



UNILA
Universidad Latina

UNIVERSIDAD LATINA
CAMPUS CUERNAVACA
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA

**INCORPORACIÓN A LA UNIVERSIDAD NACIONAL
AUTONOMA DE MÉXICO CON CLAVE 8344-25**

PROPUESTA DE UN TALLER DE ARTETERAPIA PARA ADOLESCENTES
TEMPRANOS DE 11 A 14 AÑOS PARA EL FORTALECIMIENTO DEL
AUTOCONCEPTO.

T E S I S

**PARA OBTENER EL TITULO DE:
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA
P R E S E N T A:**

ALEJANDRA ELIA PEÑA VIDAL

**DIRECTORA DE TESIS:
MTRA. CARMEN DE JESÚS MÁRQUEZ FLORES**

**COMITÉ RECEPCIONAL:
DRA. OLGA MARIA SALINAS AVILA.
MTRO. JAVIER MENDOZA NAJERA.**



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

I. Dedicatoria

A mis padres por su amor incondicional, su fortaleza y resistencia que me ha enseñado a luchar por mis sueños. Gracias por estar y acompañarme en este camino.

A mi hermana por su apoyo y valentía que siempre serán un recordatorio para ser un mejor ser humano.

A mi pareja que me ha acompañado durante todo este proceso con cariño y amor.

II. Agradecimientos

Mis agradecimientos a la institución que me brindó la oportunidad del conocimiento adquirido.

A todos mis maestros que nutrieron mi aprendizaje a lo largo de estos años compartidos.

A mis familiares y amigos que me acompañaron con su escucha y contención en los momentos difíciles.

A las circunstancias y a la vida que me permitieron subirme a este barco y navegar hacia puertos de abundante autoconocimiento.

III. Índice

I. Dedicatoria	I
II. Agradecimientos	II
III. Índice	III
IV. Índice de Tablas y Gráficas	V
Resumen.....	VI
Introducción.....	VII
Capítulo I: Antecedentes de la Investigación.....	1
1.1 Antecedentes	1
1.2 Planteamiento del problema	3
1.3 Preguntas específicas	4
1.4 Objetivos.	4
1.4.1 Objetivo general.....	4
1.4.2 Objetivos específicos.	4
1.5 Justificación	5
1.6 Alcances y Limitaciones.....	6
1.6.1 Alcances de la investigación.....	6
1.6.2 Limitaciones de la investigación.....	6
Capítulo II. Marco Teórico	7
2.1 Características del adolescente en su etapa temprana	7
2.1.1 Características físicas.....	8
2.1.2 Características cognitivas	10
2.1.3 Características psicosociales y emocionales.....	13
2.2 Definición de Autoconcepto.....	16

2.2.1 Conceptualización del autoconcepto.	16
2.2.2 Autoconcepto en adolescentes en edad temprana.....	19
2.3 Conceptualización del Arteterapia y su relación con las Emociones	23
2.3.1 Definición y conceptualización del arteterapia.....	25
2.3.2 El arteterapia y sus efectos en las emociones y en el autoconcepto	28
2.3.3 Los ejercicios o técnicas en arteterapia.....	33
Capítulo III Metodología de la Investigación	38
3.1 Tipo y diseño de investigación	38
3.2 Muestra de la investigación.....	38
3.3 Técnicas e instrumentos de investigación	39
4.4 Procedimiento de la investigación	41
Capítulo IV Análisis de Resultados y Propuesta de Intervención.....	43
4.1 Resultados Sociodemográficos de la muestra.	43
4.2 Resultados de la escala de Autoconcepto Piers Harris.	44
4.3 Análisis de la Entrevista.	55
4.4 Propuesta de Taller de Arteterapia para Fortalecer el Autoconcepto	57
Discusión y Conclusión.	63
Referencias	67

IV. Índice de Tablas y Gráficas

Tabla 1. Se muestra la edad de los sujetos que participaron en el estudio	43
Gráfica 1. Nivel escolar de los participantes	44
Gráfica 2. Nivel de autoconcepto global	45
Gráfica 3. Nivel de autoconcepto global de los alumnos de primero	46
Gráfica 4. Nivel de autoconcepto global de los alumnos de segundo	47
Gráfica 5. Nivel de autoconcepto global de alumnos de tercero	48
Gráfica 6. Subescala de conducta	49
Gráfica 7. Subescala de estatus intelectual y escolar	50
Gráfica 8. Subescala de apariencia y atributos	51
Gráfica 9. Subescala de ansiedad	52
Gráfica 10. Subescala de popularidad	53
Gráfica 11. Subescala de felicidad y satisfacción	54

Resumen

Desde tiempos remotos el arte ha estado ligado a la expresión, al contacto con las emociones y el mundo interno de los seres humanos, le ha brindado alivio, comunicando las verdades esenciales que han sido representadas a través del tiempo por las infinitas miradas. El arte, ha dispuesto al ser humano de preguntas y respuestas, mientras se dirige por el laberinto del autoconocimiento. El trabajo en conjunto del arte y el acompañamiento terapéutico es un camino de vibrante vitalidad, una apuesta que se construye desde lugares de raíz humana, de revolucionaria sanación, de disciplinas terapéuticas que han presenciado la alquimia de la palabra dicha, la palabra nombrada. Es así que, el arteterapia brindará la elaboración de un discurso en el que las ensoñaciones serán conjuradas hacia la realidad mediante expresiones artísticas, convocando al insight por medio de la discusión con el terapeuta dispuesto.

La propuesta del taller de arteterapia aplicado a adolescentes tempranos para el fortalecimiento del autoconcepto tiene como objetivo fomentar herramientas que propicien la construcción de una juventud que, desde edad temprana, comience a contactar con su mundo interno y desarrolle un acercamiento hacia un lenguaje que contribuya al autoconocimiento. El camino hacia el entramado íntimo será la llave de salida ante la desconexión del mundo actual.

Introducción

Esta investigación se inició debido a la inquietud de conocer los beneficios que puede otorgar el arteterapia en los aspectos sociales, educativos y psicológicos en adolescentes, de tal manera que se puedan incorporar cursos o talleres en colegios con temas relacionados al arte. Por lo tanto, para desarrollar la presente investigación se dio inicio con una revisión de los principales antecedentes del objeto de estudio, que se refiere al trabajo del arteterapia aplicado a adolescentes en edad temprana para el fortalecimiento del autoconcepto.

De modo que, en el presente trabajo se presenta el planteamiento del problema, las preguntas específicas, el objetivo general y los específicos, así como la justificación del tema, los alcances y las limitaciones de la investigación.

A continuación, se hace un recorrido por los temas relevantes que competen al objetivo de esta tesis, y que dan cuerpo al marco teórico, iniciando por: las características de los adolescentes en su etapa temprana, haciendo un recorrido por las transformaciones del concepto de la adolescencia, y por el inicio de los cambios físicos, cognitivos, psicosociales y emocionales de esta etapa. Siguiendo con, la definición y conceptualización del autoconcepto y su construcción en la adolescencia, siendo una etapa de crisis en la que se cuestionan constantemente quienes son. Para terminar, con la conceptualización del arteterapia, su relación con las emociones y el autoconcepto en los adolescentes, así como un acercamiento a las técnicas utilizadas en arteterapia.

Ahora bien, en la metodología se plantea un enfoque mixto y tendrá un diseño fenomenológico. Razón por la cual, se aplicó la escala Piers Harris para evaluar el autoconcepto en un grupo de adolescentes de una secundaria privada, además de un cuestionario de preguntas abiertas para conocer los intereses y conocimientos acerca del arteterapia y las artes en general. De tal manera, que a partir de estos resultados obtenidos se dio pauta para la Propuesta de un Taller de Arteterapia para el fortalecimiento de un sí mismo positivo de los adolescentes. Finalmente se plantea la discusión y conclusión de los resultados que se obtuvieron en la investigación.

Capítulo I: Antecedentes de la Investigación

1.1 Antecedentes

A continuación, se realiza un esbozo de las investigaciones que han tenido mayor relevancia e impacto en la problemática que se está abordando.

Una de las primeras investigaciones que compete al tema fue la de Tejeda (2013) quien realizó un estudio con el objetivo de determinar si el programa de arteterapia CRE-ARTE modifica la autoestima en las estudiantes institucionalizadas del hogar Fundaniños. Utilizó la Escala de Autoestima EAE la cual evalúa la autoestima en 9 escalas o rasgos de comportamiento, el instrumento se aplicó previo y posterior a dicho programa. Se destinó a un único grupo constituido por nueve adolescentes entre 12 y 15 años. Concluyendo que, no existe una diferencia estadísticamente significativa entre los resultados del pre test y post test en ninguna de las áreas de la autoestima. Pero sí se muestran cambios cualitativos, uno de ellos fue que las adolescentes cuidaron más de su aspecto personal, expresaron más sus pensamientos y emociones.

Por otro lado, Guerrón (2015) estudió la relación del arteterapia como medio preventivo para el bienestar emocional en los adolescentes. Diseñó y aplicó una guía de estrategias terapéuticas derivadas del arteterapia a adolescentes entre 16 y 18 años los cuales fueron seleccionados entre 30 estudiantes mediante el test de Ansiedad de Beck, formaron un grupo de 10 estudiantes que presentaron ansiedad leve o moderada, como una referencia extra se les aplicó la escala de Ansiedad de Hamilton. Posteriormente se aplicó el test de Sacks para conocer deseos, temores, actitudes y pensamientos, acorde a los resultados finales se seleccionaron los tipos de actividades que se realizarían dentro de la guía para cubrir los puntos débiles de los alumnos. Algunas de estas actividades fueron el collage, trabajo con máscaras, mapa de emociones, auto-retrato, mándala, etc. La intervención se llevó a cabo dos veces por semana con una duración de dos horas cada una, con un total de doce sesiones. En conclusión, los alumnos mejoraron su estabilidad emocional reduciendo su grado de ansiedad a partir de técnicas artísticas que elevaron el potencial creativo, aumentaron el conocimiento de sí mismo, reconocimiento de emociones, fortalecieron el sentido de identidad, el

reconocimiento de fortalezas y debilidades, superación de miedos, alivio de tensión y elevaron la autoestima.

Por otra parte, Paz, Parada (2015) propuso un estudio de caso en una adolescente de 13 años que presentaba dificultades para socializar, expresar emociones o pensamientos, así como actitudes de desprecio, malestar y enojo. Se llevó a cabo una intervención de arteterapia con el objetivo de brindarle un espacio seguro y de contención que le permitiera expresarse libremente. En total se realizaron diez sesiones una vez por semana con duración de una hora por sesión, el enfoque fue directivo, priorizando los temas de autoconocimiento, expresión y contacto emocional. Las técnicas con las que se trabajó fueron collage, pintura y el trabajo tridimensional ampliado. La investigadora relata que en el transcurso de las sesiones hubo un progreso de la expresión respecto a las obras realizadas por la paciente dejando de lado las respuestas monosilábicas y superficiales. Pudo comprobar que el arteterapia es una herramienta muy efectiva para trabajar con un adolescente, más aún si tiene dificultades para expresarse verbalmente.

Otra de las investigaciones relevantes fue la propuesta por Estay- Gutiérrez (2016) quien realizó una intervención arteterapéutica en un grupo de adolescentes con el objetivo de ofrecer un espacio para la exploración y expresión emocional a través de materiales artísticos. La intervención tuvo una duración de 16 sesiones dividida en tres fases: inicial, intermedia y final, que estuvieron enmarcadas en la conformación del grupo, la construcción del vínculo, el desarrollo de las actividades, y el cierre del proceso arteterapéutico. En las conclusiones se abordó aspectos fundamentales para la intervención óptima en adolescentes estos fueron: el rol de la o el arteterapeuta, la adolescencia y el arteterapia, los materiales y obras, el juego, el registro, setting y el arteterapia grupal.

Por otro lado, Céspedes (2021) realizó una revisión sistemática de ocho investigaciones efectuadas en el entorno escolar que utilizaran herramientas de arteterapia, con el objetivo de identificar si las intervenciones arteterapéuticas en la escuela traían beneficios en la salud mental de los niños y adolescentes. Para analizar los resultados se siguió la declaración PRISMA que permitió examinar los resultados con objetividad. Confirmó que el arteterapia mejora la autoestima, las habilidades emocionales, desarrolla la resiliencia. Propuso que

existan más programas de arteterapia en las escuelas ya que puede ser un medio para promocionar la salud mental.

Esta investigación pretende contribuir a hacer visible el trabajo arteterapéutico como una forma para experimentar ejercicios que fortalecen el autoconocimiento y la introspección de los adolescentes.

1.2 Planteamiento del problema

El trabajo arteterapéutico favorece la mirada del sí mismo, que se va plasmando a lo largo de las actividades, se puede tener un contacto más auténtico con lo que está dentro, con lo intangible que se va construyendo a partir de las imágenes que se cimientan con las herramientas plásticas.

Fortalecer la imagen del sí mismo mediante elementos creativos de arteterapia tiene ventajas tanto cognitivas como emocionales que permiten un desarrollo equilibrado y atento a las demandas que el mundo exige, priorizando la inteligencia emocional para un aprovechamiento de los conocimientos intelectuales.

El arteterapia juega un papel relevante en el desarrollo del autoconcepto en los adolescentes debido a que las técnicas plásticas permiten ser un vehículo de comunicación entre los jóvenes y el terapeuta permitiendo un espacio de contención que da lugar a la expresión y canalización de los procesos que se desenvuelven en esta etapa. El arteterapia al ser una fuente creativa, flexible y dinámica reduce los mecanismos de defensa facilitando que los adolescentes se desenvuelvan y contacten poco a poco con ellos mismos.

Los cambios en la adolescencia suelen ser abrumadores, provocando que los adolescentes se encuentren en situaciones de riesgo mayormente aquellos que no cuentan con un espacio de expresión y contención. Así mismo, la multiplicidad de estímulos y distractores que el mundo moderno tiene producen confusión en la imagen que se está formando en esta etapa. Provocando patologías como la depresión ante las expectativas imposibles de alcanzar, exponiéndose a alternativas que produzcan sensaciones de placer inmediato que aparentemente contienen la felicidad. Los adolescentes son vulnerables y necesitan un

espacio de expresión y escucha ante sus dudas y miedos. Es de vital importancia prevenir factores de riesgo y propiciar las herramientas que los impulsen a estar más seguros de sí mismos y una de esas herramientas puede ser el arteterapia. Por ende, surge el siguiente planteamiento de problema de investigación: ¿De qué manera el arteterapia fortalece el autoconcepto de los adolescentes tempranos?

1.3 Preguntas específicas

A continuación, se muestra las preguntas específicas que se determinaron a partir del planteamiento del problema de investigación:

- ❖ ¿De qué manera se define el arteterapia y cómo puede fortalecer las emociones en los adolescentes?
- ❖ ¿Cómo se define el autoconcepto y cómo se puede relacionar con el arteterapia en los adolescentes?
- ❖ ¿Cuál es la percepción que tienen los adolescentes sobre las disciplinas artísticas?
- ❖ ¿Cuál es el autoconcepto que tiene un grupo de adolescentes entre 11 y 14 años?
- ❖ ¿Se puede proponer un taller de arteterapia para fortalecer el autoconcepto en adolescentes tempranos?

1.4 Objetivos.

1.4.1 Objetivo general

Proponer un taller de ejercicios arteterapéuticos a través de la revisión documental que fortalezca el autoconcepto de los adolescentes tempranos (de 11 a 14 años).

1.4.2 Objetivos específicos.

- ❖ Describir qué es el arteterapia y cómo influye en el autoconcepto de los adolescentes tempranos (de 11 a 14 años).
- ❖ Definir qué es el autoconcepto y de qué manera se desarrolla en la adolescencia.
- ❖ Realizar un estudio descriptivo sobre la percepción del arteterapia y el autoconcepto que presentan un grupo de jóvenes adolescentes entre 11 y 14 años.

- ❖ Proponer un taller de arteterapia a través de la revisión documental que fortalezca el autoconcepto en adolescentes tempranos (de 11 a 14 años).

1.5 Justificación

La adolescencia es una etapa de transición del desarrollo humano, que abarca tanto cambios hormonales y físicos como cognitivos, emocionales y sociales. Siendo un momento de crecimiento, de oportunidades y de riesgos. Es el inicio de la consolidación de la personalidad en donde se adquiere un sentido del sí mismo que se ve reflejado en gustos, formas de ser y actuar.

La pandemia por COVID-19 ha propiciado un estado de alerta en la salud mental de los adolescentes que se encuentran separados de sus pares, provocando una menor interacción, socialización e identificación que les permita un desarrollo efectivo de la personalidad. Algunos estudios han arrojado niveles de ansiedad, depresión o falta de motivación en los adolescentes, así como una percepción negativa del futuro, debido al confinamiento que la crisis actual ha manifestado.

Existen en el área de la psicología varios procesos terapéuticos que pueden fortalecer las emociones en los adolescentes de tal manera que puedan ayudar a la autoestima y el autoconcepto. Se conoce que el arteterapia es una herramienta de autoconocimiento, la cual mejora el bienestar físico, mental y emocional de las personas de todas las edades.

Una de las definiciones del arteterapia es la que realiza Bassols (2006), “El arteterapia es un acompañamiento y una ayuda a la persona en dificultades sociales, educativas, personales, de tal manera que el trabajo realizado a partir de sus creaciones plásticas, sonoras, dramáticas, teatrales, escritas, generen un proceso de transformación de sí misma y le ayuden a integrarse en sus grupos de referencia social, de una manera crítica y creativa”.

La presente investigación pretende hacer una recopilación de ejercicios arteterapéuticos que fortalezcan el autoconcepto, que servirá de guía para la implementación asertiva en adolescentes tempranos que requieren de un espacio de contención y expresión ante los cambios que los atañen.

1.6 Alcances y Limitaciones

A continuación, se presentan los alcances y limitaciones de la investigación.

1.6.1 Alcances de la investigación

En primera instancia se realizó un análisis de conceptos y definiciones, y posteriormente se presentó un análisis del nivel de autoconcepto de un grupo de adolescentes en etapa temprana con la ayuda de una escala psicológica y algunas entrevistas para indagar los conocimientos acerca del arteterapia y las artes en general. A partir de esto el alcance que se obtuvo fue confirmar la necesidad de desarrollar una propuesta de un taller de ejercicios arteterapéuticos con la finalidad de fortalecer el autoconcepto de adolescentes tempranos.

1.6.2 Limitaciones de la investigación

A continuación, se muestran las limitaciones que puede tener esta investigación:

- ❖ Escasa información documental del problema de investigación.
- ❖ La situación actual debido a la crisis por COVID-19 que limita la aplicación presencial del taller de ejercicios de arteterapia para el fortalecimiento del autoconcepto en adolescentes entre 11 a 14 años.
- ❖ Los instrumentos no se pudieron aplicar de manera presencial debido a la pandemia de COVID-19, pero esta dificultad se solventó con la ayuda del Formulario de Google para la realización de las ligas electrónicas pertinentes de cada instrumento, las cuales se hicieron llegar a cada sujeto de manera ordenada y confiable.

Capítulo II. Marco Teórico

2.1 Características del adolescente en su etapa temprana

Se dará inicio a este marco teórico haciendo un recorrido por los conceptos y características que los adolescentes en edad temprana presentan, por tal motivo y para dar una introducción al tema, se realizará una reflexión acerca de la evolución a través de los años del término de la adolescencia.

En la antigüedad el tránsito entre la infancia y la adultez era procesado a partir de los rituales de iniciación. En la época industrial se denominaba adulto a cualquiera que tuviera la capacidad física para ser productivo económicamente. En la actualidad se percibe a la adolescencia como una invención occidental, que no recibe otra consideración que la instrucción escolar. Una de las críticas acerca de esto es que se ha dado mucha más relevancia al desarrollo cognitivo que a la búsqueda de la identidad y la construcción de la personalidad madura. Sin embargo, darle un espacio y un lugar auténtico y relevante en el desarrollo humano ha permitido aproximarnos a los procesos físicos, psicológicos, sociales, entre otros, por los que se atraviesa en esta etapa y no darle exclusiva importancia al desarrollo físico, que crea diferencias entre los adolescentes de los niños catapultándolos directo al mundo adulto. (Aguirre, 2009)

Hay que destacar que hoy en día, es impensable no darle un lugar a esta etapa del desarrollo, no darle la importancia a sus procesos, características y exigencias, que a través de la ciencia se nos han revelado. Pero es una realidad que no en todos los tiempos y los lugares la adolescencia se percibe de la misma manera. Para las culturas que conservan sus creencias y costumbres han mantenido, gracias a su intuición la importancia de despedir a la niñez y colocar a los adolescentes en edad temprana en un lugar distinto dentro de su comunidad, iniciándose en alguna tarea que vaya formando su camino hacia la adultez, la ritualidad les permite tener otra mirada. Sin embargo, la globalización y la constante interconexión a disuelto notoriamente las diferencias entre los adolescentes de diferentes culturas. Por otro lado, en occidente a pesar de toda la información acerca de este momento crucial de la vida se sigue priorizando los procesos cognitivos, que favorecen a la

productividad y el consumo más que a la mirada del sí mismo y la construcción de una sociedad con ideas renovadoras de individuos autónomos y felices. (Papalia, et al. 2009)

A este concepto relativamente nuevo dentro del desarrollo humano se le define como una fase del desarrollo intermedia entre la infancia y la edad adulta, por lo tanto, es un momento de crecimiento, como indica la etimología de la palabra: *adolescere* significa “crecer”. (Ander-Egg, 2016)

El crecimiento o desarrollo de los adolescentes abarca un amplio intervalo de tiempo, por tal razón se han establecido tres subetapas que permiten la especificación de los procesos y las conductas que cada año de vida contiene:

- Adolescencia temprana aproximadamente entre los 10-14 años.
- Adolescencia media, entre los 15-18 años.
- Adolescencia tardía o juventud, a partir de los 18 años.

El final de la adolescencia varía para diversos autores, algunos apuntan a los diecinueve años, otros a los veinticinco y para otros más y debido a la situación contemporánea remiten que la adolescencia termina en el momento que los jóvenes se vuelven independientes económicamente acompañado de los hitos referentes a la madurez, apuntando al término de la adolescencia a partir de los treinta años. (Aguirre, 2009)

Considerando que la adolescencia es un fenómeno que ha propiciado un cambio de paradigma en el desarrollo humano, que implica cambios fisiológicos, cognitivos, psicosociales y emocionales, se debe complementar a estas múltiples esferas para un entendimiento integral del trabajo con adolescentes.

2.1.1 Características físicas.

El siguiente punto trata de las características físicas de los adolescentes en edad temprana. Es en esta primera etapa (entre los 10 y 11 años) en que las diferencias corporales casi imperceptibles entre niñas y niños se desvanecen y los primeros indicios de figuras más juveniles y maduras comienzan a formarse. A este proceso de cambios orgánicos se le llama pubertad.

La pubertad es un proceso muy importante, ya que es la etapa de la activación de las funciones sexuales. Etimológicamente su significado es edad viril, por lo tanto, es específicamente el inicio de la maduración fisiológica de reproducción, los cambios corporales son las primeras características que se presentan y producen el desarrollo y la activación de los siguientes procesos de maduración. El cuerpo infantil se transforma y los cuestionamientos y sensaciones nuevas a través de estos cambios se manifiestan.

Este inicio de la fertilidad, ocurre a partir de la producción hormonal característica de evocar los cambios del cuerpo. Como es bien sabido las hormonas funcionan como mensajeros químicos, que viajan a través del sistema circulatorio llegando a cualquier tejido o célula modificándolo o alterando su funcionamiento. Esto sucede a través del sistema endocrino, que está constituido por un conjunto de glándulas que se encargan de secretar dichas hormonas. Es así que la activación sexual o pubertad se debe a un conjunto de hormonas que se liberan en estos años de vida. (Escuredo, 2002)

A las hormonas que se encargan de producir estos cambios se les llama hormonas sexuales o gonadotropinas y son liberadas en el cerebro, específicamente en el hipotálamo y la hipófisis. Las gonadotropinas hacen un recorrido a través de la sangre hasta llegar a las gónadas, que en los niños se encuentran en los testículos y en las niñas en los ovarios provocando la menstruación y en los varones la secreción de testosterona y androstenediona. (Papalia, 2017)

Para que el cuerpo pase por este proceso se produce un momento en el desarrollo previo a los años de la pubertad, llamado adrenarquia que es la maduración de las glándulas suprarrenales, y es aquí donde se presentan los primeros indicios de crecimiento y preparación del cuerpo para la siguiente etapa que es la gonadarquia, que da inició al activarse las funciones reproductoras. El aumento de la producción de andrógenos en específico, de la testosterona en los testículos de los niños, estimulan el crecimiento de los genitales, la masa corporal y vello corporal, así como el cambio de voz y se produce la primera eyaculación, y en las niñas produce el crecimiento del clítoris, los huesos, el vello púbico y axilar. De igual forma la secreción de estrógenos que aumenta en los ovarios de las niñas, estimula el crecimiento de los genitales femeninos, así como el desarrollo de senos, vello púbico y

también axilar. En ambos sexos se encuentra el mismo tipo de hormonas, sin embargo, los niños cuentan con un elevado nivel de andrógenos y las niñas de estrógenos. (Papalia, 2009)

De igual manera en esta etapa habrá un acelerado crecimiento óseo, que se puede observar directamente en las extremidades y el cuello respecto al tronco. En los adolescentes varones se empieza a notar el ensanchamiento de los hombros, se vuelven más delgados y angulosos al mismo tiempo que aumenta su masa corporal y para las adolescentes se produce un aumento en la región pélvica, existe un aumento de tejido adiposo subcutáneo, especialmente notorio en caderas, muslos, glúteos, pechos y antebrazos, la piel se vuelve más gruesa y la mayor actividad de las glándulas sebáceas pueden llegar a producir espinillas, puntos negros y acné. La relación de las diferencias corporales entre hombres y mujeres se debe a la preparación para las necesidades de la función reproductora. Algunos autores sostienen que la cantidad de grasa corporal es la responsable de la activación de la pubertad, otros ponen énfasis en la genética, así como en la nutrición, los factores ambientales y el estado de salubridad. (Aguirre, 2009)

A las características que involucran la maduración de los órganos sexuales se les denomina características sexuales primarias en cambio las características sexuales secundarias tienen que ver con el desarrollo corporal y no involucran de manera directa a los órganos sexuales.

Por lo que se refiere al desarrollo del cerebro, en esta etapa se encuentra elaborando cambios impresionantes para las estructuras cerebrales, que se ven involucradas en las emociones, el juicio, la organización de la conducta y el autocontrol, de igual manera la plasticidad del cerebro en la adolescencia, permite aprender y desarrollar nuevas conexiones neuronales por lo que se habla de que es un momento para experimentar diversas actividades que marcarán el curso de la juventud y la vida adulta. (Papalia, 2017)

2.1.2 Características cognitivas

La cognición es la capacidad humana de conocer el mundo a través de los sentidos, estos sentidos están dotados de células sensibles a los estímulos internos o externos del ambiente y son percibidos debido a la interconexión del sistema nervioso, que se encuentra en la

totalidad del cuerpo humano. Por lo tanto, la cognición permite la organización de la información que percibimos y adapta la conducta y los pensamientos a esos datos. Para el desarrollo de la cognición, los seres humanos pasan por diferentes etapas o estadios en que se van aprendiendo y adquiriendo nuevas estructuras que van construyendo un pensamiento más lógico y formal. Estas etapas o estadios dependen unas de las otras y se complementan, sin embargo, no se puede acceder a ellas sin la maduración física adecuada para cada edad. Es por tal motivo que los contenidos académicos están destinados de acuerdo a los años en que la maduración cognitiva y física permiten el entendimiento de los símbolos y los conceptos. (Aguirre, 2009)

Para Piaget y su teoría del desarrollo cognoscitivo, el ser humano pasa por cuatro estadios:

- Estadio Sensorio-Motor (0-2 años aproximadamente).
- Estadio Preoperatorio (2-7 años aproximadamente).
- Estadio de las Operaciones Concretas (7 a los 11 años aproximadamente).
- Operaciones Formales (11 años en adelante).

Como podemos ver, la etapa de las operaciones formales coincide con la edad en la que la pubertad se presenta. Aunado a todos estos cambios físicos, es claro que los pensamientos también se encuentran en una adaptación y evolución. El estadio de las operaciones formales, es el despertar del pensamiento abstracto, el conocimiento que se da a través de los sentidos, pasa a un nivel secundario para dar paso a la expansión de un razonamiento del mundo de lo posible, es el momento de la identificación con ideologías, la creación de utopías, el pensamiento deductivo, sistemático e hipotético. (Piaget & Inhelder, 1975 citado en Dorr, 2005)

Vale la pena destacar que algunas de las características fundamentales acerca de esta etapa es que los adolescentes son idealistas y rebeldes, conciben e integran a la realidad con una nueva perspectiva y esto se da a partir de la formación de las estructuras de pensamiento abstracto, que les permite entender al mundo desde lo posible, desde lo utópico, desde las ideas y la capacidad de planificar, imaginar, construir nuevas soluciones para modificar la realidad, perciben todo con una nueva visión, algunos lo llamarían un segundo nacimiento,

es un momento de oportunidad en que las habilidades intelectuales se encuentran en su máximo desarrollo.

Así mismo, para Piaget la elaboración de las operaciones formales está acompañada por la capacidad de razonamiento hipotético-deductivo, que le permite dar solución desde problemáticas cotidianas, hasta problemáticas de índole ideológicas, por lo tanto, es la capacidad de poner a prueba hipótesis, que le permite eliminar las ideas falsas de las verdaderas, a partir de la deducción y poniéndolas a prueba. Para Piaget, la maduración cerebral en los adolescentes es fundamental para la adquisición de estos cambios, al igual que propiciar un ambiente de oportunidades, culturales y educativas para que el adolescente transite por estos estadios de manera óptima. (Papalia, 2017)

Tomando en cuenta lo anterior, sabemos que el cuerpo y mente de los adolescentes conviven día a día con la novedad de diversos cambios, una ebullición de sentimientos, pensamientos, interrogantes y sueños, están mezclados junto a un caldo de hormonas, la vida se está manifestando en su máxima expresión. La adolescencia es una etapa de torbellino de posibilidades, de crecimiento y expansión, brindar en esta etapa espacios de recreación que propicien el autoconocimiento, el desarrollo de sus capacidades y talentos sería una misión con demasiada justificación e importancia.

Como ya se ha mencionado la base de la construcción de este nuevo razonamiento se da a partir de la organización de los datos que los sentidos han ido proporcionando a lo largo de los años y de las experiencias vividas a partir de la propia historia individual. Además, es importante recalcar que no se desvanecen los esquemas anteriores por los que se transitó en los diferentes estadios, el adolescente en su individualidad va construyendo una compleja red de vivencias que han construido esquemas sensomotores, cognitivos y de operaciones lógicas que le permite acceder a una de las principales tareas que el adolescente lleva a cabo. Y que es la capacidad de ser independiente de aquello que los sentidos le proporcionan, apuntalando a un pensamiento formal y lógico que permite acceder a la estructura que rige al mundo adulto y que permite entender el funcionamiento de las ciencias. (Aguirre, 2009)

Así pues, el pensamiento de los adolescentes es un tema complejo debido a los diversos cambios que van emergiendo y por los que se está atravesando en esta edad. Es indudable

que el conocimiento es adquirido por una serie de elementos corporales, culturales, sociales, educativos, a los que los adolescentes se encuentren expuestos, todas estas actividades producirán conocimientos nuevos y el conocimiento será una herramienta fundamental para los retos que la vida adulta presenta.

2.1.3 Características psicosociales y emocionales

La teoría psicosocial de Erikson abarca todo el ciclo vital humano, en los conceptos que se refieren al desarrollo de la adolescencia se destaca el concepto de identidad. Erikson se centra en el ego como unidad unificadora que asegura la coherencia del comportamiento de la persona, por lo tanto, su teoría es una propuesta de la evolución del ego a través del ciclo vital, sostiene que más que la biología es la sociedad la que guía al individuo en sus elecciones.

Para el estudio del ego en la totalidad del ciclo vital, Erikson postula ocho fases del desarrollo, en las cuales los individuos pasan por crisis de índole psicosocial, propone que el progreso de cada estadio será determinado por los éxitos o fracasos en los estadios anteriores. (Ortiz, s/a)

1. Infancia: confianza vs desconfianza (nacimiento a 1.5 años)
2. La Niñez: Autonomía vs vergüenza y duda (1.5 a 3 años)
3. La edad del juego: Iniciativa vs culpa (3 a 5 años)
4. La edad escolar: laboriosidad vs inferioridad (5 a 13 años)
5. La adolescencia: identidad yoica vs confusión de roles (13 a 21 años)
6. Adulthood joven: intimidad vs aislamiento (21 a 40 años)
7. La madurez: Generatividad vs difusión de la identidad (40 años a 60 años)
8. La vejez: integridad vs desesperanza (60 años hasta la muerte)

Para Erikson y su teoría psicosocial las etapas que competen a las edades cronológicas del inicio de la adolescencia son la etapa cuatro, laboriosidad vs inferioridad y la etapa cinco, identidad yoica vs confusión de roles, que se refieren a:

- En la etapa cuatro, la crisis psicosocial que presenta es, laboriosidad vs inferioridad (5 a 13 años), es una etapa en que generalmente el niño inicia la vida en el ámbito académico y le permitirá obtener y desarrollar habilidades de conocimiento escolar. El inicio escolar formal va de la mano con la convivencia de un grupo de iguales y se espera que el niño sea capaz de jugar y colaborar de manera positiva con este grupo. La convivencia con sus iguales desembocará en sentimientos de comparación y confrontación pudiendo resultar en sentimientos de inferioridad e inadecuación. Para Erikson el tránsito por esta etapa tendría que resultar en la capacidad para emplear habilidades en tareas culturalmente relevantes.
- En la etapa cinco, la crisis psicosocial que se presenta es, identidad vs confusión de roles (13 a 21 años), es una etapa de cambios corporales acelerados e inician los nuevos roles que la sociedad demanda en estos años, hay un desafío de identidad, los adolescentes se enfrentan a la pregunta de saber quiénes son, esta es la tarea que se espera lograr en esta etapa. El adolescente deberá asumir los nuevos compromisos que se le demandan en su nuevo rol y esto puede ocasionar confusión por la necesidad de tomar decisiones. Para Erikson la superación óptima de esta etapa resulta en obtener la cualidad de la fidelidad. (Ortiz, s/a)

Por lo tanto, para Erikson la inserción en el ámbito escolar impacta en la construcción de la identidad del adolescente debido a la socialización y retos que la convivencia con sus iguales implica. El mundo académico impacta no solo en el aspecto cognitivo como lo vimos anteriormente sino también en el aspecto psicosocial, debido al contacto con el exterior y la sociedad. De igual manera el tránsito de una posición infantil a una con responsabilidades más adultas causa ambigüedad a la hora de posicionarse en el ámbito social. (Aguirre, 2009) Para el psicoanalista Octavio Fernández Mouján, especializado en adolescencia señala que en la etapa temprana de los adolescentes la crisis se centra en el cuerpo. (Mosso & Penjerek, 2010) Es así que los cambios morfológicos de la pubertad, ponen de manifiesto la relevancia del proceso adaptativo que los adolescentes van adquiriendo acerca de su nueva imagen corporal, de igual manera inicia el proceso de separación con la familia que produce los primeros conflictos, se vuelven impulsivos y experimentan rápidos cambios de humor. (Moreno, 2007)

Para la psicología y el punto de vista social enmarcan a la adolescencia como una época de la vida en la que las relaciones afectivas de amistad y amor con sus pares adquieren gran importancia. Están en la búsqueda de conocerse a sí mismos, de ser interesantes para otros adolescentes y para su medio en general. Desafían a sus padres y a las figuras de autoridad debido a la búsqueda de la conquista de la autonomía y la independencia, es por esto que las reglas antes acatadas son quebrantadas provocando conflictos. La adolescencia puede ser una etapa crítica en la que las preocupaciones, dudas e inseguridades se encuentran a flor de piel, sin embargo, también representa un momento de conquistas en el que los adolescentes desarrollan habilidades que les abren el camino hacia encontrar un lugar dentro de la sociedad y aportar una perspectiva renovadora de la misma. Es por esto que los adolescentes deben sentirse parte de la sociedad a la que pertenecen, deben contar con la atención y protección que requieren, de igual manera se debe complementar esta importante etapa con herramientas adecuadas que estimulen su creatividad, curiosidad y sus ganas de tener una participación activa. (Mora, 2011)

Es así que las múltiples áreas del desarrollo que convergen en esta etapa son de importante relevancia para enfrentar su principal tarea, que es la consolidación de la identidad, que incluye a la sexual, que se definirá hasta la adultez, y que se construye a partir de la infancia vivida y las nuevas experiencias que emergen. (Papalia, et al, 2009)

La adolescencia sería un estado de reconocimiento, una búsqueda de lo que se quiere ser, una construcción de nuevas formas de ver la vida, un llamado al autoconocimiento, un primer paso hacia la vida adulta. Un estado entre el duelo de la infancia vivida y la angustia de los nuevos procesos que se están experimentando. Será que la adolescencia es un remolino de cambios que permiten desarrollar nuevos caminos, que pueden ser diversos y dependen del contexto y los estímulos a los que los adolescentes están inmersos. Es una realidad, que la crisis actual que provocó la pandemia, el aislamiento y la digitalización forzada han impedido la socialización y expansión de nuevas experiencias que contribuyan a un desarrollo de bienestar en los adolescentes.

2.2 Definición de Autoconcepto

2.2.1 Conceptualización del autoconcepto.

La Real Academia Española, (2014) define al autoconcepto como: “opinión que una persona tiene sobre sí mismo, que lleva asociado a un juicio de valor”. El autoconcepto es un término que se utiliza para referirse a la acción de cómo cada individuo se percibe, piensa y se evalúa a sí mismo de manera consciente. Es la construcción de la imagen mental que cada persona tiene y cree de sí misma. Esta imagen se forma a partir de la interacción con los estímulos y percepciones del mundo en el que el sujeto se encuentra inmerso, por lo tanto, va a nutrirse de varios factores, la cultura, la sociedad, el colegio, los amigos, la familia etc., básicamente de todo el contexto que rodea al individuo, incidiendo en mayor medida las personas cercanas e importantes de cada sujeto.

La conceptualización del autoconcepto surge y se desarrolla a partir de una multiplicidad de disciplinas tales como la filosofía, el psicoanálisis, la psicología, entre otras. Por lo tanto, podemos encontrar diversos términos que son homólogos a él, por ejemplo: el Yo, el Sí mismo, el Self, el Ego, la identidad etc.; y otros tantos que son parte de él y que lo complementan como, la autoestima, la autoimagen, la autopercepción, el autoconocimiento, la autovalía, etc. Por tal motivo es complicado el seguimiento epistemológico del concepto.

Por lo que se refiere a la filosofía, Platón fue el que inició el estudio del *Self* entendido como alma. Aristóteles, en el siglo III a. C., es el primero que hace una descripción sistemática de la naturaleza del yo. Sin embargo, va a ser San Agustín, el que describa un primer atisbo de introspección de un *Self* personal. Durante la edad media, la cuestión del conocimiento del *Self* permaneció en manos de los pocos pensadores que subsistieron en el vacío cultural de la época. Más tarde, con el renacer cultural de Europa del siglo XVII, el concepto de *Self* se reflejaría en el pensamiento de Descartes, Hobbes, y Locke. (Musitu, 1987, citado en Cazalla-Luna, 2013, pág. 51)

Para el psicoanálisis, Freud propone en su segunda tópica de la estructura del aparato psíquico, Ello, Yo y Súper Yo, que el “Yo” se refiere a la instancia psíquica que se encarga de regular los estímulos provenientes del exterior (la realidad) y las pulsiones internas. El Yo

se entiende como la representación que el individuo tiene de sí mismo a partir de la integración del Ello que se refiere a la energía proveniente de los órganos internos (pulsiones) y al Súper Yo, que hace referencia a la interiorización de normas y valores que vienen del mundo exterior. Es así que el Yo procuraría a las necesidades básicas emocionales y pulsionales un cumplimiento de acuerdo a las exigencias de la realidad y las restricciones provenientes del Súper Yo.

En cuanto a la psicología, el filósofo y psicólogo William James (1842-1910), da inicio al estudio sistemático de la conciencia de sí mismo y la identidad personal. Publicando en 1890, su obra titulada, “Principios de psicología”, convirtiéndose en un referente para los autores que abordarían el tema del sí-mismo. Posteriormente, el Self o sí-mismo, según Carls Rogers se desarrolla a partir del primer contacto que existe con las cosas y que va a resultar en experiencia o conciencia. Es así que las percepciones e imágenes que se experimentan como propias le darán sentido al individuo, edificando al sí-mismo e impactando directamente en la personalidad. Para Rogers, los individuos tienden a dirigirse hacia lo constructivo, la autorrealización y la maduración. De igual manera sostiene que a mayor aceptación y comprensión se provoca una disminución de los mecanismos de defensa que no favorecen la maduración del sujeto. Es así que Rogers reconoce a la naturaleza relacional del sí-mismo, convirtiéndola en el propio instrumento terapéutico. (Rogers, 1982 citado en Gianello, 2017)

Torres (2003 citado en Madrigales, 2012), argumenta que el autoconcepto es quizá uno de los conceptos más importantes en la vida, se considera una característica propia del individuo, ya que involucra juicios que le permiten reconocerse, conocerse y definirse; es decir cada elemento del autoconcepto forma parte de la razón ser o estar. Sin embargo, se ha llegado a encontrar una amplia gama de enfoques que tratan de aterrizar una definición. (pág. 9)

El conocimiento del propio ser es uno de los principales cuestionamientos que atañe a los seres humanos. Se podría decir que el ser humano está tan cerca y tan lejos de descubrir la esencia fundamental de este tránsito vital, de esta experiencia corpórea. Tener este

concepto como base del crecimiento y desarrollo podría dirigir la mirada hacia un lugar más auténtico de ser y estar.

El autoconcepto se considera una necesidad humana profunda y poderosa, básica para la vida sana, con un buen funcionamiento y para la autorrealización. Está relacionado con nuestro bienestar en general. Muchos de los problemas psicológicos actuales como la depresión o los malos tratos conyugales se relacionan con un autoconcepto bajo o defectuoso. (Vera y Zebadúa, 2002 citado en Cazalla-Luna, 2013, pág. 44)

Es así que un autoconcepto positivo está ligado a un concepto global de bienestar y un autoconcepto negativo puede ser la fuente de múltiples confusiones e inestabilidades que dirijan al sujeto a una patología o malestar. Tener la posibilidad de contribuir a la construcción de una estructura de personalidad con mayor conciencia de su entorno y la afectación que esté produce en su propio ser, apuntalando el discurso o la mirada del sujeto hacia su propia empatía, hacia la deconstrucción de su discurso interno, que tuvo raíz en múltiples discursos y que resonaran en el inconsciente hasta que algo distinto se proponga hacer y ser.

García (2013) propone que el autoconcepto es una realidad psíquica muy compleja y dentro de lo que es autoconcepto general se distinguen otros autoconceptos más concretos que se refieren a áreas específicas de la experiencia y que se relacionan a continuación:

- **Autoconcepto físico:** La percepción que uno tiene tanto de su apariencia y presencia físicas como de sus habilidades y competencias para cualquier tipo de actividad física.
- **Autoconcepto académico:** El resultado de todo el conjunto de experiencias, éxitos, fracasos y valoraciones académicas que el alumno tiene a lo largo de los años escolares.
- **Autoconcepto social:** Consecuencia de las relaciones sociales del alumno, de su habilidad para solucionar problemas sociales, de la adaptación al medio y de la aceptación de los demás.

- **Autoconcepto personal:** Incluye la percepción de la propia identidad y el sentido de responsabilidad, autocontrol y autonomía personales.
- **Autoconcepto emocional:** se refiere a los sentimientos de bienestar y satisfacción, al equilibrio emocional, a la aceptación de sí mismo y a la seguridad y confianza en sus posibilidades. (pág. 244)

Por otro lado, es importante dentro de la conceptualización del autoconcepto distinguirlo de la autoestima. Mientras que el autoconcepto se relaciona con la parte cognitiva del sujeto, la autoestima se enfoca en la parte valorativa y afectiva. Es decir, el autoconcepto se relaciona con las ideas (pensamientos) que cada persona tiene de sí misma, en cuanto al autoestima se refiere a la estima o el amor (sentimientos) que la persona siente por sí misma. (Cazalla-Luna, 2013)

Así pues, el autoconcepto será el resultado de un proceso lleno de múltiples experiencias, personales y sociales, así como, de los comentarios y la valoración de su núcleo familiar, el reconocimiento de sus éxitos y el manejo del sentido del fracaso. Por lo cual el entorno en el que se desarrolla el niño o el adolescente serán fundamentales para un óptimo desarrollo del autoconcepto. En definitiva, el autoconcepto se construye poco a poco a partir de las múltiples esferas y percepciones con las que el sujeto se encuentra directamente relacionado a lo largo de su vida.

2.2.2 Autoconcepto en adolescentes en edad temprana

En efecto, el autoconcepto no es innato, sino que se va formando a partir de la interacción con todos los estímulos a los que el individuo se encuentra expuesto a lo largo de su vida. De igual manera que los múltiples factores que conforman el desarrollo del ser humano, el autoconcepto está en continua maduración, no es el mismo en ninguna etapa, y sin embargo las experiencias de cada etapa van a impactar directamente en él. Uno de los primeros momentos en que se puede identificar la evolución de una conciencia del sí mismo, es a partir de los 7 u 8 años de edad, los niños de estas edades pueden dar cuenta de los aspectos en los que se sienten más aptos y en los que no, tienen una visión más amplia de ellos mismos y de las cosas que son relevantes para ellos. (Papalia, 2009)

Las diferentes dimensiones o áreas del autoconcepto y su importancia en la elaboración del propio sentido personal, se encuentran fuertemente relacionadas con la edad de los individuos. Un ejemplo de ello lo constituye el hecho de que mientras en las primeras edades los niños reconocen su necesidad de los padres para su supervivencia, en la adolescencia tiene mayor importancia los iguales y el logro de la independencia familiar. (Cazalla-Luna, 2013, pág. 45)

Así pues, el inicio de los cambios físicos de la pubertad y por ende el despertar de las funciones sexuales, estará relacionado con un desequilibrio en la psique infantil, provocando una confusión interna que los llevará a romper los lazos emocionales con la familia, buscando nuevos objetos amorosos. Es decir, las nuevas sensaciones corporales, producirán el alejamiento de las figuras primarias y la necesidad de nuevas figuras con las que identificarse y amar. Además, y debido a los cambios que el cuerpo presenta, deben enfrentarse a una nueva imagen de sí mismos y claramente a una posición de un cuerpo sexual. Es así, que se abre la brecha entre el mundo infantil y el mundo adulto, esto suele ser abrupto produciendo un sentimiento de despersonalización y extrañeza, esto se debe a que el mundo del adolescente es nuevo, todas sus sensaciones son nuevas, las cosas que pensaba de su alrededor tienen otra mirada, otra perspectiva, se enfrenta a la difícil tarea de saber qué está pasando con él o con ella, se enfrenta a una crisis de identidad, que los lleva a cuestionar su propia individualidad, empiezan a descubrir su Yo, desde otra conciencia. (E. Fernández, citado en Aguirre, 2009)

Alcaide 2009 (citado en Cazalla-Luna, 2013) considera que la adolescencia se diferencia de otros períodos evolutivos por su característica crisis de identidad. En este periodo, con frecuencia los jóvenes intentan responder a preguntas tales como ¿Quién soy?, ¿Qué haré con mi vida? Y otras muchas de contenido autorreferente. Este cuestionamiento interno se manifiesta en el intento del joven por desarrollar nuevos roles, identificación de preferencias ocupacionales y, especialmente, en el intento por conseguir la independencia familiar y de otros adultos significativos. La primera tarea del adolescente es el desarrollo del sentido de la propia identidad, lo cual aporta integración y continuidad al yo. (pág. 45)

Como se ha dicho, el autoconcepto en la adolescencia se caracteriza por una crisis normativa de identidad, es decir, esta crisis de identidad es parte de los conflictos que esta etapa del desarrollo presenta. “El adolescente reconoce que no es lo que era, e ignora lo que será. Y ante esta situación emprende una ansiosa búsqueda de su identidad personal. Quiere saber quién es y hacia dónde va”. (Aguirre, 2009, pág. 173)

De modo que, los adolescentes pasan por tres duelos característicos de esta etapa, el duelo por el cuerpo de la infancia, el duelo por la identidad infantil y el duelo por los padres de la infancia. (Mosso, 2010)

Aunado a esto, se destaca la importancia del papel que desempeñan las características físicas en la autoevaluación de los adolescentes. Los adolescentes presentan una gran preocupación por su apariencia física, algunas de las quejas más comunes tienen que ver con trastornos de la piel, tales como el acné, que ocurre como consecuencia de la misma secreción hormonal. Así mismo, la comparación de sus cuerpos con el ideal estereotipado de la cultura genera ansiedad y angustia si es que no coinciden con dicho ideal, provocando un mal concepto de ellos mismos y por lo tanto genera preocupación en su capacidad de atraer a otros adolescentes. (Mussen, et al, 1977)

Rosenberg 1965 (citado en Cazalla, 2013) ya señalaba que la magnitud de la influencia de lo que otros piensan sobre uno en particular depende, entre otros factores, del nivel del autoconcepto de este último. Así, los adolescentes con alto autoconcepto son menos influenciados por las opiniones contrarias y negativas a sus autoesquemas que los jóvenes con pobres autoconceptos. (pág. 46)

Es así que los adolescentes con un mayor autoconcepto serán menos propensos a dejarse influenciar por las opiniones negativas, y aquellos con un bajo nivel de autoconcepto serán más receptivos a estas opiniones.

Combs 2001 (citado en Madrigales, 2012), establece que el concepto positivo que tienen las personas de sí mismas es básico para el sentimiento de seguridad, la fe y la confianza en las habilidades personales llevan a la persona a funcionar efectivamente y ayuda a las personas a desenvolverse en un ambiente diverso. Cuando no existe un

nivel de sentimientos óptimos del ser, comúnmente están asociados con una motivación baja, con problemas de salud mental, particularmente con depresión, los adolescentes con autoestima baja son influenciados por las opiniones y las preferencias de otras personas para tener una base del autoconcepto comparado con otros individuos con alta autoestima. (pág. 50)

En efecto, el autoconcepto de los adolescentes refleja un complejo entramado de referencias y circunstancias que van a permear en la valoración de cada individuo. Las palabras y experiencias acumuladas de la infancia, el juicio de sus capacidades y limitaciones, el manejo de las figuras primarias acerca de los conceptos de reconocimiento y fracaso, serán la antesala de los nuevos procesos en los que el adolescente en etapa temprana se encuentra inmerso.

El autoconcepto juega un papel decisivo y central en el desarrollo de la personalidad, tal como lo destacan las principales teorías psicológicas; un autoconcepto positivo está en la base del buen funcionamiento personal, social y profesional dependiendo de él, en buena medida, la satisfacción personal, el sentirse bien consigo mismo. De ahí que el logro de un equilibrio socioafectivo en el alumnado a partir de una imagen ajustada y positiva de sí mismo figure entre las finalidades tanto de la Educación Primaria como de la Educación Secundaria Obligatoria. De ahí también que lograr un autoconcepto positivo sea uno de los objetivos más pretendidos en numerosos programas de intervención psicológica (educativa, clínica, comunitaria, cívica) para los que se demandan estrategias y recursos que permitan su mejora. (Esnaola, et al, 2008, pág. 1)

En definitiva, la adolescencia es un momento crucial en el desarrollo de la identidad, es el inicio de los cuestionamientos acerca del ser y de las aspiraciones futuras en todos los sentidos, es el inicio de la construcción de una opinión mas autentica, que abre la brecha hacia una posición distinta dentro de la sociedad. Esta búsqueda producirá ansiedad, la desvinculación de sus roles pasados aunado a la convivencia con su nueva imagen corporal y los cánones de belleza que establece el mundo contemporáneo impactaran en su autoconcepto. Y como ya se ha mencionado los adolescentes con un alto nivel en su

autoconcepto serán menos influenciados por las opiniones negativas y producirán un sentimiento de bienestar genuino. Procurando la participación en diversas disciplinas y experiencias que los motiven, produciendo una diversidad de aprendizajes.

2.3 Conceptualización del Arteterapia y su relación con las Emociones

En cuanto a la evolución histórica del concepto del arteterapia, es sin duda el contexto social una aproximación fundamental hacia el surgimiento de dicha disciplina, debido a las múltiples situaciones que desencadenaron la investigación del contacto de los medios artísticos de manera terapéutica, abriendo un campo de estudio interdisciplinar por el que transitaban artistas, psiquiatras, psicólogos, pedagogos, etc.

Por lo que se refiere a el arte, la modernidad provoca un cambio en las disciplinas artísticas, el formalismo de finales del siglo XIX que prioriza lo real, lo estético y figurativo deja de ser la única mirada en la que se evoca el arte, en este momento, se abre la brecha hacia la expresión del mundo subjetivo. Es así que, el inicio del siglo XX y sus disciplinas vanguardistas: Expresionismo, Fauvismo, Surrealismo, Cubismo, Arte abstracto, prioriza la mirada hacia la realidad interna del sujeto, explorando los efectos de la creación espontánea y el papel del inconsciente. (Menéndez, 2010)

La ideología vertida por la filosofía romántica comienza a transfigurar los aspectos conceptuales y formales del arte. Los artistas románticos manifiestan su disconformidad hacia el arte academicista, que había imperado como modelo válido desde el Renacimiento, y hacia la sociedad racionalista que lo valoraba. El interés por llegar a representar lo más fielmente posible la realidad externa empieza a desdibujarse, emprendiendo un rumbo introspectivo, marcado por la necesidad de expresar en las obras plásticas preocupaciones, pensamientos, experiencias y emociones, dejando visible las relaciones de un mundo filtrado por la subjetividad. (López, 2009, pág. 77)

En cuanto a las bases teóricas del arteterapia, el psicoanálisis es una de las raíces fundamentales. “Su base teórica - metodológica parte de las teorías de Freud, el cual atribuye los problemas psicológicos a la existencia interna de conflictos ocurridos durante el periodo

infantil, que siguen acechando en el presente del individuo de forma no consciente.” (López, 2009, pág. 169). De igual manera, “Los conceptos de inconsciente, deseo, transferencia, repetición, asociación libre, elaboración psíquica, etc., son esenciales para pensar sobre el acontecer del taller de arteterapia.” (Menéndez, 2010, pág. 369)

Según Junge y Asawa (1994) citado en López (2009), en Estados Unidos el arteterapia viene principalmente de la tradición psicoanalítica. La expansión del psicoanálisis propició que algunos artistas y educadores como Florence Cane, Margaret Naumberg o Edith Kramer se psicoanalizaran y combinaran esta experiencia con sus habilidades pedagógicas y artísticas. (pág. 116)

Otro de los factores que determinaron el surgimiento del arteterapia fueron las múltiples condiciones mentales que se desencadenaron durante la segunda guerra mundial. El arteterapia surge como una necesidad de alivio dentro de los hospitales y centros psiquiátricos. Y se desarrolló paralelamente en Estados Unidos e Inglaterra. Uno de los pioneros en utilizar el arte con fines de tratamiento terapéutico fue Adrián Hill, un artista hospitalizado que para sanar su angustia y dolor decide utilizar la pintura como herramienta de autoayuda. Es, además, el primero en utilizar el término Arte Terapia en 1942 y fue el primer terapeuta artístico que trabajó en un hospital al finalizar la guerra. (Menéndez, 2010)

Por lo tanto, el auge del inicio del siglo XX y sus nuevos paradigmas, impactarán en el mundo en general, es un momento en que, de igual manera, la psiquiatría se interesa por las creaciones artísticas elaboradas por pacientes con enfermedades mentales. La pedagogía vio reflejada la importancia de la expresión artística en el crecimiento emocional, cognitivo y de desarrollo en los niños. Es decir, varias disciplinas reconocen la importancia del acompañamiento artístico para el tratamiento de afecciones mentales, y se incluyen estas terapias en centros de rehabilitación, hospitales y clínicas como complemento de las terapias habladas. (Asturias Castañeda, 2018)

En definitiva, algunas de las bases del desarrollo del arteterapia fueron, la corriente filosófica de la época que prioriza los sentimientos de los seres humanos, los conflictos bélicos que azotaron al mundo e impactaron fuertemente en la psique humana, el nacimiento del psicoanálisis y su estudio acerca del inconsciente, así como las nuevas corrientes artísticas

que plasmaron el mundo intangible de los espacios oníricos. Así pues, el arteterapia surge como un llamado de auxilio ante el desconocimiento de la complejidad e importancia del mundo interno, surge como un alivio ante el mundo caótico y rígido que produce angustia, surge como una necesidad humana, para dar voz y color a todo un universo individual que requiere de expresión y transformación.

2.3.1 Definición y conceptualización del arteterapia

Por lo que se refiere a la conceptualización del arteterapia existe una diversidad de definiciones que podemos encontrar acerca de esta. Algunas de ellas son:

Para la Asociación Chilena de Arte Terapia (ACAT), el Arte terapia es una especialización profesional que utiliza la expresión plástica como medio de comunicación, para explorar y elaborar el mundo interno de los pacientes en el proceso psicoterapéutico, con fines educativos y de desarrollo personal. (Serrano Morales, 2006)

La Asociación Americana de Arte Terapia (AATA) la define como el uso terapéutico de hacer arte, dentro de una relación profesional, por personas que han experimentado enfermedad, trauma o complicaciones en la vida y por personas que buscan un desarrollo personal. Por medio de la creación de arte, y reflejarlo en el proceso y en el producto creado, las personas pueden desarrollar un incremento en la conciencia de sí mismos y de otros para lidiar con los síntomas, estrés y experiencias traumáticas; Permite engrandecer las habilidades cognitivas y a disfrutar la vida por medio del placer del arte. (Asturias, 2018, pág. 22).

El arte terapia es definido por la Asociación Británica de Arte Terapeutas como una forma de psicoterapia que usa el medio artístico como su forma primaria de comunicación. Los clientes que son derivados a Arte Terapia no necesitan experiencia previa o formación en arte, el arte terapeuta no está llevado a hacer diagnóstico o asesoría estética de la imagen del paciente. En definitiva, se busca capacitar al cliente a efectuar cambios y crecimientos en un nivel personal a través del uso de materiales artísticos en un entorno protegido y facilitador. (Covarrubias, 2006, pág. 2)

Como se puede observar en los párrafos anteriores, el arteterapia usa los medios plásticos con fines terapéuticos para alcanzar un bienestar emocional. Las herramientas artísticas son el medio de comunicación del paciente con su propio inconsciente, y el arteterapeuta es un acompañante de este proceso el cual no tiene la finalidad de arrojar un diagnóstico del sujeto. Es decir, el arteterapia se ocupa del proceso en sí más que del resultado final de la obra que se ejecuta. El quehacer artístico contiene elementos que ayudan a elaborar un proceso terapéutico, sin embargo, es necesaria la participación de un arteterapeuta que propicie el cuestionamiento de lo acontecido en las sesiones.

Desde un punto de vista psicoanalítico, el uso de medios plástico-visuales aumentan las opciones expresivas y de autoconocimiento de contenidos velados por el consciente. Cuando se pinta o modela, es más fácil acceder a la realidad interna que con palabras. Debilita las defensas y relaja a la persona, facilitando la expresión de su intimidad. (López, 2011, pág.185)

Los medios artísticos son menos invasivos que otros tratamientos más convencionales, permitiendo una expresión más lúdica que favorece la creatividad, el desarrollo emocional, social y cognitivo del paciente.

La experimentación matérica: colores, trazos, texturas, etc., y el valor simbólico de las imágenes creadas permiten a su autor la autoexploración semántica de sus emociones y pensamientos, desde la multiplicidad de perspectivas que los medios plástico-visuales pueden llegar a ofrecer. Las cualidades específicas de la pintura, el modelado, el dibujo, etc., reflejan, sostienen y transforman las experiencias psicológicas hacia un cambio saludable con el acompañamiento de un arteterapeuta experto. (López, 2011, pág. 185)

Los múltiples materiales con los que el arte cuenta serán el contacto con el mundo interno del sujeto, propiciando la escucha de su propia voz y de su propio deseo, es así que a partir del hallazgo de las imágenes que direccionan sus acciones puede virar hacia experiencias transformadoras de la conciencia, integrando nuevas imágenes que él mismo construya y promueva, encaminado a un bienestar psicológico.

Todos los seres humanos producen imágenes mentales. Las imágenes (mentales, oníricas, literarias, musicales, etc.) son un fenómeno de la mente experimentado por todas las personas, independientemente de su edad, cultura o escala social. Tienen el poder de convocar una vasta gama de sentimientos y sensaciones, de transportarnos a territorios ignorados que sin embargo son parte de nosotros mismos. La creatividad es el proceso personal que da forma a estas imágenes y está al alcance de todas las personas, aún aquellas que no tengan conocimientos ni práctica artística. (Dowmat, 2000, pág. 313)

La construcción mental se encuentra repleta de imágenes, las imágenes están compuestas por múltiples significados que cada ser humano interioriza, y es la creatividad la manifestación individual que permite expresar momentos emotivos a partir de plasmar colores, moldear arcilla, escribir un poema, tejer, etc., que cada sujeto necesite para comprender las imágenes de su interior y a la vez seguir cultivando dicha acción creativa.

El arte estimula las capacidades propias del individuo, desarrolla su creatividad y expresión individual como medio de lograr satisfacción y mejorar personalmente. El arte permite proyectar conflictos internos y, por tanto, ofrece la posibilidad de poder resolverlos. Toda persona es capaz de ser creativa y esto es una necesidad, un impulso innato en el individuo. Esta posibilidad de crear, es donde reside la gran fuerza terapéutica del arte. (López, s/a)

Como se ha mencionado, el arte es en su propia acción creativa terapéutico para los seres humanos, revelando información a la que el sujeto no puede acceder tan fácilmente. Y es de vital importancia cultivar la creatividad en los seres humanos. La inmediatez del mundo moderno que embelesa al ser humano con estímulos de fácil apreciación, ha mermado su capacidad creativa, dejando de lado el tiempo destinado a la elaboración detallada, a la contemplación de los pensamientos y las emociones por las que día a día se atraviesa.

Así como el niño puede satisfacer o elaborar sus deseos a través del juego y en las ensoñaciones, el adulto puede satisfacerlas a través de la creatividad, que plasma no sólo la imaginación, sino también el juego en ideas e imágenes. (Tavira, 1996, pág. 51)

Es decir, el juego es fundamental para los niños, es su forma de expresión, es su lenguaje y les permite lidiar con todas aquellas imágenes que la vida contiene. Por medio de él aprenden a socializar, conocerse a sí mismos y conocer el mundo que los rodea. Para el adulto es de igual importancia el mantener y desarrollar la creatividad, ya que es a través de ella que se tiende un puente hacia el propio deseo, es la creatividad lo que permite que el adulto sea curioso, espontáneo, imaginativo y juguetón.

“Ya también Freud y Piaget habían dicho que para ser creativo hay que conservar algún rasgo infantil”. (Tavira, 1996, pág. 51)

El arte alimenta a la creatividad, nutre esta fuerza innata que permite desarrollar una experiencia más placentera con uno mismo y con nuestro entorno, nos reconecta haciéndonos conscientes de la verdad de la vida, de lo que realmente es importante, esta conciencia provoca una mejor relación con uno mismo.

Freud fue el responsable de dar comienzo al estudio de los mecanismos psicológicos del proceso creativo; contribuyó de manera significativa al estudio de la creatividad reafirmando la importancia del proceso inconsciente. Asimismo, el concepto de sublimación o diversificación de la energía sexual juegan un papel importante en la concepción freudiana de la creatividad. (Tavira, 1996, pág. 52)

Es decir, el arteterapia es un puente de comunicación entre el inconsciente de las personas que, mediante los medios artísticos, mayormente medios plásticos, expresan situaciones o conflictos internos. Es el proceso creativo una pieza fundamental para el proceso terapéutico más aún que la pieza artística terminada, la invitación, ya que el arteterapeuta es un acompañante y se limita totalmente a diagnosticar, es, observar y arrojar preguntas que propicien traer a la conciencia, situaciones que ellos mismos reflejan en el proceso creativo.

2.3.2 El arteterapia y sus efectos en las emociones y en el autoconcepto

Es así, que el arteterapia se va a valer del arte como medio para la expresión de emociones y experiencias. Los medios artísticos ayudarán a canalizar la expresión

emocional, transformándola en una obra. De modo que, el objetivo del arteterapia no tiene que ver con calificar de manera estética la obra plasmada, lo que busca es ser un puente de comunicación entre la obra, el arteterapeuta y el cliente.

Covarrubias (2006) citado en Cobo (2018) menciona que el arteterapia, usa el arte como un instrumento en beneficio de la salud física, mental y emocional. La diversidad de métodos artísticos ayudará a la exploración de los sentimientos y las emociones, provocando un cambio positivo en las personas, puesto que, al contactar con emociones o situaciones veladas, el sujeto se conducirá a una toma de conciencia y un mejor abordaje de los problemas que representan.

Toda persona es capaz de ser creativa y esto es una necesidad, un impulso innato en el individuo. Esta posibilidad de crear, es donde reside la gran fuerza terapéutica del arte. Winnicott apuntaba que ésta era la que hacía sentir que la vida valía la pena. Para Winnicott vivir en forma creadora era saludable, mientras que el acatamiento era una base enfermiza de la vida. (López, s/a)

Como se ha mencionado, el arteterapia se enfoca en la habilidad creativa inherente al ser humano, la cual permitirá crear obras auténticas, propias, a partir de las expresiones del mundo interno del sujeto, proyectando la subjetividad y los conflictos intrapsíquicos que lo atañen. En efecto, todas las personas cuentan con la capacidad y el derecho de tener un espacio creativo que propicie la exploración del propio ser, conduciendolo a un bienestar psíquico y emocional.

López (2021) expone que de esta manera, este tipo de terapia resulta un buen método para que cualquiera sea nuestro problema podamos exteriorizar todo lo que sentimos, nuestras frustraciones y angustias; también es un camino de introspección y autoconocimiento íntimamente relacionado con el desarrollo de la autoconfianza y la autoestima. (pág.18)

Por lo cual, la finalidad del arteterapia es permitir la expresión emocional, producir una catarsis expuesta en letras sobre papel, en trazos de pintura, en piezas en arcilla, etc. Una creación artística del lenguaje interno que atraviesa a todos los seres humanos y que

individualmente permitirá el contacto con su propio dolor. Y así, el contacto con el mundo interno del sujeto, producirá la comunicación con su propio deseo. Este acercamiento promoverá la integración de la personalidad proyectando cambios a favor de un estilo de vida más saludable. (Covarrubias Oppliger, 2006)

López,(s/a) argumenta que el concepto de autoexpresión también se encuentra en las bases del arte terapia y permite desarrollar el concepto del yo, así como una más profunda autoconciencia. Posibilita expresar nuestros sentimientos, emociones y pensamientos aportándonos seguridad y confianza en nosotros mismos y esto es de gran importancia, porque son muchos los desequilibrios afectivos o mentales que están asociados, de alguna manera, a una falta de seguridad en uno mismo. La terapia a través del arte permite cambiar o aceptar aspectos de uno mismo que nos impiden llevar una vida normal e independiente.

Por lo tanto, la exploración del propio ser, inevitablemente mostrará los pensamientos con los que se ha construido la persona hasta ese momento, ese discurso interno es el que se pretende localizar para provocar un impacto en la toma de conciencia de la persona ante su discurso propio y potenciar así la construcción de un Yo más auténtico que conozca sus vulnerabilidades y éstas no permanezcan ocultas como un arma callada que puede lastimar en cualquier momento.

Así mismo, es importante resaltar que cada creación artística será distinta en cada sujeto, ya que representará aspectos individuales que den significado a una parte de su persona. El arteterapia otorga un espacio de apreciación para la identidad, ningún otro sujeto va a crear el mismo resultado aunque el material y la consigna sean iguales. El arteterapia aboga por la originalidad del sujeto, por brindar un espacio en el que ser él mismo es lo más importante. Es así que el arteterapia comunica los procesos internos mientras precipita al sujeto hacia una confrontación con él mismo. (Serrano, 2006)

En este aspecto , uno de los objetivos principales del arteterapia con los adolescentes será utilizar el arte como instrumento mediador para explorar creativamente distintas formas de expresar emociones como el amor, la ira, por ejemplo, o conflictos internos, confusiones, contradicciones, deseos, fantasías, ideas de sí mismo y de los demás,

percepciones de su cuerpo y del mundo, habilidades, fortalezas y defectos. En definitiva, en los talleres de arteterapia se brindará un espacio de autoexpresión y autoreflexión, en cual irán aumentando su autovaloración o autoestima, podrán elaborar traumas, formarán lazos de amistad y se sentirán contenidos en un ambiente seguro y libre de prejuicios. (López, 2021, pág. 74)

En efecto, el trabajo arteterapéutico va a impactar directamente en el autoconcepto de los adolescentes, produciendo un espacio en el que puedan expresar el cúmulo de sensaciones y experiencias nuevas, característica en esta etapa de cambios vertiginosos. Produciendo un espacio de contención y reformulación del concepto que tienen de ellos mismos.

Las evidencias muestran que la percepción de los adolescentes, con respecto a la arteterapia, es positiva, pues consideran que a través de esta se puede expresar sentimientos. También, consideran que algunos componentes que la hacen útil son el arte, la oportunidad de compartir experiencias, la sensación de calma, el espacio que brinda la escuela para la arteterapia y la relación con el terapeuta (Harpazi, et al, 2020 citado en Céspedes, 2021, pág. 13).

Los adolescentes requieren de espacios seguros en donde se les permita expresar sus sentimientos y emociones. Hay que tomar en cuenta que, la diversidad de contextos, las historias de vida, las situaciones traumáticas, las confusiones en cuanto a roles adquiridos, la situación mundial determinada por el riesgo de contagio que se deriva de una pandemia, aunado al desarrollo del cuerpo y todo lo que eso implica, parece razón suficiente, suficiente tela de donde cortar, suficiente pintura e imágenes que plasmar, suficientes pensamientos que se archiven en papel y permitan el descanso de la mente, suficientes deseos que se transformen en figuras en arcilla, nuevos senderos que permitan la escucha, la resignificación y la calma.

Como es sabido, la adolescencia es una etapa en la que los seres humanos se vuelven más vulnerables ante la creatividad y la experimentación de nuevas maneras de expresión, cuentan con una percepción fresca de la realidad y una clara rebeldía ante su realidad cotidiana, es así que la intervención del arteterapia provocará la curiosidad y las expresiones no forzadas de las situaciones que aquejan a el adolescente. (Guerrón, 2015)

El arteterapia tiene ventajas en la depresión adolescente, ya que la terapia tradicional verbal suele fracasar fundamentalmente por la resistencia y marcado escepticismo con que el adolescente acoge esta intervención, que percibe como intrusiva. Es por ello que la creación artística ofrece un ámbito de intervención terapéutica sobre la base de un nuevo espacio de expresión-comunicación, libre de convencionalismos y prejuicios por parte del joven (Domínguez, 2013 citado en Carpio , 2017, pág. 17)

El arteterapia resulta un tipo de terapia no invasivo para los adolescentes, propiciando su gusto e interés al encontrar un espacio en que puedan expresarse más auténticamente. La exploración creativa potencializa su interés y permite un trabajo profundo, dejando de lado los mecanismos de defensa que podrían presentar en terapias de expresión únicamente verbal.

Siguiendo a López (2006) citado en Estay (2016), señala que en sus trabajos, los adolescentes se vuelven más simbólicos, el proceso arteterapéutico les sirve para expresar sus conflictos internos y clarificarlos, refuerza principalmente su autoestima, se desarrollan las capacidades de comunicación verbal y no verbal, se tratan los problemas de identidad, sentimientos, aversiones, debilidades, metas, ira, conflictos de independencia, y se reflexiona sobre la obra realizada, la propia y la de los otros componentes del grupo (pág. 69)

La oportunidad de exponer los conflictos internos permitirá a los adolescentes ponerles nombre, darles luz a aquellas imágenes veladas en el inconsciente, entablar una relación de conocimiento acerca de él mismo que repercutirá en sus sentimientos de valía. Además, se enriquecen las formas de expresión permitiendo el acercamiento a técnicas artísticas que sirvan de lenguaje y que se puedan utilizar en cualquier momento en que se necesite un tiempo de desahogo o expresión de ideas creativas.

La creatividad en esta etapa está en su máxima expansión, gracias a el pensamiento abstracto que genera una visión más amplia de la realidad. Los adolescentes están en la búsqueda de nuevas alternativas, buscan empaparse de múltiples experiencias e ideas, el arteterapia es una herramienta de gran potencial para este momento de desarrollo. Otro rasgo dominante del adolescente es el anhelo por desarrollar una personalidad individual, ellos prefieren crear una imagen personalizada de ellos

mismos, tanto interna como externamente, sin discutir el proceso con los adultos. Este anhelo se refleja en el proceso arte terapéutico, donde el método de crear es meditado, individualizado, y no verbal, sin embargo el proceso en el cual el joven creó una imagen y la subsecuente elección de verbalizar, es voluntario (Riley, 2010, citado en Paz, 2015, pág. 28)

El arteterapia es un espacio para el autodescubrimiento, permite la experimentación del ser, sin juzgar, sin dirigir, no hay un estar bien ni un estar mal, es un espacio para atreverse a hablar de sí mismo y experimentar el desenvolvimiento de la diversidad. Los materiales artísticos y las técnicas de autoexploración, conducirán a los adolescentes hacia la expresión de sus dudas y duelos por los que están pasando debido a los cambios que implica el crecimiento, el reformulamiento del nuevo ser en el que se están convirtiendo y la despedida del mundo etéreo de la infancia.

2.3.3 Los ejercicios o técnicas en arteterapia

Las técnicas que se emplean en el proceso arteterapéutico, son esenciales debido a su función mediadora entre el arteterapeuta y los pacientes. A partir de las diferentes técnicas, el paciente puede abordar su problemática desde diferentes sensaciones y perspectivas, promoviendo una mirada más amplia.

Las técnicas del arte terapia están basadas en el conocimiento de que cada individuo, con o sin entrenamiento en arte, tiene la capacidad latente de proyectar sus propios conflictos de manera visual. Cuando los pacientes representan tales experiencias profundas, sucede, frecuentemente, que pueden mejorar la articulación verbal. (Naumburg, 1958, citado en Carpio , 2017, pág. 12)

La Arteterapia ha sabido adaptar tradición e innovación poniendo a disposición del arteterapeuta múltiples técnicas, materiales y recursos en sus intervenciones: desde las clásicas como el Dibujo, Pintura, Escultura o Estampación hasta las más modernas y actuales: Assemblage, Collage, Fotografía, Video, Hibridaciones y Poéticas de Intervención como Land-Art, Body-Art, Instalaciones, Performances, Acciones, Happening, etc. (López, 2011, pág.184)

Así pues, el arteterapia no se limita a un uso de técnicas tradicionales del arte, sino que evoluciona con él. Se pueden adaptar múltiples técnicas tanto, plásticas, dramáticas, visuales, de literatura y escritura entre otras, como las que emplean programas informáticos de dibujo, tratamiento de imágenes o animación en tres dimensiones, las nuevas tecnologías amplían el panorama para la expresión de fantasías. (López, 2011)

Por otro lado, los teóricos de las terapias expresivas centradas en la persona -ETC consideran que dependiendo del tipo de arte que se utilice en los programas de arteterapia, se podrá estimular y desarrollar ciertas áreas de los participantes. Por ejemplo, materiales como la acuarela y la pintura con los dedos beneficia para el desarrollo de habilidades cinestésicas y sensoriales como la relajación y expresión de sentimientos. En cambio, los materiales como la pintura al temple, lápices de colores, crayones u otros materiales de dibujo ayudan a identificar sentimientos, mejorar la comprensión social, comprender la relación entre causa y efecto. Finalmente, los medios como el collage, escultura y otras creaciones de arte desarrollan habilidades para resolver problemas e identificar fortalezas (Ziff, et al., 2016 citado en Céspedes, 2021, pág. 13)

De modo que, cada técnica y cada material utilizado en arteterapia, será propuesto por el terapeuta con una intencionalidad. A partir de la observación de los participantes, sus intereses y necesidades.

Cuando se realizan ejercicios de libre asociación o para favorecer la comunicación grupal o familiar, los medios rápidos como pasteles o crayones son los más indicados. Si se pretende potenciar la espontaneidad y creatividad del individuo hay que proporcionar gran variedad de materiales donde se puede experimentar tamaños, formatos, propiedades, formas distintas de aplicarlos. En el caso de personas con discapacidades físicas, niños muy pequeños o ancianos poco autónomos, se pueden ofrecer materiales de manipulación sencilla como lápices de colores gruesos, ceras o pasteles. Brindar la oportunidad de poder mancharse con las pinturas u otros utensilios puede ser revitalizante para un individuo severamente inhibido. (López, 2011, pág. 187) De igual manera, cuando un cliente está en el proceso de duelo al

perder a un ser querido, 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 extremadamente benéfico, el participante es capaz de liberar físicamente su dolor además de lograr poco a poco el insight personal. (Carpio , 2017, pág. 19)

Los materiales para el trabajo arteterapéutico son bastos y cada uno tendrá sus propias cualidades y mecanismos que actuarán en beneficio de las situaciones consultadas, a continuación se mencionan algunas de las técnicas con las que se trabaja, sin olvidar que son muchas otras además de las aquí presentes.

Artes plásticas: Las artes plásticas son las favoritas de las personas más introvertidas y con mayores dificultades para expresar verbalmente sus conflictos, ideas y todas aquellas emociones que a diario atraviesan. (López, 2021, pág. 190)

Los Collage: Los arteterapeutas, encuentran sin duda más fácil hacer manipular imágenes ya existentes, se puede evocar también la fascinación que ejercen sobre algunos arteterapeutas los collages surrealistas, ya que pueden sentirse tentados a hacer una mezcla entre estas obras y las producciones fragmentadas provocadas por la misma técnica. Este tipo de expresión se desarrolla en talleres; ofrecer tijeras y revistas con la consigna de crear nuevas imágenes utilizando las ya existentes. (Pain, 2006 citado en Vaca, 2021, pág. 22)

Escritura autobiográfica: Al relatarnos, nos damos voz, nos convertimos en sujetos de nuestras acciones en lugar de considerarnos seres pasivos en quienes recaen los agravios. Al escribir nuestra autobiografía fortalecemos el poder personal y elegimos el rumbo de nuestra vida, lo que implica el “empoderamiento”. Entonces nos hacemos responsables de nosotros, de manera que intentamos responder a la pregunta: ¿Qué voy a hacer con eso que han hecho de mí? (Gómez, 2017, pág. 15)

Cuentos de hadas: Al mismo tiempo que divierte al niño, el cuento de hadas le ayuda a comprenderse y alienta el desarrollo de su personalidad. Le brinda significados a diferentes niveles y enriquece la existencia del niño de tan distintas maneras, que no

hay libro que pueda hacer justicia a la gran cantidad y diversidad de contribuciones que dichas historias prestan a la vida del niño. (Bettelheim, 1994, pág. 16)

Expresión Corporal: Mateu, Duran y Troguet (1992) citado en Carpio (2017) “mencionan que la expresión corporal puede definirse como “la disciplina que permite encontrar un lenguaje corporal propio, una forma de comunicación y expresión con y a través del cuerpo”. (pág. 26)

La Escultura: Es una técnica muy utilizada en el psicodrama, en donde se representa una “foto” real o imaginada empleando gente y otros objetos auxiliares como telas, sillas vacías, dibujos, figuras recortadas de revistas, etc. Así, se terminará por construir una escultura, la cual, posteriormente, tomará vida y podrá moverse o hablar siguiendo las indicaciones del protagonista del ejercicio. Al final de la representación, se abrirá un espacio de reflexión individual y/o grupal. (López, 2021, pág. 115)

Las Máscaras: La máscara es un objeto en madera, cartón, cuero, entre otros, que sirve para ocultar el rostro de quien la lleva, dejándole la posibilidad de mirar. Según las épocas y países, la máscara cumplió diversas funciones como: disfrazarse en la jerarquía tribal y religiosa, ocultar la identidad o “cambiar de piel”, neutralizar la individualidad del comediante o del trágico, Se debe hacer el trabajo de máscaras con el objetivo de que su valor simbólico no sea olvidado. (Pain, 2006 citado en Vaca, 2021, pág. 23)

Danzaterapia: El uso de la danza y el movimiento como herramienta terapéutica está enraizado en la idea de que el cuerpo y la mente son inseparables. Una premisa básica es considerar que el movimiento conlleva cambios psicológicos promoviendo salud y desarrollo. Posibilita, tanto a los que gozan de salud como al emocional y/o mentalmente perturbados o incapacitados, recuperar un sentido de totalidad experimentando la integración psicofísica. (Fischman, 2001)

Musicoterapia: es una psicoterapia que utiliza el sonido, la música y los instrumentos corpóreo-sonoro-musicales para establecer una relación entre musicoterapeuta y paciente o grupos de pacientes, permitiendo a través de ella

mejorar la calidad de vida y recuperando y rehabilitando al paciente para la sociedad. (Benenzon, 2011, pág. 25)

Teatro: La etimología de la palabra “teatro” proviene de un palabra griega theatron que significa “lugar o espacio para contemplar”. Se trata de un tipo de arte escénico que busca representar historias actuadas frente a espectadores o público, valiéndose además de una combinación de escenografía, música y sonido, maquillaje y vestuario. (López, 2021, pág. 267)

Las técnicas de arteterapia se complementan a partir de todas las disciplinas artísticas, se recomienda que el arteterapeuta esté vinculado a las múltiples disciplinas artísticas para contar con una amplia variedad de técnicas, así como con un mejor manejo de los ejercicios propuestos. Es importante exponer a los participantes a diversos tipos de técnicas, para no caer en repeticiones de comportamientos, es así que, al tener la posibilidad de diversos medios artísticos, será más fácil desbloquear reacciones y transformar actitudes. (López, 2011)

Capítulo III Metodología de la Investigación

En el siguiente apartado se dará a conocer la metodología que se utilizó para obtener y describir los resultados de la presente investigación, de tal manera que, a partir de los resultados obtenidos, se elaboró una propuesta de un taller de arteterapia.

3.1 Tipo y diseño de investigación

Esta investigación tuvo un enfoque cualitativo exploratorio, que, según García, (2017) se refiere a un estudio inductivo que analiza y describe las características o cualidades que distinguen a personas, cosas, conocimientos, teorías e ideas. Tuvo un diseño fenomenológico, es decir proporcionó una metodología de investigación que permitió comprender el complejo mundo de la experiencia vivida desde el punto de vista de las personas que la viven (Taylor, 1984). De esta manera se entrevistó a cinco adolescentes entre 11 a 14 años de edad, acerca de la percepción que tienen del arteterapia y las técnicas artísticas en general. La investigación fue de corte transversal debido a que únicamente se realizó una breve entrevista a los sujetos.

De igual manera tuvo un enfoque cuantitativo no experimental descriptivo univariable que según Sampieri (2014) menciona que el enfoque cuantitativo utiliza la recolección de datos para probar hipótesis con base en la medición numérica y el análisis estadístico. La técnica utilizada fue aplicar una escala a ciento cincuenta y cuatro adolescentes tempranos con la finalidad de medir su autoconcepto y cuyos resultados sirvieron para dar sustento a la Propuesta de un Taller que Fortalezca el Autoconcepto por medio de técnicas de Arteterapia.

3.2 Muestra de la investigación

El muestreo de los sujetos fue de tipo no probabilístico intencional, el cual se refiere a seleccionar un subconjunto de la población de interés, con la finalidad de recolectar datos para responder al planteamiento del problema de la presente investigación. Es decir, a partir de los casos disponibles a los que se tiene acceso, aproximándonos al universo de los sujetos encuestados. (Sampieri, 2014) Por consiguiente, la muestra que se utilizó para la presente

investigación, fueron 154 alumnos de ambos sexos de edades entre 11 y 14 años que se encuentran cursando el nivel de secundaria de una Institución Privada.

Criterios de Inclusión

- Que estén cursando el nivel de secundaria.
- Participar de manera voluntaria.
- Tener 11 años mínimo y no más de 15 años cumplidos.
- Se les explicó el objetivo de la investigación, así como también que la información proporcionada se manejaría con total confidencialidad.

Criterios de Exclusión

- Que no cumplan con las edades requeridas.
- No contestar por completo las escalas

3.3 Técnicas e instrumentos de investigación

Las técnicas de recolección de datos que se aplicaron en esta investigación fueron las siguientes:

Escala de Evaluación de Autoconcepto Piers Harris

Se utilizó la Escala de Evaluación de Autoconcepto para Niños de Piers-Harris (Piers, 1984) adaptada y estandarizada para Chile por M.Gorostegui en 1992 que está destinada a evaluar autoconcepto en niños y adolescentes cuyas edades fluctúan entre los 8 y los 18 años. El test original es una escala de autoreporte ampliamente utilizada y difundida en Estados Unidos desde su primera publicación en 1967 y su posterior edición revisada en 1984. (Dorr, 2005)

Esta escala consta de 70 frases sencillas con respuesta dicotómica (*SI-NO*) y puede ser administrada tanto en forma individual como en grupos, tiene como objetivo obtener información sobre la percepción que el alumno tiene de sí mismo (*autoconcepto global*) y

cómo valora diferentes aspectos de su forma de ser y su comportamiento según las siguientes subescalas:

- **Autoconcepto conductual:** percepción de portarse de forma apropiada en diferentes tipos de situaciones.
- **Autoconcepto intelectual:** Percepción de competencia en situaciones escolares o en situaciones en las que se aprenden cosas nuevas.
- **Autoconcepto físico:** percepción de apariencia y competencia física.
- **Falta de ansiedad:** percepción de ausencia de problemas de tipo emocional.
- **Autoconcepto social o popularidad:** percepción del éxito en las relaciones con los otros.
- **Felicidad/satisfacción:** Valora la autoestima, grado de satisfacción ante las características y circunstancias personales.

Consta de 4 hojas y contiene el cuestionario, la hoja de identificación, de instrucciones y los espacios para uso interno. Los ítems son puntuados en dirección positiva o negativa para reflejar la dimensión autoevaluativa. Un alto puntaje en la escala sugiere una autoevaluación positiva, mientras un puntaje bajo, sugiere una autoevaluación negativa. (Dorr, 2005)

Ficha técnica

- ❖ Nombre: Escala de Evaluación de Autoconcepto para niños Piers Harris.
- ❖ Autor: Piers Harris.
- ❖ Año de publicación: 1992
- ❖ Objetivo de Instrumento: Medir la percepción que el alumno tiene de sí mismo.
- ❖ Procedencia del Instrumento: Adaptada y estandarizada para Chile por M. Gorostegui.
- ❖ Tiempo de aplicación: Entre 25 a 30 minutos aproximadamente.
- ❖ Confiabilidad: Fue determinada por el método Test-Retest, encontrándose una correlación de 0.72.
- ❖ Validez: En correlación con la escala de Lipsitz, se encontró una correlación de 0.68.

Entrevista estructurada

La entrevista de corte cualitativo fue el segundo instrumento de recolección de datos de las que se valdrá esta investigación, la cual se define como una reunión entre una persona y otra u otras para establecer un diálogo e intercambiar información, que a través de las preguntas y respuestas formarán una comunicación que construya significados en conjunto del tema que se está tratando. La entrevista será estructurada esto quiere decir que el entrevistador seguirá una guía de preguntas específicas y se valdrá de éstas exclusivamente. (Sampieri, 2014)

Fue aplicada a cinco alumnos para conocer mediante un análisis de contenido las inquietudes y el conocimiento de las artes en general, y así conocer validar mediante sus gustos y necesidades la propuesta de un taller de arteterapia como objetivo de esta investigación.

El guion que se utilizó para la entrevista fue el siguiente:

1. ¿Tú qué entiendes por arteterapia?
2. ¿Qué tipos de arte conoces?
3. ¿Si tomarás un taller de arte qué tipo de arte te gustaría tomar?
4. ¿Tú qué entiendes por terapia?
5. ¿Te gustaría expresar emociones y sentimientos a través de la pintura, fotografía, escritura, plastilina etc.? ¿Y por qué?
6. ¿Cómo te describes a ti mismo?

4.4 Procedimiento de la investigación

El escenario en el que se realizó esta investigación fue una Institución educativa privada, en la cual se tomó una muestra de estudiantes que se encuentran cursando el nivel de secundaria. Fue así que, con la colaboración del área psicopedagógica se hizo posible la aplicación de la Escala de Autoconcepto Piers Harris para conocer el nivel de autoconcepto de ciento cincuenta y cuatro alumnos entre los 11 y 14 años de edad. Paralelamente, se aplicaron cinco cuestionarios a alumnos de un rango de edad previamente establecido, con la

finalidad de conocer sus intereses, ideas e interrogantes acerca del arteterapia y las artes en general.

Debido al confinamiento que el covid-19 ha provocado, la aplicación de la escala de autoconcepto de Piers Harris y el cuestionario, se realizaron a través de un formulario de Google Forms mediante una liga que se hizo llegar al psicólogo encargado del área de psicopedagogía y quien posteriormente llevó a cabo la aplicación.

Una vez recabados los datos de la escala se descargaron en el programa Excel y se calificaron. Por lo cual, se obtuvieron gráficas del autoconcepto global de toda la población estudiantil, así como el autoconcepto global de cada grado y de las seis subescalas en las que se divide. De igual manera se descargaron las cinco respuestas de los cuestionarios en el programa de Word para realizar un análisis del contenido de las respuestas colocadas en una tabla.

Es así que, a partir de los resultados obtenidos, se realizó una propuesta de un taller de Arteterapia que sea del interés de los adolescentes con el propósito de fortalecer el autoconcepto de los alumnos que presentaron niveles bajos en la escala Piers Harris.

Capítulo IV Análisis de Resultados y Propuesta de Intervención

A continuación, se desarrollará la descripción de los resultados obtenidos después de haber aplicado los instrumentos correspondientes a la presente investigación relacionada con el autoconcepto y su relación con el arteterapia. De tal manera que a partir de estos resultados se va a proponer un taller de arteterapia dirigido a adolescentes en edad temprana para el fortalecimiento del autoconcepto y otras emociones.

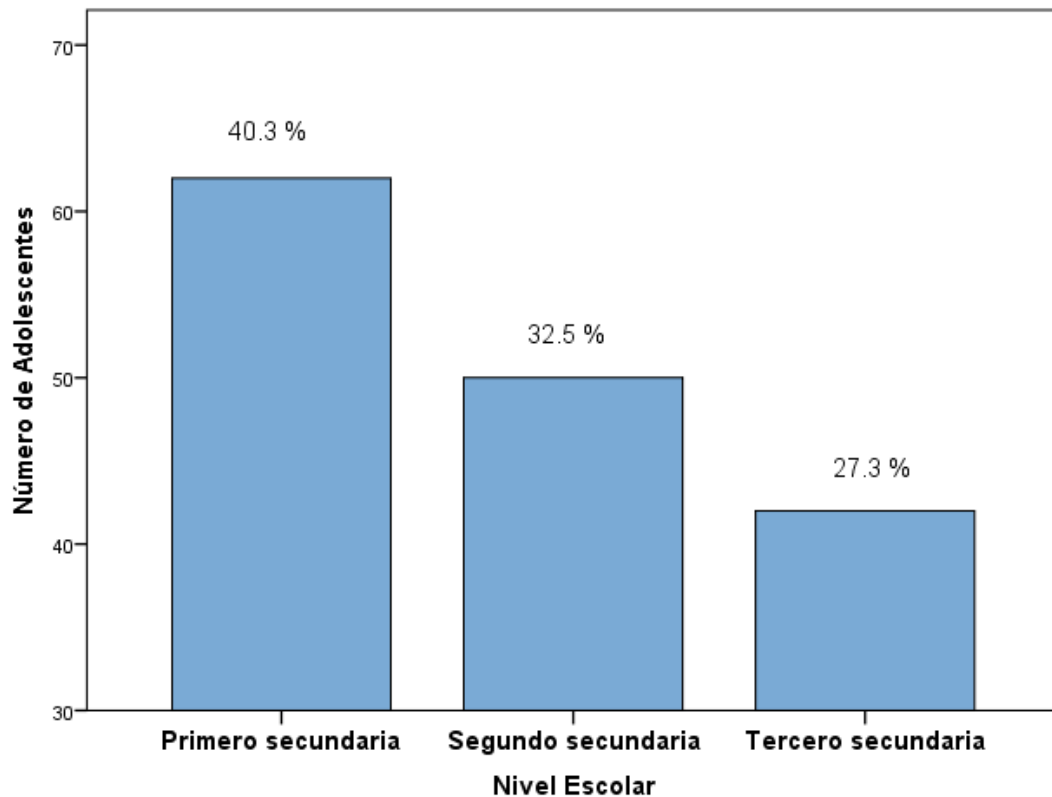
4.1 Resultados Sociodemográficos de la muestra.

Con los resultados obtenidos se puede observar que para una muestra de 154 estudiantes de nivel secundaria se calculó que el promedio de la edad fue de 12 años con una desviación estándar de 0.9, la edad mínima fue de 11 y la máxima de 15 años (Tabla 1). En cuanto al género se observó que el 55.8% de los participantes fueron de sexo masculino, mientras que el 44.2% fueron participantes de sexo femenino.

Tabla 1. Se muestra la edad de los sujetos que participaron en el estudio.

Muestra	Media	Desv. Estándar	Moda	Mínimo	Máximo
154	12	0.9	12	11	15

En cuanto al nivel escolar, se puede observar que, de primer grado de secundaria se contó con 62 participantes, equivalentes al 40.3%, en cuanto a los participantes de segundo grado se contó con 50 alumnos que representan el 32.5% y por último del tercer grado de secundaria se contó con 42 participantes que equivalen al 27.3%, teniendo un total de 154 estudiantes de nivel secundaria, que representan el 100% de la muestra. (Gráfica 1)



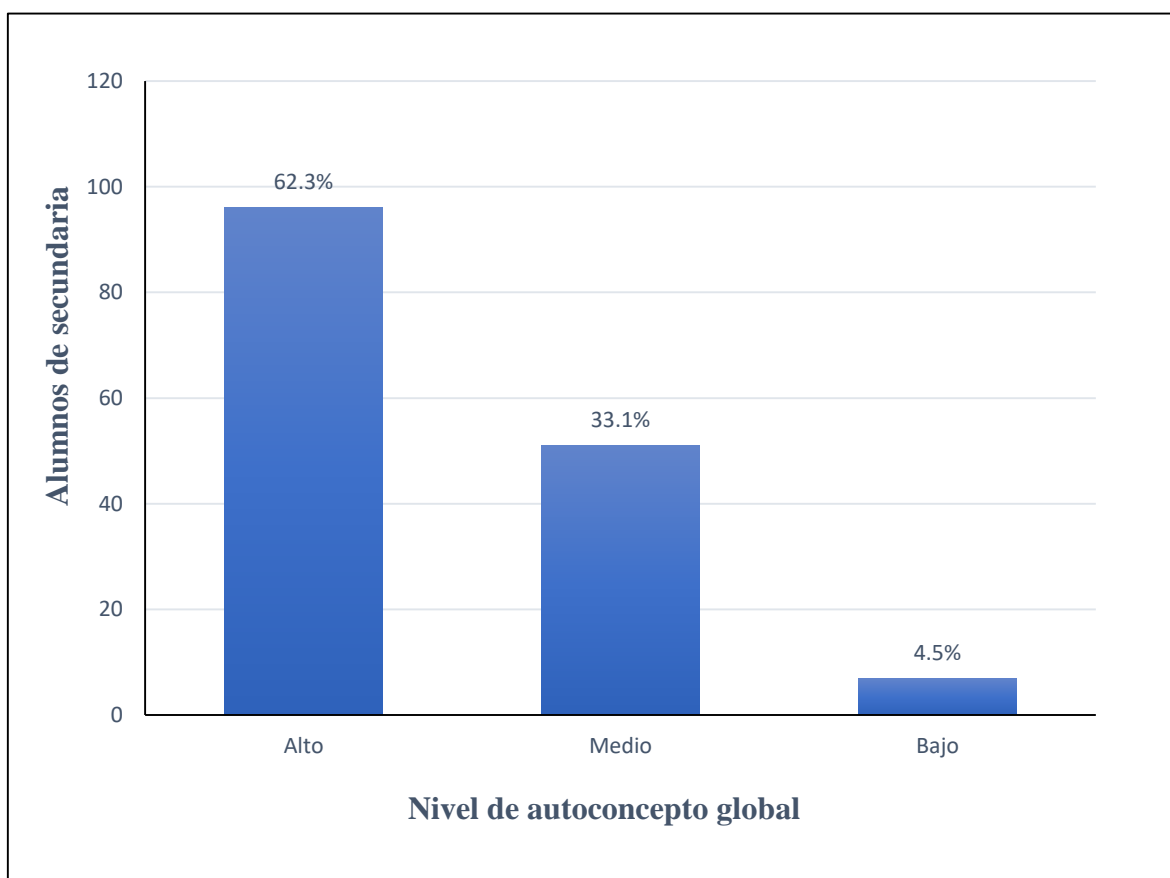
Gráfica 1. Nivel escolar de los participantes.

4.2 Resultados de la escala de Autoconcepto Piers Harris.

La escala de autoconcepto Piers-Harris fue aplicada a través de la plataforma de Google Forms. Los resultados obtenidos, fueron analizados con el programa Excel e interpretados en este apartado a partir de las gráficas que arrojan el nivel de autoconcepto que los alumnos presentan.

- a) **Puntajes de la escala del autoconcepto global de los alumnos de nivel secundaria de una institución privada.**

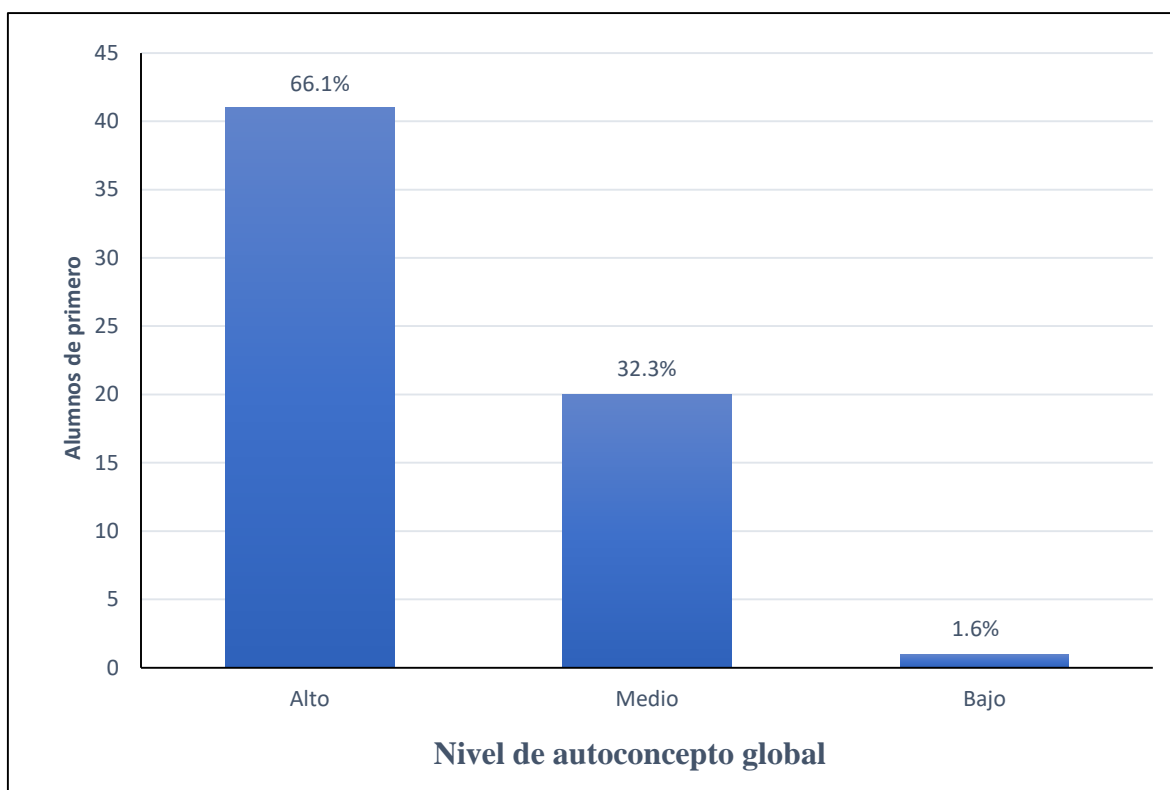
Como se puede observar en la gráfica 2, el nivel de autoconcepto global que los alumnos de secundaria de una institución privada presentan es, en su mayoría de un alto nivel sugiriendo una percepción positiva de sí mismos. Es así que el 62.3% cuenta con un alto nivel autoevaluativo de su persona, propiciando actitudes más estables que los conducen a un estado de bienestar consigo mismos. En cuanto a el 33.3% reflejan un nivel de autoconcepto global de nivel medio, sugiriendo que existen áreas de su personalidad en las cuales se sienten afectados produciendo una desvalorización de sí mismos, mientras que el 4.5% del alumnado presentan un nivel bajo en esta área, exponiendo una escasa valoración de sus cualidades, así como una pérdida de confianza en sí mismos, que pueden provocar desórdenes conductuales, desencadenar alguna alteración psicológica y una alta probabilidad a involucrarse en situaciones de riesgo.



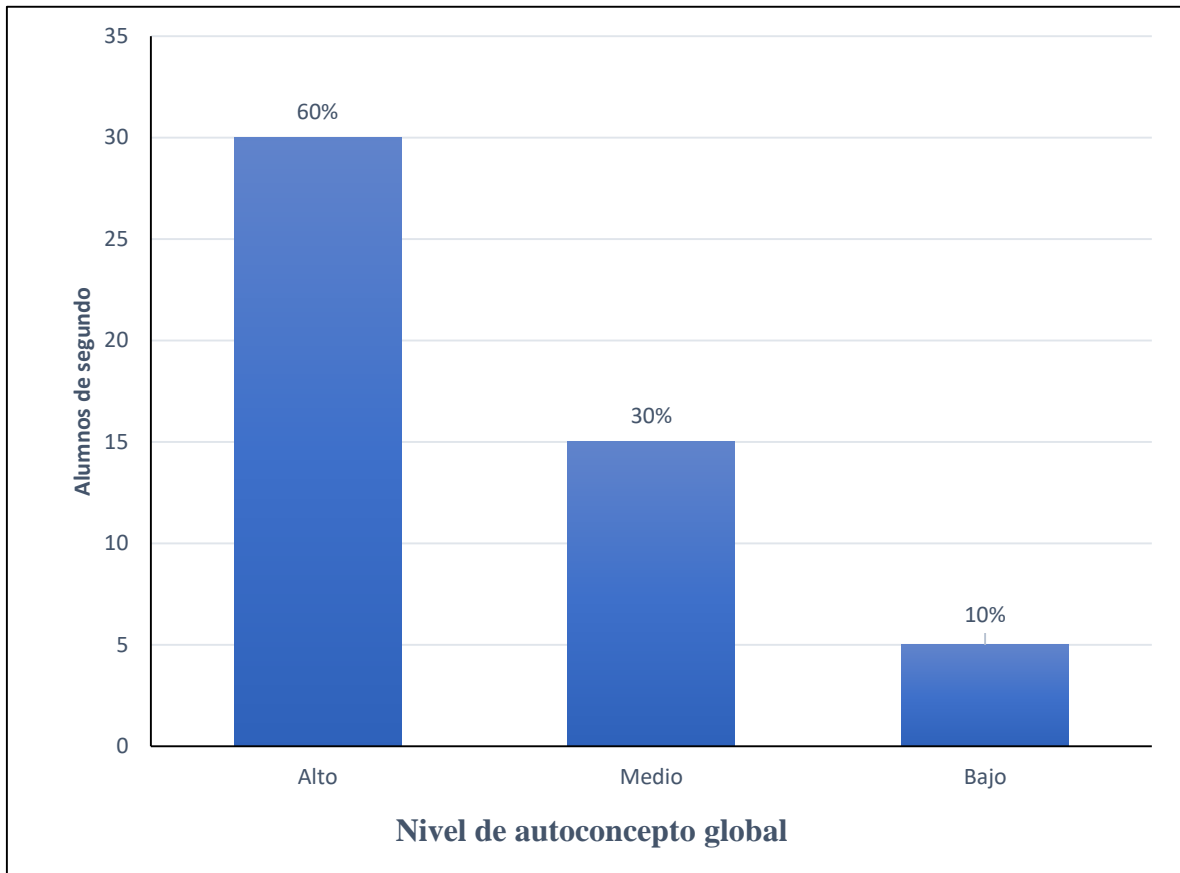
Grafica 2. Nivel de autoconcepto global

b) Puntajes de la escala de autoconcepto de acuerdo al nivel escolar.

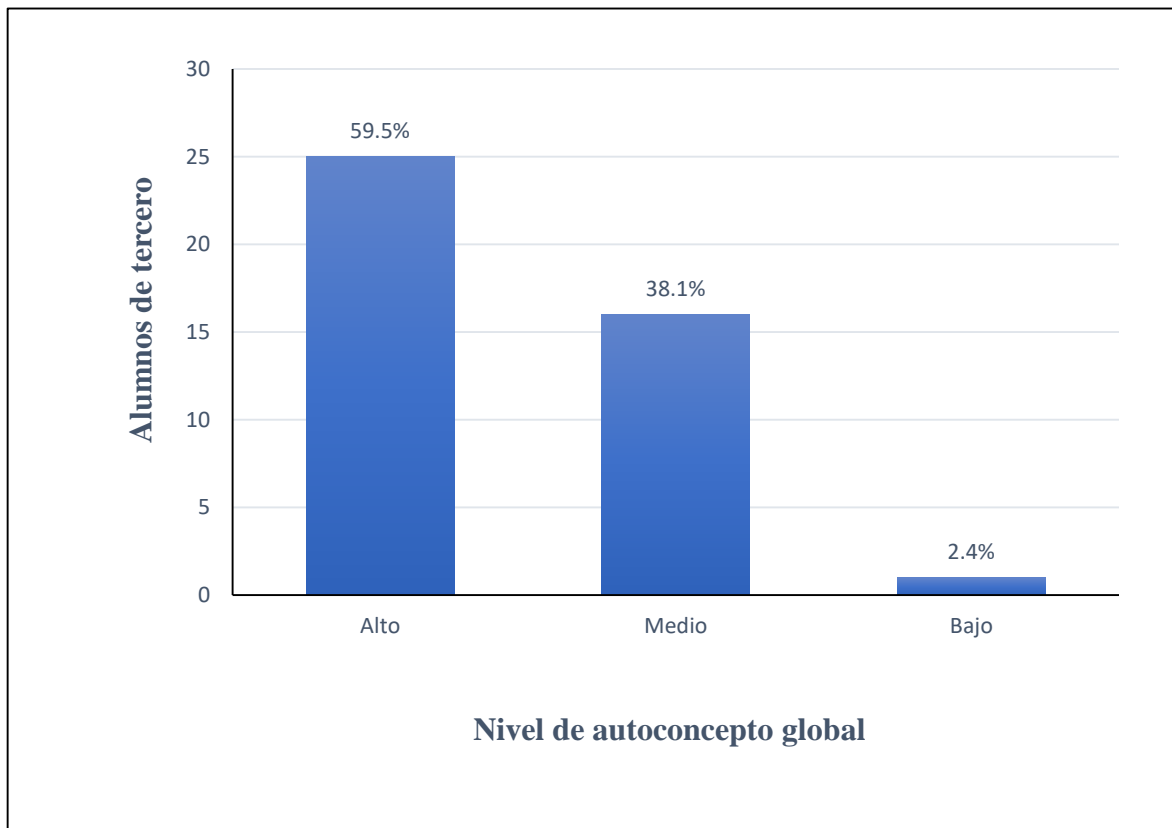
Se puede observar que los alumnos de primero de secundaria presentan un mayor nivel de autoconcepto respecto a los dos grupos siguientes, contando con un porcentaje del 66.1% de la población. El 32.3% presentan un nivel medio de autoconcepto y el 1.6% un nivel bajo. En cuanto a los alumnos de segundo grado el 60% cuenta con un nivel alto de autoconcepto, el 30% presentan un nivel medio y el 10% un nivel bajo, es así que podemos observar que los alumnos de segundo grado presentan un incremento del porcentaje de los alumnos con una percepción negativa de sí mismos. Con respecto al nivel de autoconcepto que presentan los alumnos de tercero de secundaria se puede observar que el 59.5% ha desarrollado un autoconcepto alto, mientras el 38.1% cuentan con un nivel medio y el 2.4% presenta un nivel bajo. (Gráfica 3, 4 y 5)



Gráfica 3. Nivel de autoconcepto global de los alumnos de primero.



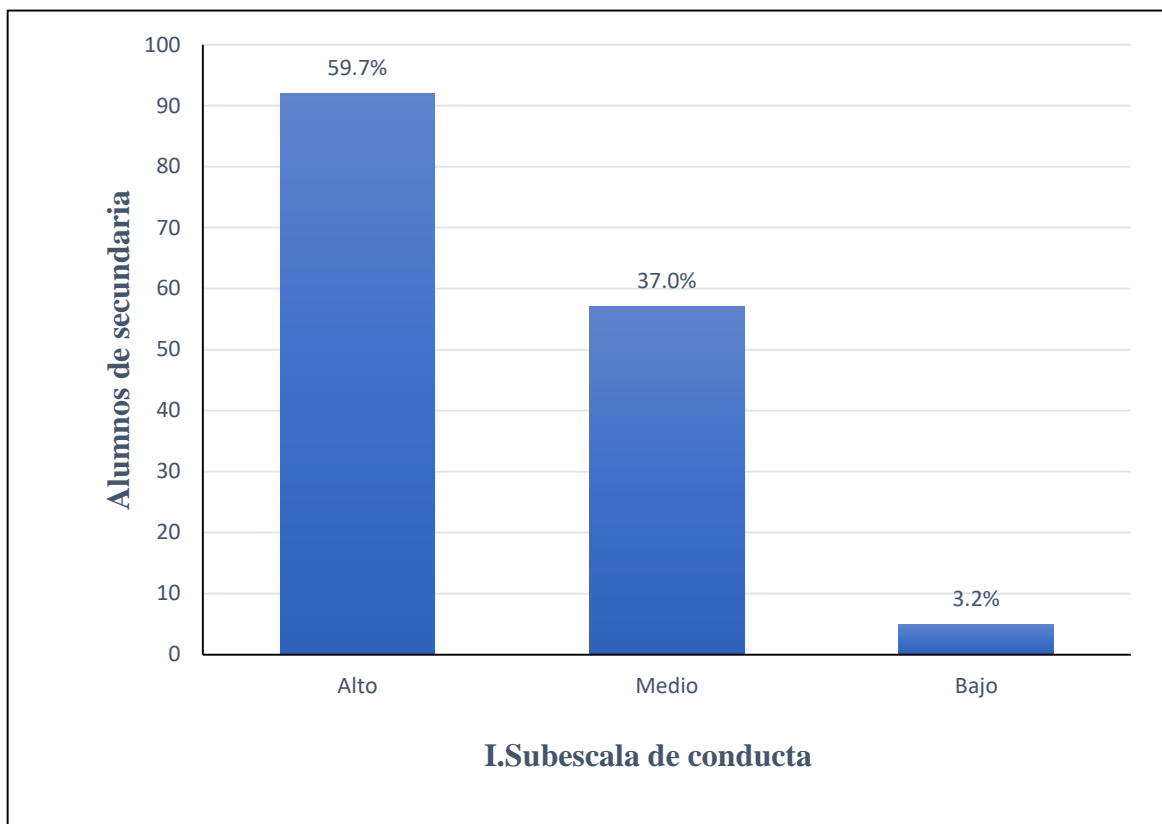
Gráfica 4. Nivel de autoconcepto global de los alumnos de segundo.



Gráfica 5. Nivel de autoconcepto global de alumnos de tercero.

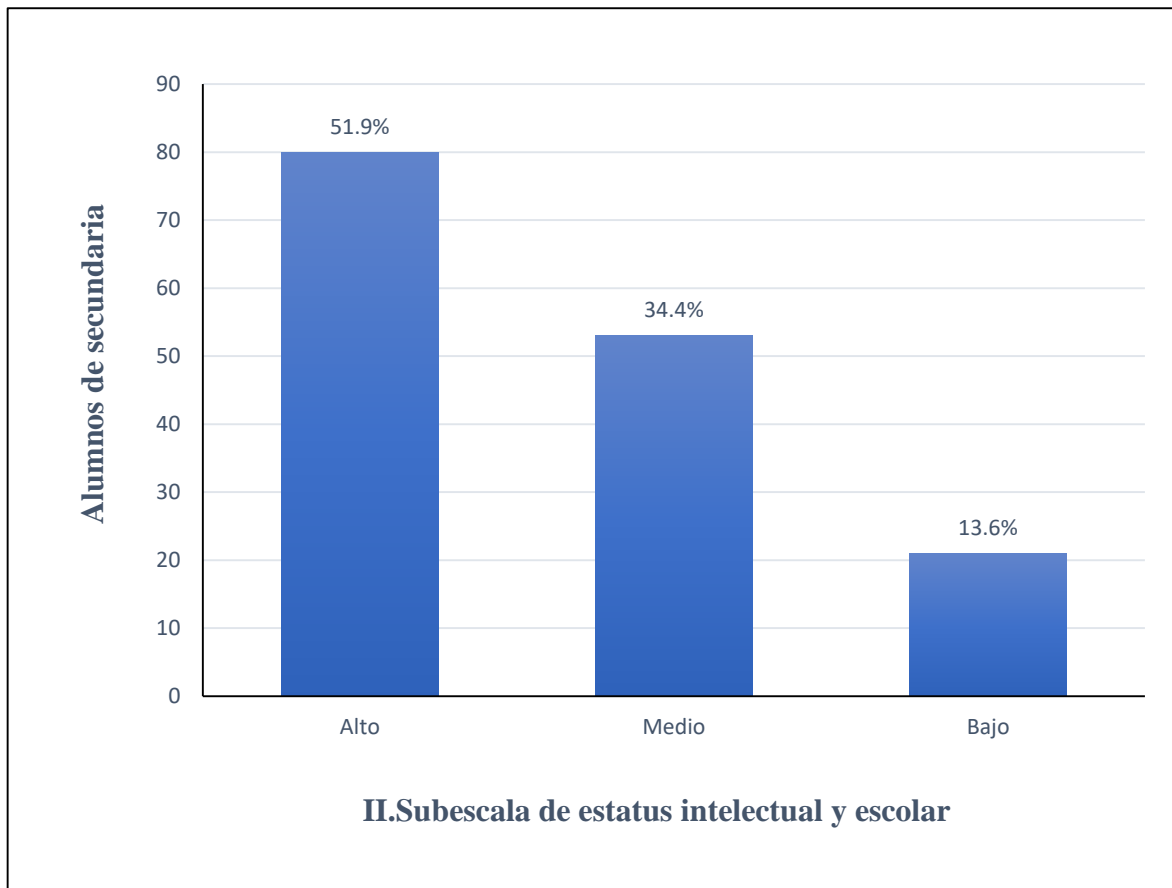
c) Puntajes de las subescalas de autoconcepto según la escala Piers-Harris.

La subescala de conducta: refleja el grado en que los sujetos admiten o niegan conductas problemáticas. Las respuestas en esta subescala de conducta, proporcionan claves importantes sobre cómo los sujetos evalúan sus problemas, si el sujeto asume o no responsabilidad en los problemas, o si proyecta la responsabilidad sobre los otros. Podemos observar que el 59.7% de los alumnos presentan un alto nivel en el autoconcepto de conducta, sugiriendo que asumen activamente las situaciones problemáticas que se les presentan, mientras que el 37% de los alumnos presentan un nivel medio es decir pudieran tener conflictos en situaciones de la misma índole, en cuanto al 3.2% se reconoce que tiene problemas en esta área.



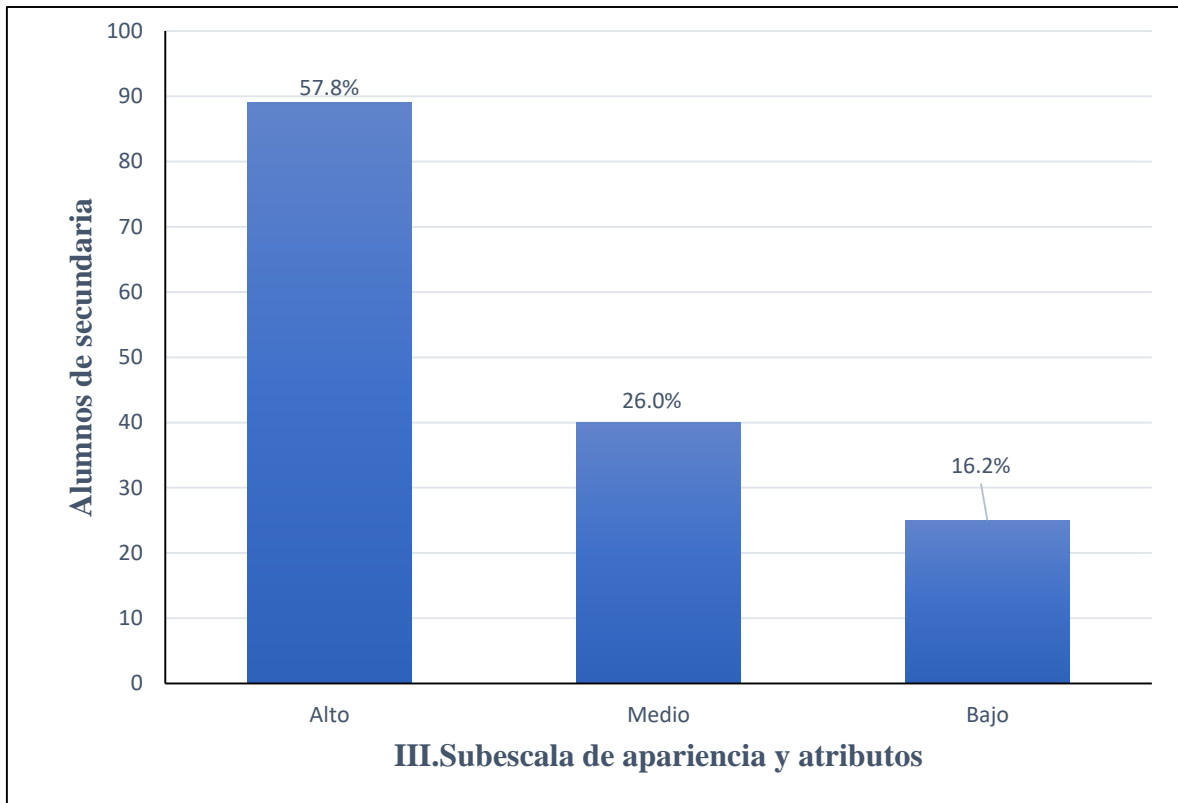
Gráfica 6. Subescala de conducta.

La subescala de estatus intelectual y escolar, refleja la autovaloración respecto al desempeño en las tareas escolares, incluyendo un sentimiento general hacia el colegio. Se puede observar que el 51.9% presenta un nivel alto, sugiriendo una buena relación con su escuela, y la relación que tienen con el cumplimiento de sus trabajos y tareas. Mientras que el 34.4% presentan un nivel medio, respecto al 13.6% de los alumnos de nivel secundaria demuestran un bajo autoconcepto en esta área. El nivel medio y bajo sugieren una internalización de patrones de baja autoestima o una pobre valoración del propio esfuerzo o capacidad para tener éxito académico.



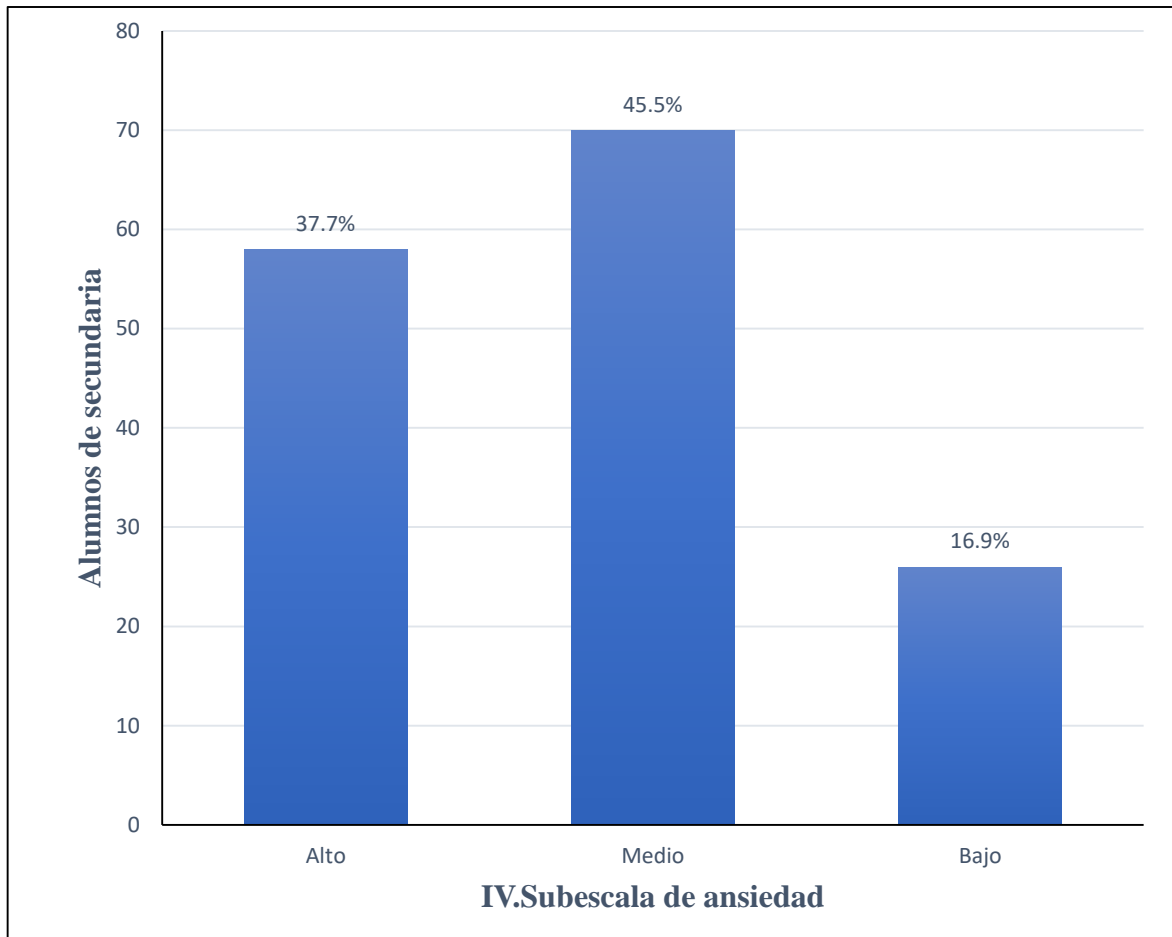
Gráfica 7. Subescala de estatus intelectual y escolar.

La subescala de apariencia y atributos refleja las actitudes infantiles relativas a sus características físicas y a sus atributos tales como liderazgo y habilidad para expresar sus ideas. Podemos observar que el 57.8% de los alumnos presentan un nivel alto sugiriendo que se sienten cómodos con su apariencia, valoran sus ideas y se les facilita expresarlas. En cuanto a el 26.0% reflejan un nivel medio y el 16.2% presentan un bajo nivel sugiriendo una baja autoestima en relación a su imagen corporal y atributos relacionados.



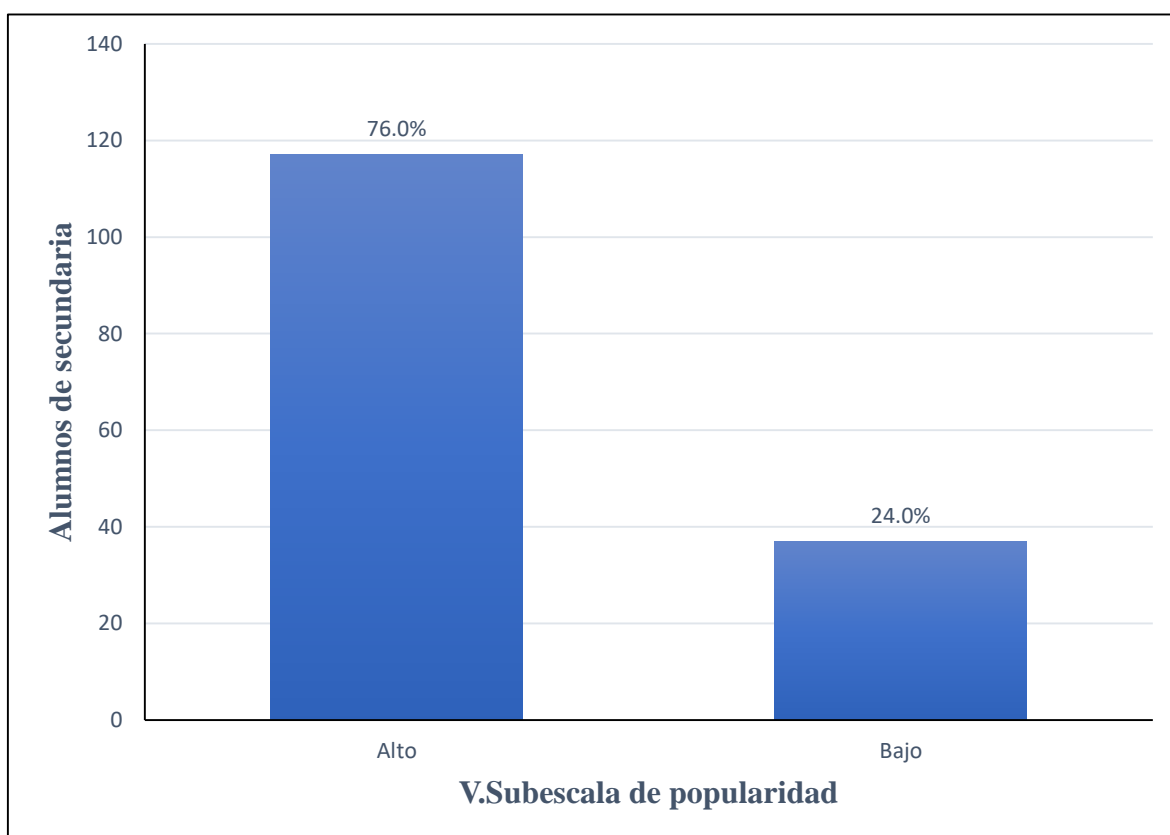
Gráfica 8. Subescala de apariencia y atributos.

La subescala de ansiedad refleja un humor desagradable, triste o alterado. Las preguntas de esta subescala, comprenden una variedad de emociones específicas que incluyen preocupaciones, nerviosismo, timidez, tristeza, miedo y en general, sentimientos de no ser tomado en cuenta. Es así que, el 37.7% presenta un alto nivel en cuanto al manejo de sentimientos que causan ansiedad. Podemos distinguir que la mayoría de los alumnos de secundaria presentan un nivel medio en cuanto a esta subescala, representando el 45.5%. Mientras que el 16.9% reflejan un nivel bajo. En cuanto a los niveles bajos de esta subescala se sugiere examinar cuáles fueron las respuestas en particular de cada alumno para determinar la naturaleza de los problemas y para decidir si debe o no recibir ayuda especializada.



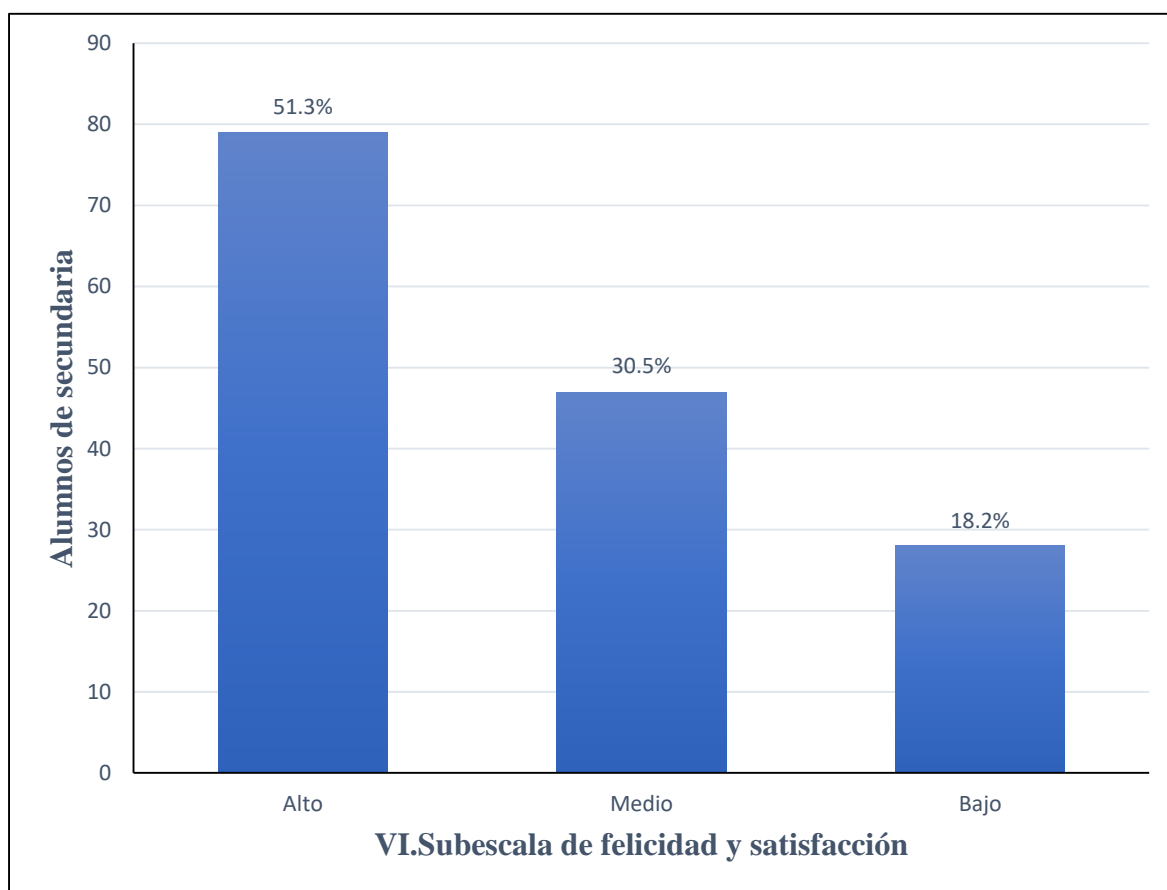
Gráfica 9. Subescala de ansiedad.

La subescala de popularidad refleja la forma en que los adolescentes evalúan su popularidad entre sus compañeros de curso, si se siente o no capaz de hacer amigos, si es o no elegido para participar en juegos y dinámicas, si es aceptado o no por su grupo de pares. El 76.0% reflejan un alto nivel en cuanto a su capacidad para hacer amigos y ser aceptado por su grupo de pares. El 24.0% presentan un nivel bajo, sugiriendo indicadores de retraimiento social, timidez, falta de habilidades y destrezas sociales, o rasgos de personalidad que facilitan el que el adolescente sea aislado o rechazado por sus pares.



Gráfica 10. Subescala de popularidad.

La subescala de felicidad y satisfacción reflejan un sentimiento general de ser feliz y estar satisfecho de vivir. Podemos observar que el 51.3% presentan un nivel alto en esta subescala, mientras que el 30.5% representan un nivel medio y el 18.2% reflejan un nivel bajo sugiriendo que esta población tiene una autovaloración negativa general y un fuerte anhelo de ser diferente.



Gráfica 11. Subescala de felicidad y satisfacción.

4.3 Análisis de la Entrevista.

A continuación, se describen los resultados que se obtuvieron en el cuestionario que se aplicó a cinco adolescentes, con la finalidad de recopilar información acerca de su conocimiento e intereses acerca del arteterapia y del arte en general. Podemos observar que, en la primera pregunta, las respuestas en su mayoría arrojan una definición clara en cuanto a lo que se entiende por arteterapia, exponiendo que es una terapia que a través del arte ayuda a expresar emociones. En cuanto a que tipos de arte conocen, podemos observar una amplia mención de varias técnicas artísticas, distinguiendo entre las primeras a las artes plásticas, en segundo lugar, la atención se centra en las artes visuales, siguiendo a las artes escénicas, musicales y literarias en ese orden. La tercera pregunta se refiere a el tipo de técnica artística que sea afín a sus gustos y les interesaría explorar, podemos encontrar un gusto diverso, prevaleciendo las artes plásticas, específicamente la escultura. A continuación, en la pregunta cuatro, se pretende conocer la noción que los adolescentes tienen del concepto de terapia, y observamos que la definen como un sitio de ayuda que busca un bienestar de las personas que lo solicitan. En cuanto a la penúltima pregunta, la mayoría respondió afirmativamente ante la idea de expresar emociones y sentimientos mediante técnicas artísticas, exponiendo interés y curiosidad ante esta posibilidad. Para finalizar podemos observar una breve descripción de ellos mismos.

Participantes	1. ¿Tú qué entiendes por Arteterapia?	2. ¿Qué tipos de Arte conoces?	3. ¿Si tomarás un taller de arte que tipo de arte te gustaría tomar?
1	Que es una terapia artística.	Visuales.	arte visual
2	Que a través de ella podemos expresar emociones.	Bellas artes, artes visuales y artes musicales	De escultura
3	Terapia con arte.	Pintura, danza, música, escultura, literatura y cine	Danza y escultura
4	Terapia de articulaciones.	Cine, cómics, mangas(cómics japoneses) y anime	Manga

5	Si separamos estas palabras sería: Arte/Terapia; es una forma de ayuda mediante el arte, sino puedes decirlo con palabras, el arte es una gran forma de expresarte.	Dibujo, fotografía, escultura, teatro, canto, danza, pintura; las bellas artes en general.	Me gustaría aprender óleo, acuarela y dibujo.
Indicador	Terapia, arte, expresar emociones.	Bellas artes, artes visuales, artes musicales, cine, escultura, pintura.	Escultura.

Adolescentes	4.¿Tú que entiendes por terapia?	5.¿Te gustaría expresar emociones y sentimientos a través de la pintura, fotografía, escritura, plastilina, etc.? y ¿por qué?	6. ¿Cómo te describes a ti mismo/a?
1	que es algo para desahogarte	si , supongo que sería interesante experimentarlo	responsable, respetuoso, que le gustan los animales y le gusta leer
2	Es una forma de recibir ayuda	Sí porque podría aprender sobre esos temas y podría sacar todo lo que siento	Enojón, alegre y serio
3	un medio para sentirte en paz o para ayuda de salud mental o física	Sí, porque es una forma sana y divertida de expresar las emociones	Feliz positiva, cariñosa y divertida
4	Donde se trata a un paciente	No, porque prefiero liberar mis emociones durmiendo	Bipolar, chiquito y hermoso
5	Un análisis o una ayuda que mucha gente necesita.	Claro, para eso es el arte, es la expresión y el toque que le pones tú mismo a lo que te apasiona, me encantaría que las personas con el arte que yo haga transmitiera lo que yo haga transmitiera lo que yo quiero decir, que lo sientan.	Como alguien imaginativo pero que le hace falta saber cómo expresarse correctamente, alguien pensativo.
Indicador	Ayuda.	Sí, emociones, expresar.	

4.4 Propuesta de Taller de Arteterapia para Fortalecer el Autoconcepto

A continuación, se presenta la propuesta de un taller de arteterapia para fortalecer y mantener el autoconcepto en los alumnos que a partir de los resultados obtenidos presentaron dificultades en esta área, así como para ayudar en el desarrollo de las diferentes subescalas que se evaluaron.

Objetivo General	Objetivos específicos	Objetivos Operativos
1.Fortalecer el autoconcepto de los adolescentes en edad temprana de una escuela secundaria.	1.1 Evaluar el nivel de autoconcepto en los adolescentes y su interés por las artes.	1.1.1 Aplicar el test de Autoconcepto Piers-Harris.
		1.1.2 Aplicar un cuestionario para conocer su interés por las artes.
		1.2.1 Utilizar la técnica del Collage para que los adolescentes expresen el conocimiento de sí mismos a través de las imágenes seleccionadas.
		1.2.2 Utilizar la técnica de pintar un cuento con el fin de analizar que representa para los alumnos la historia elegida, con que personajes se encuentran identificados y que pasaba en su vida en este tiempo.
	1.2 Diseñar un taller de ejercicios de Arteterapia para fortalecer el Autoconcepto de los adolescentes en edad temprana.	1.2.3. Utilizar la técnica de la escritura autobiográfica a partir de un diario, invitar a los alumnos a apuntar cualquier cosa que venga a la mente, así como sus sueños, para contactar con su mundo interno.
		1.2.4 Utilizar la técnica del Auto-retrato para contactar con la percepción que el alumno tiene de sí mismo, fortaleciendo su identidad, autoimagen y autoestima.
		1.2.5 Utilizar técnica imaginación activa que ayuda a profundizar y explorar el inconsciente dejando surgir las emociones, fantasías e ideas de los alumnos con el objetivo de conectar con ellas.
		1.2.6 Crear una línea del tiempo para identificar momentos que han marcado la vida, de igual manera utilizar la técnica de escribir una carta a quien se quiere llegar a ser a quien es y a quién será.

Objetivo operativo	Fecha	Actividades y Tareas	Participantes	Recursos, Materiales y Espacio.
1.1.1 Aplicar el test de Autoconcepto Piers-Harris.	Sep.	<p>-Transcribir mediante Google Forms la escala de autoconcepto Piers Harris.</p> <p>-Enviar el link de la escala a través del área psicopedagógica de una Institución privada.</p>	154 alumnos de nivel secundaria de una institución privada.	-Link del formulario de preguntas de la escala Piers-Harris.
1.1.2 Aplicar un cuestionario para conocer su interés por las artes.	Oct	<p>-Elaborar el cuestionario para conocer los intereses y el conocimiento que los alumnos tienen acerca del arteterapia y las artes en general.</p> <p>-Enviar el cuestionario mediante Google Forms a 5 adolescentes de una Institución privada.</p>	5 alumnos de nivel secundaria de una institución privada.	-Link del formulario de preguntas abiertas acerca del conocimiento e intereses por las artes.
1.2.1 Utilizar la técnica del Collage para que los adolescentes expresen el conocimiento de sí mismos a través de las imágenes seleccionadas.	Nov	<p>-Para dar inicio a la sesión se les pedirá a los alumnos que escriban un verso con la letra con la que empieza su nombre. Después se les pedirá que realicen un dibujo de ese poema. Al finalizarlo preguntar: ¿qué sintieron?, ¿Qué pensaron? Y ¿qué les pasó en el proceso?</p> <p>-A continuación, se les pedirá a los alumnos que narren una historia visual, a partir de las imágenes con las que se identifican y que describen tanto lo que les gusta como lo que no les gusta. Al finalizar, se les pedirá a los</p>	15 alumnos.	<p>-cuaderno de dibujo</p> <p>-crayolas</p> <p>-colores</p> <p>-pasteles</p> <p>-tijeras</p> <p>-pegamento</p> <p>-revistas</p> <p>-periódicos</p> <p>-pintura</p> <p>-diamantina</p> <p>-tela</p>

		alumnos que den una breve descripción o explicación de lo plasmado en el collage.		
1.2.2 Utilizar la técnica de pintar un cuento con el fin de analizar qué representa para los alumnos la historia elegida, con qué personajes se encuentran identificados y que pasaba en su vida en este tiempo.	Nov	-Se iniciará la sesión con una técnica de teatro para sensibilizar y fomentar la confianza grupal en los alumnos. Para esto, se les pedirá a los alumnos que caminen por el espacio sin dejar huecos vacíos, tomando conciencia de su propio cuerpo, posteriormente se pondrán en pareja, uno de los alumnos será vendado de los ojos y el otro lo llevará a explorar por todo el espacio, se invertirán los roles. - A continuación, se les pedirá que recuerden un cuento que sea su preferido o con el que se sientan más identificados. Posteriormente se pedirá que dibujen el cuento seleccionado. Al finalizar se pedirá que respondan atrás de la hoja en la que pintaron las siguientes preguntas: ¿qué cuento era?, ¿Cómo tuviste contacto con este cuento?, ¿qué sucedía en aquella época de tu vida? ¿Qué hace que el pasaje dibujado sea importante para ti?	15 alumnos	-paliacates para vendar los ojos. -crayolas -colores -pasteles -cuaderno de dibujo
1.2.3. Utilizar la técnica de la escritura terapéutica y autobiográfica a partir de un	Nov	-Para dar inicio a la sesión se utilizará la técnica de teatro llamada fotografía, se le pedirá a uno de los alumnos que pase al frente y que se	15 alumnos	-libreta estilo francés, a cuadros, rayas o dibujo.

<p>diario, invitar a los alumnos a apuntar cualquier cosa que venga a la mente, así como sus sueños, para contactar con su mundo interno.</p>		<p>mantenga en una posición estática que de indicios del lugar y la acción que está realizando, así los demás participantes entrarán a la escena complementando la fotografía.</p> <p>-A continuación, se pedirá a los alumnos que piensen en un evento que les causó mucho estrés, crear un personaje y escribir cómo se siente, relatarlo en tercera persona. Invitar al alumno a que piense en cada detalle de la situación planteada: ¿Por qué?, ¿Cuándo?, ¿Cómo?, ¿Dónde? Y ¿Quiénes? Al finalizar la historia se comentarán las siguientes preguntas, ¿Por qué el protagonista reacciona de una forma determinada? ¿Por qué se comporta de esta manera? ¿Por qué se siente así?</p> <p>Invitar a los alumnos a que escriban día a día sus sueños, ideas, deseos y todo lo que sea relevante para ellos.</p>		
<p>1.2.4 Utilizar la técnica del Auto-retrato para contactar con la percepción que el alumno tiene de sí mismo, fortaleciendo su identidad, autoimagen y autoestima.</p>	<p>Nov</p>	<p>-Dar inicio al taller con un ejercicio de teatro para reconocer aptitudes y cualidades en los alumnos. Se dividirá el grupo en dos equipos, una vez dividido se les pedirá que peguen en su espalda con cinta adhesiva una hoja de papel. Posteriormente se les indicará que escriban en la hoja de su compañero las cualidades y</p>	<p>15 alumnos</p>	<p>-hojas de papel -cinta adhesiva -plumones -pinturas -crayolas -pasteles -cuaderno de dibujo</p>

		<p>aptitudes que ven en él o ella, sin hacérselo saber. Cada alumno leerá para sí mismo, la hoja con sus cualidades y compartirá si reconoce estas aptitudes y cualidades en sí mismos.</p> <p>-Para seguir con la dinámica, se le dará una pequeña explicación a los alumnos de que es la técnica surrealista. Posteriormente se les pedirá que vean su reflejo en un espejo y que se pinte a sí mismo, utilizando elementos de la técnica presentada. Al finalizar, se puede cuestionar el porqué de los elementos que escogieron para representarse a ellos mismos y reflexionar acerca de qué simbolizan los elementos dibujados en sus vidas.</p>		-espejo
1.2.5 Utilizar técnica imaginación activa que ayuda a profundizar y explorar el inconsciente dejando surgir las emociones, fantasías e ideas de los alumnos con el objetivo de conectarse con ellas.	Nov	-Se le pedirá al alumno que contacte con una emoción con la que se quiera trabajar (enojo, miedo, tristeza, etc.), pensar en un sueño, una fantasía o una imagen que se le venga a la mente a partir de esa emoción o que pueda representar esa emoción, concentrarse en esa imagen. Posteriormente se le pedirá representar la imagen visualizada en plastilina, luego de finalizar la obra preguntar cómo se sintieron o	15 alumnos	-plastilina

		que pensaron mientras la realizaban y que sintieron al finalizarla.		
1.2.6 Crear una línea del tiempo para identificar momentos que han marcado la vida, de igual manera utilizar la técnica escribir una carta a quien fuimos para despedir a la infancia vivida y posteriormente escribir una carta a quien se quiere llegar a ser.	Nov	<p>-Para dar inicio se le pedirá al alumno que visualice los momentos en su vida que han sido relevantes hasta el momento. Realizar una línea del tiempo en donde ubiquen esos momentos que han marcado su vida. Al finalizar, se analizará qué situaciones lo han formado hasta la actualidad.</p> <p>-A continuación, se le pedirá al alumno que escriba una carta a su Yo del pasado. Al finalizar, reflexionar acerca de lo que sintieron al escribirse a ellos mismos, reflexionar sí les hubiera gustado recibir esa carta cuando eran niños. Para seguir con el ejercicio se pedirá a los alumnos que escriban otra carta, pero ahora hacia su Yo del presente y por último a su Yo del futuro.</p>	15 alumnos	<ul style="list-style-type: none"> -recortes -crayones -pegamento -diario -lápiz -pluma

Discusión y Conclusión.

Esta investigación tuvo como propósito dar a conocer la relevancia de la implementación del trabajo arteterapéutico en el fortalecimiento del autoconcepto de los adolescentes en edades tempranas, a partir de una investigación documental y la aplicación de una escala de autoconcepto, con el objetivo de hacer una propuesta, conforme a los hallazgos realizados, de un taller de ejercicios de arteterapia adecuado a las necesidades que los jóvenes en esta etapa del desarrollo presentan, con la finalidad de promover un bienestar integral y un tránsito óptimo por la adolescencia. A continuación, se presentarán los principales descubrimientos acerca de este estudio.

Por lo que se refiere a los resultados obtenidos acerca de la escala Piers Harris, podemos observar en las gráficas que la mayoría de los alumnos de una secundaria privada presentó un alto nivel en cuanto a su autoconcepto global. Poniendo énfasis en los alumnos de primer grado de secundaria, los cuales presentan un nivel superior en cuanto al resto de los alumnos. Como se ha mencionado anteriormente en la adolescencia existe una clara crisis de identidad, ya que es el inicio del final de la niñez y el primer encuentro con lo que será su nuevo Yo dentro del mundo adulto. Por lo tanto y de acuerdo a las gráficas mencionadas, se sugiere que en el primer año de secundaria los adolescentes aún se encuentran más cercanos a su personalidad infantil, mientras que, en los siguientes años, la apertura a las nuevas situaciones que el mundo a su alrededor presenta y la nueva posición que van adoptando, podría sugerir un momento de mayor confusión en cuanto a su personalidad y la percepción del sí mismo.

De igual forma, es importante resaltar que en general los alumnos de dicha institución cuentan con una buena percepción y apreciación de ellos mismos. Sin embargo, se puede observar en las gráficas que existen varios alumnos con puntajes medios y bajos tanto en la escala global como en las subescalas que evalúan diferentes áreas del autoconcepto, sugiriendo una población que está pasando por dificultades en cuanto al desarrollo y construcción de un autoconcepto positivo. Postulando ser, la población que requiere de herramientas que fortalezcan la personalidad y la valía. Y así, disminuir las conductas que generen riesgos, promoviendo el autocuidado en los alumnos.

Otro punto relevante sería, los hallazgos a partir del estudio documental de la relación que tiene el arteterapia con el fortalecimiento de un concepto positivo y la introspección en los adolescentes. Para Tejeda (2013), el arteterapia es útil para personas de todas las edades y es a partir del arte que los psicoterapeutas propician que los pacientes aborden problemas emocionales y psicológicos, hace hincapié en que es un tipo de terapia poco aversiva para el trabajo con adolescentes, ya que les sirve como medio de comunicación y permite desarrollar su creatividad. López (2021) propone que el arteterapia, invita a la introspección y por ende al autoconocimiento, procurando un desarrollo de la autoconfianza y autoestima.

De igual manera describe, que el trabajo del arteterapia aplicado a adolescentes será el de explorar creativamente las diversas emociones y situaciones que están aconteciendo. Es decir, utilizar los medios artísticos para el desarrollo del autoconcepto en una etapa que enmarca los hitos del inicio de la consolidación de la identidad y la personalidad, podría aportar grandes beneficios para las juventudes, brindando un espacio que los invite a la satisfacción personal, el sentirse bien con ellos mismos, a la construcción de una personalidad más auténtica y con menos conflictos.

Por un lado, contamos con las aportaciones documentales que nos sugieren la importancia del trabajo arteterapéutico en los adolescentes y por otro tenemos los resultados de un breve cuestionario acerca de los intereses de los adolescentes por la participación en talleres de este tipo. Los adolescentes muestran un conocimiento general de diversas técnicas artísticas, de igual manera expresan interés y curiosidad ante la exploración de expresar emociones a través de ellas. En cuanto a su conocimiento acerca del significado de terapia, aportan una clara idea del papel que un espacio terapéutico representa. Para (Piaget) citado en (Papalia) 2017 el proporcionar un ambiente prolífero de oportunidades culturales y educativas conducirá a los adolescentes a un desarrollo óptimo de dicha etapa. Es así que la adolescencia es un punto álgido para experimentar una multiplicidad de espacios y herramientas que aporten, sentimientos y pensamientos de valía para la construcción de personas más conectadas con sus emociones y deseos. Que dirijan su vida hacia lugares que les sean significativos para ellos mismos y que puedan diferenciar las voces ajenas de su propia voz interna. Los adolescentes se encuentran en una continua transformación y

adaptación, la apuesta sería colocar las herramientas adecuadas para catalizar y expandir sus intereses y su personalidad.

De modo que, a partir de lo anterior, la presente investigación ha pretendido aportar una propuesta de taller de ejercicios arteterapéuticos que sean aliados y ayuden a los adolescentes a resolver sus conflictos, miedos y dudas. Es así, que los ejercicios seleccionados fueron elegidos de acuerdo a este propósito. El taller se dividió en 6 sesiones, de una hora y media a dos aproximadamente, la mayoría de las sesiones inician con un ejercicio teatral para propiciar el juego y la relajación de los adolescentes, y así continuar con los ejercicios de arteterapia basados en su mayoría en las técnicas de collage, pintura, escultura y escritura. El primer ejercicio es “el collage”, que según (Estay, 2016), es una técnica ideal para las primeras sesiones ya que permite a los participantes sentirse menos intimidados propiciando el desenvolvimiento a través de las imágenes seleccionadas que contactan con su mundo interno, además permite la modificación, la experimentación, la libertad de poner y la posibilidad de también quitar si así fuera el caso. El siguiente ejercicio arteterapéutico que se eligió fue “pintar un cuento”, el cual consiste en contactar con identificaciones pasadas, además de explorar los simbolismos e ideas acerca del cuento y cómo las interpreta el alumno. El tercer ejercicio tiene que ver con “la escritura terapéutica”, que es una herramienta de autoayuda, que permite el autoconocimiento, es decir, contar con “un diario”, les permitirá tener un aliado que propicia la catarsis, permitiendo aliviar tensiones del día a día. En la cuarta sesión se utilizará la técnica del “autorretrato”, para contactar con la imagen que el alumno tiene de sí mismo, expresando a partir de colores y formas la mirada de su mundo interior. En el quinto ejercicio “imaginación activa”, se pretende que el alumno trabaje con situaciones inconscientes que lo afecten, conduciendo a la toma de consciencia y por ende a un mejor manejo de sus emociones ante aquellas cosas veladas. Por último, el alumno realizará una “línea de tiempo” con recortes, en la cual identifique los momentos en la vida que lo hayan marcado, para finalmente “escribir tres cartas”, a su Yo de pasado, del presente y del futuro.

Es así que a través de la investigación documental se puntualizan algunos hitos de mayor relevancia que atañen a la etapa de la adolescencia, tales como: la importancia de la imagen corporal, la despedida del cuerpo y el rol infantil, el desarrollo del pensamiento abstracto, la

crisis de identidad, el nuevo cuerpo sexual y la adquisición del nuevo rol dentro de la sociedad. Procurando la elección de los ejercicios para el trabajo de estos y el fortalecimiento del autoconcepto, sugiriendo que la acertada escucha y canalización de los conflictos por los que se transcurre en dicha etapa, desembocara en la construcción de una idea más nítida y sólida de la personalidad de los jóvenes.

En definitiva, seamos facilitadores de la humanidad, acompañantes en el camino hacia la verdad individual, proponiendo nuevas herramientas que funjan como rituales de iniciación que permitan a los individuos ocupar dignamente los nuevos lugares del desarrollo que les corresponden.

Referencias

- Aguirre Baztán, A. (2009). *Psicología de la Adolescencia*. Barcelona: Marcombo.
- Ander-Egg, E. (2016). *Diccionario de Psicología*. Argentina: Editorial Brujas.
- Asturias Castañeda, R. (2018). *Programa de Arte terapia enfocado en la autoestima dirigido a un grupo de adultos mayores institucionalizados*. Guatemala de la Asunción: Universidad Rafael Landívar.
- Bassols, M. (2006). El arteterapia, un acompañamiento en la creación y la transformación. *Arteterapia- Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social*, 19-25.
- Benenzon, R. O. (2011). *Musicoterapia*. PAIDOS.
- Bettelheim, B. (1994). *Psicoanálisis de los cuentos de hadas*. Barcelona: CRÍTICA.
- Carpio , I. d. (2017). *Programa arteterapia "ATIKUX" en la inteligencia emocional en adolescentes*. Arequipa, Perú: Universidad Católica De Santa María .
- Cazalla-Luna, N., & Molero, D. (2013). REVISIÓN TEÓRICA SOBRE EL AUTOCONCEPTO Y SU IMPORTANCIA EN LA ADOLESCENCIA. *Revista Electrónica de Investigación y Docencia (REID)*, 43-64.
- Cespedes Bonilla, J. P. (2021). *Influencia del Arteterapia en la salud mental de estudiantes niños y adolescentes*. Lima: Universidad de Lima.
- Cespedes, J. (2021). *Influencia del Arteterapia en la salud mental de estudiantes niños y adolescentes*. Lima, Perú: 2021.
- Cobo Robayo, V. L. (2018). *Influencia del Arteterapia en el autoconcepto de niños de 6-12 años*. Quito: Universidad San Francisco de Quito USFQ.

- Covarrubias Oppliger, T. E. (2006). *Monografía para optar a la Especialización en Arte Terapia del Postítulo en Terapias de Arte, Mención Arte Terapia*. Santiago, Chile: Universidad de Chile.
- Dorr, A. (2005). *ESTUDIO COMPARATIVO DE AUTOCONCEPTO EN NIÑOS DE DIFERENTE NIVEL SOCIO ECONOMICO*. Chile: Universidad de Chile.
- Dowmat, L. P. (2000). Tres aproximaciones al Arte Terapia. *Arte, Individuo y Sociedad*, 311-319.
- Escuredo Rodríguez, B. (2002). *Estructura y función del cuerpo humano*. Madrid: McGraw-Hill.
- Esnaola, I., Goñi, A., & Madariaga, J. M. (2008). El Autoconcepto: Perspectivas de Investigación. *Revista de Psicodidáctica*, 179-194.
- Estay Gutiérrez, M. P. (2016). *Intervención Arteterapéutica con Adolescentes: Una experiencia de grupo*. Santiago de Chile: Universidad de Chile.
- Estay, M. P. (2016). *Intervención Arteterapéutica con Adolescentes: Una experiencia de grupo*. Santiago de Chile: Universidad de Chile.
- Fischman, D. (2001). Danzaterapia: orígenes y fundamentos. *ADTR*.
- García, A. R. (2013). *La Educación emocional, el autoconcepto, la autoestima y su importancia en la infancia*. EDETANIA 44.
- García, G. (2017). *Como investigar en ciencias sociales*. México: Trillas.
- Gianello, M. (2017). *Una lectura del sí mismo y de su evolución como concepto*. Montevideo: Universidad de la República.
- Gómez, R. (2017). *Escribirme, Manual de escritura autobiográfica*. México.
- Guerrón, E. (2015). *Guía didáctica de estrategias en arte terapia para el trabajo con adolescentes entre las edades de 16-18 años que presenten ansiedad del colegio fiscal "Octavio Cordero Palacios"*. Cuenca, Ecuador: Universidad del Azuay.

- La Real Academia Española. (Octubre de 2014). *Diccionario de la lengua española*. Obtenido de Asociación de Academias de la Lengua Española: <https://dle.rae.es/autoconcepto>
- López Martínez, D. (2009). *La Intervención Arteterapéutica y su Metodología en el Contexto Profesional Español*. Murcia: Universidad de Murcia.
- López Romero, B. (s.f.). *Arte terapia. Otra forma de curar*. Universidad La Salle.
- López, M. C. (2021). *Arteterapia y resiliencia. Técnicas y talleres para todas las edades*. Maipue.
- López, Martínez, D. (2011). Técnicas, materiales y recursos utilizados en los procesos arteterapéuticos. *Arteterapia: Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social*, 183-191.
- Madrigales, C. (2012). *Autoconcepto en Adolescentes de 14 a 18 años (Estudio realizado en funda niñas Mazatenango)*. Universidad Rafael Landívar.
- Menéndez, C. (2010). Arteterapia o Intervención Terapéutica desde el Arte en Rehabilitación Psicosocial. *Informaciones Psiquiátricas*, 367-380.
- Montero Domínguez, A., & Benticuaga, J. R. (2018). *Arteterapia para enfermos con Alzheimer*. Universidad de Huelva.
- Mora Salas, L. (2011). *Desarrollo adolescente y derechos humanos*. Unicef. Caracas: Editorial Ignaka, C. A.
- Morales, P. (2010). Elementos de Arteterapia como Medio de Comunicación y Elaboración en Psicoterapia con Adolescentes. *Arteterapia: Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social*, 137-152.
- Moreno Araya, N. (2007). *Arte terapia y adolescentes: promoviendo la expresión emocional de los conflictos con la autoridad*. Santiago de Chile: Universidad de Chile.
- Mosso, L. E., & Penjerek, M. M. (2010). *Adolescencia y Salud*. MAIPUE.
- Mussen, P. H., Conger, J. J., & Kagan, J. (1977). *Desarrollo de la personalidad en el niño*. México: Trillas.

- Ortiz, H. (s.f.). Teorías de la personalidad Erik Erikson. *Academia*.
- Papalia, D. E., Wendkos, S., & Duskin, R. (2009). *Psicología del desarrollo de la infancia a la adolescencia*. Mc Graw Hill.
- Paz, Parada, M. (2015). *El arteterapia como puente de comunicación con una adolescente*. Santiago de Chile: Universidad de Chile.
- S.J.Taylor, R. (1984). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación*. Barcelona: Paidós.
- Sampieri, R. (2014). *Metodología de la Investigación*. México DF: Mc Graw Hill.
- Sampieri, R. H. (2014). *Metodología de la Investigación*. Mexico DF: Mc Graw Hill Education.
- Serrano Morales, P. (2006). *El Arte terapia como herramienta de prevención de Bournout en profesionales de la salud*. Santiago de Chile : Universidad de Chile.
- Tavira, F. d. (1996). *Introducción al Psicoanálisis del Arte*. IIPCS, UIA, PyV.
- Taylor, S. J. (1984). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación*. Barcelona: Paidós.
- Tejeda Payeras, S. M. (2013). *"PROGRAMA DE ARTE TERAPIA CRE-ARTE PARA MODIFICAR LA AUTOESTIMA EN LAS ADOLESCENTES DE FUNDANIÑOS."*. Guatemala: Universidad Rafael Landívar.
- Vaca, V. (2021). *EL ARTETERAPIA COMO DISPOSITIVO QUE FACILITA LA EXPRESIÓN DE CONTENIDOS INCONSCIENTES EN ADOLESCENTES DE TERCERO DE BACHILLERATO GENERAL UNIFICADO*. Quito: Universidad Politécnica Salesiana.