la similitud entre el significado simbólico y metafórico del espacio terapéutico que Winnicott (1989) describe como espacio de transición donde ocurren las relaciones íntimas y la creatividad, surge la curiosidad por explorar; ¿Qué sucede si el espacio se transforma a través de la transformación de los usuarios?

Los artistas contemporáneos han meditado durante mucho tiempo sobre el concepto de la relación entre lo humano y el espacio, mientras que la arquitectura ha perdido su noción de ser un arte social. De los recientes movimientos artísticos, "*Landart*" y el "*Interactive art*" surgen nuevas propuestas para esta relación.

La práctica más relevante en el campo social adecuado para mencionar definido con el término de "*Creative Placemaking*" se refiere a la transformación social y física de los espacios públicos por parte de las comunidades locales con colaboración pública o privada (Markusen & Gadwa, 2010). Esta interacción con el espacio permite establecer el vínculo emocional y la elaboración del significado simbólico.

A pesar de ser escasos, algunos profesionales están trabajando en el diálogo entre el espacio y el ser humano en el acto creativo dentro del campo de la Arteterapia (Stevenson 2016, Whitaker 2017, Montejano & Sierra 2014). Comprender el medio ambiente como un

elemento importante de la identidad cultural (Montejano & Sierra, 2014), y un factor fundamental que afecta las decisiones y acciones en el aquí y ahora (Whitaker, 2017). El enfoque se hace en la apropiación simbólica de los espacios, nada que ver con la posesión egoísta sino la sensación de tener derecho a interactuar, participar en su transformación dinámica, asimilarse y ser asimilado por el espacio.

Un brillante ejemplo de los proyectos de creación "*Nou Pati Castellum*", dirigido por el artista Lluís Sabadell Artiga, se centra en la inclusión de la comunidad educativa y la interacción con el espacio. La propuesta del proyecto es rediseñar el patio de la escuela con la participación de los niños, las familias y los maestros, con objetivo de mejorar la inclusión de los usuarios del espacio, alentar la participación de las familias en la comunidad escolar, que es el elemento fundamental de la integración de los niños en la escuela. (Cocreable, 2020)

El proyecto invita a los participantes a percibir los componentes existentes del espacio, imaginar los deseos personales del estado ideal del espacio al considerar el significado simbólico, reconstruir en colaboración combinando una variedad de ideas y crear un espacio interactivo donde los nuevos usuarios puedan construir su propio vínculo emocional.

De la misma manera, el presente proyecto pretende crear un vínculo entre las y los estudiantes universitarios y los espacios públicos de la universidad permitiendo a los usuarios crear un sentido de pertenencia a la comunidad educativa.

3 METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACION

3.1 Diseño de la Investigación

Como se indica a lo largo del presente documento, la propuesta de investigación surge del interés de verificar si la creación colectiva en un marco arteterapéutico se puede utilizar como una herramienta efectiva por el bienestar psicosocial de los y las estudiantes universitarios que enfrentan una situación de exclusión o problemas psicosociales, con el fin de proponer una propuesta de proyecto de intervención. Por lo tanto, la metodología de la investigación cualitativa no experimental se ha realizado siguiendo el objetivo de este tipo de investigación de describir y analizar la vida tal como es experimentada, comprendida e interpretada por la subjetividad de las personas (Cropley, 2002 p.36). Se ha utilizado varias herramientas de recopilación de datos para responder a la pregunta principal y los objetivos específicos. El presente documento se puede categorizar como estudio cualitativo interpretativo básico con lo que los instrumentos de recolección de datos como entrevistas y encuestas se enfocaron en el significado subjetivo de los participantes sobre una situación o fenómeno específico (Ibidem, 2002).

El proceso de investigación cualitativa requiere reflexión constante como destaca Hernández Carrera, “una espiral auto-reflexiva continúa en el cual su inicio y su fin no claramente definido, los conceptos y las hipótesis se van formulando y recreándose con el proceso de investigación” (2014, p. 188).

Finalmente la propuesta de proyecto está diseñada siguiendo el manual de las propuestas de proyectos sociales (García Herrero & Ramírez Navarro, 2006), destacando los aspectos acción social e inclusivos del proyecto.



Figura 1. Esquema visual de las fases de la investigación

3.2 Técnicas e Instrumentos de la Investigación

Durante la investigación se han utilizado diversas herramientas de recolección de datos para dar respuesta a los objetivos de la investigación con el fin de crear una propuesta de proyecto.



Fig. 2. Objetivos generales y específicos.

- La información teórica se ha investigado y analizado accedida a partir de artículos académicos publicados, libros, conferencias, sitios web y documentos académicos de doctorado para investigar los conceptos relacionados, antecedentes del proyecto para responder la pregunta principal así como llevar a cabo los objetivos específicos de la investigación.
- La encuesta se ha utilizado para cumplir el segundo objetivo específico; identificar los elementos necesarios para fortalecer los vínculos sociales entre un grupo de personas.
- La entrevista se ha realizado a indagar el efecto de la actividad artística y el proceso creativo para bienestar social y aumentar la colaboración en entorno universitario.
- Para diseñar un modelo de intervención, guiada con el manual de las propuestas de proyectos sociales, los datos recopilados del proceso de investigación aplicando las herramientas de investigación y su análisis utilizado para alcanzar con el objetivo.

3.2.1 Encuesta

La breve encuesta se ha diseñado para descubrir aspectos que ayuden a comprender cómo generar encuentros auténticos para crear una conexión afectiva entre las personas.

La encuesta se ha distribuido a través de canales académicos y redes sociales para llegar a las personas más diversas, analizar y codificar las respuestas independientemente de los diferentes antecedentes culturales. No se requería una condición específica para participar en la encuesta a menos que los límites de edad mínima de 18 años. La encuesta se ha introducido en dos idiomas; castellano e inglés.

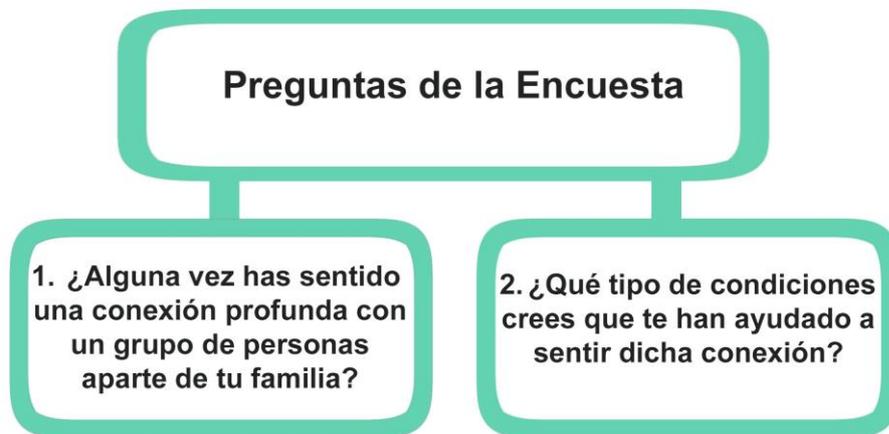


Figura 3. Preguntas de la Encuesta

La pregunta de la encuesta no se ha especificado deliberadamente, ¿para observar dónde las personas encuentran las conexiones profundas?, ¿qué significa para ellos?, ¿con qué se asocian?

3.2.1.1 Análisis De Los Datos De La Encuesta

La encuesta ha llegado a 110 participantes de 25 países diferentes, en todos los continentes. Entre los 110 participantes, 7 participantes declararon que no habían sentido ninguna conexión profunda con un grupo de personas, incluyendo el comentario de dificultad de sentir dicha conexión con sus familias.

“No siento una conexión profunda con mi familia como para entender el grado de profundidad.” (, R:106, Anexo 2)

Estas respuestas no afirmativas, nos invita a reflexionar y analizar en dos puntos de vista diferentes; la limitación del lenguaje verbal y la falta de interacción social significativa.

Puede resultar difícil verbalizar las emociones que el sujeto siente hacia otras personas. A lo largo de la historia, en las sociedades patriarcales, especialmente a los hombres se les enseñaron a reprimir sus emociones para mantener una imagen poderosa (Brooks, 2001). Por otro lado, las respuestas pueden ser ejemplos de dificultad de crear un vínculo con otras personas o falta de sentido en las relaciones personales, que justifique la necesidad de sanar las interacciones sociales a nivel personal y colectivo.

El resto de los 103 participantes tuvieron una respuesta afirmativa de que habían sentido una conexión profunda con un grupo de personas. La segunda pregunta se ha formulado como una pregunta abierta, y las respuestas se han clasificado como un componente principal e codificado en conceptos básicos (ver tabla 2).

El gráfico ilustra que el elemento más crucial para sentir la conexión interpersonal es encontrar puntos comunes (objetivos, ideas, cultura, intereses, deseos, edad, clase social... etc.), así como vivir experiencias profundas juntos.

La comunalidad es uno de los principios que mantiene el vínculo en los colectivos, para sentir el sentido de comunidad (Ojeda García y González Ruíz, 2017). Sin embargo, hay puntos en común que se construyen externamente; como nacionalidad, ideologías, idioma, religión... etc. que hace que la persona se sienta cómoda estando con los demás que comparten lo mismo para buscar la afirmación de sus propias verdades;

“Tener un estilo de vida común, una ideología común y tener una meta común.” (R:15, Anexo 2)

“Misma visión de cómo vivir el día a día..” (R:44, Anexo 2)

“Creencias similares, cultura y clase social.” (R: 91, Anexo 2)

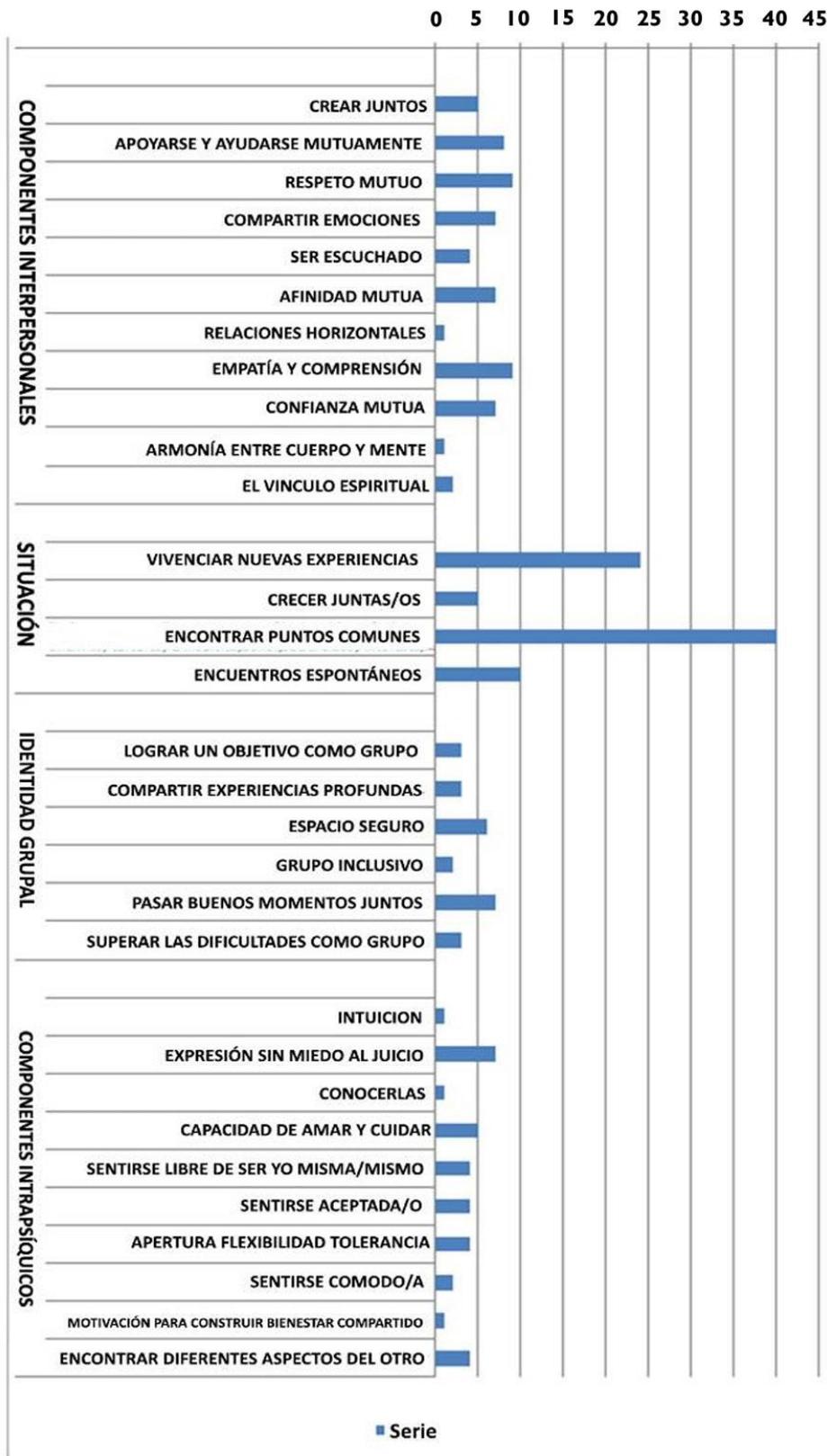
Más de 1/3 de los participantes de la encuesta respondieron expresando el tipo de comunalidad externa que buscan para crear conexiones sociales profundas. Las respuestas reflejan las limitaciones de las experiencias sociales y tal vez el resultado de la estructura jerárquica de la sociedad de la que depende la experiencia social de la vida cotidiana.

Por otro lado, hay otro punto en común que existe en compartir la misma experiencia no en el nivel de pensamientos sino en el nivel existencial.

"Compartir la experiencia, crear un dialogo autentico, encontrar puntos similares." (R: 18, Anexo 2)

La respuesta 18 expresa el comentario basado en la experiencia; el descubrimiento de lo común comienza desde la experiencia de la interacción y el diálogo, no desde el preconditionamiento social y las expectativas de la experiencia.

Tabla 2. Clasificación de las respuestas



Encontrar lo común en la experiencia humana, sin importar cuán diversos sean nuestros pensamientos, ideas o puntos de vista, eso solo se puede sentir en la experiencia del momento, donde la persona no necesita defenderse de él / ella. Desde la antigua sociedad humana, se ha logrado tal comunalidad mediante la creación colectiva de arte que permitió el sentido de unidad entre los individuos diversos en las comunidades. (Blat-Gross, 2017) Por ello el presente proyecto se centra en compartir el proceso creativo para ofrecer un diálogo auténtico que va más allá de los pensamientos, para invitar a una experiencia de encontrar lo común de lo humano.

Algunos de los participantes han enfatizado los componentes interpersonales como el respeto mutuo, la confianza para ser escuchado, la empatía y la comprensión, como Mcneilly (2005) señaló que estos son los elementos esenciales para que el grupo funcione como un todo. Por otro lado, los y las otros/as participantes han mencionado acerca de los componentes intrapsíquicos que comprenden la capacidad de uno para conectarse con el otro, que la respuesta más común fue la capacidad de expresar sin sentirse juzgado por otros que en realidad está relacionado con las actitudes de auto-juicio y aceptación del sí mismo, que reflejamos a la necesidad de ser aceptada del otros personas.

“Contexto seguro donde no me siento juzgada, ser escuchada y me ofrecen apoyo...”
(R:6, Anexo 2)

"El espacio a nuestro alrededor se sintió seguro. Me hizo sentir que podía hablar de cualquier cosa sin juzgarlo y eso me ayudó a abrir mi mente sobre muchas cosas".(R:74, Anexo 2)

Algunos participantes señalaron el dilema del yo social e individual y la necesidad de ser aceptado con su identidad personal;

“La afinidad con esas personas, estar en un entorno en el que me siento cómoda y, sobre todo, libre como para poder ser yo.” (R:10, Anexo 2)

“Valorar a la persona por quién es y no tanto por lo que es.”(R:26, Anexo 2)

La respuesta 26 destaca una realidad importante que juega un papel significativo en las relaciones sociales; las etiquetas que percibimos a las personas que determinan el nivel de respeto y valor. "Qué" hace que la persona se materialice, mientras "quién" permite humanizar al sujeto.

Algunos participantes asociaron las profundas conexiones interpersonales con las emociones y la capacidad subjetiva de ofrecer a otra persona; “Permitir que mi corazón sienta amor (R:78, Anexo 2) mientras otros y otras se asociaron con un contacto mutuo con la participación de dos partes; “cercanía mutua”(R:81, Anexo 2) , “respeto mutuo, admiración mutua. “(R:85, Anexo 2), “Apertura emocional mutua” (R:29, Anexo 2).

Los objetivos de la encuesta no eran simplemente encontrar un hecho, sino reflexionar sobre el primer acercamiento de las asociaciones subjetivas sobre las profundas conexiones humanas. La encuesta ha servido para guiar los objetivos de la intervención, así como enriquecer la investigación.

3.2.2 Entrevistas

Se ha realizado una entrevista semiestructurada con Marta Lage de la Rosa artista, investigadora, profesora en el entorno universitario y facilitadora de los talleres artísticos para la inclusión social y el desarrollo comunitario. Se pretende seleccionar y analizar las secciones más relevantes de lo profundo datos conseguidos de entrevistas para el trabajo de fin de master.

Durante el análisis, la entrevista será nombrada como M, para mantener el flujo de texto.

3.2.2.1 Análisis De Los Datos De Las Entrevistas

La entrevista cualitativa es una herramienta imprescindible a la hora de comprender como las personas perciben la experiencia y su posicionamiento hacia la realidad (Bogdan & Taylor, 1975). Escuchar las reflexiones y analizar el discurso de las personas que trabajan en el campo, no solo enriquece la investigación, sino crea nuevos canales de conocimiento que se crean a través del punto de encuentro de dos biografías personales y sus puntos de vistas subjetivas; la investigadora y el/ la entrevistado/a.

La entrevistada ha sido seleccionada por su amplia experiencia en los proyectos artísticos comunitarios e inclusivos tanto como proveedora como participante así como su experiencia como académica e investigadora que puede arrojar luz sobre las condiciones en las universidades. La entrevista aborda temas principales que constituyen las bases de la investigación tales como; la demanda de actitud existente en el sistema educativo, el estado psicológico y comportamiento de los y las estudiantes universitarios, el efecto de la actividad artística y el proceso creativo en la interacción y vínculos sociales.

En primer lugar, la conversación partió de la raíz del problema social, su relación en el ámbito educativo y las razones que se cuestionan en la presente investigación. La entrevistada M, ha coincidido en el comportamiento competitivo existente entre los y las estudiantes universitarios que no están acostumbrados a cooperar entre ellos. Más sorprendentemente, ni siquiera son conscientes de su comportamiento competitivo; “Cuando preguntamos a los y las estudiantes si eres competitiva? Te dicen que no pero luego lo es” (Lage M., 30 Junio 2020, M4, Anexo 1) que demuestra la necesidad de una conciencia profunda más allá de la expresión verbal consciente. Esta respuesta señala cómo los datos cualitativos y experienciales nos acercan más a las condiciones existentes que el supuesto subjetivo proporcionado por los cuestionarios cuantitativos. M relaciona las raíces del comportamiento competitivo con la filosofía capitalista y su manifestación en el sistema educativo que obliga a

los individuos a ser mejores entre sí en lugar de mirar las diferentes cualidades que posee cada uno y una. Esa competencia y la lucha por ser mejor que el otro, querer todo para uno mismo, son los orígenes de la división social y relacional que separa al sujeto del otro, y crea una actitud hostil. M como profesora utiliza historias significativas "porque las historias ayudan a comprender, o hacer nuestros conceptos". (Lage M., 30 Junio 2020, M4, Anexo 1) y propuestas artísticas colaborativas, imposibles de realizar individualmente para desaprender el acto competitivo egoísta y aprender la importancia de la cooperación a través de la experiencia. M admite que sus propuestas colaborativas son bastante insólito en el sistema educativo, un acto tan natural como la colaboración se ha alineado y se ha convertido en una propuesta extraña que invita a reflexionar sobre la necesidad de las reformas que hay que emprender para transformar el sistema educativo y la experiencia escolar como los principios para sanar la sociedad.

Como proveedores del conocimiento, el posicionamiento y la actitud de los profesores universitarios tienen una importancia fundamental; según M, el sistema educativo de España se constituye como un sistema jerárquico al que se asciende en solitario (Lage M., 30 Junio 2020, M6, Anexo 1). Poniendo el ejemplo de los proyectos de investigación, si bien es un acto colaborativo que requiere la participación de la dedicación de muchas personas, todo el mérito es para el investigador principal, que crea una relación vertical que horizontal (Lage M., 30 Junio 2020, M6, Anexo 1). El propósito no es solo criticar el sistema existente, sino que el sistema existente es lo que da forma a nuestros y nuestras comportamientos, pensamientos, relaciones y bienestar.

Cuando trabajas por ti mismo, por tu bienestar y el de tu familia, puedes alcanzar niveles muy elevados socialmente, pero eso no garantiza tu felicidad. Hay veces que esto está directamente relacionado con la ansiedad, depresión, estrés que no te aporta felicidad en absoluto. Cuando tú trabajas con los demás para un bien común, eso es bienestar contigo mismo y con el resto. (Lage M., 30 Junio 2020, M8, Anexo 1)

La entrevistada arroja luz sobre la importancia de la cooperación y señala la diferencia entre la acción y la intención. Si bien la acción de trabajar es la misma, trabajar para la familia o para uno mismo, implica la intención de ir hacia la separación y división entre lo mío y lo otro con el que hay que competir, mientras que la intención de trabajar por el bien común es unir, que implica participación y hacer la vida más significativa.

La colaboración no es la única que falta en el plan de estudios de las universidades, aunque el arte juega un papel significativo en la creación de vínculos sociales, desarrollo personal cognitivo, comunicación, creación de cultura, autoconocimiento y en el proceso de aprendizaje, acciones artísticas se han aceptado como entretenimiento sin valor en la sociedad, y el sistema educativo aleja la educación artística.

El diálogo se ha profundizado hacia el papel de los proyectos artísticos y su impacto en las relaciones interpersonales.

La creación artística te permite primero pensar desde otro lugar. Cuando creas en conjunto con los demás, tienes que desarrollar tu sensibilidad, la empatía y luego tienes que llegar a acuerdos, negociar entre ideas personales e ideas de otro, compartir y luego es un trabajo de ego porque en creación individual el “yo” es protagonista pero cuando creamos con alguien, hay que buscar un equilibrio lo que yo quiero y lo que te quieres y lo que se decida es bueno para los dos, es un compartir. Se pone en juego de muchas habilidades interpersonales. (Lage M., 30 Junio 2020, M16, Anexo 1)

El encuentro artístico no verbal que crea un diálogo entre entidades, de acuerdo con Moreno González (2016) a partir de este encuentro autentico aparece el reconocimiento de otro, la empatía y la cooperación para puesta en común que son la base para establecer vínculos saludables sociales. Además, el acto creativo requiere vivenciar la experiencia con todo el sentido que permite la comprensión y el aprendizaje más allá de los pensamientos. M destaca cómo la duración de las propuestas juega un papel importante para integrar profundamente la experiencia; si esta valiosa experiencia puede sostenerse en el tiempo, cada vez la efectividad del resultado aumenta hasta integrarse (Lage M., 30 Junio 2020, M 18, Anexo 1).

De acuerdo con M, aceptar la creación de arte como algo vital como las demás actividades para sobrevivir, sentirse vivo e integrar el arte en la vida diaria puede posibilitar una sociedad más saludable.

Arte nos permite expresar emociones que otra manera no podría. Yo creo que es un derecho humano y arte nos influye nuestra salud en sociedad. Creo que muchísimas problemas de salud mental resolverían si el arte estaba un parte de nuestra vida cotidiana. No para ser artistas que no hace falta, sino para disfrutar con las herramientas que proporciona el arte para expresar, para vida. Bailar, coser, cantar, crear nos contribuir nuestra felicidad, nuestra bienestar. (Lage M., 30 Junio 2020, M22, Anexo 1)

La declaración anterior de M señala un argumento importante sobre ¿para quién es el arte? transforma la utilidad del arte desde la herramienta para el artista con talento como alta cultura, a la herramienta para expresarse, conectarse con la identidad personal individual y cultural, revisar el imaginario y acceder al universo simbólico (Moreno González, 2016). El objetivo del presente proyecto apoya la integración de los proyectos artísticos en los centros educativos como las universidades, para mejorar la accesibilidad de arte a todos los usuarios en sus vidas cotidianas. M comparte la misma misión de acercar los proyectos artísticos y colaborativos a los usuarios de la facultad en la que trabaja como profesora, mencionó las dificultades para encontrar apoyos y cómo depende de la conciencia de los mecanismos de decisión de cada universidad. A pesar de las agotadoras horas y la energía para gestionar los proyectos, el grupo de profesores de Arte que ella involucra en el departamento está colaborando voluntariamente para ofrecer proyectos artísticos inclusivos a los estudiantes de la facultad que estudian trabajo social que no tienen clases de arte en su plan de estudios (Lage M., 30 Junio 2020, M 28, Anexo 1) considerando la importancia del Arte como mediador y herramienta para potenciar los vínculos sociales.

Por último, pero no menos importante, M expresó la desconexión entre los espacios públicos y los usuarios de las universidades, y acordó que todos los usuarios deben contribuir, transformar y cuidar los espacios públicos que no suceden. La opinión de la M nos impulsa a relacionar la experiencia personal de la escuela y la participación a su recreación. Es una relación recíproca que se retroalimenta; cuanto más implicación resulta en más sentimiento de pertenencia que exige cuidar el espacio y menor implicación resulta en distanciamiento con el espacio y la experiencia que el espacio ofrece.

4 METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN

La metodología será colaborativa, grupal y participativa. Los objetivos principales desde la primera sesión son proporcionar una sensación de seguridad, confianza interpersonal para explorar y expresarse, brindando apoyo no solo de las facilitadores a los/las participantes, sino también creando una red de apoyo social. La intervención invitará a las/los participantes a elaborar la conciencia intrapsíquica, interpersonal y espacial.

Las sesiones semanales comenzarán desde la primera semana de octubre hasta principios de junio. La duración de las sesiones está programada como 2 horas por semana, para un total de 56 horas de taller e intervención grupal con un máximo de 12 participantes y 2 arteterapeutas.

En el período general de intervención, se propondrán varias prácticas que contienen varios medios artísticos y prácticas de mindfulness para alcanzar resultados y objetivos al considerar la diversa capacidad física y mental de los participantes.

La dinámica de las sesiones se divide en 3 secuencias principalmente; calentamiento, proceso creativo y cierre.

El método de intervención se divide en 5 fases;

Primera fase - Iniciación: Las primeras 3 semanas se centrarán en la valoración específica y la comprensión y observación de las conductas, los intereses, el carácter y su papel en el grupo de cada participante. El segundo período se realizará como juegos de calentamiento, se experimentará la sincronización del cuerpo y el sonido, la imitación, el contacto táctil y visual para aumentar la interacción, derretir el hielo, conocerse en un ambiente divertido, sentirse bien y cómodos, los juegos se transformarán ligeramente en juegos creativos aumentando la participación creativa. El objetivo es crear un espacio potencial donde se sientan cómodos y confíen con el grupo de personas que eran desconocidos. Para lograr el entorno seguro sin la necesidad de defensa que solo se puede lograr en juego (Winnicott, 1989). Además, se propondrán prácticas de mindfulness para percibir la realidad con 5 sentidos, y la atención a los eventos que suceden en el tiempo y espacio específicos.

Segunda Fase - Exploración: Las 6 sesiones estarán dirigidas a la autoconciencia, demoliendo los condicionamientos y el hábito de descubrir el ser auténtico y sus componentes intrapsíquicos. La narración de cuentos, el dramaterapia, el juego de roles, la expresión corporal se practicarán para la experimentación de las expresiones personales y colectivas de las emociones, la identidad, la diversidad de roles, el logro de un sentido común y la comprensión de la diversidad y la autoconciencia y el aspecto propio, las narrativas personales y lo que tipo de rol que desempeña el sujeto en su entorno social, así como la atención y escucha de los participantes entre sí.

Tercera Fase - Co-creación: Las 6 sesiones se centrarán en el proceso de creación colectiva y de subgrupos basado en las relaciones, la creación colectiva y de subgrupos de las expresiones

artísticas como la escultura, la pintura, el dibujo y la música se utilizarán para proponer una conciencia del estilo de interacción de cada participante en un grupo.

Cuarta Fase - Construcción: Se propondrá el diseño colectivo y la intervención a un espacio público en la universidad con el objetivo de practicar la colaboración y descubrir la función única de cada participante. El espacio y la relación humana serán elaborados. Los recuerdos, los significados simbólicos, los componentes que crean para identificar el yo o los colectivos con el espacio, su función física y psíquica, así como la reconstrucción a través de la simbolización colectiva del espacio.

Quinta Fase - Celebración y Visibilidad: La última sesión estará dedicada a la visibilización del espacio público que ha sido recreado colectivamente. Le dará a la audiencia la oportunidad de interactuar y experimentar con el espacio creado por los usuarios, para abrir la posibilidad de participar, mientras que el proceso de creación creará un vínculo emocional entre el participante y el colectivo con el espacio.

4.1 Destinatarias/os

La intervención se anunciara a través de la convocatoria abierta a todos las y los estudiantes universitarios que estudian las diferentes licenciaturas sin discriminación. El número total de participantes al proyecto dependerá de la demanda y disponibilidad de los recursos de la institución educativa. Cada grupo constará de un máximo de 12 estudiantes y 2 facilitadores, se acepta la flexibilidad de retiro e incorporación con los nuevos miembros, solo durante el desarrollo de las primeras 3 sesiones. Después de este tiempo, se considerará el grupo cerrado. Un nuevo grupo se puede ofrecer debido a la demanda. Durante la intervención, la participación será opcional dependiendo de la voluntad de los beneficiarios a pesar de que el compromiso se solicitará al comienzo de la intervención. Se dará prioridad a las y los estudiantes que padecen específicamente ansiedad, depresión, soledad y dificultades para la socialización y exclusión social.

4.2 Objetivos

4.2.1 Objetivos generales de la intervención

- Proponer dinámicas que brinden oportunidades para la interacción auténtica entre los participantes para establecer redes sociales de comprensión y solidaridad.
- Proporcionar un espacio seguro en el que, a través del proceso creativo, los participantes puedan explorar los componentes intrapsíquicos y las relaciones interpersonales.
- Crear y fortalecer vínculos con el espacio.

4.2.2 Objetivos específicos de la intervención

- Fomentar la atención consciente.

- Fomentar la sincronización y la empatía.
- Activar de la percepción con todos los sentidos.
- Fomentar la colaboración y la aceptación de la diversidad.
- Mejorar la autoconciencia y la auto-aceptación.
- Desarrollar habilidades prosociales y convivencia.
- Mejorar la comunicación y expresión verbal y no verbal.

4.3 Planificación De Las Sesiones

El marco arteterapéutico del proyecto distingue el proceso de la intervención de otro tipo de proyectos artísticos o sociales que están destinados a adquirir habilidades. Sin conocer las necesidades específicas del grupo y los miembros del grupo, sería ilusorio estructurar un plan estricto de las sesiones. El cronograma a continuación contiene sólo estrategias y herramientas generales que se planean proponer, siempre abierto para adaptar el emergente que ocurre a lo largo del proceso.

| | |
|---------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Fase 1 / 1º Período | INICIACIÓN |
| Duración | 3 Sesiones |
| Descripción | Las sesiones están dedicadas a comprender las características y necesidades específicas de los individuos; personalidad, intereses, percepción, así como las características del grupo en su conjunto. |
| Objetivos | <ul style="list-style-type: none"> • Introducir el proyecto, los objetivos y el proceso. • Obtener información sobre los participantes y el ambiente del grupo. • Exploración del estado vital y el autoconcepto de cada miembro. • Tomar conciencia del papel que juegan en su red social. • Trabajar en la narrativa personal de su vida. |
| Técnicas | Técnica mixta, collage, narración, escultura, foto-voz |
| Detalles de las sesiones | 1ª sesión: Recoge los objetos con los que te sientes identificado. Reflexiona sobre las características de cada objeto. Cree una figura con la combinación de los objetos que se |

| | |
|---------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | <p>recopilan que representan aspectos de ti.</p> <p>-Crea una figura simbólica de las otras personas a tu alrededor, ¿qué papel juegas? La forma en que te conectas con cada representación de la persona o un grupo.</p> <p>2ª sesión:</p> <p>Continuando desde la 1ª sesión, la representación del entorno, que habita la red social.</p> <p>-¿Cuáles son los cambios posibles e imposibles que le gustaría hacer en la representación simbólica de la conexión.</p> <p>3ª sesiones:</p> <p>Creación de máscaras, crea una máscara que represente cómo te conocen las personas de tu red social. La segunda fase está dedicada a hacer la cara interna de la máscara. Tomar una foto personal con ambas máscaras y poner un título en cada máscara.</p> |
| Instrumentos | Arcilla, bandeja de arena, plastilina, cámara, cartón, lápices de colores, materiales naturales. Papel continuo, pegamento, tijeras, pinturas. |

| | |
|----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Fase 1 / 2º período | INTERACCIÓN |
| Duración | 3 Sesiones |
| Descripción | Las sesiones se centrarán en la armonía del grupo, para romper el hielo, ofrecer dinámicas interactivas, comunicación corporal y juegos para establecer un espacio seguro en el que cada miembro se sienta cómodo/a entre sí. |
| Objetivos | <ul style="list-style-type: none"> - Establecer un lugar seguro. - Facilitar la toma de contacto con la experiencia presente. - Comenzar a construir confianza. |

| | |
|---------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | <ul style="list-style-type: none"> - Propuestas que permiten la interacción de los miembros del grupo. - Tomar conciencia de la forma de establecer redes. - Fomentar la sincronización grupal. - Tomar conciencia de las posturas corporales y el lenguaje corporal. - |
| Técnicas | Dinámica grupal interactiva, técnicas de calentamiento de psicodrama, creación con cuerpo, ejercicios de mindfulness, juegos a través de la utilización de los diferentes sentidos. |
| Detalles de las sesiones | <p>4ª Sesión: "Sincronización"</p> <p>Se experimentarán ritmos y movimientos que involucran sincronización de cuerpo y sonido, dirección, seguimiento, imitación, contacto táctil y visual. (Inspirado por la metodología de la biodanza y el psicodrama)</p> <p>5ª Sesión: "Postura de mis sentimientos"</p> <p>Cambia tu postura, cambia tus sentimientos: la dinámica del psicodrama basada en la relación entre los sentimientos, las emociones y la manifestación en la postura del cuerpo. Se experimentarán tipos de movimientos, sus posibilidades e imposibilidades.</p> <p>6ª Sesión: "Ritmos del cuerpo"</p> <p>Calentamiento: haciendo ritmos usando el cuerpo (<i>bodydrum</i>), trabajando con la pareja y subgrupos. La primera fase estará dedicada a la creación de redes con hilos de diferentes colores unidos en los objetos del espacio. Cuando se hace la red, se practicarán las posibilidades del movimiento, solo, en pareja, en subgrupos, y juntos cómo construir y actuar en la red.</p> |
| Instrumentos | Cuerpo, hilo, telas |

| | |
|--------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Fase 2 | EXPLORACIÓN |
| Duración | 6 Sesiones |
| Descripción | Exploraciones internas y externas a través del proceso creativo. Construcción individual para establecer el espacio personal como miembro del grupo. |
| Objetivos | <ul style="list-style-type: none"> - Profundizar la capacidad de metaforizar y explorar símbolos personales. - Fomentar la expresión de emociones y pensamientos. - Mejora de la comunicación a través de medios artísticos. - Activación y conciencia a las sensaciones. |
| Técnicas | Técnicas de terapia de arte expresivo, Visualización, |

| | |
|----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Detalles de las Sesiones</p> | <p>7ª Sesión: " las formas de los ritmos"</p> <p>Se seleccionarán y reproducirán diferentes tipos de música para generar una variedad de emociones, en el primer período solo se practicará el acto de escuchar, luego en la siguiente etapa, se pedirá a los participantes que se expresen a través de materiales artísticos.</p> <p>Cada etapa estará acompañada por un ritmo que está relacionado con los instintos básicos basados en la "teoría de los 5 ritmos". El objetivo no es definir las emociones sino experimentar las emociones a través de la música y elaborar las asociaciones personales a través del proceso creativo. .</p> <p>8ª Sesión: "La paleta personal de los colores"</p> <p>Se les pedirá creen una paleta de colores personal del período importante de su vida, las personas, los eventos, los lugares ... etc.</p> <p>Se propondrá la reflexión de los colores que se han utilizado en la sesión anterior, para tener en cuenta las asociaciones personales de los colores.</p> <p>9ª Sesión: "Tierra"</p> <p>La pared estará cubierta con papel / tela grande. Se les pedirá a los miembros que arrojen piezas de arcilla lo suficientemente fangosas como para pegarlas en la pared de la tela a cierta distancia. Se les pedirá que arrojen las bolas de arcilla lo más rápido que puedan con toda su fuerza, cuando todas las bolas de arcilla estén pegadas en la pared de la tela, habrá una breve discusión sobre cómo se sienten y cómo se sienten ahora, se les pedirá que exploren y creen utilizando su cuerpo y estado polvo, sólido y líquido de la arcilla con los ritmos de la música.</p> <p>10ª Sesión: "Dejar lo que no necesito"</p> <p>La primera fase estará dedicada a la conciencia de los detalles táctiles de su propio rostro y se le pedirá que presente la presentación de su propia cabeza. En la siguiente fase, se les pedirá a los miembros que saquen las</p> |
|----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

| | |
|---------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | <p>partes que no quieren tener en la cabeza, una vez que termine, se les preguntará qué les gustaría hacer con el material que han sacado de su cabeza simbólica, si quieren lanzar, transformar, enterrar, volver a poner</p> <p>11ª Sesión: “Sembrar”</p> <p>Las cabezas de arcilla de la sesión anterior se utilizarán como base del taller.</p> <p>Se discutirán cuidarse y los recursos para el bienestar. Se les pedirá a los participantes que creen un micro jardín con varias mini plantas con diferentes características y otros materiales naturales dentro de la cabeza de arcilla.</p> <p>12ª Sesión: "Huella"</p> <p>La sesión se realizará al aire libre. La sesión comenzará con la conciencia del cuerpo a través del "escaneo corporal" y se les pedirá que encuentren la función de las partes del cuerpo; "¿Dónde está la parte en la que encuentro refugio? ¿Dónde es la parte en la que gano fuerza? ¿Dónde me siento cuando estoy en paz, etc.?" Se les pedirá que dejen el rastro de su silueta con cualquier material con el que se sientan cómodos y simbolizan dicha centros del cuerpo para funciones específicas.</p> |
| Instrumentos | Altavoces, Papel continuo, pintura de diferentes colores, pinceles, tazas, Arcilla, tela de color claro, polvo de arcilla, arena, sustrato, piedras, materiales que se pueden encontrar en el patio |

| | |
|--------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Fase 3 | CO-CREACIÓN |
| Duración | 6 Sesiones |
| Descripción | La dinámica grupal se practicará para la cohesión grupal, la autonomía y la interacción grupal. El grupo determinará los problemas sociales, ecológicos, personales o políticos para trabajar con todo el grupo o los subgrupos. |

| | |
|---------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Objetivos | <ul style="list-style-type: none"> - Exploración de las similitudes y diversidades. - Establecer conexiones en el proceso de construcción de una identidad grupal. - Fomentar la toma de decisiones autónomas como grupo. - Mejorar la comprensión mutua y la empatía. - Exploración de narrativas personales y colectivas para la autoconciencia. |
| Técnicas | Técnicas de arteterapia expresivo, técnicas de terapia narrativa, psicodrama. |
| Detalles de las Sesiones | <p>13ª sesión: “Narrativa Colectiva 1”</p> <p>Cada persona cuenta un verbo, sustantivo, adjetivos, luego la primera persona comienza a crear una frase, luego la siguiente persona continúa la historia hasta que se completa la ronda. Después de que el grupo se dividirá en 3, para crear una historia más elaborada sobre un tema que decidan en un grupo, cada miembro será responsable de una parte específica de la historia.</p> <p>14ª sesión: “Narrativa Colectiva 2”</p> <p>Los miembros se distribuirán en subgrupos de 3 en cada grupo, tendrán la oportunidad de seleccionar o crear algunos colores de la plastilina, se les pedirá una creación espontánea sin pensar mucho, e intercambiarán la plastilina piezas, después de una ronda más, se les pedirá que creen algo con el trozo de plastilina, luego cada grupo creará un fondo relacionada con los objetos que crean y se les pedirá que creen una historia considerando un mensaje que les gustaría expresar.</p> <p>15ª sesión: “Títeres”</p> <p>El grupo se dividirá en subgrupos para crear títeres de los diferentes miembros del grupo de la misma ideología, cultura, origen étnico, banda de música, etc. La segunda fase es exponer un espectáculo del tema que decidieron.</p> <p>16ª Sesión: "Crear un tesoro"</p> <p>Se discutirá el significado de dar una segunda oportunidad</p> |

| | |
|---------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | <p>y el valor. Lo que es inútil, lo que no es, lo que vale la pena reutilizar. Se les pedirá que transformen los objetos plásticos reciclables en los objetos o cualidades que valoran.</p> <p>17ª sesión: “Fanzine de las dificultades”</p> <p>El grupo con 3-4 miembros discutirá para compartir las dificultades que son difíciles de superar, una vez que decidan en qué tema les gustaría trabajar, se les propondrá crear una historia visual con la revista y materiales de arte para crear un fanzine. / Cómicos de las dificultades, las historias se intercambiarán para crear la continuación de la historia que se basa en los posibles recursos y necesidades para superar los problemas.</p> <p>18ª sesión: "Las historias del paisaje"</p> <p>Las características físicas de los objetos y elementos naturales que nos rodean serán exploradas en el espacio exterior. En qué condición las características pueden cambiar para darse cuenta de que la transformación constante ocurre en el ciclo de la naturaleza. Se les pedirá que creen una obra de arte que tenga su historia de cambio.</p> |
| Instrumentos | Cartón, pegamento, tijeras, telas, hilo, aguja, cámara, materiales reciclados, plastilina, revistas, materiales naturales. Pistola de silicona |

| | |
|--------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Fase 4 | CONSTRUCCIÓN |
| Duración | 8 Sesiones |
| Descripción | Diseño y aplicación de una propuesta colaborativa de creación artística al espacio público de la universidad. |
| Objetivos | <ul style="list-style-type: none"> - Habilitar la interacción con el espacio a través de experimentación con el espacio; sus componentes físicos, emocionales, personales y sociales. |

| | |
|---------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | <ul style="list-style-type: none"> - Desarrollar habilidades prosociales. - Mejorar la colaboración y participación. - Animar a los participantes a meditar sobre lo que les gustaría dejar en beneficio de otros usuarios. |
| Técnicas | Técnicas arquitectónicas de diseño de un espacio y construcción. |
| Detalles de las Sesiones | <p>19ª a 27ª sesiones:</p> <p>Las sesiones se dedicarán al proceso de diseño y transformación del espacio. ¿Qué tipo de espacio necesito en este entorno para hacerme sentir vivo? ¿Cuáles son los componentes del espacio necesario?</p> |
| Instrumentos | Los materiales se decidirán con los participantes según la intervención que deseen crear. Siempre considerando los límites y posibilidades que ofrece la institución. |

| | |
|--------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Fase 5 | CELEBRACIÓN Y VISIBILIZACIÓN |
| Duración | 1 Sesión |
| Descripción | La última sesión estará dedicada a celebrar el final del proceso creativo. La celebración se realizará en el espacio que se transforma durante las sesiones, con la participación del público para visualizar a los participantes y el proyecto si los miembros del grupo acuerdan exponer. |
| Objetivos | <ul style="list-style-type: none"> - Mejorar la autoestima de los participantes. - Dar aprecio, valor, visibilidad y reconocimiento. - Permitir la interacción entre la obra de arte y la audiencia. |

Debido a la situación inesperada como pandemia invitó a buscar soluciones alternativas para mantener el flujo de las sesiones. En caso de imposibilidad de los talleres presenciales, los facilitadores crearán una caja de materiales para enviar a las casas de cada

participante para asegurar que cada participante pueda tener acceso a los materiales básicos. Las propuestas de las actividades estarán dirigidas más a la fotografía, video, grabación de sonido, stop motion que los participantes podrán ejercitar con un teléfono inteligente básico o una computadora portátil. Las propuestas colectivas se ofrecerán como subgrupos de creación que incluyan a 3-4 participantes, lo que les permitirá crear juntos. Algunas de las propuestas de las creaciones artísticas están planeadas para crear una continuidad de cada pieza para permitir el sentido de unidad. Uno de los objetivos importantes de los talleres fue la relación entre el espacio, hasta que se permita la aplicación presencial, se crearán los bocetos y modelos para reflexionar. Las plataformas digitales como zoom permiten que la cantidad de personas se reúnan y compartan. Se espera crear una comunidad digital para compartir entre sí, siempre asegurando la privacidad, los grupos serán grupos cerrados a los que solo los participantes podrán tener acceso. Se espera utilizar las plataformas de redes sociales como facebook, o una privada. Blog. La visibilidad del proyecto se promoverá a través de canales de redes sociales como facebook, instagram, páginas web relacionadas.

4.4 Cronograma de las Sesiones

La duración de la intervención para cada grupo son 8 meses, siguiendo el calendario académico. Los talleres se espera de realizar desde Octubre hasta principios de Junio. La duración de cada sesión está prevista en 2 horas. Se ofrecerán opciones de mañana y tarde debido a la disponibilidad de los participantes. El programa de la intervención y detalles será discutido y decidido con la responsable quien está a cargo de la colaboración con el proyecto de la institución.

El proyecto se llevará a cabo durante los meses de octubre a junio de 2020:

1- La reunión con la institución se llevará a cabo en el mes de septiembre para concretar las necesidades, los recursos disponibles, el/la profesional de la institución para desarrollar el proyecto en colaboración con esa persona y decidir la cantidad de participantes que pueden participar en el proyecto.

2- La selección de los participantes se realizará en las últimas 2 semanas de septiembre. Una vez seleccionados, se realizarán entrevistas iniciales para conocer las necesidades específicas y los datos personales de cada participante.

3- Las sesiones grupales presenciales comenzarán en octubre. Se realizarán 28 sesiones de semanas consecutivas, cada una con una duración de 2 horas, el día y la hora que se decidirán en la reunión con el profesional colaborador de la institución.

4- El proyecto se divide en fases, y al final de cada fase, se reunirá con el profesional de la institución y la supervisión de la tutora que la institución ha asignado para el proyecto.

5- Finalmente, la última semana del proyecto se celebrará con una exposición pública, la evaluación final y la presentación de la memoria se realizará la primera semana de junio.

Tabla 3. Cronograma 1.

| Semanas | Septiembre | | Octubre | | | | Noviembre | | | | Diciembre | | | |
|----------------------------------------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|
| | 3 ^a | 4 ^a | 1 ^a | 2 ^a | 3 ^a | 4 ^a | 1 ^a | 2 ^a | 3 ^a | 4 ^a | 1 ^a | 2 ^a | 3 ^a | 4 ^a |
| Reunión inicial coordinación | | | | | | | | | | | | | | |
| Selección participantes taller | | | | | | | | | | | | | | |
| Entrevista inicial | | | | | | | | | | | | | | |
| Sesión 1: Inicio del taller. | | | | | | | | | | | | | | |
| Sesión 2- iniciación | | | | | | | | | | | | | | |
| Sesión 3: iniciación | | | | | | | | | | | | | | |
| Sesión 4: Interacción | | | | | | | | | | | | | | |
| Sesión 5: Interacción | | | | | | | | | | | | | | |
| Sesión 6: Interacción | | | | | | | | | | | | | | |
| Supervisión y Reunión de evaluación continua | | | | | | | | | | | | | | |
| Sesión 7: Exploración | | | | | | | | | | | | | | |
| Sesión 8: Exploración | | | | | | | | | | | | | | |
| Sesión 9: Exploración | | | | | | | | | | | | | | |
| Sesión 10: Exploración | | | | | | | | | | | | | | |
| Sesión 11: Exploración | | | | | | | | | | | | | | |
| Sesión 12: Exploración | | | | | | | | | | | | | | |
| Supervisión y Reunión de evaluación continua | | | | | | | | | | | | | | |

Tabla 4. Cronograma 2.

| | Enero | | | Febrero | | | | Marzo | | | |
|----------------------------------------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|
| Semanas | 2 ^a | 3 ^a | 4 ^a | 1 ^a | 2 ^a | 3 ^a | 4 ^a | 1 ^a | 2 ^a | 3 ^a | 4 ^a |
| Sesión 13: Co-creación | | | | | | | | | | | |
| Sesión 14: Co-creación | | | | | | | | | | | |
| Sesión 15: Co-creación | | | | | | | | | | | |
| Sesión 16: Co-creación | | | | | | | | | | | |
| Sesión 17: Co-creación | | | | | | | | | | | |
| Sesión 18: Co-creación | | | | | | | | | | | |
| Supervisión y Reunión de evaluación continua | | | | | | | | | | | |
| Sesión 19: Construcción | | | | | | | | | | | |
| Sesión 20: Construcción | | | | | | | | | | | |
| Sesión 21: Construcción | | | | | | | | | | | |

Tabla 5. Cronograma 3.

| | Abril | | | | Mayo | | | |
|----------------------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|
| Semanas | 1 ^a | 2 ^a | 3 ^a | 4 ^a | 1 ^a | 2 ^a | 3 ^a | 4 ^a |
| Sesión 22: Construcción | | | | | | | | |
| Sesión 23: Construcción | | | | | | | | |
| Sesión 24: Construcción | | | | | | | | |
| Sesión 25: Construcción | | | | | | | | |
| Sesión 26: Construcción | | | | | | | | |
| Sesión 27: Construcción | | | | | | | | |
| Sesión 28: Celebración | | | | | | | | |
| Reunión y evaluación final | | | | | | | | |

4.5 Recursos

4.5.1 Recursos Espaciales

El espacio se solicitará a la institución educativa que se pueda utilizar para la intervención teniendo en cuenta las necesidades básicas de las sesiones (luz, fácil acceso a los baños y fuentes de agua, espacio suficiente que permita el movimiento del cuerpo de las 14 personas).

4.5.2 Recursos humanos

Dos arteterapeutas profesionales serán responsables de realizar las sesiones con diferentes especializaciones y antecedentes de experiencia en psicología, arquitectura, diversas formas de arte y expresión, pedagogía, movimiento corporal consciente, desarrollo cognitivo y emocional de los niños y adolescentes, narrativa visual y jardinería. . Las supervisiones de un o una arteterapeuta profesional se llevarán a cabo durante el proyecto.

4.5.3 Recursos materiales:

Se solicitará a la institución que proporcione la lista de herramientas y materiales básicos de arte. La selección de material reutilizable será primaria teniendo en cuenta la cantidad mínima de residuos. El potencial de los materiales naturales y los fenómenos naturales se experimentarán para la elaboración del significado personal, así como para recuperar la conciencia y la conexión con la naturaleza. Los materiales de la 4ª Fase se decidirán en el proceso con los participantes de acuerdo con la intervención de colaboración que les gustaría hacer para transformar el espacio.

4.5.3.1 Materiales no fungibles:

- Muebles disponibles en las aulas (mesas, sillas, pizarra...).
- Material audiovisual (altavoz)

4.5.3.2 Materiales fungibles:

Material fungible para los talleres (papel continuo, cartón, bolígrafos, marcadores, ceras, telas, arcilla, alambre, tijeras, plastilina, pegamento, etc.).

4.5.4 Recursos económicos:

- Coste de los materiales del taller, incluidos los materiales de construcción para la última fase de la intervención: 1200 €.
- Costo de recursos humanos: 30 € netos / por hora por cada arteterapeuta

El costo total de dos terapeutas para un grupo de intervención: € 4.320

Total de horas de dedicación de arteterapeutas:

- 6 h. Entrevista individual con todos los participantes y la institución.
- 56h. taller presencial total.
- 10h. reunión de evaluación semanal y final.

El costo total del proyecto: 5.420 €

Otros gastos no incluidos: salario del supervisor ya que forma parte de los Servicios Universitarios, así como los gastos de instalaciones y material no fungible.

4.6 Evaluación y Registro

4.6.1 Evaluación inicial e identificación de las necesidades específicas

Las herramientas para recopilar datos dirigidos a las necesidades de los participantes, el grupo y la institución, se han diseñado para usar en el período previo a la intervención y en el primer mes de la intervención.

4.6.1.1 Herramientas para recopilar datos en el período previo a la intervención

1. Se organizará una entrevista con la institución para detectar las necesidades y demandas específicas de la institución.
2. La entrevista abierta personal se llevará a cabo con cada participante para identificar la motivación personal, las expectativas, las dificultades y la autopercepción.

4.6.1.2 Herramientas para recopilar datos durante el proceso

1. El proceso creativo de cada participante se utilizará como datos principales.
2. Se introducirá un terreno de arena común, y cada participante creará una pequeña representación de sí mismos con arcilla. A lo largo de las sesiones, se les pedirá que reconstruyan el escenario de acuerdo con la experiencia significativa de la sesión.
3. Se distribuirá un cuaderno de bocetos a todos los participantes para reflexionar que es una parte importante de la retrospectiva y la autoconciencia. Otro objetivo del cuaderno de dibujo es proporcionar la privacidad que puede ser difícil de encontrar en la dinámica del grupo (Waller 1993, Mcneilly 2005).
4. Al final de cada sesión, los participantes pedirán representar visualmente la interacción significativa con otros miembros que ocurrió en la sesión.

4.6.2 Herramientas de Evaluación Cuantitativo del Proyecto

Se introducirán dos cuestionarios antes y después de la intervención para medir la efectividad de la intervención para los objetivos determinados.

4.6.2.1 Las Características Del Cuestionario Quiet Ego

La escala del quiet ego se basa en el término "*quiet ego*", que se refiere al estado que trasciende el interés propio, la preocupación por el bienestar de los demás y la conexión profunda con las experiencias en la vida y la naturaleza (Bauer & Wayment, 2008). Se basa en el modelo de desarrollo del ego de Loevinger (1976) y el ego tranquilo se refiere a la madurez psicosocial. El estado del ego tranquilo está estrechamente relacionado con la capacidad empática de la persona para crear una conexión profunda con los demás, pensar desde la perspectiva de los demás, que se refiere a la mentalización (Luyten & Fonagy, 2015), lo que significa hacer de la experiencia interna un sentido de conexión con la humanidad. y valorar el crecimiento psicológico (Bauer & Wayment, 2008). El cuestionario ha sido diseñado para medir 4 subelementos que están relacionados con el objetivo de la intervención; Identidad inclusiva, crecimiento, toma de perspectiva y conciencia plena. Además, se agregaron 4 preguntas más para medir el comportamiento altruista.

4.6.2.2 Las características del cuestionario UCLA

La escala es enfocada a medir el sentimiento de soledad. Es un cuestionario común que se utiliza en muchas investigaciones para recopilar datos sobre la percepción individual del aislamiento social (Hughes et al. 2004). La escala se centra especialmente en el sentimiento de soledad aunque el sujeto esté rodeado de personas. Las preguntas están diseñadas para profundizar en el origen del sentimiento de soledad, si es una soledad elegida, si es una exclusión social o si es un problema de mantener las relaciones sociales.

Algunas preguntas han sido modificadas para adaptarse a las y los estudiantes universitarios. Las preguntas se centran en el sentimiento de soledad, así como si la soledad es causada por la exclusión social o la soledad deseada.

5 CONCLUSIONES

Durante el proceso de investigación, las conversaciones con los académicos y estudiantes justificaron la individualidad y el egoísmo existentes para tener éxito en el sistema de educación y proyectos de investigación académica. Esta actitud se ejerce desde los primeros años de la escuela mediante evaluaciones comparativas y concursos. Ser mejor o peor que otros y otras se aprende y se entierra tan profundamente que influye en las interacciones sociales diarias, incluso con los amigos y amigas más cercanos o familiares. Comparar se ha convertido en los fundamentos de nuestro proceso de aprendizaje que evita vivir el momento sin el esfuerzo de evaluar y definir. El resultado se puede ver claramente en los comportamientos individuales y competitivos de la generación actual que sirve a la filosofía del sistema capitalista. Sin embargo, daña la psique y se manifiesta principalmente en la adolescencia (Blasco et al., 2016).

El resultado de la encuesta ha arrojado luz al punto de vista de cada participante sobre las relaciones profundas y las condiciones que buscamos. Hay muchas similitudes y diferencias de cada persona pero la noción de ser humano es lo que nos conecta. El objetivo de la intervención no es simplemente hacer amigos, sino experimentar cómo los participantes dialogan con los puntos en común y bailan con las diversidades, observando las reacciones del cuerpo y la mente en las situaciones interpersonales. Abandonando lentamente las reacciones preconicionadas, para encontrar una respuesta auténtica que en este proyecto pretendía habilitar a través de la expresión creativa. Experimentar la colaboración con personas diversas, que es una habilidad muy difícil en las sociedades individuales, podría ayudarnos a unirnos, sentir empatía y crear una conexión emocional con personas con diferentes condiciones.

Según la investigación teórica, se ha pretendido explicar en detalle el impacto del sistema político de los países en el comportamiento social y en la psique individual. Si bien la influencia tiene que manifestarse en todos los campos, la presente investigación se centra en la influencia del campo de la educación. El actual sistema de educación como Naranjo (2007) definió la “educación patriarcal” basada en las habilidades intelectuales mientras que los otros aspectos del ser humano está ignorado y se aleja de las habilidades que el ser humano necesita para nutrir y crecer.

A pesar de que la importancia del acto creativo para el desarrollo integrador en el ámbito educativo ha sido investigada y argumentada durante muchos años por muchos autores, se han realizado muy pocas acciones de cambio. Si bien aumenta la demanda por brindar un ambiente inclusivo en las universidades, los proyectos dirigidos a las necesidades sociales y psicológicas son escasos en todo el mundo.

La investigación de la población en las universidades generó conciencia sobre las necesidades psicológicas y sociales y las dificultades que encuentran los estudiantes como el bullying, la exclusión social, el aislamiento social, la depresión, la ansiedad... etc. Si bien

existen algunas unidades para visibilizar el problema y el servicio de ayuda psicológica básica, se ha detectado la falta de ambiente inclusivo y la falta de acciones preventivas en las universidades. Mientras que profesores como la profesora entrevistada dedican su tiempo de forma voluntaria a ofrecer algunos proyectos a corto plazo, las universidades necesitan enfocarse en proyectos más inclusivos y creativos a las crecientes necesidades de los estudiantes. Además, no existen suficientes acciones o estrategias para los estudiantes con necesidades especiales, y la exclusión social que experimentan no se puede subestimar. El proyecto propuesto no pretende responder a un diagnóstico específico ni a un género, entendiendo los proyectos inclusivos como una participación homogénea donde hay un lugar para todos, más que clasificar y crear una división.

Otro tema que se ha discutido durante la investigación fue el de transformar la definición de creatividad y acto artístico de la acción que solo las personas con talento tienen capacidad de hacer a algo que es innato en cada persona. Considerando la importancia cognitiva, emocional y social, la práctica de la creatividad es necesaria para todas las etapas de la vida, no solo una determinada cantidad de tiempo, sino que tiene que integrarse en nuestra vida diaria, partiendo de la integración a las instituciones que sirven para el desarrollo de los individuos como las escuelas.

De acuerdo con los conocimientos teóricos y la entrevista con el artista y académico, la integración de proyectos creativos a la vida diaria juega un papel importante para mantener la salud, facilitar el proceso de aprendizaje y crear relaciones sociales saludables.

Hacer arte sin la preocupación de la estética estereotipada es un acto que no se puede comparar, mientras que cada proceso creativo es único y personal. Para una sociedad que está acostumbrada a "copiar y pegar" para parecer inteligente o copiar las obras de arte de otros artistas para buscar confirmación y apreciación, un campo como la Arteterapia que no busca lo estético ni lo correcto o incorrecto se vuelve liberador y permite la creatividad para desarrollarse sin juzgar. Brindar experiencias incomparables y colaborativas en un período determinado que sea suficiente para la integración del estado adquirido puede ser el punto clave para la transformación. Coincidiendo con la visión de John Dewey y Herbert Read (Recuperado de; López Fernández Cao & Martínez Diéz, 2006), si el arte es fundamental para el desarrollo de la personalidad completa, la educación no puede alcanzar sus objetivos sin la existencia del arte. Por tanto la integración del arte entendido como conexión interior y exterior, exploración y expresión sin influencia y preocupaciones estéticas a los centros educativos son fundamentales. No para integrar a la juventud en una sociedad enferma, sino para dar las herramientas para ser consciente, cambiar las normas si el patrón establecido no funciona, adaptarse creativamente a los cambios, tener voz y decidir qué hacer en las condiciones actuales, en lugar de seguir las reglas y normas social con los ojos vendados.

Por tanto, los pilares de la propuesta de la intervención creativa colaborativa son explorar ese estado de conciencia, autoconocimiento, comunicación e interacción (con el yo, con las personas y con el espacio) a través de la experiencia creativa.

Además, en el presente trabajo de investigación se ha destacado la limitación de interacción de los usuarios con los espacios públicos. La conexión que las personas tienen con los espacios temporales depende de la conexión emocional que creamos y los recuerdos que recolectamos. (Montejano & Sierra, 2014) Esta conexión nos permite ser parte del espacio, preocuparnos por el espacio. Por tanto, la propuesta de la intervención es descubrir el significado de los espacios, explorar el potencial para recrear. Mientras se recrea el espacio, se resignifica y transforma el y con espacio.

La visión occidental cuantitativa y sistemática de la división y especialización de campos como la educación, la psicología, la creatividad y la ecología son las partes de un mismo mecanismo que no pueden considerar separarse. Cuando hay una crisis en un campo, es inevitable ver el reflejo de la crisis en otros campos (Naranjo, 2007). Cuanto más la neurociencia y las investigaciones desentrañan el efecto de la acción artística para el bienestar y el desarrollo socioemocional y cognitivo, más sociedades toman conciencia y pretenden cambiar. Como profesionales multidisciplinares, nuestra misión pretende ser encontrar soluciones holísticas y hacer consciente lo inconsciente en las sociedades que vivimos. Crear vínculos saludables y comprender la conexión invisible entre cada ser vivo es fundamental para vivir una vida significativa manteniendo el equilibrio del ecosistema.

6 LÍNEAS FUTURAS DE ACTUACIÓN

Una de las funciones de la propuesta de intervención es realizar los primeros avances de una metodología propia para considerar el espacio como la obra en sí. Aunque existen proyectos en el campo social, el potencial en el campo de la Arteterapia aún no se ha explorado. Se espera que las limitaciones y posibilidades sean exploradas durante la intervención para desarrollar una investigación en acción, además se considera que el proyecto trabaja en la interacción emergente del grupo y las decisiones grupales espontáneas que son difíciles de predecir y planificar. Lo que en otras palabras brinda la oportunidad de desarrollar habilidades de afrontamiento del encuentro con lo desconocido. Esta habilidad es fundamental para los profesionales que trabajan con el proceso creativo para el bienestar, que en mi opinión está relacionado con las condiciones del momento de creación el cual incluye las características particulares del espacio y personas.

El proyecto está destinado a desarrollar en diferentes duraciones, desde talleres a corto plazo, hasta intervenciones a largo plazo. Teniendo en cuenta la adaptabilidad para integrar los programas sociales existentes de las universidades como en la unidad de igualdad y acciones sociales. Se plantea que los datos recopilados de las intervenciones sean parte de la investigación en acción centrada en brindar el apoyo social adecuado para las y los estudiantes.

7 REFERENCIAS

Abramovitch, H. (2015). The Influence of Martin Buber's Philosophy of Dialogue on Psychotherapy: His Lasting Contribution. In Mendes-Flohr P. (Ed.), *Dialogue as a Trans-disciplinary Concept: Martin Buber's Philosophy of Dialogue and its Contemporary Reception* (169-182). Berlin; Munich; Boston: De Gruyter. Recuperado de; https://www.jstor.org/stable/j.ctvbj7kb3.13#metadata_info_tab_contents

Bang, C. & Wajnerman C. (2010). Arte y Transformación Social: La Importancia de La Creación Colectiva en Intervenciones Comunitarias. *Revista Argentina de Psicología -RAP-* (48), 89-103.

Bascoy, A. (2017). El individualismo y consumo en la sociedad actual. Psicoactiva Mente en La Nueva España. Recuperado de; <https://www.lne.es/blogs/psicoactiva-mente/el-individualismo-y-consumismo-en-la-sociedad-actual.html>.

Barquero, R. & Rosales P. (2017). Aviones de papel. Grupos de arteterapia en la escuela. *Teoría y práctica grupoanalítica*, 6(1), 7-16.

Batson, C. D., & Powell, A. A. (2003). *Altruism and prosocial behavior*. In T. Millon & M. J. Lerner (Eds.), *Handbook of psychology: Personality and social psychology*, Vol. 5 (463–484). John Wiley & Sons Inc.

Bauer, J. J., & Wayment, H. A. (2008). The psychology of the quiet ego. In H. A. Wayment & J. J. Bauer(Eds.), *Transcending self-interest: Psychological explorations of the quiet ego* (7–19). Washington, DC: American Psychological Association.

Behrends, A., Müller, S., & Dziobek, I. (2012). Moving in and out of synchrony: A concept for a new intervention fostering empathy through interactional movement and dance. *The Arts in Psychotherapy*, 39(2), 107-116.

Berman E. (1989). Current theory and research in motivation, Vol. 37. *Nebraska Symposium on Motivation: Cross-cultural perspectives* (p. 41–133). University of Nebraska Press.

Berrol, C. (2006). Neuroscience meets dance/movement therapy: Mirror neurons, the therapeutic process and empathy. *The Arts in Psychotherapy*, 33(4), 302-315. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2006.04.001>

Blanco Castilla E., Cano Galindo J. (2019). School bullying and teen suicide in the Spanish press: from journalistic taboo to boom. *Revista Latina de Comunicación Social*, 74, (937-949). Recuperado de; <http://www.revistalatinacs.org/074paper/1365/48en.html>

Blasco, M.J., Castellví, P., Almenara, J. *et al.* (2016) Predictive models for suicidal thoughts and behaviors among Spanish University students: rationale and methods of the *UNIVERSAL (University & mental health)* project. *BMC Psychiatry* 16, 122.

Blatt-Gross, C. (2017). Creating community from the inside out: A concentric perspective on collective artmaking. *Arts Education Policy Review*. Vol.: 118, No.:1, 51-59.

Bloom, D. (2013). En quête d'une théorie gestaltiste du processus groupal: Le processus de groupe comme processus du self. *Gestalt*, special issue,(2), 101-115. Recuperado de; <https://www.cairn.info/revue-gestalt-2013-2-page-101.htm>.

Bogdan, R. & Taylor, S. (1975). *Introduction to Qualitative Research Methods: A Phenomenological Approach to the Social Sciences*. New York: John Wiley & Sons.

Bolaños, R. (2010). Elementos de alteridad y convivencia social a partir de la Filosofía Dialógica de Martin Buber. Núm. 8: (enero-junio 2010): *Pensamiento, Sociedad y Complejidad: miradas desde la filosofía de la educación*. Sofia

Bowlby, J. (1988). *A secure base: Clinical applications of attachment theory*. London, UK: Routledge.

Brooks, G.R. (2001). "Masculinity and Men's Mental Health." *Journal of American College Health*. 49(6). 285-297.

Buber, M. (1997). *Yo y tú*. Buenos Aires: Nueva Visión

Buhler, C. (1971). Basic Theoretical Concepts of Humanistic Psychology. *American Psychologist*, 26(4), 378-386.

Cerezo, F. (2009). Bullying: Análisis de la situación en las aulas Españolas [Analysing bullying in Spanish schools]. *International Journal of Psychology & Psychological Therapy*, 9(3), 383-394.

Chang, Edward C, Chang, Olivia D, Lucas, Abigael G, Li, Mingqi, Beavan, Collin B, Eisner, Rachel S, . . . Hirsch, Jameson K. (2019). Depression, Loneliness, and Suicide Risk among Latino College Students: A Test of a Psychosocial Interaction Model. *Social Work*, 64(1), 51-60.

Chu, Y. K. (1970). Oriental views on creativity. In: Angott, A., Shapiro B. (Eds). *Psi factors in creativity*. New York: Parapsychology Foundation: 35-50.

CoCreable. (2020, Marzo, 12). Proyectos Cocreativos. (<https://cocreable.org/noupaticastellum/>)

Cropley, A. (2002). Introduction to the qualitative research. an introduction for students of psychology and education. Riga.Latvia: Zinatne

Csikszentmihalyi, M. (2008). *Flow. The psychology of Optimal Experience*. Harper Collins E-books.

Davis, M. H. (2015). Empathy and prosocial behavior. In D. A. Schroeder & W. G. Graziano (Eds.), *The Oxford handbook of prosocial behavior* (pp. 282-306). New York, NY: Oxford University Press.

Del Río Diéguez M., (2006). Formas para el silencio. *Arteterapia, Papeles de Arteterapia y Educacion Artistica para la Inclusion Social*, 1, 69-74.

Del Río Diéguez, M. (2009). Reflexiones sobre la praxis en arteterapia / Thoughts about practice in Art therapy. *Arteterapia, Papeles de Arteterapia y Educacion Artistica para la Inclusion Social*, 4, 17-26.

Delgado, G. M. O. (2009). La labor universitaria hacia el cambio social: Un compromiso ineludible. *Revista Docencia Universitaria*, (10) 83-9.

Dissanayake, E. (1999). "Making Special"—An undescribed human universal and the core of a behavior of art. In B. Cooke & F. Turner (Eds.), *Biopoetics: Evolutionary explorations in the arts* (pp. 27–46). Lexington, KY: International Conference on the Unity of the Sciences.

Dylan D. Ottemiller & Yasmine J. Awais (2016) A Model for Art Therapists in Community-Based Practice, Art Therapy. *Journal of the American Art Therapy Association*, 33(3) 144–150.

Ekman, P., & Davidson, R. J. (Eds.). (1994). *Series in affective science. The nature of emotion: Fundamental questions*. Oxford University Press.

Erikson, E. (1968). *Identity: Youth and crisis*. New York: W W Norton.

Fawcett, J., M.D. (2003). Where does pathological narcissism come from?. *Psychiatric Annuals*, 33(10), 621. Recuperado de; <https://search.proquest.com/docview/217044990?accountid=14478>

Federación Española de Asociaciones Profesionales de Arteterapia (FEAPA). (2020). Que entendemos por arteterapia. Recuperado de; <http://feapa.es/que-entendemos-por-arteterapia/>

Ferrari, P. F. & Rizzolatti, G. (2014). Mirror neuron research: the past and the future. *Philosophical transactions of the Royal Society of London. Series B, Biological sciences*, 369(1644), 20130169.

Franklin, M. (1992). Art therapy and self esteem. *The journal of the American Art Therapy Association*, 9, (78-84)

Gamella Garrido, D. (2016). Proyecto MeCUCC: Atención plena para una educación integral. *Pulso Revista de Educación*. Num. 39, (255-280)

García Herrero. G. & Ramírez Navarro J. M. (2006). *Manual práctico Para Elaborar Proyectos Sociales*. 1a. ed., Siglo XXI De España

Gardner H. (1999). *Intelligence reframed : Multiple intelligences for the 21st century*. New York: Basic Books.

Goleman, D. (2006). *Inteligencia social: La nueva ciencia de las relaciones humanas*. Barcelona: Kairós.

Goleman, D., Bennett, L., & Barlow, Z. (2012). *Ecoliterate : How educators are cultivating emotional, social, and ecological intelligence*. Recuperado de; <http://ebookcentral.proquest.com>

Gómez Esteban R. (2008). Concepción operativa de grupo y psicoterapia grupal psicoanalítica operativa. Homenaje al profesor Armando Bauleo. Área 3, *Cuadernos de temas grupales e institucionales*. Recuperado de: <http://www.area3.org.es/uploads/EB-COGy-RGomez.pdf>

Granados Conejo, I. M., & Callejón Chinchilla, M. D. (2010). ¿Puede la terapia artística servir a la educación?. *EA, Escuela Abierta: Revista De Investigación Educativa*, (13), (69-96).

Harris, A. (2019). Finding Our Own Way. *Center for mental Health report*. Recuperado de; https://www.centreformentalhealth.org.uk/sites/default/files/201901/CentreforMH_FindingOurOwnWay.pdf

Hernández Carrera, R. M. (2014). La investigación Cualitativa a Través de entrevistas: Su análisis Mediante la Teoría Fundamentada. *Cuestiones Pedagógicas*. 23. (187-210)

Hofstede, G., Hofstede, G. J., & Minkov, M. (2010). *Cultures and organizations: Software of the mind* (3d ed.). New York: McGraw Hill.

Hughes M.E., Waite L.J., Hawkey L.C., Cacioppo J.T. (2004). A Short Scale for Measuring Loneliness in Large Surveys: Results From Two Population-Based Studies. *Res Aging*, 26(6), (655–672).

Johnson, David W, Johnson, Roger T, & Roseth, Cary. (2010). Cooperative Learning in Middle Schools: Interrelationship of Relationships and Achievement. *Middle Grades Research Journal*, 5(1), (1-18).

Kabat-Zinn, J. (1994). *Wherever you go, there you are: Mindfulness meditation in everyday life*. New York: Hyperion.

Kagan J. (1995). On Attachment. *Harvard Review of Psychiatry*, 3:2, (104-106)

Kâğıtçıbaşı, Ç. (1994). A critical appraisal of individualism and collectivism: Toward a new formulation. In U. Kim, H. C. Triandis, Ç. Kâğıtçıbaşı, S.-C. Choi, & G. Yoon (Eds.), *Cross-cultural research and methodology series, Vol. 18. Individualism and collectivism: Theory, method, and applications* (pp. 52–65). Sage Publications, Inc *Psychologist*, 26, (378-386).

Kelly, J. (2015). *The art therapy encounter : an investigation of the experience of art therapy in a high school setting in Australia*, PHD Thesis, *Southern Cross University*, Lismore, NSW.

Kemper, T. D. (1978). *A social interactional theory of emotions*. New York: Wiley.

Keser Özcan N., Bilgin H. & Eracar N. (2011) The Use of Expressive Methods for Developing Empathic Skills, *Issues in Mental Health Nursing*, 32:2, (131-136),

Klein, J.P., Bassols, M., & Bonet, E. (2008). *Arteterapia : La creación como proceso de transformación*. Barcelona: Octaedro.

Konrath, S. (2017). *No, Empathy Isn't a Universal Value*. Psychology Today. Recuperado de; <https://www.psychologytoday.com/us/blog/the-empathy-gap/201707/no-empathy-isn-t-universal-value>

Konrath, S. (2019) Empathy, narcissism, and visual arts engagement. Chapter in *Designing for Empathy: Perspectives on the Museum Experience*, Gokcigdem, E. (Ed). Rowan & Littlefield.

Kossak, M., & McNiff, S. (2015). *Attunement in expressive arts therapy : : Toward an understanding of embodied empathy*. Springfield, Illinois : Charles C Thomas Publisher, Ltd.

Krishnamurti, J. (1974). *Krishnamurti on Education*. Orient Longman. New Delhi

Levin, D. M. (Ed.). (1987). *Pathologies of the modern self: Postmodern studies on narcissism, schizophrenia, and depression*. New York: New York University Press.

Loevinger, J. (1976). *Ego development: Conceptions and theories*. San Francisco: Jossey-Bass.

López Fernández Cao, M., & Martínez Díez, N. (2006). *Arteterapia : Conocimiento interior a través de la expresión artística* (Enfasis 4). Madrid: Tutor.

López Fernández Cao, M. (2011). "De la función estética y pedagógica a la función social y terapéutica (arteterapia)" En: Carnacea Cruz, A. y Lozano Cámara, A. (2011) *Arte, Intervención y acción social. La creatividad transformadora*, (69- 96) Madrid, Grupo 5.

Lubart, T. I, (1999) "Creativity across Cultures," in R. J. Sternberg (Ed.), *Handbook of Creativity* (pag; 339-350), Cambridge University Press New York

Luyten, P., & Fonagy, P. (2015). The neurobiology of mentalizing. *Personality Disorders: Theory, Research, and Treatment*, 6(4), 366–379.

Mansbridge, M. (2013). Loneliness linked to increased risk of Alzheimer's disease. *Expert Review Of Neurotherapeutics*, 13(2), 128-137

Markusen A. & Gadwa A. (2010). Creative Placemaking. *National Endowment for the Arts, Executive Summary*. Recuperado de; <https://www.arts.gov/publications/creative-placemaking>

Mcneilly, G. (2005). *Group Analytic Art Therapy*. Jessica Kingsley Publisher

Mendes-Flohr, P. (Ed.). (2015). *Dialogue as a Trans-disciplinary Concept: Martin Buber's Philosophy of Dialogue and its Contemporary Reception*. Berlin; Munich; Boston: De Gruyter. Recuperado de; www.jstor.org/stable/j.ctvbj7kb3

Millon, T. & Lerner, M.J. (2003). *Handbook of psychology, Volume 5 Personality and social psychology*. (463-484). Hoboken, NJ: John Wiley & Sons, Inc.

Montejano, M., & Sierra, M. T. C. (2014). Arteterapia y migración: Inclusión social a través de la apropiación simbólica del paisaje/Art therapy and migration: Social inclusion through landscape symbolic appropriation. *Arteterapia*, 9, (13-24). Recuperado de; <https://search.proquest.com/docview/1664550251?accountid=14478>

Moon, B. (1998). *The dynamics of Art as therapy with adolescents*. Charles C. Thomas Publisher.

Moreno González, A. (2016). *La mediación artística : Arte para la transformación social, la inclusión social y el trabajo comunitario*. Barcelona: Octaedro.

Moreno González, A. (2010). La mediación artística : Un modelo de educación artística para la intervención social a través del arte. *Revista Iberoamericana de Educación (OEI)*, 52/2.

Moreno, J. L. (1987). *Essential moreno: Writings on psychodrama, group method, and spontaneity*. Recuperado de; <https://ebookcentral.proquest.com>

Moustakas, E. C (1995). *being-in, being-for, being with*. New York: Jason Aronson

Naranjo C. (2007). *Cambiar la educación para cambiar el mundo* (3ª ed.). Vitoria-Gasteiz: La Llave.

O'hara M. (1997). Relational Empathy: From Egocentricism to Postmodern Contextualism. In *Empathy and psychotherapy: New directions in theory, research and practice*. A. Bohardt & L Greenberg (Eds.), Washington, D.C. : American Psychological Association.

O'Hara M., & Wood J.K. (2004). *Transforming communities: Person-centered encounters and the creation of integral conscious groups*. In B. A. Banathy & J.P. (Eds.): Plenum.

Ojeda García A., González Ruíz G.(2017). Arteterapia: Propuesta metodológica-cualitativa para trabajar sentido de comunidad en respuesta a desahogar conflictos intrafamiliares. *Global Journal of Community Psychology Practice*. 8(2), artículo 169,

Olweus, D. (1998). *Conductas de acoso y amenaza entre escolares*. Madrid: Morata.

Overy, K., & Molnar-Szakacs, I. (2009). Being Together In Time: Musical Experience and The Mirror Neuron System. *Music Perception*, 26(5), (489-504).

Perls, F. S., Hefferline, R. F., & Goodman, P. (1951). *Gestalt therapy: Excitement and growth in the human personality*. New York: Dell.

Pichon Rivière, E. (1980). *El proceso grupal* (5ª ed.]. ed., Psicología Contemporánea. Del psicoanálisis a la psicología social. Buenos Aires: Nueva Visión.

Riordan, C., Dunaway, F., Haa, P., James, M., & Kruge, D. (1984). Prosocial Behavior following Transgression: Evidence for Intrapsychic and Interpersonal Motives. *The Journal of Social Psychology*, 124(1), (51-55).

Robinson, K., & Aronica, L. (2015). *Escuelas creativas: La revolución que está transformando la educación* (2ª ed.). Barcelona: Grijalbo.

Rogers, C. R. (1970). *Carl Rogers on encounter groups*. Harper & Row.

- Rogers, C. (1995). *El camino del ser*. Barcelona: Kairós.
- Rusu, M. (2017). Empathy and Communication Through Art. *Review of Artistic Education* (14), (139-146)
- Sălcudean, I. N. (2012). Art and Vandalism. CrossBreeding of Street Art (re)interpretation of street art from a sociological, aesthetical and interactivity perspective. *Journal of media research*. (12), (45-60).
- Siegel, D. J. (1999). *The developing mind: Toward a neurobiology of interpersonal experience*. New York: Guilford Press.
- Siegel, D.J. (2010). *Mindsight: The new science of personal transformation*. New York: Bantam.
- Sosa, F., Fernández O., & Zubieta E. (2014). Bienestar Social Y Aculturación Psicológica En Estudiantes Universitarios Migrantes. *Liberabit*, 20(1), (151-163).
- Suriá Martínez, R. (2012). ¿Se sienten integrados los estudiantes con discapacidad en su centro educativo?: Análisis en función del tipo de discapacidad y etapa formativa. *Profesorado: Revista De Curriculum Y Formación Del Profesorado*, 16(3), (341-356).
- Shweder, R., & Bourne, E. J. (1982). Does the concept of the person vary cross culturally? In A.J. Marsella & G. M. White (Eds.), *Cultural conceptions of mental health and therapy*. Boston: Kluwer.
- Stevenson, S. (2016). Transforming a community: A collaborative group art therapy mural. *The Journal of Art for Life*. 8(5). (1-22)
- Stein, M. (1953) Creativity and Culture, *The Journal of Psychology*, 36:2, 311-322, DOI: 10.1080/00223980.1953.9712897
- Stern, D. (1985). *The Interpersonal world of the Infant: A View from Psychoanalysis and Developmental Psychology*. New York: Basic Books.
- Sutin, A. PHD, Stephan Y., PhD, Luchetti M., PhD, Terracciano A, PhD. (2018). Loneliness and Risk of Dementia. *The Journals of Gerontology: Series B*, gby112
- Taylor, E. (2016). Mindfulness and flow in transpersonal art therapy. An excavation of creativity. Powietrzynska, M. & Tobin, K., (eds.), *Mindfulness and educating citizens for everyday life*.(27-46). Sense Publishers.

Trevarthen, C. (1993). The self born in intersubjectivity: The psychology of infant communication. In U. Neisser (Ed.), *The perceived self: Ecological and interpersonal sources of self-knowledge* (121–173). New York: Cambridge University Press.

Triandis, H. C. (1990). *Cross-cultural studies of individualism and collectivism*. In J. J.

UAM. (2020). Unidad de Igualdad de Género, Universidad Autónoma de Madrid. Recuperado de; http://www.uam.es/UAM/Unidad_Igualdad/1446766849002.htm?language=es&nodepath=Unidad%20de%20Igualdad%20de%20G?nero

UCM. (2020). Unidad de Igualdad, Universidad Autónoma de Madrid. Recuperado de; <https://www.ucm.es/unidaddeigualdad/>

Van de Vyver J., Abrams D., Spinner L., Pelletier J., Ali, S. Y., Kapantai I. (2019). Participatory arts interventions promote interpersonal and intergroup prosocial intentions in middle childhood. *Journal of Applied Developmental Psychology*, Vol. 65, <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2019.101069>

Vidal Moranta, T. & Pol Urrútia, E. (2005). La apropiación del espacio: Una propuesta teórica para comprender la vinculación entre las personas y los lugares. *Anuario De Psicología*, 36(3), (281-297). Recuperado de; <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=1961749>

Waller, D. (1993). *Group Interactive Art Therapy: its use in training and treatment*. Routledge.

Whitaker, P. (2020). *Art Therapy and Environment | Groundswell: Art, Participation, Environment*. Groundswell.ie. Recuperado de; <https://groundswell.ie/uncategorized/art-therapy-and-environment>.

Whitaker, P. (2017). Art Therapy and Environment (Artthérapie et environnement), *Canadian Art Therapy Association Journal*, 30:1, (1-3), DOI: 10.1080/08322473.2017.1338915

Winnicott, D. W. (1989). *Playing and reality*. London: Routledge.

8 ANEXOS

ANEXO 1 - ENTREVISTA CON MARTA LAGE DE LA ROSA

ANEXO 2 – CONSENTIMIENTO INFORMADO

ANEXO 3 - LA ENCUESTA

ANEXO 4 - ENTREVISTA INICIAL PARA INTERVENCIÓN

ANEXO 5 - CUESTIONARIO DE QES (QUIET EGO SCALE)

ANEXO 6 - CUESTIONARIO DE SOLEDAD UCLA

8.1 ANEXO 1 - ENTREVISTA CON MARTA LAGE DE LA ROSA

Entrevista con Marta en 30 Junio 2020 por Zoom;

I 1: Tuviste muchas experiencias como investigadora y profesora en varias universidades y proyectos educativos, artísticos. Puedes mencionar en que facultad y programas de estudios trabajas actualmente?

M 2: Actualmente soy profesora de Educación Artística de la Universidad Complutense de Madrid. Trabajo en la Facultad de Educación. A lo largo de mi vida profesional, he trabajado en muchas instituciones, que tienen que ver con la adolescencia en la mayoría, me imagino que para esta investigación es lo más relevante. He sido profesora también en la Facultad de Educación en la Universidad Autónoma, también de la Universidad de Alcalá de Henares Madrid, he sido profesora en la Universidad Autónoma en México, en una escuela Superior en México en Master y en Grado, he dado clases en los centros culturales, en escuelas de Arte alternativo y he trabajado en muchos ámbitos.

I 3: ¿Cómo describirías el ambiente escolar en las universidades en tu punto de vista? ¿Es competitivo o colaborativo? Si has tenido diferentes experiencias en México y España?

M 4: En general, creo que es competitivo más que colaborativo. Uno de las cosas que trabajo en aula es cooperación no la competición. Pero, siempre me sorprende porque la alumna no está acostumbrada a cooperar. El contrario, están acostumbrados generalmente a competir. Y competentes del día cero y cuesta mucho cambiar. A lo largo de cuatrimestre trabajamos precisamente desaprender la actitud competitiva. A veces les cuento una historia, que ayuda bastante, porque las historias ayudan a comprender, o hacer nuestros los conceptos. Cuando preguntamos a mucha gente si eres competitiva? Te dicen que no pero luego lo es. Porque en realidad, el capitalismo es competición pura y como hemos nacido esa sistema político, lo ha subimos como si fuera casi una religión. La creencia eso es lo que tiene que ser. Entonces desde que somos pequeñas en la escuela, quien hace mejor las cuentas, quien hace mejor... Yo les digo que cada persona, tenemos una cualidad y siempre que tenemos algo que hacemos bien, y que entre todas las personas, todas las cosas que hacemos bien, construyen una sociedad mejor. Que no todo el mundo tiene que hacer bien lo mismo tarea. Entonces les digo que una empresa multinacional estaba buscando corredores en Africa, había una tribu que supone que corrían muy bien, entonces pusieron una gran cesta de frutas, un árbol y hacían una carrera con los niños, de esa carrera con los niños, lo que querían sacar era como una especie de carrera para buscar niños que fueran grandes deportistas, el deporte también es bastante competitivo. Entonces, les pusieron el premio en aquel árbol y había que correr a todo lo que da los niños para ver quien llegaba primero. Preparados listos ya, y los niños se dieron la mano, y fueron todos juntos al árbol. La empresa les dijo que eso no podría ser! Que no podían llegar todos a la vez. Que se trataban de ver quien llega primero, que ellos sabían que allí había gente que corría mucho y muy bien. Entonces repitieron la prueba otra vez. Y los niños otra vez hicieron lo mismo; no corría uno para llegar primero. Repitieron la

prueba hasta tercera vez y como vieron que no hay una manera, preguntaron a los niños que les pasaba? Que no podían entender como no eran capaces de hacer lo que les pedían que fuera algo muy simple. Les dijeron qué sentido tendría que una sola persona recibiera una cesta de frutas tan grande que ni siquiera era capaz de comerse. Que es el premio era poder lo compartir y con el resto. Entonces ese ejemplo te enseña a que realmente el paradigma de nuestra sociedad es otro justo el contrario. Nuestra sistema de pensamiento no tiene sentido. Lo que los niños hacían no tenía sentido, Sin embargo, su explicación tienen todo el sentido. Entonces, en el aula yo es uno de las cosas trabajo, hacemos unos ejercicios de Educación Artística el clave del ejercicio se llega entender la importancia de cooperación, nunca se podría llegar tanto lo mismo, si lo hacen de forma individual. Pero eso, no es lo habitual. Yo sé que es muy raro dentro de la sistema educativa.

I 5: ¿Si existe la competitividad entre los y las profesores?

M 6: Si, si existe. Además el sistema universitario Español es muy cuadrado. Están establecidos los pasos que tienes que dar para ir ascendiendo, y es una carrera que se hacen solitario. Si tú quieres pedir un proyecto de investigación, tienes que a ver una investigadora principal y la resto, trabajan por bien en común, pero la persona que más beneficio tiene es la que consigue ese proyecto de investigación. Entonces, lo más para una profesora universitaria es llegar a conseguir ser investigadora principal de un proyecto. Para llegar a conseguir a ser una investigadora principal, tienes que tener muchas personas en tu servicio. Pero no es reconocido como tal, tienes desde becarias hasta profesorado trabajando para investigadora principal, hacen lo que a ti no tiene tiempo para hacer. Para ser investigadora principal tienes que dejar de hacer otras cosas, no te da tiempo hacer todo eso. Entonces si tienes un determinado horas de clase, un determinado horas de labores de gestión, e investigación no se puede hacer sin ayuda. Claro la ayuda, no es horizontal es vertical. Cuando llegas en un departamento, las personas que más tiempo llevan eligen las horas de docencia. Las ultimas tienen que quedarse con lo que no quieren nadie. Y últimamente está más desprestigiado el aula, cuenta mas todo lo que tu hagas de investigación, luego las horas de clase lo que menos vale. Mucha gente focaliza en investigar no en dar clase, y esto no me parece bien.

I 7: Piensas que hay una relación entre las problemas sociales, y la competitividad y individualismo que el sistema nos impide?

M 8: Bajo mi punto de vista, sí.. Cuando tu trabajas para ti, para tu bienestar y tu familia a lo mejor, puedes alcanzar niveles muy elevados socialmente, pero eso no garantiza tu felicidad. Hay veces que eso directamente relacionado con la ansiedad, el estrés que no te aporta felicidad en absoluto. Es muy diferente, cuando tú, trabajas con los demás para un bien común, eso es bienestar contigo mismo y con el resto.

I 9: ¿Cuáles son los servicios en las universidades para mantener el bienestar de los estudiantes universitarios?

M 10: Hay atención psicológica para estudiantes y para profesorado. En la UCM tenemos un equipo de atención psicológica gratuito.

I 11: Hay algunos proyectos artísticos que se ofrecen a los y las estudiantes universitarios que se ayuda a colaboración entre estudiantes?

M 12: Nosotras en la Complutense hemos creado la semana de las Artes en la Educación, en ese proyecto sí que hemos hecho propuestas colaborativas, son abiertas para todo la facultad. También tenemos Semana cultural, el año pasado por ejemplo, era el año de Garcia Lorca y sí que las iniciadoras del proyecto pidieron ayuda en la comunidad, yo me ofrecí. Hemos trabajado desde lo artístico para hacer una representación teatral unos poemas elegidos de Garcia Lorca. La verdad es que fue muy bien, el proyecto estuvo fenomenal, según las encuestas de satisfacción esa actividad en específico les encantaron. A priori era una reto, no lo sabían que hacer, pero al final, trabajo de grupo y colaboración ayudado a lograr. Luego se visibilizo el grupo hacer parte de la representación. Por supuesto participación era voluntaria, no era obligatorio y funciono muy bien. Según mi experiencia con los proyectos artísticos, siempre genera resultados positivos en la relación interpersonal entre los participantes. Además requiere muchas horas de trabajo extra, no todo el mundo puede permitírsele y vuelve a ser muy cansado gestionar aparte de tu jornada laboral. Pero merece la pena y funciona muy bien.

Además este año queríamos intervenir de forma artística un espacio público que se llama tanatorio en la facultad de Educación en Complutense ofreciendo todo alumnos y profesores y queríamos transformar utilizando color y plantas. Siempre andamos con proyectos colaborativas y artísticas por supuesto.

I 13: ¿Entonces, crees que los proyectos artísticos colaborativos promueven la colaboración y la creación de vínculos sociales?

M 14: Definitivamente sí. Establecen vínculos sociales.

I 15: ¿Qué tipo de impacto del proceso creativo colaborativo tiene en las relaciones interpersonales entre los y las participantes?

M 16: Creación artística te permite primero pensar desde otro lugar. Cuando creas en conjunto con los demás, tienes que desarrollar tu sensibilidad, la empatía y luego tienes que llegar a acuerdos, negociar entre ideas personales e ideas de otro, compartir y luego es un trabajo de ego porque en creación individual “yo” es protagonista pero cuando creamos con alguien, hay que buscar un equilibrio lo que yo quiero y lo que te quieres y lo que se decida es bueno para los dos, es un compartir. Se pone en juego de muchas habilidades interpersonales.

I 17: ¿Crees que se puede cambiar el comportamiento competitivo? ¿Cómo?

M 18: Creo que es depende de las personas. La historia que te ha contado hace un clic y de repente saben que quiero decir. O otras personas consiguen insight con experiencia. Por ejemplo hagamos unos ejercicios de cadáver exquisito en dos formas; uno con dibujo, y uno con texto. Pues después de esa experiencia, mucha gente se da cuenta que nunca el resultado sería igual si lo hubiera hecho sola. Realmente vivirlo en una experiencia se genera un cambio significativo más que pensamiento. La aprendizaje está basado en experiencia. Y si la experiencia sostiene en el tiempo, cada vez es más eficaz. Hasta que se integra.

I 19: Que tipo de proyectos estas involucrado ahora mismo?

M 20: Ahora estoy metido proyectos sociales para ayudar a la población afectado de Covid en el barrio. Tenemos un proyecto de preparar comidas a los quienes no tienen recursos y Hemos creado una red de cuidados en el barrio y vamos a ofrecer talleres de Arteterapia a familias vulnerables del barrio. Hay muchas necesidad en esto momento y el arte se ha desaparecido de la vida de personas, y nos queremos ofrecer un espacio que tienen oportunidad para expresar a través del arte.

I 21: Si proyectos artísticos se ayuda a transformar la sociedad?

M 22: Absolutamente, creo que ser humano necesita el arte para vivir. Es una necesidad y te ayuda en los momentos de dificultad y felicidad que te acompaña. El sistema educativo nos va alejando de eso, porque se considera es un entretenimiento y no tiene un valor. Pero realmente, es cultura, es conocimiento, desarrollo personal cognitivo, tiene que ver con la comunicación, con la salud física y emocional y mental. Nos permite expresar emociones que otra manera no podría. Yo creo es un derecho humano y arte nos influye nuestra salud en sociedad. Creo que muchísimas problemas de salud mental resolverían si el arte estuviera un parte de nuestra vida cotidiana. No para ser artistas que no hace falta, sino para disfrutar con las herramientas que proporciona el arte para expresar, para vida. Bailar, coser, cantar, crear nos contribuye nuestra felicidad, nuestra bienestar.

I 23 : Cuando miramos a las comunidades indígenas, están en una creación constante, crean sus casas, sus canciones, sus platos ... Sin embargo, vivimos en una sociedad en la que el arte es un pasatiempo que rara vez hacemos los fines de semana, no tenemos tiempo para crear.

M 24: Si. Porque se le da prioridad a otras cosas, que en realidad son menos importantes. Lo que tú dices, yo hay muchos días que digo hoy echo algo de creación? No. Y para mí es vital también, pero tengo miles de cosas además. Que en realidad lo que a mí me proporciona bienestar es crear, a todo el mundo. Hay veces que lo pospones porque tienes que leer, hablar...

I 25:Cuál es tu opinión sobre nuestra relación como habitantes de espacios públicos en universidades?

M 26: Si, que no lo consideramos como nuestro. Eso debería ser como en tu casa, a veces pasas más tiempo allí que en tu propio casa. Es algo que deberíamos contribuir a transformar. En universidad es publica y todo deberían ser para compartir entre profesorado y estudiantes, cuidarlos, lugares de acogedores. No es algo que suceda.

I 27: por eso me interesa vuestras proyecto de transformación de tanatorio, como lograsteis a gestionar intervenir un espacio público en universidad público?

M 28: La idea era atreves de un proyecto comunitario artístico que todas las personas participen, y todas las personas podrían intervenir. También tiene un parte ecológico que íbamos a hablar de medio ambiente, cuidado de naturaleza, cuidado de los espacios comunes, y participación. Pedimos permiso, nos costó convencerles pero al final nos dijeron que si incluso ayuda económico para intervenir. Dependiendo de la persona responsable en las instituciones. La persona que está en gerencia, es una persona sensible y nos ha facilitado, también facultad de trabajo social está en nuestro mismo edificio. Por ejemplo grado de trabajo social no tiene ninguna asignatura de arte. Es una cosa muy extraño. Ahora lo que queremos un grupo de profesoras de arte trabajar con ellos aunque sea de forma voluntaria porque es importante que tiene valor el arte y proyectos comunitarios. Es que en comunidades acto de arte es siempre común. Es todo social.

I 29: Muchas gracias por tu colaboración, dedicar tu tiempo para la entrevista. Te deseo suerte con tus proyectos.

8.2 ANEXO 2 – CONSENTIMIENTO INFORMADO

La alumna Işıl Joyeux de Máster de Arteterapia y Educación artística para la inclusión Social está realizando un estudio de investigación en el marco de su Trabajo de Fin de Máster, cuyo principal objetivo es investigar el potencial prosocial y terapéutico del proceso de creación colectivo dentro de un encuadre arteterapéutico para las y los estudiantes universitarios. La entrevista con las y los profesores que trabajan con proyectos creativos y colaborativos es uno de los datos fundamentales para analizar en la investigación. Toda la información recogida será tratada de manera confidencial, y analizada en conjunto para la realización del Trabajo de Fin de Máster. La participación en este estudio es estrictamente voluntaria y usted puede retirarse en cualquier momento sin tener que dar explicaciones y sin ninguna consecuencia. Al finalizar el estudio, la parte investigadora se compromete a explicar los resultados a todos los participantes que estén interesados en conocerlos, y así lo indiquen. Este proyecto, está conducido y dirigido por Işıl Joyeux, bajo la tutela de la Dra. Ana Mampaso. Si tiene alguna duda sobre este estudio, puede hacer preguntas en cualquier momento de su participación en él:

Teléfono: 654239837

Correo electrónico: isil.joyeux@estudiante.uam.es

CONSENTIMIENTO INFORMADO

D./Dña. Marta Lage de la Rosa, mayor de edad, manifiesto que he sido informado/a sobre el estudio dirigido por la alumna Işıl Joyeux dentro del marco de su Trabajo de Fin de Máster.

He recibido suficiente información sobre el estudio.

1. He podido hacer todas las preguntas que he creído conveniente sobre el estudio y se me han respondido satisfactoriamente.

2. Comprendo que mi participación es voluntaria.

3. Comprendo que puedo retirarme del estudio y revocar este consentimiento:

a. Cuando quiera

b. Sin tener que dar explicaciones y sin que tenga ninguna consecuencia de ningún tipo.

Tomando ello en consideración, otorgo mi consentimiento a participar en este estudio, para cubrir los objetivos especificados.

Firma del participante: Firma del investigador:

Nombre y fecha: Nombre y fecha:

Marta Lage de la Rosa

30 de junio de 2020

8.3 ANEXO 3 - LA ENCUESTA

| |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Pregunta : ¿Qué tipo de condiciones crees que te han ayudado a sentir dicha conexión? |
| Las Respuestas |
| 1. Cuando viajo sola y encontré personas que vean la vida como yo. |
| 2. Admiración y empatía. |
| 3. Nos conocimos en la universidad, donde normalmente conoces a personas con tus mismas inquietudes, aunque no necesariamente. Somos un grupo de 9 personas muy dispares, nos complementamos y nos queremos por cómo somos, justamente por las diferencias que nos aportamos los unos a los otros |
| 4. La apertura de las personas y la posibilidad de expresarme sin juicio + el cariño que había en general en el grupo + el compartir de momentos y sentimientos fuertes a lo largo de las clases. Era mi clase de Erasmus en Madrid, les agradezco un montón. |
| 5. En la mayoría de las veces la conexión yo creo que se ha debido fundamentalmente a la conversación y a los hábitos y el tiempo pasado juntos/as con actividades compartidas de interés mutuo y común. |
| 6. Contexto seguro donde no me siento juzgada, si escuchada y me ofrecen apoyo, también ser personas con mi ideología política, feministas, vegetarianas, que valoren el regalo que es la vida. |
| 7. Intereses en común, compartir espacios de crecimiento personal (de voluntariado o espirituales), compartir el sentido del humor, relacionarnos de forma horizontal, empatía. |
| 8. Espacio seguro, afinidad, respeto, escucha de las opiniones, integración, diversidad, flexibilidad, acogida, espacio para lo propio y lo colectivo. |
| 9. Creábamos un ambiente de confianza y vivíamos cosas juntos, desde el día a día a momentos más alegres y momentos más tristes. |
| 10. La afinidad con esas personas, estar en un entorno en el que me siento cómoda y, sobre todo, libre como para poder ser yo. |
| 11. Ser una persona sencilla y que no le importa compartir y disfrutar del |

| |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| momento y de las cosas sencillas de la vida. |
| 12. Trabajar en equipo para alcanzar metas comunes. Sobre todo motivadas para construir un mayor bienestar compartido. |
| 13. El vínculo generado y el respeto hacia la opinión de las demás. |
| 14. Tiempo juntos, actividades de desarrollo grupal y apoyo, experiencias y vivencias fuertes. |
| 15. Tener un estilo de vida diferente y común, una “ideología” común y tener una meta común. |
| 16. La pintura, el respeto, ideales en común, amistades desde pequeñas, el arte en general. |
| 17. No he tenido conexiones profundas con un grupo de personas, es triste pero es así. |
| 18. Compartir la experiencia, encontrar puntos similares, crear un dialogo autentico. |
| 19. Estudios, aficiones en común, contacto cercano prolongado, vivencias intensas... |
| 20. Esfuerzo conjunto, alcanzar metas todos unidos, sortear situaciones difíciles. |
| 21. El amor mutuo. Poder contar los unos con los otros. El respeto mutuo. Sumar. |
| 22. Una actividad artística, viajar con estas personas y convivir y la amistad |
| 23. El tener intereses comunes. El compartir una manera de pensar y sentir. |
| 24. Un vínculo espiritual y de armonía entre cuerpos y mentalidades. |
| 25. A reflexionar como persona a un mundo social en que vivimos |
| 26. Valorar a la persona por quién es y no tanto por lo que es. |
| 27. Desgracias que surgieron y que me vi involucrada en estas. |

| | |
|-----|------------------------------------------------------------|
| 28. | Mismos gustos, ideas e intereses, así como la convivencia. |
| 29. | Apertura emocional mutua, confianza, escucha, acogimiento |
| 30. | De cierta mente inocente y a la vez una mente pervertida |
| 31. | El contexto (social y personal) en el que me encontraba |
| 32. | Tener algo en común: trabajo, inquietudes, gustos.... |
| 33. | Cuando se convierten en una extensión de mi familia |
| 34. | La empatía, los intereses, los gustos y los sueños. |
| 35. | Compartir experiencias y momentos claves en la vida |
| 36. | Entorno y contexto donde se desarrolla la relación. |
| 37. | Nos queríamos el uno al otro, éramos auténticos. |
| 38. | Afinidad, parecida sensibilidad, positivismo. |
| 39. | La tolerancia y el querer aprender de ellos. |
| 40. | Amistad, generosidad, amabilidad, simpatía. |
| 41. | La superación personal, y la autenticidad. |
| 42. | Tener una herramienta cómo la meditación. |
| 43. | Respecto, confianza, escuchar, no juzgar. |
| 44. | Misma visión de cómo vivir el día a día. |
| 45. | El tiempo junto, convivencia y risas. |
| 46. | Por experiencias vividas en conjunto. |
| 47. | Afinidad en los gustos o filosofía. |
| 48. | Tener la misma escala de valores. |
| 49. | La empatía y el cariño y respeto. |

| | |
|-----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 50. | Total libertad en ese momento. |
| 51. | Confianza empatía seguridad |
| 52. | Libertad, no juicios, risas. |
| 53. | No entendí el sentimiento. |
| 54. | Seguridad, confianza. |
| 55. | La capacidad amorosa. |
| 56. | Que piensen como yo! |
| 57. | Irme a vivir afuera |
| 58. | Afinidad y empatía. |
| 59. | Afinidad musical. |
| 60. | Meditamos todos |
| 61. | Cosas en común |
| 62. | La intuición. |
| 63. | La empatía. |
| 64. | Conocerlas. |
| 65. | Semejanzas. |
| 66. | Ser humano. |
| 67. | Amor. |
| 68. | Respeto. |
| 69. | Afines. |
| 70. | Cariño. |
| 71. | Hacer música / arte, compartir sobre arte, compartir lectura, situación incongruente, exhibición, vida nocturna, algo de exceso, viajes (incluso a 5 km de mi casa), |

| |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>discusión aleatoria en pub o club, deambula sin rumbo fijo. Pero es difícil de decir. No es algo que pueda planear. Con todo lo que dije, puedo ponerme de humor para conocerme y conectarme. Pero después de su pura suerte, accidente, fortuna.</p> |
| <p>72. Apoyar unos a otros en momentos difíciles; lograr algo como grupo; compartir emociones y abrirse; confiando en ellos para necesidades y supervivencia; sentirse aceptado como uno del grupo; sentirse amado y apreciado por los miembros de tu grupo.</p> |
| <p>73. Compartir ideas similares sobre el mundo y tener conocimiento en temas mutuamente interesantes. Lo que realmente me ayuda es si podemos crecer juntos de una manera creativa o en el sentido del desarrollo personal, aunque a menudo están conectados.</p> |
| <p>74. El espacio a nuestro alrededor se sentía seguro. me hizo sentir que podía hablar de cualquier cosa sin juzgarlo y eso me ayudó a abrir mi mente sobre muchas cosas.</p> |
| <p>75. La opresión sistémica de las mujeres (en mi caso), a través de la asociación, donde participo, creamos una hermandad de mujeres contra el sistema patriarcal.</p> |
| <p>76. Cruzar caminos de la vida, accidentes, viejas amistades, nuevas reuniones, pasión, ...</p> |
| <p>77. Mi familia y yo nunca hemos estado realmente unidos, por lo que las personas ajenas a mi familia son siempre las personas con las que más me he conectado.</p> |
| <p>78. Vivir en un país extranjero, tener la misma edad, pertenecer al mismo tipo de cultura (mediterráneo)</p> |
| <p>79. Permitir que mi corazón sienta amor sin tener miedo de lastimarse o perder personas.</p> |
| <p>80. No tengo familia, entonces mis amigos son mi familia. Experiencias compartidas y encontrar cosas en común</p> |
| <p>81. Estar en una situación similar, con los mismos tipos de dificultades y placeres.</p> |
| <p>82. Tiene que ser una cercanía mutua y nuevas perspectivas, energías, emociones pueden ayudar a encontrar el camino.</p> |
| <p>83. Comprender y pasar buenos momentos juntos y ayudarnos mucho unos a otros.</p> |
| <p>84. Estar expuesto al mismo entorno, compartir experiencias comunes como grupo.</p> |

| | |
|------|---------------------------------------------------------------------------------|
| 85. | Una cantidad significativa de tiempo juntos, superando las dificultades juntos. |
| 86. | Buena comunicación, empatía, apertura, respeto mutuo, admiración mutua. |
| 87. | Crecer juntos Tener un punto de vista similar en la vida |
| 88. | Estar lejos de la familia. Viviendo en otros países |
| 89. | un sentido de hermandad, comprensión y empatía |
| 90. | Viajar y trabajar juntos en un objetivo común. |
| 91. | Creencias similares, cultura y clase social. |
| 92. | Un interés genuino el uno por el otro. |
| 93. | Objetivos y códigos de ética similares. |
| 94. | Intereses, deseos, metas similares. |
| 95. | Las actividades que hicimos juntas. |
| 96. | Estar en las mismas circunstancias |
| 97. | Tener similar edades, intereses y habilidades similares etc. |
| 98. | Charla informal, facebook, comentarios |
| 99. | Ambiente inclusivo. situación y personas. |
| 100. | Ellos me crecieron. |
| 101. | Compartir secretos. |
| 102. | N/A |
| 103. | No. |
| 104. | Me ayudaron a crecer. |
| 105. | No me siento conexiones profundas. |
| 106. | No siento una conexión profunda con mi familia como para entender el grado |

| |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| de profundidad. |
| 107. Habría que definir la nomenclatura de vinculo, es impensable que se pueda estar de acuerdo o no de no hacerlo, ya que una "conexión" tendrá un significado personalísimo y la respuesta natural será "sí". |
| 108. No he tenido conexiones profundas. |
| 109. No lo he sentido. |
| 110. A reflexionar como persona a un mundo social en que vivimos. |

8.4 ANEXO 4 - ENTREVISTA INICIAL PARA INTERVENCIÓN

Datos personales:

1. Fecha de la entrevista:
2. Nombre completo:
3. Edad:
4. Lugar de nacimiento:
5. Ocupación:
6. Nivel de estudios:
7. ¿Con quién vives actualmente?
8. ¿Tienes pareja?
9. ¿Estás inmerso en algún otro proceso terapéutico, ya sea a nivel individual o grupal?
10. ¿Has tenido alguna experiencia previa de terapia? ¿De qué tipo?
11. ¿Tomas medicamentos recetados?
12. ¿Prácticas meditación, yoga, actividad artística, creativa o alguna actividad similar?
¿Con qué frecuencia?
13. ¿Tienes alguna limitación horaria en tu disponibilidad para venir?
14. ¿Cuál es tu principal motivo al participar en este taller?
15. Durante los últimos 3 meses;
 - a. ¿Tuviste pensamientos suicidas?
 - b. ¿Te sentiste solo y aislado?
 - c. ¿Te sentiste ansioso o deprimido?
 - d. ¿Te sentiste socialmente excluido?
 - e. ¿Sentiste algún tipo de Bullying/acoso?
16. ¿Te sientes deprimido, ansioso o socialmente aislado en la universidad?
17. ¿Qué cosas detestas o te sacan de quicio de otras personas? ¿En qué situaciones vitales te sueles poner más nervioso?

18. ¿Hay algo de ti-mismo/a que te estorbe a la hora de relacionarte? ¿Hay algo de ti-mismo/a que eches en falta a la hora de relacionarte?

19. En cuanto al contacto con otras personas, ¿hay alguna forma de relación en la que te reconozcas con mayor fuerza que en otras? Aquí te nombro algunos ejemplos para ayudarte en la respuesta:

Cuidador/a - Dominante – Complaciente - Autosuficiente - Pragmático - Dependiente

Rebelde - Conciliador - Evitativo - Seductor

20. ¿Qué cosas dirían tus amigos, familiares o conocidos de ti?

21. ¿Qué es lo que más te importa en la vida?

22. Cuáles son tus principales preocupaciones?

23. Escribe o dibuja cinco cosas que te gustan de ti:

24. Escribe o dibuja cinco cosas que no te gustan de ti:

8.5 ANEXO 5 - CUESTIONARIO DE QES (QUIET EGO SCALE)

| Subescala | Artículo |
|-----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Crecimiento ¹ | <p>-Me parece importante tener nuevas experiencias que desafíen mi forma de pensar sobre mí y el mundo.</p> <p>-Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de aprendizaje, cambio y crecimiento.</p> <p>- Tengo la sensación de que me he desarrollado mucho como persona con el tiempo.</p> |
| Identidad inclusiva ² | <p>-Me siento una conexión con todos los seres vivos.</p> <p>-Me siento una conexión con personas de otras culturas.</p> |
| Motivación altruista ³ | <p>-No me preocupa demasiado lo que es mejor para la sociedad en general.</p> <p>-Cuando se trata de ayudarme a mí mismo o otros, tiendo a ponerme en primer lugar.</p> <p>-Muy a menudo en la vida, es más importante recibir que dar.</p> <p>-Cuando veo personas necesitadas, no siento la necesidad de ayudarlas.</p> |
| Toma de perspectiva ⁴ | <p>-Antes de criticar a alguien, trato de imaginar cómo me sentiría si estuviera en su lugar.</p> <p>-Cuando estoy enojado con alguien, generalmente trato de ponerme en su lugar.</p> <p>-A veces me resulta difícil ver las cosas desde el punto de vista de otra persona.</p> <p>-Intento analizar las diferentes perspectivas de cada persona en desacuerdo, antes de tomar una decisión.</p> |
| Conciencia plena ⁵ | <p>-Hago trabajos o tareas automáticamente, sin darme cuenta de lo que estoy haciendo.</p> <p>- Tiendo a apurarme cuando hago ciertas actividades, sin ser realmente consciente de ellas.</p> |

8.6 ANEXO 6 - CUESTIONARIO DE SOLEDAD UCLA

Información: Responda las preguntas pensando en su vida social en la Universidad, si tuviera que cambiar su ciudad para estudiar, considere su situación en el lugar donde vive ahora en este momento.

Instrucciones: Indique con qué frecuencia cada una de las siguientes declaraciones lo describe a usted.

| Cuestionario | A menudo | A veces | Rara vez | Nunca |
|--------------------------------------------------------------------------------------|----------|---------|----------|-------|
| 1. Me siento en sintonía con las personas que me rodean. | | | | |
| 2. Me falta compañía y me siento solo/a. | | | | |
| 3. No hay nadie en quien pueda confiar en mi entorno. | | | | |
| 4. No puedo expresarme y comunicarme con las otras personas en la Universidad. | | | | |
| 5. Me siento parte de un grupo de amigos en la Universidad. | | | | |
| 6. Tengo mucho en común con las personas que me rodean. | | | | |
| 7. Ya no me siento cerca de nadie. | | | | |
| 8. Mis intereses e ideas no son apreciados por las otras personas en la Universidad. | | | | |
| 9. Soy una persona extrovertida. | | | | |
| 10. Hay personas con las que me siento cercano aquí en la Universidad. | | | | |
| 11. Me siento aislado y excluido por otros. | | | | |
| 12. Mis relaciones sociales son superficiales. | | | | |
| 13. Nadie realmente me conoce | | | | |

| | | | | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|
| bien aquí. | | | | |
| 14. Siempre estaba solo/a y me acostumbré. | | | | |
| 15. Puedo encontrar compañía cuando la quiero. | | | | |
| 16. Hay personas que realmente me entienden. | | | | |
| 17. Evito hacer contacto visual con personas que no conozco. | | | | |
| 18. La gente está a mi alrededor pero no conmigo. | | | | |
| 19. No tengo mucha gente con quien hablar. | | | | |
| 20. Es difícil para mí dar el primer paso para hacer amigos, espero que se acerquen a mí. | | | | |