

Estado del arte: Comprensión de la influencia de las diferentes expresiones artísticas en el
proceso de resignificación del duelo.

Trabajo de grado para obtener el título de psicóloga

Mora Gaviria Sara

(Autora)

Rubén Darío Cardona

(Asesor proyecto de grado)

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Facultad de Ciencias Humanas y Sociales

Programa de psicología

Regional Antioquia – Chocó

2021-1

Dedicatoria

A todas las personas que han perdido seres queridos, que se han tenido que confrontar por el proceso que conlleva la pérdida de los más cercanos, a aquellos que no han logrado florecer después de una dolorosa pérdida y desean volver a encontrar la luz dentro de ellos.

A mi padre y mis hermanos, que partieron de este mundo terrenal; también a mi madre y a mis hermanos, que quedan en esta existencia física y que juntos hemos logrado resignificar nuestros duelos como familia y como personas individuales.

Agradecimientos

A mi familia, que han sido pilar y compañeros de este proceso de formación, el cual he decidido tomar con amor.

A Dios y la vida, por permitirme salir adelante, amar lo que hago y por encima de todas las adversidades obtener lindos logros después de grandes sacrificios.

A la hermosa profesión que elegí para representarme y de esa manera poder representarla como una profesión de amor, empatía, aprendizaje continuo, dedicación, esfuerzos y mucha pasión.

A todos los docentes que han hecho parte del proceso de formación y han sembrado en mí los deseos de superación y amor por la profesión.

Tabla de contenido

Dedicatoria	2
Agradecimientos.....	3
Tabla de contenido.....	4
Título	5
Resumen	5
Palabras clave	6
Abstract.....	6
Keywords.....	7
Introducción.....	7
Planteamiento del problema	9
Justificación.....	12
Marco referencial.....	14
Pregunta de investigación.....	23
Objetivo general	23
Objetivos específicos:.....	23
Matriz de consistencia	23
Consideraciones éticas.....	26
Resultados.....	28
La creación artística en los procesos de duelo.....	29
La arteterapia como acompañamiento psicológico en procesos de duelo.....	34
La arteterapia en la elaboración de duelo en niños	38
Análisis	40
Conclusiones.....	48
Referencias	54
Anexos:.....	57
Anexo 1: Instrumento de recolección de la información.....	57
Anexo 2: Captura Matriz de hallazgos	57

Título

Comprensión de la influencia de las diferentes expresiones artísticas en el proceso de resignificación del duelo.

Resumen

El siguiente trabajo pretende identificar la influencia de las diferentes expresiones artísticas en el proceso de resignificación del duelo, por medio de la indagación y la revisión documental bajo la metodología de Estado del Arte, basándose en la Guía para Construir Estados del Arte de Londoño Palacio, O. L., Maldonado Granados, L. F., & Calderón Villafañez, L. C. (2014), para lograr lo planteado se realizó una revisión de diferente material bibliográfico, como artículos de investigación, artículos de reflexión, monografías, trabajos de grado y libros, analizando a profundidad estos diferentes documentos se realizó una matriz de hallazgos, en la que se seleccionaron y descartaron diferentes muestras documentales con el propósito de indagar y encontrar el material más adecuado para este trabajo. Como instrumento de recolección de información se utilizó una ficha bibliográfica. Entre los hallazgos se encontró que las expresiones artísticas son una herramienta para el trabajo del proceso de duelo, ya que esta funciona como canalizador de emociones y pensamientos que las personas no han logrado expresar con palabras y trae a la consciencia lo que se esconde en el inconsciente permitiendo ser nombrado, contemplado y posteriormente trabajado para la transformación del dolor, la angustia u otras sensaciones y emociones producidas por la pérdida de un ser querido. Entre las conclusiones se encuentra que el proceso de concienciación por parte de los sujetos de sus malestares

psicológicos representa una fase fundamental para sanarlos y resulta un punto en el que converge la mayoría de las investigaciones señaladas en este trabajo.

Palabras clave: Duelo, emociones, expresiones artísticas, pérdida, resignificación.

Abstract

The following work aims to identify the influence of the different artistic expressions in the process of the resignation of mourning, through investigation and documentary review under the methodology of State of Art, based on the Guide to Building Art States of Londoño Palacio, O. L., Maldonado Granados, L. F., & Calderón Villafañez, L. C. (2014), a review of different bibliographic material, such as research articles, articles of reflection, monographs, degree papers, and books, was carried out to achieve this goal, with an order to analyze in depth these different documents a matrix of findings was made, in which different documentary samples were selected and discarded in order to investigate and find the most suitable material for this degree work. A bibliographic record was used as a means of collecting information (annex 1). Among the findings it was found that artistic expressions are a positive tool for the work of the grieving process since this works as a channeler of emotions, thoughts, and feelings that people at some point failed to express with words and bring to the consciousness what is hidden in the unconscious allowing to be named, contemplated and subsequently worked for the transition and transformation of pain, anguish or other feelings and emotions produced by the loss of a loved one. Among the conclusions is that the process of awareness by the subjects of their psychological

ailments represents a fundamental phase to heal them and is a point at which most of the research indicated in this work converges.

Keywords: Artistic expressions, duel, emotions, lost, resignification.

Introducción

El siguiente trabajo, muestra cual es la influencia de las diferentes expresiones artísticas en el proceso de resignificación del duelo. Para ello se retoman diferentes trabajos realizados desde diversos enfoques psicológicos, haciendo alusión y referenciando en numerosas ocasiones al arteterapia, sin querer distorsionar el objetivo central del trabajo ya que se retoma debido a que es una técnica que va ligada de forma directa a las expresiones artísticas y viceversa, el propósito es alimentar el objetivo de estudio y los hallazgos encontrados allí, ya que, el objetivo general es: Comprender la influencia del arte en el proceso de resignificación del duelo.

Dando apertura a esta investigación se encuentra a Jaramillo (2015) Identificando que el duelo

Etimológicamente se relaciona con (dolor) y (guerra, combate y desafío), por lo que es definido por diversos autores (Freud, 1915; Tizón, 2004; Worden; 1997; Bolwby, 1998; Neimeyer, 2002; Nomen, 2009) como aquel proceso dinámico en el que debido a una pérdida significativa, surge un dolor que desorganiza a nivel psicológico y psicosocial.

La muerte se establece como una interrogante, al introducir en los sujetos, la intriga de qué hay más allá de la vida, qué es lo que puede y no pasar, qué ocurre con las personas que

fallecen, y más preguntas que surgen alrededor de la existencia; debido a esto, se genera el duelo, ya que este es entendido como el proceso de desprendimiento de una pérdida, bien sea simbólica o física, que involucra las emociones de quien vive el duelo.

Debido a lo anterior, el presente trabajo desea abordar desde la revisión teórica, la influencia que presentan las diferentes expresiones artísticas en los procesos de resignificación del duelo, y lo positivas que pueden llegar a ser las actividades creadoras utilizadas como herramientas en los procesos terapéuticos, llegando a ello desde la revisión documental de diversas fuentes, como investigativas, experimentales o teóricas.

Iniciará con conceptos teóricos acerca del duelo, para de esta manera llegar a la comprensión de los efectos que puede presentar en un ser humano o una sociedad, debido a la pérdida de un ser querido. Se realiza una revisión acerca de la Arteterapia, debido a la extensa inquisición que esta presenta, con el fin de tener información que enriquezca el presente trabajo como apoyo documental, investigativo, teórico y posteriormente llegar a la influencia de las diferentes expresiones artísticas en los procesos de resignificación del duelo, revisado desde diferentes puntos de vista de investigadores y autores.

Respecto a los delimitantes del presente trabajo, se indica que el principal factor fue el tiempo, debido a la pandemia causada por el Covid-19; por este motivo se generó cierre total de diversos sectores de trabajos, incluidos las corporaciones de apoyo, incluso la corporación en la cual se había propuesto realizar la investigación por medio de un estudio de caso.

Dado lo anterior, ameritaba una reestructuración de todo el trabajo de grado, estando ya listo la primer parte de este, la cual se veía representada con el planteamiento del problema,

la metodología, la justificación, indagación en marco teórico, elección de tipo de investigación, instrumento de recolección de información; por esta reestructura a la que se vio involucrada el trabajo se canceló información que se había suministrado, forzando así a la indagación nuevamente de información, metodología y más.

Otro factor delimitante, fue el inconveniente presentado en la plataforma académica con registro de asignaturas y el tiempo de respuesta con la solución involucró atrasos en las asesorías para validar, reforzar y revisar el presente trabajo, por estos motivos se opta por una investigación algo más delimitada, con objetivos más cercanos a su obtención para lograr el cumplimiento y que a su vez valiera como insumo válido en el tema tratado para futuras investigaciones.

Planteamiento del problema

La muerte es un fenómeno natural, es el fin de un ciclo de vida al cual todo ser vivo está expuesto, siendo de esta manera, el único acontecimiento seguro que tiene la existencia, incluso, se ha explicado y enseñado que el ciclo o círculo de la vida “Se refiere al proceso de envejecimiento, a la adultez, la vejez y la muerte en el marco del ciclo vital” (Ruiz, E. D., & Valdivieso, C. U. 2002 p.17). Aclarando de esta manera nuestro destino, uno del cual ningún ser vivo está libre o exento. La muerte es una realidad objetiva, que es clara y que limita, es el suceso por el cual la vida está determinada, en base a la muerte las personas fijan sus metas, sus vivencias y sus experiencias, siempre y cuando exista consciencia de muerte, ya que al no ser consciente hay una tendencia a generar malestar. Esto a su vez genera inquietudes en las personas, encontrando personajes hablando del tema e intentando descubrir este misterio. Se encuentra a Kierkegaard, Jasper, Heidegger, y otros filósofos existenciales realizando ensayos, escritos, revisiones e investigaciones acerca de esta temática mencionada anteriormente. Como expresa Gadamer (2002), Heidegger Siempre tuvo la pregunta y un apremiante sentimiento con respecto a sí mismo,

la pregunta por el ser y esta existencia humana finita que caduca.

Ahora bien, las consecuencias de la muerte son diversas en las individuos cercanos a la persona fallecida, dado a esto inicia en los seres humanos el duelo, el cual es un proceso por el que se enfrentan los sujetos que atraviesan cualquier asunto de desprendimiento y despedida, incluso de lo simbólico. Santos, Yáñez, Al-Adib (2015) lo explican como una reacción adaptativa normal ante cualquier pérdida, y este tiene un acontecimiento vital estresante cuando se trata del fallecimiento de un ser querido. Explican igualmente que es un proceso de elaboración y aceptación en el que suceden una serie de sentimientos que requieren cierto tiempo para ser asimilados, a esto le llaman “Elaboración del Duelo”.

En el momento en que estos procesos no los lleven adecuadamente, el tiempo de elaboración es prolongado, se pueden convertir en duelos inacabados, y tiende a generar diversos malestares. “El duelo es un proceso único e irrepetible, dinámico y cambiante de momento a momento” (Santos et al., 2015, p. 49). Por esto mismo las maneras de enfrentarlo son diferentes.

Gómez (2007) define el duelo como una relación natural ante la pérdida de una persona, objeto o evento y también como la reacción emocional en forma de aflicción cuando algún vínculo afectivo se rompe. Esto incluye componentes físicos, psicológicos y sociales diversos en cada persona, tan intensos como intensa fuera su relación y el significado de dicha pérdida.

Jaramillo (2015) El duelo, etimológicamente se relaciona con Dolus (dolor) y duellum (guerra, combate y desafío), por lo que es definido por diversos autores (Freud, 1915; Tizón, 2004; Worden; 1997; Bolwby, 1998; Neimeyer, 2002; Nomen, 2009) como aquel proceso dinámico en el que debido a una pérdida significativa, surge un dolor que desorganiza a nivel psicológico y psicosocial, por lo cual, aparecen una serie de tareas encaminadas a librar una lucha contra dicha desestructuración, con el fin de que el sujeto pueda adaptarse a su nueva condición. (p. 3).

Hay relación entre las diferentes expresiones artísticas con el proceso de duelo, como canalizador de emociones o sentimientos que absorben grandes cantidades de energía en las personas, vinculando a este, un tema de habilidades, de creatividad y de funcionamiento del cerebro; Ramírez (2015) afirma que “El arte permite expresar sentimientos y emociones que son muy difíciles de expresar verbalmente, y dicha expresión permite sanar miedos, frustraciones y angustias” (p.15).

Schopenhauer (Como se citó en Parada, 2015) piensa que el arte es una vía para escapar del estado de infelicidad propio del hombre, siendo la creación artística una de las más profundas formas de conocimiento; es la reconciliación entre voluntad y conciencia, entre objeto y sujeto, alcanzando un estado de contemplación, de felicidad.

De acuerdo a los aspectos mencionados anteriormente, la investigación busca analizar cómo las diferentes expresiones artísticas intervienen en el proceso de resignificación del duelo (por muerte), retomando igualmente al arteterapia como herramienta de trabajo terapéutica, teniendo en cuenta que la Arteterapia (como se encuentra comúnmente) no es

una ciencia, ni está avalada por la psicología, sí es una herramienta que se ha venido utilizando en diferentes ciencias.

Justificación

La muerte es una realidad humana, por ende, los seres humanos se enfrentan diariamente de manera significativa a la muerte de seres queridos o cercanos de diversas formas, sean violentas, accidentales o por causas naturales. La muerte nos vincula directamente con el duelo, el cual es un tema amplio y de gran profundidad.

Algunas personas se enfrentan a la pérdida de seres queridos, por consiguiente, pasan por un proceso de duelo, y este, a pesar del tiempo, no logra resignificarse de manera adecuada, generando de esta manera diversos malestares o convirtiéndose así en un duelo inacabado o inadecuado. Por este motivo, se convierte en un aspecto relevante a la hora de investigar, queriendo encontrar así una forma de trabajar en los procesos de duelo desde la psicología.

Rescatando para esto el trabajo con las expresiones artísticas, como se mencionó anteriormente, las expresiones artísticas trabajan como canalizador. Esto estimula capacidades propias del ser humano, le permite proyectar conflictos que quizá tenga internos y así tener una posibilidad para resolverlos (López, 2004).

Es por esta razón que yace el interés por el conjunto o relación del arte trabajado en las elaboraciones de duelo, ya que libera y permite el conocimiento tanto del individuo mismo como de la problemática ocupada. De esta manera las diferentes expresiones artísticas poco a poco se ha venido convirtiendo en una herramienta útil para el trabajo terapéutico en

algunas ciencias como la medicina, la psicología o en otros campos sociales como la sociología. Su relevancia suele aumentar en la medida en que en medio de un proceso terapéutico, las personas proyectan sus conflictos personales o sociales, y de esta manera, los canalizan para llegar al conocimiento de su agobio, y asimismo, encontrar una probable sanación, ya que lo que estaba escondido, sale a la luz permitiendo ser trabajada en terapia.

Por otro lado, el trabajo cualitativo en esta investigación resulta relevante, ya que este permite el estudio teórico y conocimiento de los cambios dados en el uso de diferentes expresiones artísticas en el proceso de duelo. Por otro lado esta investigación incrementará aportes teóricos con respecto al trabajo de las expresiones artísticas en los procesos de duelo.

Por consiguiente se encuentra acertado realizar un Estado del Arte, ya que este permite tener un

Conocimiento sobre la forma como diferentes actores han tratado el tema de la búsqueda, hasta donde han llegado, qué tendencias se han desarrollado, cuáles son sus productos y qué problemas se están resolviendo. Un estado del arte resume y organiza los avances del conocimiento en una forma novedosa y apoya la comprensión de un campo específico de conocimiento (Londoño, Maldonado, Calderón, 2016, p. 5).

Como estudiante de Psicología y como ser humano, nace un interés de manera especial, ya que en el recorrido de la carrera y de las experiencias personales, se ha identificado diversos malestares de personas que se han tenido que enfrentar a la muerte de seres queridos y estos procesos de duelo suelen extenderse, permitiendo la entrada de malestares

en la vida y llevando a comportamientos o conductas inadecuadas o poco saludables de manera mental y/o física. Por tal motivo resulta de gran interés la investigación de herramientas que sean colaborativas en estos procesos, alineándolos a los procesos psicoterapéuticos.

Marco referencial

Gadamer (2002) relata la manera en que Jaspers va dando fundamento a la posibilidad de la metafísica, relacionando la tradición occidental, su metafísica, su arte y como de esta manera el ser humano toma conciencia de su propia finitud y encontrarse con exposición de situaciones limitantes y decisiones existenciales (p. 6). Igualmente, va exponiendo las aspiraciones de Heidegger quien se inspiraba gracias a:

La pregunta que le estimulaba y que incluía todo el apremiante sentimiento con respecto a sí mismo, era la más antigua y la primera de la metafísica, la pregunta por el ser, la pregunta de cómo esta existencia humana finita, caduca y consciente de su muerte, podía entenderse en su ser a pesar de su temporalidad, y concretamente como un ser que no sólo es privación y carencia, un mero peregrinaje fugaz del morador de la Tierra a través de esta vida hacia una participación en la eternidad de lo divino, sino como un ser experimentado como aquello que distingue su ser-humano (p.7).

Por el contrario, Jaramillo (2015) Identifica que el duelo:

etimológicamente se relaciona con (dolor) y (guerra, combate y desafío), por lo que es definido por diversos autores (Freud, 1915; Tizón, 2004; Worden; 1997; Bolwby, 1998; Neimeyer, 2002; Nomen, 2009) como aquel proceso

dinámico en el que debido a una pérdida significativa, surge un dolor que desorganiza a nivel psicológico y psicosocial, por lo cual, aparecen una serie de tareas encaminadas a librar una lucha contra dicha desestructuración, con el fin de que el sujeto pueda adaptarse a su nueva condición (p. 3).

Encontramos de otra manera a Santos et al. (2015) quien se basan en las fases del duelo de Bowlby para describir de forma genérica los cambios que sufre una persona durante la evolución del proceso de duelo; las clasifica de la siguiente manera:

- a) Embotamiento afectivo o shock: Describe que la persona en un primer momento se siente embotada, con sensaciones de incredulidad, a la vez se va sintiendo desorientada, como sin comprender lo que ha sucedido con un fuerte deseo de evadir lo ocurrido. Otros autores definen esta primer parte como **“negación”**.
- b) Añoranza, búsqueda de la figura perdida y rabia. Duelo agudo: En estos momentos aparece la irritabilidad, la tensión y una gran necesidad por recuperar al ser querido, esto se da debido a que en esta parte del duelo, la persona ya está tomando conciencia de lo ocurrido y las emociones las siente de manera más intensa, llegando de esta manera a la negociación y realiza una revisión de todo lo sucedido; la manera de fallecer, que se pudo o no hacer con respecto a la situación. En esta parte del duelo, la persona está en un desengaño con la esperanza de recuperar al ser querido, ya que hay un poco más de consciencia. En esta fase se encuentra más marcada la rabia, la culpa y muchos síntomas depresivos (sin llegar a ser depresión).
- c) Resolución del duelo. Aceptación: En esta fase la persona inicia a comprender lo sucedido desde otro punto de vista, inicia la aceptación de la pérdida y renuncia a la esperanza de la cual se aferraba en la etapa anterior a recuperar al ser perdido;

siguiendo a una reinserción emocional y genera nuevamente vínculo a lo social.

Parcialmente, se adquieren aprendizajes de la experiencia dolorosa vivida, y finalmente en esta etapa, la persona siente una cercanía del ser querido que falleció;

igualmente, siente que este lo acompaña siempre y que está presente dentro de él.

Esos sentires y pensamientos son sanos. Por último, en esta etapa suelen presentarse sueños gratificantes con la persona fallecida, y esto puede generar un cierto sin sabor en algunos dolientes, como también puede presentar satisfacción en otros.

De igual manera, exponen los tipos de Duelo; los clasifican de la siguiente manera;

- a) Duelo resuelto: el cual se refiere al momento en que la persona logra vivir sin devolverse al pasado constantemente, aquí es capaz de invertir la energía en el presente y en lo que le queda; se puede decir que se ha finalizado el proceso, sin embargo queda tristeza y la persona recuerda al fallecido sin dolor.
- b) Duelo anticipado: Este suele darse cuando se augura poco tiempo de vida y facilita el desapego emotivo.
- c) Duelo inhibido: Suele darse cuando la persona no afronta la realidad de la pérdida y del duelo que está afrontando, e inicialmente muestran tener control de la situación sin mostrar índices de dolor o sufrimiento.
- d) Duelo patológico o disfuncional: Se da cuando la persona no logra un duelo normal y se puede presentar por los lazos con la persona fallecida. Este tipo de duelo cuenta con cuatro modalidades, siendo todas ellas patológicas e implican la no aceptación del duelo. Estos son definidos como:
 - Duelo crónico: Se refiere a un estado de quietud, ya que el doliente sufre y no se enfrenta a la situación, se encuentra igualmente en un estado de pseudo depresión, la cual “no avanza ni empeora” y suelen surgir algunos elementos neuróticos como: ansiedad, fobias, adicciones, miedos, entre otros.

- Ausencia prolongada de aflicción consciente: En este tipo aparecen signos como estrés, crisis, depresión como síntomas del duelo mal elaborado. Estos signos o este tipo de duelo, suele darse generalmente en personas que son muy activas o enérgicas, y se hace una presunción de encontrarse en estado de tranquilidad sintiéndose orgulloso de ello, por lo cual, para estas personas las lágrimas y el dolor son signos de debilidad y se pueden encontrar irritables con las personas que sí lo expresan, ya que esas personas se enfrentan y son capaz de manifestar el dolor y ellos no.
- Psicosis del duelo: presenta síntomas propios de “un cuadro psicótico reactivo”, se pueden presentar pensamientos delirantes negando la muerte del fallecido, y “reivindica” la presencia de la persona faltante de alguna forma paranormal o mágica. Sin embargo, se considera normal el hecho de tener la sensación de escuchar la voz del fallecido con presencia de alucinaciones auditivas y visuales, cuando se convierten consecutivas se puede considerar como una forma patológica del duelo.
- Duelo complicado: El tiempo de la elaboración del duelo se torna más prolongado y se presenta bloqueo del trabajo del duelo, culpabilidad y somatización.

Diversos autores como profesionales de las áreas de la salud, han encontrado una herramienta en el arte para trabajar con las personas situaciones emocionales, físicas y psíquicas, tal como lo es el duelo, ya que tiene diversas manifestaciones a nivel físico, emocional y psíquico.

Se logra comprender que:

En la antigüedad clásica, ya conocían las propiedades terapéuticas del arte y los beneficios de su práctica en el equilibrio general del ser humano. Aunque fue durante la Segunda Guerra Mundial cuando el arte empezó a considerarse como una forma de tratamiento terapéutico. Esta consideración se debió, en parte, a la experiencia de Adrián Hill, un artista que mientras convalecía en un hospital, liberaba su nostalgia y sus angustias pintando. Comenzó a compartir con otros enfermos los reconfortantes efectos que ejercían sobre él esta actividad creativa. Resultó que a algunos pacientes esto les sirvió para poder comunicar por medio del dibujo y de la pintura los miedos y sufrimientos que habían vivido en el campo de batalla. Al terminar la Guerra, Adrián Hill trabajó en el hospital convirtiéndose en el primer terapeuta artístico (López, 2004, p.1).

De igual manera se encuentra que el arte es el reflejo de las tendencias internas de la sociedad y presenta el cambio idóneo para el desarrollo de la expresión corporal y de la comunidad con uno mismo o con los demás. Romero (2004), así como se lograría expresar según romero en la “pintura, escultura, danza, escritura, música o drama” (p. 3).

Comienza también a encontrarse en la historia diversas formas de arte como técnicas para las psicoterapias, ya que según Simonetti, Silva, Silva (2015), estas fomentan la canalización de emociones y sentimientos de las personas o de los grupos de personas generando una libertad creadora como en el caso del psicodrama, el cual se logra ver e iniciar con Jacob Levy Moreno, quien era un doctor de medicina y quien logra mantener el psicodrama durante toda su profesión como una técnica de muy innovadora en la

psicoterapia grupal. Jacob Levy era un humanista e incursionó en diferentes campos: marginalidad, infancia, comunidades.

Jacob Levy define al psicodrama como un juego dramático donde se representa y se actúa la situación emergente de un grupo.

Igualmente se encuentra que esta técnica para la psicoterapia nace de inspiraciones filosóficas, religiosas y del teatro, la psicología y la sociología. Tomando para esta creación la espontaneidad, la cual es entendida como la capacidad de expresar sentimientos y necesidades de maneras adecuadas y en los momentos convenientes y la creatividad, la cual se relaciona directamente con la espontaneidad generando una la libertad creadora. (Severino, Silva, Silva, 2015).

En medio de las investigaciones y los reportes de lectura se inicia a identificar y a encontrar el significado que diversos autores dan al arte. (Guadiana, 2003) “Artes expresivas”, es la utilización de diversas formas de arte para lograr expresar los sentimientos a través de un medio externo que facilita el crecimiento y la sanación. Rogers expresa que las artes de movimiento, visuales, sonoras y redacción creativa son formas y lenguajes del alma y del espíritu que pueden ser herramientas aprovechables para identificar el rango de las emociones humanas.

Igualmente afirma que la utilización de las artes expresivas es una forma muy eficaz de ayudar al cliente a identificarse con sus sentimientos.

Se ha encontrado algunas formas de vivenciar el arte, Ramírez (s.f) explica cómo se da el proceso de creación según su experiencia como artista y como Arteterapeuta. Quien destaca que el proceso de creación y sus fases, se agrupan en los siguientes niveles:

En primer lugar, indica que se da un “Momentos Frágiles”, el cual es el fruto de una crisis personal que se atraviesa en un momento de desarraigo. Se utiliza el término de raíz como metáfora de la unión entre el yo y sus extensiones socio-culturales. Los momentos frágiles son aquellos en los que estamos a punto de perder la esencia. (Ramírez, 2015) “Suponen una gran agitación interna. Nuestra relación de valores e ideas se desestructura y reestructura, dando lugar a algo nuevo. Esa agitación es indispensable para el artista, porque supone un punto de partida después de la confusión” (p. 16).

La segunda fase es la “Contemplación e Introspección”, teorizando que la contemplación, es la búsqueda de respuestas, a todo aquello que nos rodea, mientras que la introspección es la consecuencia del intento humano de construir el yo. La frontera entre ambas es la misma que separa la realidad externa de la interna. Ramirez (2015) considera que:

La contemplación es la base del aprendizaje y por tanto de la conducta de las personas. Cuanto más nos incita algo para que lo contemplemos, más podemos aprender de ello. Aquí aparece la poética de lo sublime, que ya introdujeron los artistas románticos. (...) Es entonces cuando surge en nuestro pensamiento la eterna duda sobre nuestro origen y nuestro destino, que convierten al ser humano en el único que duda acerca de su propia existencia. Esta duda alimenta al arte y convierte la contemplación en una actitud indispensable para la creación (p. 17).

Mientras que la introspección, cumple otra tarea que permita la elaboración ya que permite profundizar en nuestro interior, uniendo fragmentos de la realidad y mezclándolos

con nuestras propias fantasías. Además, Ramírez (2015) considera que uno de las riquezas de la introspección se da cuando

Utilizamos la censura para disfrazar nuestra privacidad, protegiéndonos así de la sensación de exposición que supone la expresión de emociones.

Reflejos y proyecciones. Representan el nexo entre el yo y el mundo. Son fenómenos distorsionados que podemos entender como reales, pero que dada su naturaleza efímera e intangible, nos acercan de alguna manera al mundo de las ideas. Son los reflejos o las sombras los que definen la escena, más que los propios individuos o acontecimientos (p. 18).

Siendo la tercera fase Lugares de tránsito. Este término parte de la idea de Marc Augé acerca de los no-lugares. Entendiendo los lugares de tránsito como una encrucijada en la que convergen múltiples identidades, pero de una manera pasajera. No pertenecen realmente a ninguna identidad. No entran en lo que podemos llamar “lugares de yo”, puesto que no suponen ningún tipo de asociación personal.

Igualmente relatan algunas de las funciones del objetivo del Arteterapia, pues bien no es la fundamentación de esta investigación, si se relaciona y está ampliamente complementada y encuentra un apoyo allí. Uno de los objetivos es “entender el arte como vehículo para mejorar la condición física, social, mental y psíquica”. Otro objetivo fundamental es “tomar conciencia de los distintos contenidos y procesos psicológicos del desarrollo humano dentro del lenguaje plástico” (Ramírez, 2015, p. 23- 24).

El proceso de creación artística es rica en su utilización y no tiene mayores limitantes ya que se puede utilizar en cualquier edad, en cualquier condición y en cualquier estado cognitivo, bien lo explica Ramírez (2015) que en el campo de la salud mental, el Arteterapia es infinita y se pueden implementar en diversos espacios y momentos tales

como la prevención, la psicoeducación, con niños, adultos, en el diagnóstico y en la prevención.

Se basa esta anotación en el hecho de que todas las personas pueden ser partícipes de procesos creativos y de creación de expresiones artísticas debido a que viene ligada la espontaneidad, ya que nos encontramos presos de nuestros impulsos y la creatividad está ampliamente ligada a la espontaneidad y por ende se direcciona a la creación de nuevas artes. (Severino, Silva, Silva. 2015.)

Relacionado a esto, Natalie Rogers en su entrevista logra afirmar que:

Quando un cliente pierde a un ser querido, el duelo es tan doloroso que no hay palabras que valgan. Sin embargo, el color, la plastilina (arcilla), un collage, el movimiento y el sonido contribuyen a expresar ese duelo de manera no verbal y es extremadamente benéfico. El participante es capaz de liberar físicamente parte de ese dolor y a la vez logra un poco de insight personal (Martínez, 2003, p.3).

Como se mencionaba anteriormente se ha encontrado en el arte una herramienta para las terapias, y así lograr transformaciones y proyecciones que ayuden a la sanación del malestar del individuo,

La terapia es la forma de cambiar la toma de conciencia y la conducta. La condición sine qua non del proceso creativo es el cambio: la transmutación de una forma en otra, de un símbolo de un insight, de un gesto en un nuevo conjunto de comportamientos, de un sueño en una representación dramática. De este modo la creatividad y la psicoterapia se interconectan en un nivel fundamental: la transformación, la metamorfosis, el cambio. (Zinker, 1979, p12).

Pregunta de investigación

¿Cómo influyen las expresiones artísticas en el proceso de resignificación del duelo, en la revisión de fuentes teóricas y artículos indagados?

Objetivo general

Comprender la influencia de las diferentes expresiones artísticas en el proceso de resignificación del duelo.

Objetivos específicos:

- Describir la influencia de las diferentes expresiones artísticas en los procesos de resignificación del duelo.
- Exponer analíticamente la revisión teórica las diferentes expresiones artísticas y el duelo
- Comprender como a través de los artículos indagados las diferentes expresiones artísticas son un medio de manifestación emocional en el duelo.

Matriz de consistencia

Título comprender la influencia de las diferentes expresiones artísticas en el proceso de resignificación del duelo	
Pregunta de investigación ¿Cómo influyen las expresiones artísticas en el proceso de resignificación del duelo, en la revisión de fuentes teóricas y artículos indagados?	
Objetivo general	Objetivos específicos
Comprender la influencia de las diferentes expresiones artísticas en el proceso de resignificación del duelo.	Describir la influencia de las diferentes expresiones artísticas en los procesos de resignificación del duelo
	Exponer analíticamente la revisión teórica de las diferentes expresiones artísticas y el duelo.
	Comprender como a través de los artículos indagados las diferentes expresiones artísticas es un medio de manifestación emocional en el duelo.

Metodología

Esta investigación será de tipo cualitativa, la cual es definida como;

Cualidad y calidad vienen del mismo término latino qualitas, y éste deriva de qualis (cuál, qué). De modo que a la pregunta por naturaleza o esencia de un ser: ¿qué es?, ¿cómo es?, se da la respuesta señalando o describiendo su conjunto de cualidades o la calidad del mismo (Martínez, 2006, p. 127).

Este tipo de investigación se identifica como el más adecuado ya que permite el conocimiento o acercamiento subjetivo con la problemática a tratar.

El diseño de la investigación será propio del Estado del Arte, realizando análisis conceptual, teórico, de revisión documental y en algunos casos recorrido histórico, esto para así lograr comprender la influencia de las diferentes expresiones artísticas en el proceso de resignificación del duelo; Tomando como apoyo para la realización una guía llamada “Guía para construir Estados del Arte”, Londoño, O., Maldonado, L., Calderón, L. (2016)

El Estado del Arte, es uno de los modelos de investigación entre los diversos existentes y se comprende que,

La realización de Estados del Arte permite compartir la información, generar una demanda de conocimiento y establecer comparaciones con otros conocimientos paralelos, ofreciendo diferentes posibilidades de comprensión del problema tratado o a tratar, debido a que posibilita múltiples alternativas en torno al estudio de un tema (Londoño, Maldonado, Calderón, 2016, p. 5).

En el cual se puede encontrar objetivos como obtener información relevante acerca del tema a tratar, lo cual es lo que se planea en esta investigación. Describir igualmente de esta manera el fenómeno o la problemática a investigar, ampliar conocimientos relacionados

con el tema principal y recopilar información ya planteada acerca de lo investigado (en casode existencia) y que esto conlleve a una profunda comprensión (Londoño, et al, 2016, p.p 17-18).

Esta metodología se encuentra adecuada para la investigación ya que permite conocer la realidad vivencial a partir de los diferentes hallazgos teóricos, lo cual es fundamental para comprender la influencia del arte en los procesos de resignificación del duelo.

Complementando la nutrición de la realización de este Estado del Arte se realizó como instrumento de recolección de la información una ficha bibliográfica que permitió realizar un adecuado filtro a los diferentes documentos indagados y alimentar teóricamente este trabajo.

Finalmente, la metodología a través de la cual se realizó el presente trabajo consistió en una revisión de la literatura, por medio de diversos criterios de inclusión, en los cuales se consideraron diferentes trabajos teóricos y empíricos, disponibles en distintas fuentes de consulta como Dialnet, EBSCO y Google Académico. Las frases relacionadas para llevar a cabo el rastreo de estas investigaciones fueron “elaboración del duelo a partir del arte” y “el arte como acompañamiento terapéutico en procesos de duelo”, las cuales comprenden los términos que representan los principales conceptos o ideas de la investigación, los documentos seleccionados para la investigación fluctúan entre: Investigaciones, trabajos de grado, monografías, libros y entrevistas documentadas.

En la revisión de los documentos mencionados anteriormente se tomó en cuenta la localidad de los documentos, las cuales fueron a nivel nacional e internacional, el año de publicación, que estuvieron entre el 2002 y 2018 y todo esto fue sistematizado en una matriz de hallazgos (Anexo A). Los mismos, componen un cuerpo bibliográfico de 20 documentaciones que abordan temas que relacionan los procesos de elaboración de duelo con el arte y las expresiones artísticas.

Esto favoreció el proceso de relación de los trabajos encontrados que conllevó posteriormente al desarrollo de las categorías de análisis planteadas en este estado del arte: a) la catarsis como componente liberador del arte, b) la metodología terapéutica en procesos de tratamiento con expresiones artísticas y c) expresiones artísticas como herramienta para hacer conscientes procesos que residen en el inconsciente.

Consideraciones éticas.

Para la investigación se tendrá en cuenta el código Deontológico de la profesión de psicología, el cual “está destinado a servir como regla de conducta profesional, en el ejercicio de la Psicología en cualquiera de sus modalidades” (De Psicólogos, G. D. C. O., 1988, p. 102).

Artículo 3º: En el ejercicio de su profesión el/la Psicólogo/a tendrá en cuenta las normas explícitas e implícitas, que rigen en el entorno social en que actúa, considerándolas como elementos de la situación y valorando las consecuencias que la conformidad o desviación respecto a ellas puedan tener en su quehacer profesional. (De Psicólogos, G. D. C. O., 1988, p. 102).

Se retoma y aplica del capítulo IV “De la investigación y docencia” Artículo 33º

Todo/a Psicólogo/a, en el ejercicio de su profesión, procurará contribuir al progreso de la ciencia y de la profesión psicológica, investigando en su disciplina, ateniéndose a las reglas y exigencias del trabajo científico y comunicando su saber a estudiantes y otros profesionales según los usos científicos y/o a través de la docencia. (De Psicólogos, G. D. C. O., 1988, p. 102).

Considerando lo anterior también se precisó y tomó de la constitución política de

Colombia, reformas y sus actos legislativos:

Capítulo 3; de las leyes, artículo 150: Corresponde al congreso hacer las leyes. Por medio de ellas ejerce las siguientes funciones: Numeral 24: regular el régimen de propiedad industrial, patentes y marcas y las otras formas de propiedad intelectual.

Del capítulo 2: de los derechos sociales, económicos y culturales, el cual determina en el Art. 61. Protección a la propiedad intelectual. El Estado protegerá la propiedad intelectual por el tiempo y mediante las formalidades que establezca la ley

Resultados.

Freud (1917) definía el duelo como la respuesta que experimenta un ser humano de manera privada frente a la pérdida de un ser querido o alguna abstracción que fuera equivalente como la patria o un ideal, caracterizada por la sensación anímica de dolor que en niveles intensos suele estar acompañada por la disminución o pérdida total de interés en torno al mundo exterior, así como de la realización de cualquier actividad que no esté vinculada con su ser querido, puesto que le equivaldría a la sustitución del ausente. Para Bowlby (1980), en cambio, el duelo es un intento de reconexión con el ser u objeto perdido, que permite la obtención de alivio y consuelo por parte de otros seres vivos, pues sostiene que el apego es una característica necesaria de los animales y los seres humanos en su proceso de desarrollo.

Respecto al papel que ejerce el entorno en el proceso de duelo, Haggman (1955) propone que se trata de un proceso intersubjetivo, en el cual los otros ejercen un papel importante en la recuperación de la pérdida experimentada, afirmando que a través de la relación y afectividad con los demás se debe transformar la conexión o apego con la persona fallecida. En este orden de ideas, Roseblatt (1997) destaca lo crucial del apoyo social en los procesos de duelo del deudo, que le brinda distracción, contribuyendo a su salida del estado depresivo, facilitándole así los sentimientos positivos que se derivan de ser ayudado por otros.

Las formas de sobrellevar el duelo ante una situación de pérdida han sido múltiples y desde distintas perspectivas a lo largo de la historia del hombre, Espina et al. (2005), realizan un estudio en el cual reafirman el papel determinante que juega la familia en el proceso de duelo, la cual debe reorganizarse y reacomodarse para la adaptación a la nueva situación en ausencia del ser querido. De tal modo que describe que la familia debe llevar a cabo las siguientes tareas frente a la pérdida de uno de sus integrantes: a) reconocer la

muerte de manera compartida, incluyendo a los niños, lo cual se lleva a cabo a través de los eventos funerarios y de entierro, así como la visita al cementerio; b) compartir las experiencias de dolor de cada miembro de la familia con los otros; c) reordenar el sistema familiar, asumiendo el desempeño del rol del familiar ausente y d) disponerse a establecer nuevas relaciones y continuación de la vida, etapa que se dificulta muchas veces debido al sentimiento de lealtad con el difunto y al miedo de experimentar otras pérdidas.

Asimismo, Espina et al. (2005) señalan que las intervenciones en los procesos de duelo evitan formas negativas como el duelo incompleto o patológico y permiten que sean expresados los sentimientos que causó la pérdida en cada uno, favoreciendo la posterior reorganización familiar necesaria para continuar una vida física, psíquica y socialmente sana.

La creación artística en los procesos de duelo

La presente investigación tiene como interés primordial indagar en torno a la influencia que tiene el arte en los procesos de resignificación del duelo desde diferentes posturas de investigación, en tanto que el arte ha sido vinculado históricamente con una sensación de bienestar espiritual, de felicidad, que además, de acuerdo con López (2004), está asociada con tratamientos terapéuticos desde la época de la Segunda Guerra Mundial, cuando un artista en estado convaleciente llamado Adrian Hill liberaba a través de sus pinturas la nostalgia y las angustias durante su estadía en el hospital, y quien al finalizar la guerra se convirtió en el primer terapeuta artístico, ayudando a muchos pacientes a expresar los miedos y sufrimientos que habían experimentado en el campo de batalla por medio de la pintura y el dibujo.

Rodríguez (2016) en una investigación donde plantea el arte como una forma de subjetivar el duelo, realiza una revisión literaria con la finalidad de establecer relaciones entre los conceptos arte, duelo y subjetividad abordados desde la teoría del psicoanálisis, de modo

que permita la comprensión de cómo sería la intervención del arte en los procesos de duelo. Para ello, se pasea por varias definiciones de duelo, destacando el concepto freudiano anteriormente referido, así como los diferentes estadios que desde la perspectiva de la psicología experimenta una persona durante el duelo.

Estas etapas, según Kübler-Ross (1972) citado en Rodríguez (2016), comienzan con un estado de negación, que funciona como un mecanismo de defensa frente a la noticia, donde el afectado niega la realidad aduciendo que es un error lo ocurrido, dado lo inesperado que puede ser el suceso para este en muchos casos y el gran impacto que le causa. Seguida esta fase, se experimenta la sensación de ira, en la cual el sujeto tiene el pensamiento de que lo que ocurrió es una forma de castigo inmerecido, por lo cual intenta protegerse con rabia del dolor que siente, dirigiéndola en oportunidades a las personas que le rodean o incluso al objeto perdido. Luego se encuentra la etapa en la que la persona comienza a experimentar las implicaciones de la pérdida, se percata de que en efecto perdió un ser querido y que esto también conlleva a la desaparición de otras cosas, sobrellevándole sentimientos de tristeza y de culpa. Finalmente, se da paso a la etapa de aceptación, en la cual el sujeto queda libre de toda inhibición.

La subjetivación del duelo a través del arte es pues, una forma de acompañamiento psicológico que se orienta a que la persona viva el momento doloroso y no lo evite. Para ello, Rodríguez (2016) se sostiene en los conceptos que propone Aristóteles en su obra *La Poética*, destacando la mimesis como la elaboración del arte a partir de la representación en el interior del espacio propio del arte, en contraste con la definición de Platón de que se trata de una simple copia de la realidad, y el concepto de catarsis, como un mecanismo que experimenta el espectador hacia el final de la obra, a través del cual se libera de sentimientos provocados por la vivencia del arte que presencia. De modo que el arte se constituye como una creación por cuanto hay un sujeto que actúa, el cual va a generar en el espectador un sentimiento de

identificación por la empatía que este experimente con lo que representa el actor, encontrando semejanzas respecto de su propia vida (Aristóteles 2007 citado en Rodríguez, 2016).

Asimismo, Rodríguez (2016) se basa en lo afirmado por Freud acerca de la catarsis, la cual se trata de un proceso a través del cual el espectador sublima los deseos que en la realidad reprime debido a que su realización puede ir en contra de la normativa social o representar riesgos físicos o morales para este. Del mismo modo lo hace en la apreciación freudiana en torno a la expresión artística, la cual permite que la persona se traslade de su mundo imaginario a la realidad a través del arte.

Así pues, a través de toda la revisión y discusión literaria en torno a los conceptos de duelo, arte y subjetividad, Rodríguez (2016) encuentra en su investigación que por medio de la representación y simbolización se da lugar en el pensamiento a aquellas situaciones que son difíciles de aceptar, de manera tal que sea posible trabajarlas a través de la acción, pues dando paso al dolor y aceptándolo es como se logra la superación y la continuación del desarrollo de la vida, no así negándolo.

También para Jaramillo (2015) el arte es una forma de trabajar el duelo, pues en su trabajo realiza una compilación de distintas concepciones metodológicas y teóricas de una experiencia llamada “Arte vivo” llevada a cabo en el Cementerio Museo San Pedro en Medellín, encaminada a un conocimiento más profundo en torno al tema de la transformación personal que utiliza el arte como pretexto, como una forma de generar conocimiento interior para la elaboración del duelo.

Para ello, Jaramillo (2015) parte de la definición del duelo desde una perspectiva psicosocial, recurriendo al concepto de Neimeyer (2002), según el cual se refiere a la experiencia que se produce en una persona tras la pérdida o separación de una figura u objeto con el cual esta sostiene un vínculo afectivo fuerte y a las cuatro tareas que según

Worden (1997) caracterizan la intervención del duelo, a saber, la aceptación de la pérdida, el trabajo de las emociones dolorosas, la adaptación a un medio en ausencia del ser perdido y la colocación emocional del fallecido para la continuación de la vida.

De esta manera Jaramillo (2015) propone el arte como herramienta terapéutica, considerando que este se trata ante todo de un lenguaje a través del cual se puede expresar aquello que no somos capaces de decir, dado que no todo lenguaje se configura a través de las palabras, alegando además que no se trata de una casualidad que los artistas más reconocidos mundialmente trabajen en sus canciones como temas principales el amor y la muerte. Del mismo modo, sostiene que el psicoterapeuta emplea el arte para indagar en las emociones y sentimientos más profundos que deja la pérdida en la persona, recurriendo también a los mecanismos de sublimación y catarsis como liberadores de cargas emocionales, puesto que a través de estos se lleva a cabo la vinculación entre la cognición y la emoción, llevando al sujeto a comprender su subjetividad.

Respecto a la forma de llevar a la práctica la elaboración del duelo a través del arte, describe una metodología que se ejecuta en cinco momentos que consisten en: a) distención, referido a la ocasión del saludo e intercambio de palabras a través del cual se genera un ambiente favorable para llevar a cabo la sesión; b) inspiración, fase en la cual se realiza una preparación para la ejecución de la actividad creativa, socializando con los participantes el tema a tratar e introduciéndolos en el trabajo a partir de las distintas herramientas de las que disponen para hacer las actividades e invitándolos a proponer otras; c) creación, el cual se trata del momento artístico en sí, donde el participante puede expresarse libremente, plasmar sus sentimientos, emociones, ideas, percepciones y todo cuanto corresponda a su mundo interior; d) reflexión, fase en la cual se lleva a cabo la socialización de lo trabajado en la sesión y el terapeuta intenta explorar en las sensaciones, sentimientos y afectos que se experimentaron durante el proceso de expresión artística; y

finalmente d) devolución, momento dedicado a la realización de conclusiones en torno al encuentro, en el cual el coordinador se dirige al grupo para señalar los aspectos significativos dichos y no dichos que resultan importantes para el proceso.

Igualmente, realiza la descripción de dos ejemplos de casos de niños en proceso de duelo en los que se aplicó esta metodología, a través de la cual los infantes pudieron representar sus procesos internos de duelo por la pérdida de seres queridos por medio de creaciones artísticas.

Por lo que Jaramillo (2015) concluye que el caso del Cementerio Museo San Pedro es muestra de que las personas pueden elaborar sus duelos a través del arte, sin embargo, manifiesta la necesidad de mayor investigación al respecto de este tipo de procesos.

Por su parte, Toro (2016) realiza un estudio que se plantea determinar la importancia del papel de la danza y el arte en general en la creación de las condiciones necesarias para que las víctimas sobrevivientes de un conflicto elaboren el duelo, argumentando que sin este no es posible lograr la paz y que constituye un requisito para que se dé la reconciliación en Colombia. Esta investigación se trata de un estudio de caso en una comunidad ubicada en la ciudad de Cali y se centra en las relaciones de los conceptos de duelo, víctima y arte y afirma que esta última es una homología de la sociedad donde es concebida, funcionando como un espejo a través del cual se reflejan las inquietudes humanas y sociales, que ayuda a comprenderlas y por tanto a resolverlas.

En un país como Colombia, que ha sido víctima por más de cinco décadas de un conflicto armado, donde cientos de cuerpos han sido desaparecidos, ultrajados, destrozados e insepultos, configurándose en un territorio de horror que deja miles de víctimas sobrevivientes con la sensación de un duelo irresuelto dado que siguen a la espera de los cadáveres de sus familiares con la necesidad de procesar sus duelos para avanzar, Toro (2016)

propone el arte como un recurso apropiado para que la víctima elabore su duelo y se encamine hacia la conciliación y la paz. De modo que sostiene que el arte ayuda a fortalecer la percepción de sí mismo y facilita los procesos de sanación de traumas a través del hacer o presenciar una expresión artística como la danza, la música, entre otros.

Más recientemente, Ríos et al. (2018) desarrollaron un trabajo en el cual plantean la música como herramienta terapéutica en los procesos de elaboración de duelo, realizando a través de la metodología de la hermenéutica un análisis deductivo del personaje *Julie Vignon Courcy* en la película *Tres colores: azul*, de Krzysztof Kieslowski.

Esta historia, basada en un accidente que sufre un famoso compositor musical junto a su hija y su esposa, dejando como única sobreviviente a la esposa *Julie Vignon*, de acuerdo con los autores de la investigación, propone la música como una herramienta de acompañamiento terapéutico en los procesos de elaboración de duelo, puesto que la expresión musical permite a este personaje lograr el desbloqueo psicológico necesario para profundizar en los sentimientos reprimidos en su interior tras la pérdida de su esposo e hija hacia la recuperación de su equilibrio. De modo que Ríos et al (2018) sostienen que, así como en la película la música le permite al personaje principal llevar a cabo un proceso liberador a través de la catarsis, el terapeuta puede echar mano de cualquier recurso artístico que sea de interés para el paciente como herramienta terapéutica en los procesos de elaboración del duelo.

La arteterapia como acompañamiento psicológico en procesos de duelo

Tal como se ha observado en las investigaciones descritas hasta el momento, el arte se constituye como una herramienta terapéutica que ha tenido desde sus inicios gran impacto positivo en los procesos de trabajo de duelo. Según Duncan (2007) las artes, al ser una forma de expresión no verbal, facilitan la exploración y comunicación de aquellos elementos que subyacen en el inconsciente, de manera que trabajar las emociones a través de la

arteterapia contribuye significativamente al mejoramiento de las relaciones humanas, pues al centrarse en estas, facilita que se hagan conscientes aspectos que antes no lo eran, coadyuvando así en el desarrollo personal del sujeto.

Duncan (2007) establece que, para llevar a cabo el proceso de arteterapia, el orientador o terapeuta debe atender a cuatro fases que se derivan del modelo Géstalt, cualquiera que sea la forma de expresión artística que se realice. Estas etapas corresponden a: a) la observación y nombramiento, donde el paciente observa y manifiesta las emociones, sentimientos y pensamientos y el facilitador las nombra de manera adecuada, lo cual le da carácter de realidad a lo expresado; b) exploración e invitación, fase en la cual se puede observar dónde se encuentran los bloqueos y el terapeuta orienta al paciente a hacer énfasis en estos invitándole a aumentar la expresión; c) ejercitación y experimentación, fase durante la cual se ejercitan las emociones que se desean representar, generándose en la persona una sensación de reconocimiento que le permite salir del bloqueo y definir mejor; y d) Integración y concienciación, cuando ya finalmente el paciente incorpora con conciencia lo transformado a su vida.

En un intento de conceptualizar el arte como acompañamiento psicológico en situaciones humanas difíciles, Klein (2006) realiza una definición de arteterapia, distinguiéndola de aquello que no lo es, así como también describe cómo se lleva a cabo el proceso terapéutico en el sujeto creador que permite en él su transformación personal.

De manera que Klein (2006) realiza un listado de aquello que no es arteterapia para encaminar la construcción del concepto, así afirma que la arteterapia no se reduce a la simple disminución del síntoma por distracción, que no sirve para elaborar un diagnóstico puesto que el producto artístico no revela lo que es sino que atrae lo que puede ser y que no se limita a la liberación que conlleva a un alivio momentáneo dado que el fin no es deshacerse de lo

que causa molestia sino más bien transformarlo, integrándolo en la creación de sí mismo. Esto le permite definir la arteterapia como un proceso de acompañamiento en el trabajo que realiza un sujeto con dificultades psicológicas, existenciales, físicas, sociales, entre otras, sobre sí mismo. Este proceso conduce al sujeto a la llamada “autoterapia” que realiza a través de sus creaciones artísticas con el apoyo o guía del arteterapeuta, con la finalidad de estar mejor.

Asimismo Klein (2006) caracteriza el perfil del arteterapeuta, el cual debe ser un acompañante y orientador de las personas con dificultades emocionales y contribuir a que las creaciones artísticas que realicen se orienten hacia la transformación de sí mismas y que en forma crítica y creativa se integren en sus respectivos grupos sociales, pues la arteterapia no se trata de un proceso sobre el sujeto, sino más bien con este y a partir de su situación de malestar y su deseo de mejorar.

El proceso de arteterapia, según lo describe Klein (2006) en su trabajo, comienza con recrear a la persona a través del artificio de un personaje y no en primera persona, puesto que a través de la implementación de este recurso la persona tiene una actuación más auténtica y profunda ya que a través del empleo del lenguaje pseudo- introspectivo se siente más relajado y cómodo, luego de esto se propone a la persona pasar a la primera persona en cualquiera que sea el tipo de creación artística, tratándose pues de que esta realice una interpretación imaginaria de sí misma a partir de sus dolores y malestares, de modo que impliquen su transformación y permita la integración de lo transformado (sus dificultades) en pruebas superadas.

Por su parte, Sabariegos (2012) en España desarrolla un trabajo investigativo en el cual se plantea comprobar los beneficios que aporta el uso de la arteterapia en los procesos de superación de ruptura de pareja. Para ello implementa una metodología de investigación

dividida en dos fases, la primera realiza una recopilación de diversos tipos de documentos como libros, artículos de investigación, conferencias, entre otros, para reflexionar en torno al tema y establecer relaciones con este. El segundo paso metodológico consiste en llevar a cabo el análisis de casos por medio de una experiencia de campo, recoge y registra información de dos casos donde se lleva a cabo la arteterapia en grupos de mujeres en el proceso de recuperación de rupturas de vínculos afectivos de relación de pareja, uno por separación y otro por viudez, a través del método de la observación y de otros instrumentos para la recogida de datos como el cuaderno de campo, la fotografía, cuestionarios anónimos, entre otros.

De acuerdo con los resultados de la investigación en torno a los casos de talleres con arteterapia para tratar la separación y la arteterapia en mujeres que están viudas, puede observarse que este tipo de terapia tuvo efectos beneficiosos necesarios para la recuperación de las personas afectadas. La participante en estado de viudez quien tenía un duelo no resuelto luego de once años comenzó a hacer consciente muchos aspectos que desea cambiar como su actitud de rigidez y su estado de angustia, mencionó en un dibujo realizado sus intenciones de pintar de nuevo y además manifestó a sus compañeras de taller deseos de ir a bailar, lo que por supuesto representa un impulso hacia su recuperación, entendiendo que se trata de un proceso de pequeños avances en su trabajo personal. En el caso de la participante que trabajaba la separación de pareja, la arteterapia supuso un punto de sustento y una forma de expresar sus emociones en medio del desamparo tras la ruptura, recobrando su autoestima y la fuerza de su temperamento habitual.

De manera que Sabariegos (2012) concluye que la disciplina de la arteterapia resulta de gran beneficio para la recuperación del duelo tras la ruptura de vínculos afectivos de relaciones de pareja, tanto por motivo de separación como de muerte del cónyuge.

La arteterapia en la elaboración de duelo en niños

Los duelos suelen afectar más a los niños y generarles más vulnerabilidades respecto de los adultos, puesto que sus defensas no están del todo desarrolladas y aún dependen mucho del mundo exterior para mantener su mundo interior de forma coherente y a sí mismo, por lo que resulta fundamental el acompañamiento y apoyo en la elaboración de estos procesos, pues estos niños que han experimentado pérdidas importantes son más propensos a padecer trastornos psiquiátricos en su etapa de infante (Guillén et al., 2013). De modo que el arte constituye una herramienta terapéutica que resulta atractiva de implementar en los procesos de acompañamiento psicológico de niños en su elaboración de duelo.

Respecto a la arteterapia en la elaboración del duelo en niños Castro (2010) lleva a cabo un estudio particular en el cual realiza una intervención de arteterapia en el caso concreto de un niño que presenta parálisis cerebral severa, para trabajar su proceso de duelo producto del fallecimiento de su madre, a través de un estudio de caso de dieciséis sesiones, equivalente a casi 4 meses de duración.

Este trabajo tiene la complejidad de la condición de parálisis cerebral, de manera que se abordó el concepto de arteterapia en los procesos de rehabilitación como apoyo que requieren algunas personas con discapacidad, aportándoles beneficios tanto psicológicos como fisiológicos, desde el principio curativo atribuido a los procesos creativos, pues esta forma terapéutica ayuda al infante a comunicar aspectos difíciles de sacar a la luz a través de otros métodos, no solo por la discapacidad sino también por la seguridad psíquica del niño.

Del mismo modo, Castro (2010) maneja el concepto de arteterapia relacionado con la neuroplasticidad, entendiendo esta como un recurso propio del cerebro al cual el terapeuta puede apelar en casos de lesiones cerebrales, pues este mecanismo permite que el

cerebro genere respuestas a estímulos externos, encontrando un camino por el cual manifestarse, exteriorizarse, de manera que supone una herramienta crucial en este caso dado lo placentero que resultan los estímulos de los materiales artísticos aunado al acto de creación que favorece el desarrollo neuronal en una parte del cerebro o la generación de nuevas vías alternativas al daño. Así como también incorpora el concepto de resiliencia como la capacidad humana para enfrentar de manera positiva las adversidades impulsándose sobre estas para la construcción de su futuro y el concepto de Winnicott según el cual el sentido de la vida para un individuo se vincula a su autopercepción creadora, de modo que un sentimiento de inutilidad desplaza todo interés por la vida.

Los hallazgos más relevantes de esta investigación revelaron que la arteterapia es un complemento ideal en los procesos de rehabilitación, pues actuó favorablemente de manera simultánea en distintos áreas como la actividad motora y sensorial, estimulación de la percepción y los afectos, los procesos de elaboración de sentimientos y emociones, así como también propició cambios adaptativos a nivel de la conducta, y sobre todo, la estimulación de la creatividad, la cual está íntimamente ligada con el concepto de resiliencia. A través de esta experiencia práctica llevada a cabo por Castro (2010), en la cual se implementó la arteterapia como proceso de acompañamiento terapéutico en la elaboración del duelo del infante por la pérdida de su madre, se le proporcionó a este un espacio seguro que posibilitó la salida de su realidad subjetiva dolorosa y la movilidad de su percepción hacia la construcción de un nuevo sentido de bienestar.

Análisis

Después de la revisión en diferentes bases de datos y repositorios, descartando y seleccionando diferentes muestras documental con variados tipos de documentos y demás, se eligieron y analizaron 20 documentos, los cuales cumplieron con lo necesario para construir y revisar análisis y resultados para el presente trabajo. Entre los 20 documentos están: 4 trabajos de grado, 1 artículo reflexivo, 4 monografías, 5 artículos de investigación, 2 Libros/capítulos de libro, 1 revisión histórica y 1 una entrevista. Del procedimiento realizado y explicado anteriormente se ha logrado identificar desde el ámbito de la muerte y pérdida, la influencia que tiene el tipo de pérdida en cada individuo, muerte natural, muerte violenta, muerte accidental, etc. y la representación que cada persona le da a ello, lo cual aporta a los diferentes tipos de elaboración de duelo, presentándose de esta manera la diversidad de procesos en la transformación del duelo. Claramente se evidencia la influencia a las representaciones y la relación entre la persona que falleció y el doliente, igualmente se ha encontrado en los diferentes documentos indagados, la influencia de la despedida simbólica que se le genera a cada persona que muere (rituales, velaciones o diferentes formas de despedir a la persona que partió de la vida física).

Entre las categorías de análisis más trabajadas está el duelo, explicada y teorizada desde diferentes autores, con la finalidad de enriquecer el concepto, a partir de otras versiones y corrientes. Iniciando con Freud, (1917), quien

Describió el “trabajo del duelo” como un proceso intrapsíquico en el que el sujeto reitera su interés en el mundo exterior y elabora la pérdida, esto es, se despide del muerto liberando la libido a él ligada para dirigirla a nuevos objetivos (Espina, A., Gago, J., & Pérez, M, 2005, p. 1).

Por otro lado, Espina, A., Gago, J., & Pérez, M. 2005 encuentran la teoría de Bowlby (1980), el cual propuso un sentido mucho más amplio para el duelo, el cual incluye los

procesos psicológicos conscientes e inconscientes y separa el término de “aflicción” para la manifestación del dolor de la pérdida. Desde allí empieza entonces Bowlby a trabajar desde sus teorías el apego asociado a la pérdida, dividiendo el trabajo del duelo en 4 fases:

1. Fase de embotamiento de la sensibilidad: Dura de unas horas hasta una semana.
2. Fase de anhelo y búsqueda del objeto perdido: aparece anhelo intenso, llanto, inquietud, insomnio y cólera dirigida a quienes considera culpables de la pérdida.
3. Fase de desorganización y desesperanza: Aparición de momentos de desesperanza y depresión.
4. Fase de reorganización: Redefinición de sí mismo y de su situación, desempeña papeles nuevos y adquiere nuevas habilidades.

Es entonces cuando se comienzan a trabajar las fases o etapas del duelo desde diferentes autores, explicándose de formas diferentes las transiciones, algunas con más filtros que otras, con más subprocesos y otras concisas y cortas (en su definición).

Entre los hallazgos más relevantes se ha encontrado la cultura igualmente como un aspecto importante en la elaboración del duelo. En diversas culturas se tienen creencias similares, como que la persona que fallece sigue viviendo de alguna forma, manteniendo la relación con los vivos, al igual que los ritos, los cuales pueden hacer más llevadera la separación con el ser querido y la pérdida, tal como lo expresa Medina, M. D. P. C. (2011)

La inscripción del sujeto en la comunidad, actualizada en el rito, da sentido y permite el flujo de la palabra y la acción alrededor del muerto y sus restos.

La disminución o desvalorización de los rituales de muerte en Occidente reduce su eficacia simbólica, lo cual hace que la separación del ser amado llegue sin mediación, como un real no simbolizable, que concreta la eliminación de sus restos e intensifica las condiciones que perpetúan los efectos de la muerte sobre el doliente como la soledad, la depresión y la

incomunicabilidad (p.1).

Se comprende de igual manera que los ritos tienen como objetivo la restauración del equilibrio social e individual, de esta forma los miembros de la comunidad logran transformar la relación con sus muertos y apaciguar la angustia que los acompaña en la pérdida (Medina, 2011). Los ritos mortuorios se han llevado a cabo desde muchos años atrás (incluso, décadas) y se manifiestan a nivel universal,

El antropólogo, sociólogo y etnólogo Louis-Vincent Thomas estudió, particularmente en las sociedades africanas, los ritos mortuorios con el fin de compararlos con las prácticas funerarias contemporáneas de la sociedad occidental. Thomas, en los años 80, nos explicaba en su texto *Rites de mort pour la paix des vivants*¹ que el rito funerario tradicional da lugar a varias formas de apaciguamiento de la angustia frente a la pérdida y permite a los miembros de la comunidad afrontarla y superar el sufrimiento que esta provoca (p. 281).

Se inicia a identificar la importancia de los apoyos para el trabajo en el duelo y por ende se inicia la búsqueda de diferentes técnicas y metodologías para gestar, acompañar, procesar y mitigar la angustia en el proceso de elaboración del duelo, encontrando de esta manera el trabajo fundamental de las expresiones artísticas en estos trabajos, apoyándose en diversas ocasiones en el arteterapia como técnica utilizada en psicoterapia, sin embargo, en este trabajo el protagónico son las diferentes expresiones y manifestaciones artísticas, encontrándose esta utilidad desde la cultura Egipcia, convirtiéndose el arte para los Griegos un medio para afrontar sus duelos, evidenciándose en las muestras arquitectónicas ceremonias fúnebres de sus seres queridos. Grimal (como se citó en Rodríguez, 2016) en su texto sobre historias de las culturas Egipcias, expresa que esas piezas muestran el dolor junto al cadáver, gestos de lamentación de Isis y Nefis por la muerte de Osiris, en el cual se manifiesta el gemido y el llanto del dolor por la partida del ser querido, así es como el arte

se convierte en un medio para afrontar la pérdida de los seres queridos.

Encontrando que el arte se encuentra como una capacidad creadora en el ser humano, “para Aristóteles la representación artística se va a constituir realmente como una creación artística en tanto hay un sujeto que actúa, refiriéndose a que este va a hacer algo que transforma su estado inicial dentro de una obra” (Rodríguez, 2016, p. 27); podemos identificar entonces que la expresión artística actúa como un medio transformador, haciendo una transición de un estado inicial a uno final, un proceso de cambio y de representación, en cuanto a lo que representa es a la persona misma, sus emociones, sentimientos y angustias, generados por la pérdida de un ser querido. Explica entonces Zuleta (como se citó en Rodríguez, 2016), para Freud,

La producción artística en la que una persona intenta la construcción de un mundo, un texto o un contexto nuevo va a ser para poder buscar y así mismo encontrar aquellos objetos perdidos o que potencialmente se pueden perder. De modo que “el problema” que se vería en la desadaptación del artista al querer modificar el mundo, realmente es un proceso que es fundamental dentro del arte; pues aquel actuar del artista no lo hace a pesar de sus problemas si no que actúa dentro de ellos, y así la obra artística se da mediante de estos (p. 29 - 30).

Esto nos trae entonces que la actividad creadora en medio de las expresiones artísticas se dan en cuanto la persona intenta trabajar sobre el problema para de esta manera, ir en un camino hacia la sanación o pasando la emoción y los sentimientos de dolor hacia el sentido, comprendiéndolos para así salir de la obediencia de las sensaciones inmediatas, logrando una experiencia y enseñanza duradera para su vida (Rodríguez, 2016).

Se logra identificar entre las diferentes investigaciones y estudios de caso analizados; se coincide en que las expresiones o manifestaciones artísticas son una interpretación de lo imaginario, transportándolo a la realidad, generando así la interpretación del sujeto con

respecto a las diferentes emociones que se generan en medio de la elaboración del duelo, aportando así el reconocimiento de estas mismas emociones del individuo debido a que el trabajo creador es subjetivo, acomodándose a las necesidades propias sin tener que llegar al juicio de los demás, debido a que el significado y la representación se la da cada persona, esto debido a que la realidad es diferentes en cada individuo y no se debe poner en discusión.

Se ha encontrado que las expresiones artísticas son un lenguaje, por ende, permite al sujeto transmitir los dolores, llantos, alegrías y más, por medio de sonidos, dibujos, pinturas, bailes, cantos y otras diferentes expresiones de arte, equilibrando así la percepción que tiene de su mundo interno y el significado que le da a la experiencia, así como Serna, (2015) se refiere al arte como un lenguaje siendo este utilizado cuando la expresión verbal no es suficiente para manifestar lo que se siente o quiere decir, debido a que el arte funciona como una forma de comunicar.

Otro de los hallazgos en esta investigación es que las expresiones artísticas se convierten en una estrategia de intervención, debido a que esto lleva a una forma de expresión de lo inconsciente, nuevamente que da lugar a la fantasía para llevarla a la realidad. De este modo podemos ver que para Setz (2002) “el hacer arte en sí mismo es un proceso que implica un acercamiento a la salud mental. Y una mejora en la salud mental o espiritual siempre ejerce un mejoramiento en la salud física” (p. 15).

Basados en lo anterior se ha logrado identificar como una herramienta positiva el trabajo de las expresiones artísticas en la psicología, debido a que ayuda que la persona logre manifestar lo que con palabras no puede y por este medio artístico logre expresarlo de manera espontánea y natural, aunque haya estado en el inconsciente o no se lograra evocar anteriormente. De esto se puede dar testimonio en el estudio de caso de Castaño (2018), en donde la participante de su estudio manifestó que

Para ella, el arte cumplió un papel importante durante la elaboración de su

duelo, permitiéndole comprender asuntos de su pasado que habían estado ocultos a su consciencia, pero que al ser reconocidos pudo darles un nuevo significado; lo que finalmente se tradujo en bienestar emocional con repercusiones en su salud física y su desarrollo personal, y esto a su vez se tradujo en mejoras en torno a sus relaciones interpersonales, familiares y competencias sociales (p.165).

En medio de las investigaciones y explicaciones se encuentra en las expresiones artísticas un puente que permite el paso del malestar en el duelo a concientización de la realidad y de la experiencia actual y de esta manera generar la calma o el alivio de dicho malestar, bien explica Serna (2015) que

Uno de los objetivos del duelo por muerte, esta principalmente en buscar una forma sublime¹ de tramitar aquella energía pulsional, que para este caso, se utiliza el arte, el cual se convierte en un medio predilecto, ya que permite un hacer y en un saber hacer con el dolor y superarlo (p. 2).

En medio de las expresiones artísticas trabajadas en un espacio terapéutico se logra el autodescubrimiento y la reflexión, y al psicoterapeuta le permite “indagar por las emociones, sensaciones, cogniciones y afectos, que la pérdida deja” (Serna, 2015, p.4).

Para Klein (2008) las producciones artísticas son un trabajo sutil que toma la vulnerabilidad como material que permite al sujeto re-crearse a sí mismo.

Explica Natalie Rogers en su entrevista sobre el trabajo de “artes expresivas”; estas son diversas formas de arte que ayudan a expresar los sentimientos internos a través de un medio externo, “Las artes del movimiento, lo visual, lo sonoro y la redacción creativa son leguajes del alma y el espíritu que pueden aprovecharse para explorar el rango de las emociones humanas y permiten desarrollar un sentido positivo del *self*” (Martínez, 2013, p.3).

Natalie Rogers manifiesta igualmente que además del habla, existen otras actividades y formas de expresar y facilitar los trabajos en terapia (Martínez, 2013).

Por tal motivo, se ha logrado identificar las diversas formas de afrontar el proceso de duelo y la importancia de ir en camino a descubrir más herramientas y ayudas para enfrentar aquel duelo; las expresiones artísticas se han encontrado como una herramienta apropiada y oportuna en el momento de trabajar con las diferentes manifestaciones de duelo, debido a que, como se mencionó anteriormente estas expresiones artísticas ayudan a canalizar las angustias, miedos, dolores, sentimientos de culpas y más para traerlos a la conciencia, nombrarlos, ocuparse de ellos y posteriormente sanarlos o darles un adecuado trámite interno,

Parte de la funcionalidad del arte frente al sujeto, es que este le va a permitir que vuelva del mundo de lo imaginario a la realidad pues el artista va a poder colocar su fantasía en la obra y de esta forma traerlo a la realidad que rodea la pieza artística (freud, 1908/2006). Pero para que sé de lo anterior no es importante que la obra se considere como artística o no, pues muchas veces esto dependerá del punto de vista del espectador, si no que participara una parte muy importante del individuo que es su capacidad creativa y que nace en la infancia cuando se da el paso de la ilusión a lo real (Rodríguez, 2016, p.44).

Es importante también hacer alusión a que el trabajo con las diferentes expresiones artísticas se puede realizar por medio de diversos campos de acción o desde diferentes enfoques psicológicos, ya que se convierte en una herramienta transversal,

El arte, sea cual sea su categoría, es una acción mediante la cual cuidamos de nosotros mismos, pues mediante esta trabajamos aquello que está solamente en nuestro mundo interior y que permite al espectador entender al artista y entenderse a sí mismo. De modo que también es un espacio que

permite la interacción con el otro y por tanto ayuda a las personas a comunicarse mediante este y a crecer como sujetos, pues es solo mediante la relación con el otro que me puedo conocer como sujeto y permitirme pensar al otro (Rodriguez, 2016, p.46).

Para reafirmar lo planteado anteriormente,

Es importante acordarnos que el arte desde su más mínima expresión provoca en el sujeto, ya sea artista o espectador, desde los mejores hasta los peores sentimientos. Y es precisamente la pluralidad de lo que nos mueve lo que va a permitir que aquello tan natural e inevitable como lo es la muerte o la pérdida de algo que amamos, resulte en una experiencia que nos permita no solo resignificar aquello que dejamos, sino ayudarnos a crecer a partir de este proceso (Rodriguez, 2016, p.46).

Conclusiones

El presente trabajo tuvo como propósito primordial la indagación en los distintos estudios de investigación realizados en torno al papel que juegan las diferentes expresiones artísticas en la elaboración del duelo, para que esto permita la comprensión, desde diferentes posturas investigativas, de cómo influyen las expresiones artísticas como método de acompañamiento psicológico en los procesos de elaboración de duelo, cuáles son los aportes principales que supone de acuerdo con las investigaciones encontradas, los puntos de encuentro y divergencias entre los autores, entre otros, que conlleven una reflexión profunda en cuanto a la implementación del arte como herramienta en la superación de duelos, considerando que este ha sido asociado históricamente a sensaciones de bienestar espiritual y felicidad, tal lo afirma López (2004).

Estos procesos humanos complejos que responden a la parte subjetiva inherente al ser humano eran muy tenidos en cuenta en la sociedad griega, pues a través de la comparecencia a las obras teatrales que se llevaban a cabo en los grandes festivales dionisiacos que se realizaban como culto a Dionysos (dios de los placeres y del vino), los asistentes experimentaban por medio del principio de la empatía las emociones y sentimientos representados por los actores en escena, lo cual les permitía vivenciar sus propias emociones y dolores personales y liberarlos, puesto que en su mayoría se presentaban temas que causaban horror como es el caso de Edipo Rey, de Sófocles, quien por más que trata de evitarlo termina cumpliendo los designios vaticinados desde antes de su nacimiento de que mataría a su padre y se desposaría con su madre, lo cual se configura en una escena que causa espanto y horror a los presentes.

El mecanismo a través del cual los espectadores drenaban estas emociones, pasiones y sentimientos que le son propios al ser humano por naturaleza, lo llama Aristóteles en su poética catarsis. El concepto de catarsis ha sido recurrente en las investigaciones que hacen

parte de este compendio de estudios, Rodríguez (2016) sostiene que la subjetivación del duelo por medio del arte se orienta a que la persona viva el proceso de dolor y no que lo evite, puesto que aceptar la emoción que se está viviendo constituye el primer paso hacia la superación. Asimismo, Ríos et al. (2018) proponen la música como herramienta terapéutica en los procesos de duelo, pues el personaje en torno al cual desarrollan su trabajo investigativo logra con la música y a través de la catarsis el desbloqueo psicológico que sufre tras la pérdida de su hija y su esposo, experimentando el proceso liberador que este concepto implica.

La implementación del arte como herramienta de acompañamiento psicológico supone un método, una serie de pasos orientados por el terapeuta con la finalidad de sistematizar el proceso y lograr los objetivos deseados. Jaramillo (2015) propone una metodología que comprende las distintas fases que se llevan a cabo durante el procedimiento, las cuales van desde el saludo, pasan por la inspiración, la relajación y el momento de la creación en sí, seguido de la reflexión del proceso interno experimentado (emociones y sensaciones), para finalmente dar paso a la elaboración de conclusiones en torno al encuentro. Un método similar sugiere Duncan (2007), quien refiere que el método tiene las fases de observación, exploración, experimentación e integración y concienciación, ambos métodos dan cuenta de un proceso estructurado que parte de lo más simple como el saludo y la presentación y se detiene en el proceso creativo en sí, para luego concluir con un momento reflexivo de su experiencia.

Este momento reflexivo con el cual concluyen los métodos señalados por los autores arriba mencionados es un componente que resulta fundamental en las investigaciones abordadas, pues hacer conciencia de estos procesos de malestar conlleva a su superación y el arte constituye una herramienta conveniente para este fin.

Jaramillo (2015) sostiene que a través del arte es posible decir aquellas cosas que no

somos capaces de decir con palabras ya que no todo lenguaje se realiza a través del verbo, permitiendo el arte llevar a cabo otras formas de expresión, como la pintura, la danza, la música. Del mismo modo Duncan (2007) afirma que, al ser el arte una forma de expresión no verbal facilita la manifestación de aquellos aspectos que residen en el inconsciente, cuya comunicación resulta obstaculizada a través del pensamiento estrictamente racional.

También, por su parte, Sabariegos (2012) en las conclusiones de su trabajo señala que las pacientes que elaboraron sus duelos por viudez a través del arte, referidas en su investigación, hicieron conscientes muchos procesos psicológicos y emocionales que causaban malestar en sus vidas, lo cual significó un paso importante hacia su proceso de recuperación, pues luego de esto manifestaron su deseo de volver a realizar actividades que disfrutaban hacer antes de sufrir la pérdida, como pintar y bailar.

De tal manera que el proceso de concienciación por parte de los sujetos de sus malestares psicológicos representa una fase fundamental para sanarlos y resulta un punto en el que converge la mayoría de las investigaciones señaladas en este trabajo. El traslado a la conciencia del contenido que resulta doloroso y que suele ser oculto o adormecido en el inconsciente como mecanismo natural de defensa, permite la comprensión por parte de la persona de sus propios procesos emocionales que supone la sanación, pues a todo aquello que se vuelve consciente es posible acceder y sanar.

En cuanto al arte en los procesos de elaboración de duelo en niños es importante resaltar el componente lúdico del arte, aunque esto corresponde a un elemento también importante en los adultos, pues el ser humano por su naturaleza tiene la tendencia de inclinarse hacia la búsqueda de su bienestar, de manera que estando ligado el arte y lo estético al principio del placer que rige su psiquismo desde sus orígenes, se opone al principio de realidad impuesto por el mundo exterior, convirtiéndolo en una herramienta por demás atractiva para el acompañamiento terapéutico en los procesos de duelo.

Asimismo, Ixcolín y Luna (2014) encontraron que las secuelas emocionales que experimentan los niños tras la pérdida de un ser querido son la rabia, la tristeza, la actitud agresiva, aislamiento, depresión, miedo, culpa, entre otros, quedando demostrado que el arte permitió que los niños expresaran estas emociones de forma lúdica que conllevó al logro de la elaboración de sus duelos para la continuación de una vida emocional, psíquica y físicamente saludable.

Como es de observar, en el presente trabajo se abordaron diferentes enfoques psicológicos y con ellos, diferentes autores, con el fin de adquirir una amplia información del tema a tratar; esto con la finalidad de enriquecer el trabajo y la teoría y principalmente, darle cumplimiento a uno de los objetivos específicos, el cual es realizar revisión teórica de las diferentes expresiones artísticas y el duelo; gracias a esto, se encuentra que, desde los diferentes enfoques se ha abordado el tema y en varios de ellos se identifica como un apoyo o herramienta positiva para el proceso psicoterapéutico.

Dando coherencia a lo anterior, se tuvo un cuidado riguroso para que el tema central del trabajo no se distorsionara y no se perdiera de vista el cumplimiento de los objetivos planteados, siendo el primer objetivo específico: describir la influencia de las diferentes expresiones artísticas en los procesos de resignificación del duelo; para esto se encontró que para Klein (2008) las producciones artísticas permiten al individuo a re-crearse a sí mismo, en medida en que es un trabajo sutil que toma la vulnerabilidad como material para lograr la re-creación. Por otro lado y en línea con lo anterior Natalie Rogers explica que estas son diversas formas de arte que ayudan a expresar los sentimientos por medio de artes del movimiento, lo sonoro, lo visual y más; todas estas son actividades y formas de expresar diferentes del lenguaje verbal que facilitan los trabajos en terapia (Martínez, 2013). Por lo anterior se ha venido identificando desde diferentes enfoques psicológicos y ciencias la importancia y utilidad de utilizar las expresiones artísticas en el trabajo con el ser humano,

debido a que el arte es una forma de expresión no verbal (como se ha manifestado anteriormente) y permite la manifestación de aquellos aspectos que residen en el inconsciente (Duncan, 2007). Por tal motivo, las expresiones artísticas permiten traer a la conciencia los sentimientos que estaban ocultos o adormecidos allí en el inconsciente y de esta manera poder nombrarlos y ocuparse de ellos en la psicoterapia.

Por otro lado, con la finalidad de cumplir el último objetivo específico, el cual es expresado en, comprender como a través de los artículos indagados las expresiones artísticas son un medio de manifestación emocional en el duelo, se trae a colación el siguiente hallazgo: Ixcolín y Luna (2014) en Guatemala llevaron a cabo un trabajo de investigación que tuvo como objetivo primordial brindar herramientas terapéuticas a través del arte a un grupo de 34 niños entre los 4 y 6 años que se encontraban en procesos de duelo, a través de la realización de 13 talleres de 40 minutos cada uno. Las técnicas para la elaboración de duelo que emplearon fueron el cuaderno terapéutico, talleres de pintura, actividades con títeres, moldeado con plastilina, películas del tema de la muerte. En primer lugar, se plantearon indagar en torno a los efectos psicológicos y emocionales que deja en los niños la pérdida, luego determinar cuáles de estos sentimientos y emociones expresan a través de las expresiones artísticas mencionadas anteriormente, para finalmente conocer qué beneficios les aporta para llevar sus procesos de duelo.

En una investigación Ixcolín y Luna (2014) encontraron que las secuelas emocionales que experimentan los niños tras la pérdida de un ser querido son la rabia, la tristeza, actitud agresiva, aislamiento, demanda de atención, búsqueda de reemplazo de la figura perdida en adultos cercanos como las maestras, depresión, culpa, miedo, entre otras. En cuanto a la implementación de trabajo con expresiones artísticas en los niños resultó favorable puesto que propició a que los niños expresaran sus emociones, sentimientos y pensamientos de una forma lúdica que permitió el acompañamiento psicológico para una elaboración adecuada del

duelo que estaban padeciendo.

De manera tal que el arte en sus distintas formas de expresión, a través del hacer, del ser y del presenciar, se configura como una herramienta colateral que resulta positiva en los procesos de acompañamiento psicológicos y terapéuticos que tienen como finalidad la resolución de un duelo que permita la continuación saludable de la vida de una persona tras la pérdida de un ser querido.

En última instancia se desea aclarar que en el presente trabajo se abordaron diferentes temas o conceptos como el arteterapia y el arte, estos fueron planteados debido a su variada información tanto teórica como investigativa, experimental y están relacionados directa o indirectamente al tema central de la investigación planteada y aportan de manera significativa a las contribuciones, hallazgos, resultados, teorías y más, sin embargo, no son temas principales o conceptos en los cuales se desee profundizar o investigar directamente en este trabajo, ya que el tema principal se fundamenta en las expresiones artísticas.

Referencias

- Bowlby, J. (1980). *La pérdida afectiva. Tristeza y depresión*. Buenos Aires: Paidós.
- Castaño Gallejo, E. J. (2018). *Elaboración del duelo a través del arte como estrategia de intervención*.
- Castro, M. (2010). *Arte terapia de apoyo a un niño con parálisis cerebral en proceso de elaboración de duelo*.
- Duncan, N. (2007). *Trabajar con las Emociones en Arteterapia. Arteterapia. Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social, 2, 39-49*.
- Espina, A., Gago, J. & Pérez, M. (2005). *Sobre la elaboración del duelo en terapia familiar. Revista de psicoterapia, 4(13), 77-87*.
- Flórez, S. D. (2002). *Duelo. In Anales del sistema sanitario de Navarra (Vol. 25, pp. 77-85)*.
- Freud, S. (1917). *Duelo y melancolía. Obras completas, 14, 235-255*.
- Gadamer, H. G. (2002). *Existencialismo y filosofía existencial». Los caminos de Heidegger, 67-72*.
- Gómez Sancho, M. (2004). *La pérdida de un ser querido: el duelo y el luto (No. Sirsi) i9788495913326*.
- Hagman, G. (1995). *Chapter 12 Death of a Selfobject: Toward a Self Psychology of the Mourning Process. Progress in self psychology, 11, 189-205*.

- Ixcolín, V. & Luna, E. (2014). *Recursos terapéuticos a través del arte en la elaboración del duelo en niños y niñas de 4-6 años de edad* (Doctoral dissertation, Universidad de San Carlos de Guatemala).
- Jaramillo, J. (2015). Elaboración del duelo a través del arte: un acercamiento metodológico y conceptual. *Poiésis*, 1(29).
- Klein, J. (2006). La creación como proceso de transformación. *Arteterapia. Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social*, 1, 11-18.
- Londoño, O., Maldonado, L., Calderón, L. (2016) Guía para construir estados del arte.
- López, B. (2004). Arte terapia. Otra forma de curar. *Educación y futuro: revista de investigación aplicada y experiencias educativas*, (10), 101-110.
- Martínez, L. G. (2003). Las artes expresivas centradas en la persona: un sendero alternativo en la orientación y la educación. Entrevista a Natalie Rogers. *REDIE. Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 5(2), 94-104.
- Meana-Martínez, J. C. (2017). La imagen de la muerte: reflexiones sobre su representación. *Arte, individuo y sociedad*, 29(2), 317-332.
- Medina, M. D. P. C. (2011). El malestar en el duelo: nuevas formas de relación con nuestros muertos. *Desde el jardín de Freud*, (11), 229-248.
- Pérez, M. (2013). Duelo: proceso individual, proceso familiar, proceso social. *online*][citado 19 Julio 2014] Disponible en: <http://www.caritasvitoria.org/datos/documentos/Material%20Duelomagdalena.pdf>.

Ríos, Y., Ramírez, K. & Mosquera, J. (2018). La música como expresión terapéutica en la elaboración del duelo, con base en el personaje de Julie Vignon en la película Tres colores: azul. *Poiésis*, 1(34), 23-40.

Rodríguez, D. (2016). *El arte como proceso de subjetivación del duelo* (Doctoral dissertation, Universidad del Rosario).

Rubiano Pinilla, E. (2017). Memoria, Arte Y Duelo: El Caso Del Salón Del Nunca Más De Granada (Antioquia, Colombia)(Memory, Art and Mourning: The Case of the 'Salón Del Nunca Más' of Granada (Antioquia, Colombia)). *HiSTOReLo. Revista de Historia Regional y Local*, 9(18).

Ruiz, E. D., & Valdivieso, C. U. (2002). Psicología del ciclo vital: hacia una visión comprehensiva de la vida humana. *Revista latinoamericana de psicología*, 1(1), 17-27.

Sabariegos, I. (2012). Arteterapia como ayuda hacia la superación de la ruptura de vínculos en relaciones de pareja.

Santos, P., Yáñez, A., & Al-Adib, M. (2015). Guía de atención profesional a la pérdida y el duelo durante la maternidad. Servicio Extremeño de Salud.

Serna, J. A. J. (2015). Elaboración del duelo a través del arte: un acercamiento metodológico y conceptual.

Setz Mena, F. A. (2007). Arte terapia para prevención de consumo de sustancias en un adolescente en riesgo social.

Simonetti, G. S. (2015). Psicodrama: cuerpo, espacio y tiempo hacia la libertad creadora/psychodrama:" body, space and time towards creative freedom". *Arteterapia*, 10, 139-151

Zinker, J. (1979). El proceso creativo en la terapia guesáltica. Paidós.

Anexos:

Anexo 1: Instrumento de recolección de la información

Autor:		Título:	
Editorial:	Edición:	Número de páginas:	
Año:	Ciudad, País:	Fuente de búsqueda:	
Resumen:		Palabras clave:	Tipo de Documento:
Conclusiones:		Hallazgos (en caso de ser artículo investigativo):	

Anexo 2: Captura Matriz de hallazgos

	B	C	D	E	F	G	H	I	J
1	Título	Autor	Año	Ciudad, F.	Fuente de Búsqueda	Palabras Clave	Tipo de documento	Resumen	Conclusiones o Hallazgos
2	La imagen de la muerte. Reflexiones sobre su representación.	Meana- Martínez, J.C.	2017	España	Dialnet Plus	Muerte, imagen, duelo, contemplación	Artículo de reflexión	En el artículo se reflexiona sobre la pérdida de la contemplación directa del rostro de la muerte natural en el ser humano dentro de nuestras sociedades posindustriales, y cómo se ha elaborado un sistema de imágenes creadas sobre pantallas que filtran y distancian nuestra construcción mental y emocional de la presencia directa del rostro de la muerte. En la seguridad y la programación con la que pretendidamente vivimos se genera una distancia emocional que hace posible un alejamiento evitando la contemplación directa del acontecimiento de la muerte. Al mismo tiempo tenemos una circulación masiva de imágenes cargadas de representaciones de muertes por violencia en los mass media que raramente nos permite enfrentarnos a la muerte sin adornos, ruidos y complementos que, inevitablemente, impiden el tiempo necesario en cualquier duelo.	Frente a la profusión de imágenes relacionadas con el hecho de la muerte en los medios de comunicación y las pantallas de todo tipo, que es de una naturaleza que tiene que ver con lo narcótico, sin duda para sobrellevar el grado de violencia con el que se presentan en ocasiones, puesto que acaban insensibilizándonos ante cualquier acercamiento a la muerte, necesitamos construirnos una imagen propia y particular del rostro que tiene de forma natural, necesitamos de aquello que, pensamos, pertenece a otro orden como son dos ejemplos de una representación del rostro de la muerte natural. (...) Existe una necesidad de distanciar la imagen de la muerte natural, sin violencia, para hacerla nuestra. La pantalla y el lienzo lo posibilita. Esta distancia y la fuga de aquello que se pretende representar es lo que convierte a estas imágenes en necesarias, esenciales. Distanciar no es desconectar porque pretender la negación de la muerte es desconectar de la vida. Son imágenes que nos llevan a pensar el presente mismo de la carne, a vivir el tiempo de la imagen desde su presencia y que no pertenecen ni al orden del tiempo de la memoria ni al orden del tiempo del proyecto.
3	Sobre la elaboración del duelo en terapia familiar	Espin, A., Dago, J., & Pérez, M.	2005		Dialnet Plus	Duelo, terapia, familiar	Artículo de Investigación	En el artículo se realiza un recorrido acerca de la muerte desde diferentes autores, por medio de los cuales se exponen el duelo, fases del duelo. Igualmente se exponen las variables que pueden afectar el duelo: se expone que pueden ser diferentes, entre ellas, es el contexto amplio en el que se produce y que esto altera de manera significativa, el hecho de que el duelo sea adecuado o no, como por ejemplo, la edad, el sexo, las causas y circunstancias de la pérdida y otras como la forma de recibir la notificación de la muerte, tipo de muertes, entre otros. Igualmente se habla acerca de las diferentes reorganizaciones que se debe realizar en la familia a partir de una pérdida.	Después del estudio de un caso clínico, se logra ver como el duelo incompleto tiene repercusiones en cada uno de los miembros de la familia. Se identifica, que las intervenciones que favorecen en primer lugar la expresión de sentimientos en torno a la pérdida y, posteriormente, la reorganización familiar para poder funcionar de una manera acorde con el momento evolutivo, permiten resolver el problema presentado y mejorar la salud, entendida como el bienestar físico, psíquico y social, de la familia.
4	El arte como proceso de subjetivación del duelo	Rodríguez Cortés, D. F.	2016	Bogotá	Google Académico	Duelo, subjetividad, arte	Monografía	Es una revisión literaria que permite establecer una relación entre duelo, arte y subjetividad para poder entender cómo puede el arte intervenir dentro del proceso de subjetivación del trabajo de duelo. Inicialmente se aborda el contexto en el que nace la pregunta y por qué es importante para los agentes que podrán estar involucrados responderse la misma. Mediante diferentes teorías bajo la línea del psicoanálisis se desarrollan los conceptos de duelo, arte y subjetividad para la construcción de esta investigación. Finalmente se responde la pregunta planteada al inicio de la investigación, concluyendo así que el arte es una herramienta que hace parte de la elaboración de procesos de duelo que han mostrado que la persona puede crecer a partir de esta experiencia.	el arte, sea cual sea su categoría, es una acción mediante la cual cuidamos de nosotros mismos pues mediante esta trabajamos aquello que está solamente en nuestro mundo interior y que permite al espectador entender al artista y entenderse a sí mismo. De modo que también es un espacio que permite la interacción con el otro y por tanto ayuda a las personas a comunicarse mediante este y a crecer como sujetos, pues es solo mediante la relación con el otro que me puedo conocer como sujeto y permitirme pensar al otro. Es importante acordarnos que el arte desde su mínima expresión provoca en el sujeto, ya sea artista o espectador, desde los mejores hasta los peores sentimientos. Y es precisamente la pluralidad de lo que nos mueve lo que va a permitir que aquello tan natural e
	Elaboración del duelo a través del arte como estrategia de	Castañero Gallejo, E. V.	2018	Medellín	Repositorio	Duelo, elaboración del duelo, arte	Trabajo de Grado	Es un estudio de caso en donde se conocen los significados atribuidos a la elaboración del duelo mediante el arte, haciendo uso del arte como estrategia de intervención durante el proceso de elaboración del duelo.	En cuanto a los significados que la participante atribuye al arte, como estrategia de intervención durante la elaboración del duelo, se concluye que, para ella, el arte cumplió un papel importante durante la elaboración de su duelo, permitiéndole comprender asuntos de su pasado que habían estado ocultos a su consciencia, pero que al ser reconocidos pudo dárles un nuevo significado. Lo que finalmente se trabajó en bienestar emocional con.

Matriz de hallazgos - Microsoft Excel

	A	B	C	D	E	F	G	H	I
1	Númer	Título	Autor	Año	Ciudad, Pa	Fuente de Buesque	Palabras Clavé	Tipo de documen	Resumen
2	1	La imagen de la muerte: Relfexiones sobre su representación.	Meana - Martínez, J. C.	2017	España	Dialnet Plus	Muerte, imgen, duelo, contemplación	Artículo de reflexión	En el artículo se reflexiona sobre la pérdida de la contemplación humano dentro de nuestras sociedades posindustriales, y cómo sobre pantallas que filtran y distancian nuestra construcción mer de la muerte. En la seguridad y la programación con la que pretemo emocional que hace posible un alejamiento evitando la contemp. Al mismo tiempo tenemos una circulación masiva de imágenes c violencia en los mass media que raramente nos permite enfrent complementos que, inevitablemente, impiden el tiempo neces
3	2	Sobre la elaboración del duelo en terapia familiar	Espina, A., Gago, J., & Pérez, M.	2005		Dialnet Plus	Duelo, terapia, familiar	Artículo de Investigación	En el artículo se realiza un recorrido acerca de la muerte desde d exponen el duelo, fases del duelo. Igualmente se exponen las v que pueden ser diferetes, entre ellas, es el contexto amplio en e significativa, el hecho de que el duelo sea adecuado o no, como circunstancias de la pérdida y otras como la forma de recibir la n otros. Igualmente se habla acerca de las diferentes reorganizaciones qu pérdida.

Matriz de hallazgos - Microsoft Excel

	H	I	J
1	Tipo de documen	Resumen	Conclusiones o Hallazgos
2	Artículo de reflexión	En el artículo se reflexiona sobre la pérdida de la contemplación directa del rostro de la muerte natural en el ser humano dentro de nuestras sociedades posindustriales, y cómo se ha elaborado un sistema de imágenes creadas sobre pantallas que filtran y distancian nuestra construcción mental y emocional de la presencia directa del rostro de la muerte. En la seguridad y la programación con la que pretendidamente vivimos se genera una distancia emocional que hace posible un alejamiento evitando la contemplación directa del acontecimiento de la muerte. Al mismo tiempo tenemos una circulación masiva de imágenes cargadas de representaciones de muertes por violencia en los mass media que raramente nos permite enfrentarnos a la muerte sin adornos, ruidos y complementos que, inevitablemente, impiden el tiempo necesario en cualquier duelo.	Frente a la profusión de imágenes relacionadas con el hecho de la muerte en los medios de comunicación y las pantallas de todo tipo, que es de una naturaleza que tiene que ver con lo narcótico, sin duda para sobrellevar el grado de violencia con el que se presentan en ocasiones, puesto que acaban insensibilizándonos ante cualquier acercamiento a la muerte, necesitamos construirnos una imagen propia y particular del rostro yacente de forma natural, necesitamos de aquello que, pensamos, pertenece a otro orden como son dos ejemplos de una representación del rostro de la muerte natural. (...) Existe una necesidad de distanciar la imagen de la muerte natural, sin violencia, para hacerla nuestra. La pantalla y el lienzo lo posibilita. Esta distancia y la fuga de aquello que se pretende representar es lo que convierte a estas imágenes en necesarias, esenciales. Distanciar no es desconectar porque pretender la negación de la muerte es desconectar de la vida. Son imágenes que nos llevan a pensar el presente mismo de la carne, a vivir el tiempo de la imagen desde su presencia y que no pertenecen ni al orden del tiempo de la memoria ni al orden del tiempo del proyecto.
3	Artículo de Investigación	En el artículo se realiza un recorrido acerca de la muerte desde diferentes autores, por medio de los cuales se exponen el duelo, fases del duelo. Igualmente se exponen las variables que pueden afectar el duelo: se expone que pueden ser diferetes, entre ellas, es el contexto amplio en el que se produce y que esto altera de manera significativa, el hecho de que el duelo sea adecuado o no, como por ejemplo, la edad, el sexo, las causas y circunstancias de la pérdida y otras como la forma de recibir la notificación de la muerte, tipo de muertes, entre otros. Igualmente se habla acerca de las diferentes reorganizaciones que se debe realizar en la familia a partir de una pérdida.	Después del estudio de un caso clínico, se logra ver como el duelo incompleto tiene repercusiones en cada uno de los miembros de la familia. Se identifica, que las intervenciones que favorecen en primer lugar la expresión de sentimientos en torno a la pérdida y, posteriormente, la reorganización familiar para poder funcionar de una manera acorde con el momento evolutivo, permiten resolver el problema presentado y mejorar la salud, entendida como el bienestar físico, psíquico y social, de la familia.
		Es una revisión literaria que permite establecer una relación entre duelo, arte y subjetividad para poder entender	el arte, sea cual sea su categoría, es una acción mediante la cual cuidamos de nosotros mismos pues mediante esta trabajamos aquello que está solamente en nuestro mundo interior y que permite al espectador entender al artista y entenderse a sí mismo.