



Universidad Católica Argentina
"Santa María de los Buenos Aires"
Facultad de Psicología y Psicopedagogía
Lic. en Psicología

TRABAJO DE INTEGRACIÓN FINAL

Beneficios del Arteterapia para la Terapia de Parejas

Alumna: Ana Gorosito

N° de registro: 121701213

Director de T.I.F: Licenciado Nicolás Obiglio

Tutora: Licenciada Agustina Aceiro

Buenos Aires, Argentina - 2021

Nicolás Obiglio

Ana Gorosito

ÍNDICE

1. DELIMITACIÓN DEL OBJETO DE ESTUDIO, DEFINICIÓN DEL PROBLEMA, OBJETIVOS Y SU FUNDAMENTACIÓN	2
1.1 Delimitación del Objeto de Estudio	2
1.2. Definición del Problema	5
1.3. Objetivos	5
<i>Objetivo General:</i>	5
<i>Objetivos Específicos:</i>	6
1.4 Fundamentación	6
2. METODOLOGÍA	9
3. DESARROLLO CONCEPTUAL	11
3.1 Terapia De Pareja	11
3.1.1 Definición y evolución de la terapia de pareja	11
3.1.2 Abordajes que priman en la actualidad	15
3.2 Arteterapia	19
3.2.1 Conceptualización y nacimiento del Arteterapia	19
3.2.2 Aplicaciones y tipos de Arteterapia	23
3.3 Arteterapia integrado a la Terapia de Parejas	27
4. SÍNTESIS Y CONCLUSIONES	34
5. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	39
6. ANEXO	48

1. DELIMITACIÓN DEL OBJETO DE ESTUDIO, DEFINICIÓN DEL PROBLEMA, OBJETIVOS Y SU FUNDAMENTACIÓN

1.1 Delimitación del Objeto de Estudio

El siguiente trabajo teórico de revisión bibliográfica pretendió analizar, a partir de una búsqueda exhaustiva de libros, artículos teóricos e investigaciones empíricas, la integración de herramientas de Arteterapia a la terapia de parejas. Para esto, se expuso en un primer momento, los aportes más significativos de abordajes psicoterapéuticos para tratamiento de parejas. Luego se describió el Arteterapia y sus aplicaciones. Finalmente, se exploró la integración de herramientas de Arteterapia a la terapia de parejas y su fundamentación.

Este trabajo de integración final se realizó teniendo en cuenta lo que en psicoterapia integrativa se denomina “integración práctica”, que consiste en el uso del enfoque y herramientas que el terapeuta considere adecuadas según el paciente y el problema en particular. Se trata de una base firme de un sistema de psicoterapia y la voluntad de incorporar o asimilar, de manera considerada, perspectivas o prácticas de otras escuelas (Rutger et al., 2005). En este caso sería la utilización de determinadas herramientas arteterapéuticas según las que el terapeuta considere necesario integrar a la terapia de pareja.

La terapia de pareja es una de las modalidades de psicoterapia más difíciles que existen, ya que implica ciertos elementos que hace que difiera en varios aspectos con la psicoterapia individual. Todos los enfoques modernos de la terapia de parejas comparten, al menos de forma parcial, una perspectiva sistémica en el sentido que se asume que no se trabaja con dos personas independientes entre sí, sino en total interdependencia, es decir, el foco está en lo relacional (Montesano, 2015). El término terapia de pareja ha reemplazado recientemente el término históricamente más utilizado terapia marital, debido a que el primero pone su énfasis en el vínculo entre dos personas, sin el tono crítico de social valor implicado en el término tradicional (Gurman, 2015).

El sentimiento amoroso que experimenta la pareja constituye un vínculo, un tipo complejo de relación conectado con estados de ánimo positivos, intensos y plenos, pero, además, puede ser un sentimiento efímero, conflictivo, egoísta y que se relaciona con lo traumático y lo doloroso, como puede observarse en las parejas que pasan por separaciones o algún conflicto (Ceberio, 2018). Existen factores que pueden favorecer las relaciones de pareja, las necesidades cumplidas en la primera infancia permiten establecer

relaciones contando con los mismos recursos. La capacidad de amar activamente depende de las necesidades propias de amor que hayan sido satisfechas durante la edad temprana (Yáñez, 2017).

Los conflictos que atraviesan las parejas pueden tener innumerables efectos destructivos dentro de ésta. En general, se caracterizan por una intensa carga afectiva, donde se presentan un gran número de emociones, cogniciones y conductas, que van desde lo que se puede considerar como positivo hasta lo negativo, donde todo su contexto se ve afectado (Díaz Loving, 2019).

Investigaciones recientes relacionadas con el ámbito clínico, visualizan que las parejas consultan con frecuencia por problemas de comunicación, excesivos reproches, falta de reconocimiento mutuo, falta de relaciones sexuales, infidelidad, diferencias en la crianza de los niños, problemas con una o ambas familias de origen, por síntomas de uno de ellos o de la pareja, destacándose el maltrato y la violencia como conflictivas importantes (Ávalos et ál., 2018).

En la terapia de parejas resultan interesantes las motivaciones que traen los que consultan. Por un lado, desean que su relación se recomponga, pero al mismo tiempo, buscan en el terapeuta alguien que valide su posición en desmedro de la del otro. El terapeuta, por su lado, impulsará el diálogo intentando transcribir, para sí mismo, lo que escucha en cada uno de los miembros de la pareja y hacer un enunciado que les pueda ser de utilidad a ambos y que ayude a reorganizar el absoluto de la pareja, es decir, la representación compartida que tienen los dos miembros de la díada acerca de su relación (Szmulewicz, 2015).

La mitología urbana, respecto a la terapia de pareja, ronda en que muchas de las parejas que consultan se separan, durante o posteriormente al proceso vivido. En la sociedad se le atribuye un poder enorme al terapeuta de pareja. El problema radica en que, mientras la pareja se comunica de una forma más adecuada, puede o repararse el vínculo, o pueden revelarse aspectos de él que estén irremediabilmente dañados; y resulta más sano para ambos terminar la relación (Szmulewicz, 2015).

Frente a cómo se percibe a la terapia de parejas hoy en día y a las dificultades que pueden presentarse en la resolución de los conflictos que traen las parejas o frente a ciertas limitaciones de la terapia como por ejemplo: falla en la comunicación verbal por parte de los miembros de la pareja, desinterés o aburrimiento en la terapia convencional, la presencia de la resistencia y la tendencia a depositar culpas y problemas en el otro (Sei &

Zanetti, 2017) se plantea la idea de integrar herramientas artísticas de Arteterapia a la terapia de parejas.

El Arteterapia como nueva disciplina comenzó a desarrollarse en Estados Unidos y en el Reino Unido respectivamente en la década de 1930, utilizándose como una herramienta complementaria en el trabajo que realizaban profesionales con pacientes y alumnos en áreas de psicología, asistencia social y educación. En los Estados Unidos, la pionera en traer forma y atención al campo fue Margaret Naumberg que, a partir del marco psicodinámico, utilizó lenguaje visual en lugar de verbal como una puerta de entrada al mundo inconsciente. Otra de las pioneras fue Edith Kramer, quien ofreció un nuevo paradigma conceptual para el campo: el arte como terapia. También a partir de un abordaje psicoanalítico, ella eligió centrarse en la defensa de la sublimación y los beneficios curativos del proceso de arte (Shalmon, McLaughlin & Keefler, 2012).

Su establecimiento oficial como disciplina fue a partir de la creación de la Asociación Americana de Arteterapia y la Asociación Británica de Arte Terapeutas, donde se enseñan hasta la fecha sus fundamentos y conceptos. La Asociación Americana de Arteterapia define Arteterapia como el uso terapéutico de la creación artística, dentro de una relación profesional, por personas que sufren una enfermedad, trauma o conflictos cotidianos y por aquellas que buscan el desarrollo personal. Se utiliza para mejorar las habilidades cognitivas y funciones sensoriomotoras, fomentar la autoestima y la autoconciencia, desbloquear la resistencia emocional, reducir y resolver conflictos y angustias. A través de la creación artística y la reflexión sobre los procesos y productos del arte, las personas pueden aumentar el conocimiento de sí mismo y de los demás (American Arttherapy Association, 2017).

La introducción del lenguaje del arte funciona como facilitador del cambio, con respecto a la terapia de parejas, es un método utilizado para trabajar con parejas por una variedad de razones. Las expresiones artísticas pueden hacer que los problemas en las parejas sean visibles y brinden la oportunidad tanto para los pacientes como para el terapeuta de establecer metas y crear un plan de tratamiento (Riley, 2011).

El tango, por ejemplo, como una de las danzas que se utilizan como Arteterapia, permite que los dos miembros de la pareja se vinculen armónicamente en un mismo movimiento. Resulta muy importante para el trabajo de pareja ya que el tacto y la cercanía física puede lograr que se cree una mayor proximidad emocional entre ambos. El uso del género del tango para psicoterapia se lo puede definir como Psico-tango o Tango-terapia (Sevilla, 2018).

Por otro lado, el cine-terapia como otra forma de intervención creativa, utiliza las películas como metáfora o forma de autoexploración y cambio, enriquece y refuerza también otros procesos creativos utilizando los recursos de la pareja para componer o recomponer sus historias a partir de trabajos artísticos hechos a partir de la película mirada. Se trata no sólo de ver cine, sino también de crear a partir de ello (Caballo, 2014).

El impulso creador no es exclusivo de los artistas, sino que cualquier persona lo puede desarrollar e incorporar a su vida simplemente disfrutando de un paisaje, escuchando el sonido de la respiración, cocinando o regando las plantas. La capacidad de vivir creativamente es una necesidad y una experiencia universal que todos pueden desarrollar (Martínez, 2017). Ese impulso creador unido a un otro, en este caso, la pareja, beneficiaría de múltiples formas al vínculo amoroso

Esta investigación buscará propiciar un enfoque integrador de las diferentes propuestas y herramientas de Arteterapia, para implementarlo en las terapias de parejas.

1.2. Definición del Problema

Teniendo en cuenta las complejas problemáticas que se visualizan en la clínica de parejas y, a veces, las dificultades en sus resoluciones, se plantea la idea de integrar a dichas psicoterapias, herramientas del arteterapia ya que, al tener tanta vía expresiva, sale de los abordajes terapéuticos tradicionales que privilegian la palabra, y da lugar a una expresión más directa de lo emocional, ya que la expresión artística, en cualquiera de sus formas, no es atravesada racionalmente como lo es el discurso verbal (Casanova dos Reis, 2014).

A partir de todo lo expuesto anteriormente se plantean las siguientes preguntas de investigación: ¿Cuáles son los abordajes terapéuticos que priman en la actualidad para el tratamiento de pareja? ¿Qué es el Arteterapia y cuáles son sus aplicaciones? ¿Cuáles son los beneficios de integrar herramientas de Arteterapia a la terapia de parejas?

1.3. Objetivos

Objetivo General:

Describir los beneficios de integrar herramientas de Arteterapia a la terapia de parejas.

Objetivos Específicos:

1. Distinguir los diferentes abordajes terapéuticos que priman en la actualidad para el tratamiento de pareja.
2. Definir el Arteterapia y sus aplicaciones.
3. Identificar los beneficios de las distintas terapias artísticas para integrarlas a la terapia de pareja.

1.4 Fundamentación

A partir del contexto vivido en el año 2020 y 2021 por la pandemia por COVID-19, se han incrementado las consultas con respecto a la terapia de pareja. Los expertos en el tema han sido entrevistados por diversos medios de comunicación expresando su visión al respecto a partir de sus experiencias en el día a día.

Según Fernández-Velilla Lapuerta (2021), hay parejas que han tenido que tomar decisiones importantes a raíz de la pandemia, lo que desencadenó resultados negativos o positivos, según la manera de afrontamiento de cada pareja. En muchas de ellas ha provocado numerosos conflictos por diversos motivos, entre ellos: pasar más tiempo juntos, la incertidumbre, el estrés generados por la situación, el no tener espacios individuales, entre otros. Puede que en algunos casos estos conflictos fuesen previos y hayan salido a la luz o se hayan agravado a raíz del confinamiento. Algunos de los más habituales son: problemas de comunicación, escasa tolerancia ante los defectos del otro y la gestión de conflictos.

Cañamares, psicólogo clínico especialista en pareja y familia, del Colegio de Psicólogos de Madrid (COP), afirma en una entrevista que las terapias online fueron aumentando. Explica que el encierro puede traer conflictos tanto en las parejas sanas como en las más conflictivas (2020). En cuanto al éxito de las consultas online, se observa que se da una dinámica parecida a lo presencial, el mismo éxito que cuando las terapias son presenciales: algunos conflictos de pareja no son tratables, y se enfocan, más en que la disolución de ésta sea lo menos conflictiva y sana posible (Cañamares, 2020). Se prevé que cuando avance el desconfinamiento el número de visitas se incrementará, tanto a las consultas de terapia de pareja como a los abogados de familia (Montesano, 2020).

Según la Asociación de Especialistas de Sexología, el porcentaje de éxito en las parejas que acuden a terapia estaría en torno al 70%, una cifra que se incrementa si la pareja acude a consulta al detectar los primeros síntomas. Además, el éxito de la terapia no solo se limita a la relación en sí, sino que ayuda a mejorar la salud mental de cada uno

de sus miembros por separado y, si no se encuentra solución al problema, acompaña a la pareja en el proceso de aceptar, afrontar y terminar su historia de la manera menos conflictiva posible (Cores, 2020). Otro dato estadístico importante lo brinda la *Association of Marriage and Family Therapists*, afirmando que tres de cada cuatro parejas que acuden a terapia admiten una mejora en su relación (Filippi, 2021).

Por lo otro lado, con respecto al Arteterapia y pandemia, se observa que a través de la expresión artística con enfoque arteterapéutico se logra mirar de frente a los sentimientos que se generan a partir del encierro, la convivencia, la incertidumbre, para tomar distancia, hablar de ellos y trabajar en ellos. Esto le da a la persona la oportunidad de reconocer sus fortalezas y le brinda herramientas para ser más resiliente y enfrentar de una mejor manera la realidad que se está viviendo (Rosas, 2020).

Carvalho (2021), arteterapeuta de Brasil afirma que a través del arte la persona se humaniza, inventa soluciones y se reinventa. El arte es una forma de externalizar lo que está bloqueado y encerrado a causa de la pandemia. Permite liberar emociones y resignificarlas.

Es a partir de analizar la demanda que existe hoy en día de la terapia de pareja, los beneficios del Arteterapia y que la integración de la misma en la terapia de parejas es poco investigada en Argentina y en gran medida desconocida por muchos clínicos en este campo, que surge la idea de realizar este trabajo de investigación. Los datos mencionados anteriormente respecto a Terapia de Pareja, Arteterapia y COVID-19 resultan necesarios tener en cuenta ya que fundamentan aún más la realización y lectura de este trabajo de investigación. Sin embargo, es pertinente aclarar que la comprensión de los beneficios de este tipo de terapia como complemento o integración a la terapia convencional debe tenerse en cuenta y ampliarse para que otros la utilicen, más allá del contexto del cual se trate.

Además, los enfoques integrales para la terapia de pareja recientemente ocuparon un lugar mucho más destacado en el panorama evolutivo de la terapia de pareja. Los enfoques integradores en evolución permiten una mayor flexibilidad del tratamiento y, por lo tanto, mejorar las probabilidades de resultados positivos de la terapia (Gurman, 2015).

Se observa que un nivel adecuado de experiencia en terapia se manifiesta, entre otras cosas, en que el psicoterapeuta tome decisiones sensibles al contexto, emplee procesos implícitos e intuitivos y se implique con el paciente con una flexibilidad y ajuste momento a momento. Es decir, que implemente lo que en terapia integrativa se denomina:

integración práctica. Si un experto se adapta a esta complejidad, esta adaptación puede favorecer el clima hacia la integración de herramientas del Arteterapia, ya que supone una sensibilidad que se refleja en que el terapeuta responde a las necesidades de su paciente (Rønnestad 2016).

El trabajo integrador no es una novedad de la psicología; es una forma de entender los fenómenos en todos los saberes de la ciencia. En este sentido, no es nuevo que haya movimientos integradores en diferentes ciencias. Específicamente en la clínica, han sido diversas situaciones las que han promovido un trabajo integrado. Una es que el profesional se enfrenta a situaciones tan diversas y complejas que le demandan tener variados recursos técnicos y marcos explicativos que le permitan trabajar con la diversidad y complejidad de problemas psicológicos (Prada, 2013).

Existen investigaciones empíricas que se han desarrollado para dar cuenta de los beneficios del Arteterapia para la terapia de parejas. En Ecuador, Moltedo (2019) a través de una investigación empírica cualitativa, evaluó cómo una pareja en tratamiento de fertilidad de alta complejidad enfrentaba y reconocía sus emociones a través de sus procesos creativos. Se observó que el Arteterapia permitió a los participantes reforzar sus pensamientos positivos, volver a reconocerse tanto individualmente como en su relación de pareja y abrir espacios de reflexión necesarios durante un proceso en donde ambos se encontraban vulnerables ante sus propias emociones.

En España, se han hecho investigaciones empíricas cualitativas implementando herramientas de Arteterapia en la terapia de parejas para trabajar el proceso de maternidad y paternidad y los cambios que eso conlleva en el vínculo de pareja. Se realizaron trabajos creativos con mandalas, barro, cartas a su bebé, entre otros, que ayudaron a la pareja a escucharse, a expresarse y compartir. Se consiguió así reforzar los vínculos de pareja, beneficiando también al bebé en gestación (Reverter, 2016). En Argentina, aún son escasas o casi nulas las investigaciones empíricas y teóricas sobre Arteterapia integrado a la terapia de parejas, por eso es que esta investigación buscará colaborar con un campo poco desarrollado localmente.

Lo que sucede a menudo en la clínica de parejas es que cada miembro de la pareja quiere que el otro vea el mundo a través de su lente. De esta dinámica básica emerge todo el comportamiento posterior. Cada miembro de la díada está convencido de que todo estaría bien si el otro pudiera ver su perspectiva del problema. En ese sentido, ver es la clave. Pero a veces ver no es posible solo con palabras; por lo tanto, una alternativa a esta cuestión de comunicación podría ser integrar a la terapia de pareja convencional

herramientas del Arteterapia porque hace que esa necesidad de ver sea una realidad, ya que agrega otro componente para entender las descripciones verbales de los problemas (Riley, 2011).

Este trabajo está dirigido a psicoterapeutas de parejas que quieran ampliar su estrategia de intervención, haciéndoles conocer los beneficios que aporta el Arteterapia para las parejas con conflictos que llegan a su consultorio. También está destinado a parejas que estén atravesando por alguna problemática en su relación y deseen implementar lo artístico como herramienta terapéutica. A aquellos psicólogos especializados en Arteterapia, para que conozcan otro lugar posible de intervención: la terapia de parejas. Al ámbito académico de las carreras referidas a Salud Mental, para proporcionar conocimientos sobre Arteterapia, relaciones de pareja y acerca de otra forma de intervención en el ámbito clínico de parejas. Y también al estudiante recién recibido que comienza con la práctica clínica de parejas ya que implementar cualquier actividad artística puede ser una herramienta facilitadora para reducir la ansiedad tanto del psicólogo como de la pareja que llega a la terapia.

2. METODOLOGÍA

Para alcanzar los objetivos mencionados se realizó una revisión bibliográfica, una selección, estudio e interpretación crítica de los materiales adquiridos. Las fuentes de acceso a la información fueron las siguientes:

Como fuente primaria de información se consultaron libros, manuales, artículos científicos tanto teóricos como empíricos, Tesis de Licenciatura y de Doctorado y noticias periodísticas.

Como fuentes secundarias, se consultaron, mayormente, la base de datos EBSCO y el buscador Google Académico. Revistas científicas e índices electrónicos tales como: Aperturas Psicoanalíticas, Asociación Psicoanalítica Argentina, CeIRREVISTA, Redalyc, Scielo, Arteterapia revista.

Para la búsqueda de información, comenzada en el año 2020 y que finalizó en el año 2021, se utilizaron palabras clave en español tales como: relaciones de pareja, terapia de parejas, arteterapia, arteterapia y parejas, danza movimiento terapia y parejas, musicoterapia y parejas, tangoterapia y parejas, integración en psicoterapia. En inglés: *Art therapy and couples, Relationship, Couples, Music therapy and couples, Dance therapy and couples*. En portugués: *Arte terapia e casal, terapia de dança e casal, terapia*

musical e casual. Los operadores lógicos que se utilizarán para facilitar y especificar aún más la búsqueda son: *and, or, SAME, with*.

En cuanto al criterio de selección, se eligieron aquellas investigaciones tanto teóricas como empíricas que estaban escritas en inglés, portugués o castellano y que fueron publicadas en los últimos 12 años (2009-2021). Se priorizó la elección de bibliografía actual, para así poder garantizar que las conclusiones a las que se arribaron estuvieron fundamentadas sobre información reciente y actual. Cabe aclarar que hubo excepciones para definir ciertos conceptos, ya que se trataba de autores clásicos expertos en el tema a desarrollar. Esas excepciones fueron: Jean Pierre Klein (2007), referente del Arteterapia, Riley (1991), importante autora de la *American Art Therapy Association*, autores de la terapia integrativa: Trijsburg, Colijn, y Holmes (2005) y autores clásicos del psicoanálisis como Kernberg (1995). Se seleccionaron teniendo en cuenta las palabras claves, ya sea porque estaban en el título o dentro del resumen. No se seleccionó la información teniendo en cuenta un área regional específica ya que el objetivo general no se limita a esa selección.

Se incluyeron todas las formas de Arteterapia: Musicoterapia, Danza Movimiento Terapia (Tangoterapia), Teatro terapéutico, Escritura, Dibujo, Pintura, Cine. En cuanto a la terapia de parejas, este trabajo no se limitó a investigar sobre un abordaje terapéutico de parejas específico ya que el objetivo es propiciar al lector conocimientos acerca de las herramientas que ofrece el Arteterapia para la terapia de parejas más allá del abordaje teórico de la misma.

Como criterio de exclusión, no se tuvo en cuenta información proveniente de otros países que no escriban en inglés, español o portugués. Solamente se tuvieron en cuenta las relaciones de pareja ya sea de noviazgo o conyugales, dejando excluidas las relaciones de amistad y otras relaciones familiares. No se incluyeron problemáticas de violencia de género ya que se considera un tema complejo que requiere un análisis más profundo.

Una vez adquiridos los materiales, se organizó la información por carpetas: las investigaciones que sólo hacían referencia a las terapias de parejas se las agrupó en una carpeta. Aquellos trabajos que hacían referencia sólo a Arteterapia se los agrupó en una carpeta con dicho nombre. Por último, se creó una carpeta en donde estaban agrupadas las investigaciones que trataban sobre Arteterapia y parejas, donde los trabajos fueron diferenciados por el tipo de terapia artística que eran: Danza Movimiento Terapia, Musicoterapia, Tangoterapia, Pintura y Dibujo, Teatroterapéutico, Cine.

A partir de leer los documentos seleccionados se confeccionó un cuadro de análisis de la información, donde se explicitó: año de publicación, qué tipo de documento es, título, autor/es y los principales objetivos del trabajo.

Este Trabajo de Integración Final correspondiente a la Licenciatura de Psicología se escribió en el idioma castellano en el año 2021.

3. DESARROLLO CONCEPTUAL

3.1 Terapia De Pareja

3.1.1 Definición y evolución de la terapia de pareja

Antes de definir de qué se trata la terapia de pareja para luego desarrollar su evolución, es necesario aclarar de qué se trata una relación de pareja y por qué ésta puede llegar a acudir a una psicoterapia. Existe un amplio espectro de relaciones que se configuran en el transcurso de la vida de las personas, entre los cuales está la relación de pareja, que permite que las personas ofrezcan y reciban valoración intelectual, emocional y física (Blandón-Hincapié y López-Serna, 2016).

Una relación de pareja es un escenario complejo lleno de dinámicas, encuentros, desencuentros, necesidades, anhelos, y diversos miedos a menudo no reconocidos (Rizo, 2019). Al ser esta, una de las formas de interacción más complejas debido a que están involucrados aspectos biológicos, psicológicos, sociales y culturales, se requiere especificar desde qué perspectiva se va a abordar y en qué contexto (Espínola et al., 2017).

Desde el psicoanálisis se entiende a la pareja como un sistema interactivo y la terapia se basa en el conocimiento de este sistema de influencia y regulación mutua. En él, el funcionamiento psíquico está constituido por lo intrasubjetivo, determinantes psíquicos que vienen del mundo interior y lo intersubjetivo, determinantes psíquicos que incluyen al otro (Torres, 2017). Desde la teoría de las relaciones objetales, Kernberg (1995) explica que la pareja puede ser entendida como expresión de un yo ideal construido por los miembros a partir de un conjunto de identificaciones proyectivas mutuas que replican las vivencias, experiencias, fantasías inconscientes con raíces en la sexualidad infantil, que los sujetos portan como resultado de su historia personal.

Ceberio (2018), plantea desde la teoría sistémica que la pareja es un sistema de relación de interdependencia que implica un espacio compartido donde existen salidas, relaciones sexuales, conversaciones, mismas áreas de interés, proyectos en común, entre otros, y un espacio individual en el que ambos conservan actividades particulares. Sager

(2009) señala que, considerando la teoría de los sistemas, la relación se constituye como un elemento independiente de ambos integrantes de la pareja, lo que significa que es más que la suma de dos, teniendo presente que el todo es más que la suma de sus partes.

En este trabajo se opta por tomar la idea de que cada pareja decide su propia definición para su relación, con aspectos emocionales, sociales, culturales, económicos y que integra a su vez, dominios sociales, económicos, biológicos y culturales, cruzados por la diversidad sexual (Duque, 2016). La relación que se establece es de común acuerdo entre dos personas, basada en el interés y el afecto, para interactuar y compartir un período de tiempo, independientemente de su estructura, del grado de formalización de esa unión o de la orientación sexual de sus integrantes (Espínola et al., 2017).

Es necesario aclarar que el hecho de que sea una relación de pareja no implica que deba ser la unión de dos personas iguales. La pareja humana es semejante, ni parecida, ni similar, ni idéntica; está llena de facetas, supone contrastes, variaciones e inestabilidades. En este sentido, el reto está justamente en esa flexibilidad y la apertura a diferentes formas de ser pareja, abandonando el marco de la pareja ideal o normal (De la Espriella, 2008 en Duque, 2016).

La terapia de pareja entonces constituye un área de la psicoterapia que tiene como objeto de estudio a la pareja. Siendo frecuente un escenario de trabajo donde priman las parejas en conflicto (Muñoz, 2008). A diferencia de la psicoterapia individual, el sistema terapéutico de pareja es una tríada: compuesta por cada miembro de la pareja y el terapeuta. Cada uno actúa como agente de regulación de las relaciones entre los otros dos. Esto hace que sean procesos complejos de regulación de dinámicas de inclusión, exclusión y alianzas, donde el terapeuta funciona como mediador (Tapia Villanueva y Molina, 2014).

Independientemente del marco teórico, en la terapia de pareja se trata de determinar qué está causando el problema y qué hace que se mantenga el conflicto en la relación para así poder intervenir de tal manera que ayude a los miembros del sistema (Aznar-Martínez et al., 2014). La intervención psicológica con parejas desafía a los terapeutas a proporcionar una experiencia terapéutica a múltiples clientes simultáneamente (Villarreal-Zegarra & Paz-Jesús, 2015).

El psicólogo debe asumir retos tales como la inclusión, la neutralidad asociada a la curiosidad y la lectura contextual de las parejas, ampliando el esquema propio a procesos terapéuticos que integren la incertidumbre ya que esto permite que surjan las cuestiones de diferentes maneras y desde múltiples posibilidades (Londoño, 2018).

Se considera que el terapeuta de parejas debe tener ciertas características y habilidades específicas. La base de ellas es la neutralidad. Esto facilita su papel de comunicador y mediador para poder buscar soluciones que satisfagan a ambos y que les ayude a resolver sus diferencias. Otras de ellas son: saber dirigir las sesiones, tener una actitud colaborativa, ser facilitador de la comunicación y las interacciones en la pareja, tener amplia capacidad de equilibrar y buena capacidad de introyección. Es decir, la habilidad de poder identificar, expresar y clarificar los aspectos emocionales implícitos de las personas cuando están en el contexto de la pareja y se están comunicándose entre sí. El uso del humor y las metáforas, así también como hacer uso de la creatividad (Sanz, 2018).

Los temas que se trabajan dependen de cada pareja en particular y de los problemas con los que se asista a la terapia. Estos pueden ser desde modelos de comunicación, concepto del amor y modelo de pareja sana, hasta la identidad individual y de pareja, sus principios y valores, sus metas comunes, las relaciones sexuales, su relación con las familias de origen, entre otros (Guarddón, 2021).

La mayoría de las quejas con las que una pareja llega a la consulta tienen que ver con el desarrollo de incompatibilidades. Éstas se generan en base a las similitudes y las diferencias de los miembros de la díada. Según la psicoterapia integral de pareja, el problema en sí no son las incompatibilidades sino la dificultad en el manejo de las mismas (Vargas, 2018).

En cuanto a su evolución, la historia de la terapia de pareja está ligada a la de la terapia familiar; ambas modalidades parten del mismo grupo de conceptos y técnicas (Fishel & McKeon, 2018). Sin embargo, a partir de ver su importancia como problema de salud pública, se fue observando el conflicto entre sus miembros y sus consecuencias psicosociales desde una óptica que tiene un desarrollo propio. Las vivencias de dolor, cronicidad y enfermedades asociadas, ha permitido que se desarrolle una revisión de su existencia como una unidad aparte de la terapia familiar (Bernaes, 2012).

Este tipo de psicoterapia fue atravesando distintas fases hasta llegar a lo que hoy se considera como Terapia de Pareja o Clínica de Pareja. Entre 1930 y 1963 en Estados Unidos se formaron las llamadas consejerías matrimoniales, conformadas por obstetras, ginecólogos/as, educadores/as e integrantes de la Iglesia, quienes brindaban consejos u orientación a aquellos matrimonios que luchaban con algún trastorno mental o bien mantenían conductas desadaptativas. En 1966 comenzaron los primeros trabajos

psicoanalíticos por parte de psicoanalistas que se involucraban en los conflictos matrimoniales y analizaban el inconsciente de cada uno de los miembros (Gurman, 2015).

Después de la fase de consejería y de la fase psicoanalítica, apareció la terapia familiar innovadora con representantes de modelos teóricos sistémicos, entre ellos: Jackson, 1966; Satir, 1978; Haley, 1980; Bowen, 1991, entre otros (Bernales, 2012). Don Jackson fue el fundador de la Escuela de Palo Alto y autor de conceptos como: doble vínculo, homeostasis, normas. Virginia Satir fue la única mujer pionera visible en el campo de la Terapia de Parejas y Jay Haley fue quien, con el artículo titulado “Terapia Matrimonial”, marcó la Edad de Oro y el inicio a lo que hoy se conoce como Terapia de Parejas (Gurman, 2015).

En resumen, en cuanto a su desarrollo histórico, se podría decir que se han identificado cuatro grandes etapas. La primera etapa (1930-1963), calificada de atórica, estuvo basada en la asesoría matrimonial llevada a cabo por consejeros no expertos en psicoterapia ni en salud mental. La segunda (1966), denominada experimentación psicoanalítica, estuvo determinada por la práctica clínica de algunos psicoanalistas que se aventuraron a invitar a parejas al contexto terapéutico. El mayor desarrollo de la disciplina se produjo durante la tercera etapa (1966-1985), con la incorporación de la terapia familiar sistémica y el influjo de autores destacados como Don Jackson, Virginia Satir, Murray Bowen y Jay, Haley; y otros posteriores como Jonh Gottman o Susan Jonshon (Montesano, 2015).

En la actualidad, este tipo de terapia está logrando gran notoriedad y protagonismo. Las personas acuden por diversos motivos en busca de ayuda, para una resolución o mediación del conflicto, dificultades en la comunicación, lo cual es positivo para evitar daños mayores a futuro en la relación (Rivarola, 2021).

Según Otálora (2021), terapeuta de CASYP (Asistencia en Sexualidad y Pareja), hoy en día las parejas consultan pidiendo que se les diga el tiempo exacto de la duración del tratamiento o que se les brinde soluciones rápidas o mágicas a sus problemas de pareja, ya sean conflictos sexuales o de otra índole. Este tipo de soluciones rápidas son propias del modo histórico social de consumismo y del todo ya, de que todo es desechable, intercambiable y/o descartable. Es necesario tener en cuenta que, así como las características de la relación de pareja y los elementos que están presentes en su conformación dependen, en gran medida, del contexto social y cultural en la cual se encuentre inmersa, la terapia de pareja también (Espínola et al., 2017).

La experiencia actual con parejas, permite pensar que ésta es una época de deconstrucción y de construcción de nuevos imaginarios que posibilitan y autorizan experiencias impensables hace dos décadas atrás. Sin embargo, éstas se superponen a imperativos de la modernidad produciendo contradicciones, desorientaciones y dificultad para comprender qué es lo que cada persona puede vivir y qué no, qué es lo que potencia y qué lo que destruye, gran desafío que se les presenta a los terapeutas de pareja de hoy (Marcoff, 2021).

3.1.2 Abordajes que priman en la actualidad

Actualmente la Terapia de Parejas se encuentra en una etapa de refinamiento teórico y de expansión de su aplicabilidad, fruto de la incorporación de otros modelos como el cognitivo conductual, la terapia focalizada en las emociones, la terapia narrativa y la terapia psicodinámica, así como de la influencia de la perspectiva feminista, y la sensibilidad a lo multicultural (Gurman, 2015).

Un estudio de revisión sistemática de artículos científicos acerca de la psicoterapia de pareja y las estrategias de resolución de conflictos llegó a la conclusión que los principales enfoques teóricos utilizados en la terapia de pareja son los cognitivo-conductuales, sistémicos y psicoanalíticos. También se observó que la integración de marcos teóricos es muy utilizada por los terapeutas de pareja, es decir, la llamada Terapia Integral de Parejas (Costa et al., 2017).

Como se ha desarrollado en el apartado anterior, fue la terapia sistémica la que facilitó la creación de los fundamentos de esta terapia y la consolidó como estructura independiente (Montesano, 2015). Se puede decir que la mayoría de los clínicos se centran en varios principios e ideas sistémicas (Fishel & McKeon, 2018) y que todos los enfoques modernos de la terapia de pareja asumen, al menos de forma parcial, una perspectiva sistémica en el sentido que no se trabaja con dos individuos independientes entre sí, sino en total interdependencia, en donde la unidad básica de análisis es el subsistema de pareja como tal (Montesano, 2015).

La terapia sistémica en sus modalidades de tratamiento individual, de pareja o familiar, cuenta con más de cincuenta años de historia. Este tipo de enfoque pone su acento en la organización del sistema, las formas de interactuar que tienen los integrantes de una pareja o familia, promoviendo el cambio estructural que necesita para dejar de ser disfuncional (Del Rio, 2012). Este cambio estructural, implica una serie de transformaciones en el centro del sistema. Watzlawick afirma que es un cambio de

perspectiva, una forma diferente de interpretar la realidad, modificando las pautas de transacción del sistema abierto. Este cambio implica innovación (Watzlawick, 1972 en Del Rio, 2012).

Siguiendo con el enfoque sistémico, también se encuentra la terapia feminista creada por Thelma Jean Goodrich, que hoy en día está en auge debido a las cuestiones que trata. Esta terapia aborda a través de la terapia de pareja o de familia, los problemas relacionados con cuestiones de género, maltrato, violencia familiar, disfunción sexual, entre otros. Busca que la mujer descalificada o golpeada reconozca que es una mujer para otro y lo transforme en ser una mujer para sí (Goodrich et al., 1994, en Del Rio, 2012).

Por otro lado, la terapia cognitiva-conductual de parejas ha crecido rápidamente durante las últimas cuatro décadas hasta convertirse en uno de los tratamientos basados en la evidencia para la angustia general de las parejas, así como para el tratamiento de psicopatología individual en el contexto de la pareja (Epstein et al., 2016).

Este tipo de terapia incorpora las técnicas desarrolladas para abordar lo individual, aplicándolas a las estrategias de terapia de pareja, trabajando en los pensamientos: distorsiones cognitivas, las emociones y la conducta. Este enfoque se centra en el presente hacia el futuro y busca aumentar la satisfacción de la pareja, reduciendo las interacciones negativas y aumentando las positivas. También reconociendo las situaciones que generan conflictos, tratando de evitarlos a través del control de los pensamientos y conductas, aprendiendo un nuevo patrón comunicacional que transforme los mensajes destructivos o ambiguos en mensajes constructivos y minimizando el impacto de los conflictos ya ocurridos (Vollmer, 2019).

En cuanto al enfoque psicoanalítico para la terapia de parejas se puede decir que es distinto a la terapia individual psicoanalítica, ya que se focaliza en el conocimiento de la realidad y funcionamiento psíquico de la pareja, es decir, en el inconsciente común de la pareja, y se apoya en el conjunto de desarrollos teóricos y clínicos que conforman el psicoanálisis (Torres, 2017). Esta técnica se llama psicoanalítica en la medida en que tiene en cuenta en la relación las manifestaciones del inconsciente, la dinámica del conflicto psíquico con sus mecanismos de defensa y su reactualización en la relación transferencial entre los miembros y el terapeuta (Butler, 2020).

La psicoterapia de pareja psicoanalítica tiene por objetivo permitir que la pareja en crisis logre la elaboración de lo que se juega en el desacuerdo, con el fin de ayudarlos, si es posible, a restaurar el vínculo que tejieron juntos y permitirles la evolución de su relación (Butler, 2020). El trabajo se centra en la contribución de cada miembro para

poder distinguir la distinción entre la realidad externa y la visión inconsciente que cada miembro de la pareja tiene de esa realidad. En general, la estimulación del funcionamiento reflexivo de la pareja es otro de los objetivos fundamentales del tratamiento (Pérez Testor et al., 2009).

En relación con la terapia integral de pareja, se observa que parte del modelo de psicoterapia integrativa. La psicoterapia integrativa es una de las escuelas psicoterapéuticas más recientes. El término integrativa se refiere tanto a la síntesis completa de la teoría y los métodos de la psicoterapia en lo afectivo, lo conductual, lo cognitivo y lo fisiológico como al resultado de la psicoterapia: la integración o la asimilación en el interior del cliente de los aspectos de la personalidad fragmentados o fijados (Erskine y Moursund, 2014). A diferencia de otros modelos, este enfoque terapéutico integra técnicas tradicionales de intercambio de conductas positivas, entrenamientos en comunicación y en solución de problemas, con estrategias de aceptación (Barracas, 2016).

La terapia integral de pareja fue creada por Jacobson y Christensen en 1998 y a diferencia de la terapia tradicional de pareja, no sólo enfatiza en los pensamientos sino que tiene en cuenta también el papel de las emociones, la aceptación y utiliza herramientas como el Mindfulness para trabajar en pareja. Tiene cuenta el contexto, la historia personal y los antecedentes de cada miembro de la pareja (Gutiérrez, 2020).

Esta terapia incluye como componente central de la intervención la aceptación emocional, con el fin de transformar los problemas en vehículos para crear más intimidad. Se trata de un mecanismo de cambio donde se da la aceptación del comportamiento de la pareja, siendo éste último un factor que influye en el mantenimiento a largo plazo de la mejoría lograda durante la terapia (Vargas, 2018). Se considera fundamental que cada miembro entienda que los intentos de forzar al otro a cambiar unilateralmente suelen conducir a mayor bloqueo y frustración; por eso es que resulta más productivo adquirir una actitud de aceptación de la forma de ser de la pareja (Barraca, 2020).

Es necesario recalcar que existen ciertas estrategias compartidas por los que trabajan con parejas en este último tiempo. La investigación en psicoterapia de pareja muestra que existen puntos en común (Costa et al., 2017), tales como la aproximación a los factores comunes; las aproximaciones de técnicas eclécticas (que combina técnicas de más de un modelo teórico en el modelo dominante); la integración teórica (que crea un marco meta de puntos de vista); el uso de múltiples perspectivas teóricas ya sea secuencial o simultánea (Gurman y Frenckel, 2002 en Bernal, 2012).

Existe consenso sobre el papel de la comunicación, la empatía, el perdón, el apoyo mutuo, la confianza, la resolución de conflictos en conyugalidad y la importancia de la relación que se establece entre el terapeuta y la pareja: la alianza. Estas son las variables fundamentales que deben tener presente los profesionales ligados a la terapia de pareja para comprender el fenómeno (Costa et al., 2017).

Hoy en día todas las orientaciones teóricas le otorgan a la alianza terapéutica un papel muy importante, ya que numerosos estudios han llegado a la conclusión de que existe una gran relación entre la alianza terapéutica y la eficacia del tratamiento (Tilden et al., 2021). La percepción de satisfacción y de la alianza que tiene cada miembro de la pareja juega un papel importante en la dinámica del proceso terapéutico. Los hallazgos sugieren que existe una relación recíproca entre las percepciones de alianza y el progreso en la terapia cuando se combina la percepción del terapeuta y la de la díada (Glebova et al., 2011).

El primer principio básico de la terapia de pareja es generar confianza y seguridad. Es decir, afianzar la alianza terapéutica. El terapeuta debe transformar la sesión de terapia en un lugar seguro para la pareja. Es decir, transmitirles la sensación de seguridad tanto física como sentimental e intelectual, para que así ambas personas abandonen su actitud defensiva y puedan expresar en voz alta, compartir y luego analizar la experiencia que cada uno tenga de su relación (Crawley y Grant, 2010).

La alianza debe ser tomada en consideración en cualquier tratamiento, ya que si no se le da la importancia que tiene, puede dificultar el trabajo terapéutico. En la psicoterapia de pareja, el desarrollo de la alianza adquiere mayor dificultad debido al triángulo terapéutico que se forma y a la gran diversidad de mecanismos que operan en el tratamiento conjunto (Aznar, 2014).

El papel de la comunicación también resulta fundamental para tener en cuenta en las sesiones. Stuart (1980) afirma que, en la terapia de pareja, los problemas de comunicación son una parte fundamental de todos los tipos de tratamiento orientados a la pareja. Y, además, señala que existe evidencia experimental al respecto. Las habilidades de comunicación constituyen un área que ningún terapeuta de pareja puede ignorar (Stuart en González Sanchez, 2018).

Es a partir de analizar que existen algunos principios claves que comparten los distintos enfoques para la terapia de pareja, que resulta enriquecedor integrar el arteterapia a la terapia de pareja. Se observó que el Arteterapia puede ser aplicado a tratamientos de pareja. Los terapeutas necesitan acceder a muchas de las comunicaciones no verbales que

pueden afectar las relaciones diádicas (Ricco, 2015). El arte proporciona, entre otras cosas, un dispositivo para personas que no pueden o no quieren hablar sobre sus problemas (Ricco, 2015).

Integrar el proceso artístico a la relación intrapersonal e interpersonal que se manifiesta en la terapia de parejas, permite facilitar y promover comunicación, relación, aprendizaje, movilización, expresión, organización y otros objetivos terapéuticos relevantes con el fin de lograr cambios y satisfacer necesidades físicas, emocionales, mentales, sociales y cognitivas de la pareja (Bustos, 2013).

3.2 Arteterapia

3.2.1 Conceptualización y nacimiento del Arteterapia

El término Arteterapia se comenzó a utilizar en Inglaterra en la década de 1930 y el artista Adrian Hill lo acuñó formalmente en 1942, casi al mismo tiempo que Margaret Naumburg en Estados Unidos en la década de 1940 (Junge Borowsky, 2016). Según la Asociación Británica de Arteterapia (BAAT), el Arteterapia es una forma de psicoterapia que utiliza herramientas artísticas como modo principal de expresión y comunicación. En este contexto, el arte no se utiliza como método diagnóstico sino como un medio para abordar cuestiones emocionales (2021). Ballester (2021) afirma que no se puede separar arte de terapia ya que esta forma de trabajar requiere la fusión de ambas.

Serrano (2015) señala que el arteterapia es una disciplina terapéutica que se sirve de la creación artística a través de los diferentes lenguajes plásticos: pintura, fotografía, escultura, educación artística, escritura, lenguaje audiovisual, dibujo, dramatización, movimiento; para facilitar la expresión e integración emocional de las vivencias, y de las posibles dificultades y/o conflictos que se puedan derivar, acompañando a las personas en un proceso vital, de desarrollo, de mejora y de cambio, que permita su bienestar integral.

El psiquiatra Jean Pierre Klein (2007), líder de la escuela de Arteterapia en París (INECAT) y fundador de la Escuela de Arteterapia de Barcelona, afirma que el Arteterapia es un encuentro entre dos proyectos: lo terapéutico y lo artístico, dentro de lo artístico, las artes utilizadas son las visuales: pintura, barro, collage, instalaciones; artes escénicas: actuación, cine, cuento, teatro de la reminiscencia, clown, máscara neutra, juegos de rol, marionetas, danza contemporánea, comunicación no verbal; música: ritmo, sonido, voz, instrumentos; escritura: talleres de escritura y escritura teatral, etc. El

Arteterapia es un acompañamiento que permite a aquél que la practica el desvelar las significaciones inconscientes de las producciones. Esto permite al sujeto re-crearse a sí mismo en un recorrido simbólico de creación en creación.

El arteterapia es un acompañamiento que brinda el terapeuta al sujeto sobre el trabajo de sí mismo, es una autoterapia. Éste permite que estas producciones salidas de la persona tracen un recorrido simbólico hacia un ser más que comprende un ir mejor, es decir, el arteterapia para Klein es un acompañamiento terapéutico de personas puestas en situación de creación, de manera que su recorrido de obra en obra sea un proceso de transformación de ellas mismas (Klein, 2014).

A través de métodos integradores, el arteterapia involucra la mente, el cuerpo y el espíritu de manera distinta a la articulación verbal por sí sola. Las experiencias cinestésicas, sensoriales, perceptivas y simbólicas hacen que se atravesase las limitaciones propias del lenguaje verbal. La expresión visual y simbólica da voz a la experiencia y potencia la transformación individual, comunitaria y social (Asociación Americana de Arteterapia, 2021). Esta disciplina entrena la atención y la sensibilidad perceptiva, desarrolla la capacidad creativa, y amplía o facilita la capacidad de expresión (Ballester, 2021).

Con respecto a los terapeutas que se dedican a esta disciplina, la Asociación Americana de Arteterapia (2021) explica que ellos trabajan con individuos, parejas, familias y grupos en diversos entornos que enfrentan problemas tanto físicos como mentales, o bien que no tienen un problema en particular, sino que buscan un crecimiento emocional, creativo y espiritual. El arteterapeuta es un profesional que se moldea y se forma en múltiples dimensiones, integrando teorías y métodos que a su vez provienen de diferentes disciplinas (Navarro, 2015).

Según un informe reciente de la Organización Mundial de la Salud (OMS), la aplicación del Arte en varias de sus manifestaciones: artes escénicas: música, danza, canto, teatro, cine; artes visuales: artesanía, diseño, pintura, fotografía; literatura: escritura, lectura, asistencia a festivales literarios; cultura: visitas a museos, galerías, conciertos, teatro; y artes en línea: animaciones, artes digitales, resulta beneficioso para la salud tanto física como mental (Fancourt & Finn, 2020).

Podría decirse que tal descubrimiento no es nuevo. Desde tiempos prehistóricos, el arte ha jugado un papel crucial en la historia de la humanidad, incentivando su desarrollo, cultura y conciencia. En la Edad Antigua ya se conocían las propiedades terapéuticas del arte. Aunque fue a partir de la Segunda Guerra Mundial que fue

considerado una forma de tratamiento terapéutico. Esto fue así gracias a los aportes de Adrian Hill, quien mientras estaba en el hospital, expresaba y procesaba su dolor pintando. Los pacientes que se encontraban a su alrededor imitaban su conducta y eso les sirvió para expresar todo lo que habían sufrido en la Guerra. Como se explicó al principio, Hill fue el primer autor que definió el término *Art Therapy* en 1942, para designar a las actividades artísticas realizadas con objetivos terapéuticos (Junge Borowsky, 2016).

El desarrollo del Arteterapia se da en tres etapas: una etapa inicial (1935-1969); una etapa de expansión (1970-1978) y una etapa de consolidación (1979-1999, hasta la actualidad). En la primera etapa se da el nacimiento del Arteterapia en Estados Unidos e Inglaterra gracias a la alianza entre artistas, educadores, médicos y psiquiatras (Marín, 2020).

Margaret Naumburg (Estados Unidos, 1914) y Edith Kramer (Viena, 1916) son consideradas las pioneras del Arteterapia. La artista Margaret Naumburg realizó aportes en la educación, ella puso en práctica su idea de que la expresión creativa espontánea acercaba al niño al mismo aprendizaje que el método intelectual tradicional. Es decir, colocaba el énfasis en el carácter expresivo del Arte. Mientras que Edith Kramer lo colocaba en las posibilidades curativas que se dan al activar los procesos psíquicos cuando el paciente crea. Ambas consideraban el Arte como un camino hacia el Inconsciente (Álvarez, 2010). A partir de estas experiencias fueron surgiendo diferentes investigaciones en Estados Unidos e Inglaterra (Junge Borowsky, 2016).

En la segunda etapa, con el auge de la psicología y los nuevos discursos en el ámbito del arte, comienzan a darse las primeras Asociaciones de Arteterapia (Marín, 2020). En EEUU, los primeros esfuerzos por compartir conocimientos sobre la materia comienzan a raíz de la publicación de la primera revista americana de arteterapia: *Bulletin of Art therapy* en 1961, gracias a la iniciativa de Elionor Ulman y Bernard Levy. La publicación de *Bulletin of Art therapy* favoreció la publicación y el intercambio de experiencias entre arteterapeutas que hasta el momento se encontraban dispersos por todo el país. Además, dio lugar a uno de los hitos más trascendentes entre la comunidad de arteterapeutas norteamericanos con la constitución de la “American Art Therapy Association”, (A.A.T.A.), en 1969, por Don Jones y Robert Ault. En Inglaterra, se constituye la primera asociación de arteterapia, *British Association of Art Therapist* (B.A.A.T.), en 1964 (Marín, 2020).

A partir de la etapa de consolidación la disciplina siguió creciendo y desde entonces se ha convertido en una herramienta importante para la intervención en la

infancia, adolescencia y en personas adultas. Es una profesión con 80 años de ejercicio profesional. Se ha desarrollado en varios países, siendo Estados Unidos, Inglaterra y España donde más ha tomado valor. En países como Estados Unidos se ofrecen licenciaturas, masters y doctorados en arteterapia, lo que da cuenta de su trayectoria a nivel internacional. Actualmente, en Canadá, Reino Unido, Estados Unidos, Holanda, Suiza y Australia, cuentan con los servicios de arteterapeutas profesionales en su sistema de salud pública (Federación Española de Asociaciones Profesionales de Arteterapia, 2021).

En Argentina, la historia del arteterapia estuvo influenciada por los primeros desarrollos psicoanalíticos. En 1943, se creó la Asociación Argentina de Psicoanálisis con la ayuda de la pionera Matilde Ravscovski, que también se formó como artista e integró el arte en su trabajo con niños. En 1968 se crea la Carrera de Musicoterapia, primer trayecto de formación profesional emparentada directamente con el arteterapia, importante en la construcción de conciencia acerca del poder sanador de las artes. En general, las experiencias arteterapéuticas han estado originalmente más influenciadas por las líneas psicoanalíticas, agregándose luego líneas gestálticas, psicodramáticas y junguianas (Ciorniais y Ruiz, 2018).

En 1996 se funda la primera escuela de arteterapia en Buenos Aires, siendo esta una institución para la formación profesional de arteterapeutas con un enfoque clínico de arteterapia (Escuela Argentina de Arteterapia, 2021). En 2006 se crea la Asociación Argentina de Arteterapia, que tiene como propósito difundir la práctica del Arteterapia en el país, su conocimiento y sus desarrollos, promoviendo su integración en todas las áreas del campo de la salud y tomar contacto con Asociaciones similares de otros países, para intercambiar experiencias y conocimientos (Asociación Argentina de Arteterapia, 2009).

Hoy en día, el Arteterapia se considera una profesión psicoterapéutica cuyo ejercicio se regula por las federaciones profesionales que establecen principios éticos, leyes y reglamentos estatales según el ámbito. A su vez, en las distintas vertientes teóricas arteterapéuticas actuales, se pueden observar líneas de trabajo diferenciadas que se distinguen por los modelos teóricos subyacentes, el grado de estructuración de la sesión arteterapéutica y el uso de diferentes materiales (Rubin 2001, Malchiodi 2003 en Suess, 2011).

3.2.2 Aplicaciones y tipos de Arteterapia

Los ámbitos de aplicación de la Arteterapia son muy variados, incluyendo enfermedades físicas, problemas emocionales, de salud mental, neurológicas o de comportamiento. Es utilizada también para cualquier persona que desee hacer un trabajo personal mediante el uso del lenguaje artístico, con el acompañamiento de un/a arteterapeuta. Es indicada para personas de todas las edades, en formato individual, grupal o de pareja (FEAPA, 2021).

En el área de salud mental se recomienda la creación y/o fortalecimiento de espacios artísticos en dispositivos de salud mental, con énfasis en la promoción de la salud, prevención e inclusión social de personas con padecimiento mental. El arte permite recuperar aspectos singulares de las personas, romper con el aislamiento individual y generar vínculo con un grupo de pertenencia. Posibilita que la persona tome un rol activo dentro del grupo. Esto produce transformaciones a nivel individual, institucional y comunitario, posibilitando la deconstrucción de prejuicios e imaginarios en torno a la locura (Dirección Nacional de Salud Mental y Adicciones, 2018).

En el caso de trastornos mentales severos, el arteterapia favorece la experiencia sensible permitiéndoles a los pacientes conectarse con sus aspectos corporales y emocionales. A partir de la creación de objetos artísticos se introduce la posibilidad de contener y ordenar los sentimientos y pensamientos contradictorios (Aranguren & León, 2011). En la enfermedad mental uno de los aspectos que se resienten es la socialización y el reconocimiento de la propia identidad. En este sentido los talleres de Arteterapia en salud mental ayudan a potenciar habilidades de comunicación y contribuyen a recuperar el contacto con su forma habitual de socialización y su identidad cultural (Tarradellas, 2020).

El Arteterapia promueve que se establezcan vínculos y relaciones entre las personas del propio grupo, ya que en el espacio arteterapéutico pueden encontrarse de forma distinta, comunicándose además a partir de los materiales, del proceso creador y de la obra. Además de esto, la persona con enfermedad mental comprueba que puede compartir aquello que necesita expresar sobre su enfermedad y romper con la vergüenza o las barreras que se tienen normalmente con este tema, producto de un valor social extendido (Gómez López, 2017).

Casabella (2018), orientadora de talleres de Arteterapia para adultos mayores en el área de salud mental del Hospital Regional Río Gallegos (Ministerio de Salud, provincia de Santa Cruz) afirma a partir de su experiencia que el arte, en sí mismo, les

permite desarrollar mayor tolerancia al dolor y aceptar desafíos. Potencia sus capacidades y habilidades sociales, los ayuda a la aceptación del sí mismo, los estimula cognitivamente, fortalece su sentido de pertenencia y autovaloración, los contiene en el aspecto emocional y les brinda la posibilidad de explorar recursos expresivos con libertad, en un espacio de vivencias compartidas.

La investigación realizada por Abbing y colaboradores (2019), sobre la implementación de Arteterapia a mujeres de entre 18 y 65 años diagnosticadas de trastorno de ansiedad generalizada, trastorno de ansiedad social o trastorno de pánico, mostró una reducción significativa de la ansiedad, aumento de calidad de vida subjetiva y desarrollo de mejores estrategias para la regulación emocional. Estos resultados fueron consistentes en la evaluación realizada a los tres meses de finalizar el tratamiento.

En Argentina, desde el enfoque de derechos humanos que fundamenta la Ley Nacional de Salud Mental N° 26.657, se considera que el arte es una herramienta poderosa de transformación, que revoluciona conceptos y prácticas en el campo de la salud mental y que constituye un aporte fundamental para revertir y cuestionar los prejuicios existentes en las instituciones y en la sociedad en general (Gutiérrez et al., 2018).

Por otro lado, en el ámbito educativo, López-Ruiz (2016) afirma que abordar el arteterapia como herramienta autoexpresiva en contextos educativos, abre las posibilidades de alcanzar una mayor cohesión social y, por lo tanto, un avance significativo en la educación formal. Se observa la aplicación del arteterapia para favorecer la inclusión de alumnos que presentan alguna dificultad. En este sentido, hay que considerar dos aspectos del arte: el arte como producto y el arte como proceso, experiencia (Maciques 2012 en Gómez Juárez, 2016).

Lo importante es hacer que el alumno participe de su experiencia en todo el proceso. En el colegio existe diversidad de alumnado, muchos de ellos presentan dificultades para relacionarse, comunicarse o expresar conocimientos, como es el caso de los alumnos con Trastorno del Espectro Autista. El arte funciona como un vehículo valioso de comunicación y expresión para los alumnos que necesiten desarrollar esos aprendizajes de un modo diferente. Esto también permite que los docentes puedan acercarse más a los alumnos y a su manera de comprender el mundo, facilitándoles nuevas maneras de aprendizaje y una formación más integral, a la vez que se fomenta el conocimiento de sí mismo y en el mundo que los rodea (Gómez Juárez, 2016).

El Arteterapia proporciona al sistema educativo herramientas artísticas que permiten llevar a cabo una educación integral en la escuela. Estas herramientas ayudan a

desarrollar y valorar las relaciones interpersonales, el bienestar social, la autoestima, la comunicación y el auto-conocimiento. Esto es posible dentro de un marco seguro para la reflexión, de escucha y diálogo para la libre expresión, sin juicios ni críticas. En este contexto es donde se pueden dejar fluir las emociones, asumir responsabilidades y potenciar la creatividad (Miguel, 2008 en Gómez Juárez, 2016).

El Arteterapia puede también facilitar el desarrollo de recursos personales e interpersonales para las personas con discapacidad ya que se trata de una vía de trabajo experiencial en la que no es necesaria la participación del lenguaje verbal, pero que implica, sin embargo, la puesta en juego de recursos cognitivos fundamentales en relación con los procesos de autoconocimiento, autodeterminación y regulación emocional (Aguado Jara, 2019).

Con respecto al ámbito comunitario, desde sus inicios el Arteterapia estaba orientada a la práctica en contextos sociales diversos. Edith Kramer, una de las pioneras de la práctica arteterapéutica contemporánea, describió en su libro *Art Therapy in a Children's Community*, una experiencia arteterapéutica con niños en un barrio marginal de Nueva York. Más tarde, Kalmanowitz y Lloyd (2005) relataron una intervención arteterapéutica en la antigua Yugoslavia entre 1994 y 2004 donde observaron cómo, a través de la dinámica creativa, se logró transformar los lugares más diversos en espacios significativos. Asimismo, señalaron la función del grupo como contenedor de una atmósfera de seguridad (Suess, 2011).

En la práctica arteterapéutica contemporánea, se pueden encontrar experiencias en lugares sociales diversos, incluyendo zonas de guerra, campos de refugiados, zonas marginales urbanas, centros de acogida, comunidades multiculturales y prisiones. El lenguaje creativo se utiliza como una vía de expresión de vivencias personales y sociales, abordaje de situaciones traumáticas y herramienta en la resolución de conflictos y mediación social, dentro de un encuadre psicoterapéutico de sostén, acompañamiento y transformación (Suess, 2011).

Mayo (2017) a partir de una investigación cualitativa sobre el arteterapia en el contexto de los Servicios Sociales plantea que el espacio del arteterapia es un espacio de observación que contribuye a detectar situaciones de riesgo social. El estudio permitió profundizar en situaciones concretas y analizar los discursos que se generaron en el contexto del caso, estudiándolo desde la proximidad. Se trató de un programa dirigido a niños, niñas y adolescentes, de entre 4 y 13 años, residentes en el municipio, con indicadores de vulnerabilidad a nivel personal, familiar o social. Este programa pretendió

detectar las situaciones de riesgo que dificultaban el adecuado desarrollo personal y social de los niños y las niñas, siendo éste un método preventivo.

En cuanto a las herramientas arteterapéuticas o las formas y tipos de arteterapia se encuentran, como ya fueron mencionadas anteriormente: la danzaterapia, cineterapia, escritura, poesía terapéutica, plástica, dibujo, musicoterapia y teatro terapéutico.

Con respecto a la danza terapia, también denominada Danza Movimiento Terapia es una disciplina en construcción que se alimenta permanentemente de los aportes de las nuevas psicologías, el arte y los avances en neurociencia. El concepto más básico, y aquel del cual surgen los demás, es que la danza es comunicación y por lo tanto satisface una necesidad humana básica. Otros elementos claves considerados por la danza terapia son la emoción, la empatía, y el conocimiento a través de la experiencia (Tau, 2011).

La American Dance Therapy Association (ADTA) define la Danza Movimiento Terapia como el uso terapéutico del movimiento como proceso para ayudar a un individuo a encontrar su propia unidad psicocorporal. Se basa en la conexión entre movimiento y emoción. La DMT pretende contribuir al desarrollo armónico de la persona para llegar al descubrimiento de sí mismo, de su propio cuerpo y de sus capacidades (Rodríguez, 2011).

Por otro lado, la cineterapia es una forma de intervención creativa en la que los profesionales competentes utilizan el cine como metáfora o forma de autoexploración y cambio, y que se enriquece y refuerza si también se generan otras dinámicas creativas utilizando los recursos de los pacientes para componer o recomponer sus historias a partir de trabajos artísticos (Caballo, 2014). Según Molina (2016) se trata de un recurso usualmente empleado en la terapia conductual, que aplica ejemplos del cine y lecturas para evocar y recrear temas de enamoramiento, relaciones, amor, sexo, familia y sociedad. Induciendo a la reflexión, para una auto recuperación terapéutica, en casos de crisis o problemas existenciales.

Con relación a la musicoterapia, la *National Association for Music Therapy* (NAMT) la define como el uso de la música con objetivos terapéuticos, entre ellos: la restauración, el mantenimiento y el acrecentamiento de la salud tanto física como mental. Esta aplicación es dirigida por el terapeuta en un contexto terapéutico para provocar cambios con el fin de que la persona pueda comprenderse mejor a sí misma y a su mundo (Rodríguez, 2011). Se ha demostrado clínicamente que la función cognitiva, las habilidades motoras, el desarrollo emocional y afectivo, las habilidades sociales y de comportamiento y la calidad de vida de los pacientes mejoran a través de la musicoterapia.

Los objetivos del tratamiento terapéutico se logran a través escuchar música, de

las experiencias musicales de improvisación libre, canto y composición de canciones. La musicoterapia se utiliza en algunos hospitales médicos, centros oncológicos, escuelas, programas de recuperación de alcohol y drogas, hospitales psiquiátricos y en el consultorio (Center, 2013).

Con respecto al teatro terapéutico, es instrumento particularmente completo a la hora de ejercitar la conciencia y la expresión tanto al nivel corporal, afectivo, ideativo y relacional. Parte de propuestas que se basan casi siempre en la improvisación de escenas a partir de pequeños guiones creados sobre la marcha por los propios participantes. Esta herramienta pone en juego los diferentes niveles de la persona: el mental, el emocional, el instintivo y corporal, todo ello a través de una expresión que engloba la voz, el movimiento de todo el cuerpo y la interacción con el espacio, con los objetos, con otras personas (Cobas, 2010).

En cuanto a la llamada escritura terapéutica o terapia poética se observa que está produciendo un gran interés en los profesionales de la salud, expresándose en un número creciente de publicaciones al respecto. La creación poética ayuda a la persona a hablar de su sufrimiento y acercarse a él de otras formas, y, por tanto, contiene elementos terapéuticos y de transformación. se ha señalado que la escritura tiene un poder diferente al de la palabra, porque materializa. Esta tangibilidad permanece a lo largo del tiempo para que la obra sea re experimentada en diferentes situaciones o en distintos momentos de la vida (Pousa et al., 2020).

Una de las teorías que fundamenta esta práctica es la de la catarsis emocional que afirma que expulsar lo que está dentro es un poderoso agente terapéutico en sí mismo (Pennebaker, 1997 en Mugerwa y Holden, 2012). La escritura puede facilitar el procesamiento cognitivo de los recuerdos traumáticos, lo que da como resultado representaciones integradas y más adaptativas sobre el propio escritor, su mundo y los demás (Saharber y Pennebaker, 1992 en Mugerwa y Holden, 2012).

La poesía y la escritura han sido utilizadas en diversos ámbitos de la salud en general y de la salud mental, en particular, incluyendo los cuidados paliativos, personas con cáncer, personas con esquizofrenia y adolescentes con antecedentes de abusos (Pousa et al., 2020).

3.3 Arteterapia integrado a la Terapia de Parejas

Como ya se ha mencionado anteriormente, este trabajo de integración final parte de los fundamentos de la psicoterapia integrativa, que entre otras cosas, se trata de un tipo

de terapia psicológica que tiene en cuenta diferentes enfoques sobre el funcionamiento humano: el psicodinámico, centrado en el cliente, el conductual, el cognitivo, la terapia familiar, la terapia Gestáltica, las psicoterapias corporales, las teorías de las relaciones objetales, la psicología del self y el análisis transaccional. Para este tipo de terapia cada enfoque estudia y brinda una explicación parcial de la persona que al integrarlos y sumado a características propias del terapeuta, ganan más valor. Dentro de este marco, la integración es un proceso con el que los propios terapeutas también tienen que comprometerse. Existe una obligación ética, en particular para los psicoterapeutas integrativos, de dialogar con colegas de diferentes orientaciones y de mantenerse informados de la evolución de este ámbito (Instituto de Psicoterapia Integrativa, 2021). Esta investigación pretende entonces, a partir de lo explicado anteriormente, demostrar que existen ciertos beneficios de integrar el Arteterapia a la Terapia de Parejas y que cada terapeuta puede aplicar esta integración en su práctica.

Retomando lo definido en apartados anteriores, la terapia de parejas es una intervención hacia un grupo de dos personas con una situación establecida y estructurada, que cuenta con reglas, definiciones e interacciones. La terapia de pareja posee diferentes ámbitos de aplicación y ha conseguido consolidarse como una alternativa terapéutica eficaz incluso para ciertas problemáticas individuales. Frente a la terapia individual, cuenta con la particularidad de que trabaja con el contexto relacional más significativo de la persona (Montesano, 2015).

Por otro lado, en cuanto a la Arteterapia, se investigó que es una disciplina que utiliza diferentes herramientas artísticas como medio para lograr objetivos terapéuticos y puede ser aplicada en diferentes contextos y a diferentes personas (Klein, 2007; AAA, 2017; BAAT, 2021). A lo largo del tiempo el Arteterapia ha cobrado mayor importancia y es una disciplina que está en continuo crecimiento y expansión.

Con lo que respecta a la utilización del Arteterapia específicamente para la terapia de parejas, Wadeson (1980) analizó que existen cinco ventajas específicas de utilizar el arte en la terapia de parejas. Por un lado, se promueve la realización de una tarea juntos, se crea un espacio en donde ambos comparten algo en común en ese momento. Como segunda ventaja se observa la autenticidad de lo inesperado, esto quiere decir que se pueden revelar a través de las herramientas artísticas diferentes cuestiones que hasta ese momento no se habían revelado. La tercer ventaja es que se puede analizar a la relación de la pareja de forma simbólica, a partir de las herramientas artísticas utilizadas. Por otro lado, lo que se encuentra a partir de esa experiencia proporciona un objeto concreto para

estudiar, reaccionar, utilizar y trabajar. La última ventaja según este autor es que el compartir la actividad, genera placer y satisfacción a nivel relacional (Wadeson, 1980 en Riley, 2015).

El arteterapia como parte de la terapia de parejas ayuda a hacer visibles interacciones de relación complejas, sensibles y patrones de comportamiento que hasta ese entonces no se podían visualizar. Se considera que es un método para ayudar a las parejas a resolver diferentes problemas y a encontrar el significado de su relación (Ricco, 2015). Utilizar herramientas artísticas permite que la pareja pueda resolver las problemáticas de una forma creativa. El arte permite que las personas puedan transformar el problema rígido y estructurado hacia uno manejable y resoluble. Con el estímulo que le brinda el terapeuta, la pareja puede observar y analizar su situación a través de lo artístico, permitiendo que se revelen significados ocultos y resignificando la situación (Riley, 1991).

La arteterapia puede ser crucial para permitir que las parejas manejen sus emociones, puedan relacionarse con su pareja de manera diferente y ampliar su experiencia más allá de la cognitiva. La utilidad del arteterapia para fomentar interacciones saludables entre parejas y sintonizar con las necesidades de su pareja fueron reconocidos por varios estudios (Hachey, 2021).

Barth y Kinder analizaron a partir de un estudio cualitativo que el arteterapia resultó ser beneficioso para ayudar a las parejas a sentirse cómodas liberando y reconociendo sus actitudes, emociones, fantasías y aspectos interpersonales de la relación (Barth y Kinder, 1985 en Combe y Harden, 2017). Por otro lado, Lacson, 2020, Wagner y Hurst 2018, Harmon-Walker y Kaiser, 2015 han observado salidas positivas para los miembros de la pareja que luchan por expresar sus preocupaciones. El arte funciona como el medio para comunicar lo que les sucede.

Hachey (2021) analizó a partir de una investigación de revisión de la literatura cómo la terapia expresiva y la danzaterapia podría ayudar a las parejas a reavivar su relación en caso de que se extravíe, partiendo de los estilos de apego. Estos tipos de terapia ayudarían a identificar cómo la pareja interactúa entre sí en función de sus estilos de apego y también brindarían detalles críticos sobre cómo la comunicación, la confianza, y el sexo juegan un papel en el establecimiento o la ruptura de una relación.

Con respecto a los temas de pareja que el arteterapia puede ayudar a resolver se encuentran: los problemas comunicacionales y de empatía (Kim et al, 2013), los temas referidos a la sexualidad (Metzl, 2020), dificultades en el embarazo o en tener hijos

(Seftel, 2020; Evertz, 2021) y también se ha estudiado que resulta eficaz para ayudar a las parejas en donde uno de sus miembros posee alguna enfermedad diagnosticada (Couture et al, 2021) o bien, con parejas con alguna discapacidad en donde la arteterapia le sirve de gran ayuda (Bussiere, 2021).

En cuanto a las dificultades en el embarazo o en tener hijos se observa que las herramientas no verbales como el arte, la música y lo corporal son particularmente útiles para brindar atención empática a los futuros padres y, en la mayoría de los casos, abordar los orígenes de los conflictos del embarazo. Muchos patrones de pensamiento, sentimiento tienen sus raíces en experiencias preverbales que no son inmediatamente comprensibles por medio de la cognición (Evertz, 2021).

Por otro lado, la arteterapia y otros enfoques creativos también pueden desempeñar un papel importante para apoyar a la pareja que no puede concebir hijos por cuestiones de infertilidad, o bien cuando la pareja pierde un embarazo. Esta última es considerada una forma específica de duelo, y lo que se logra con estas herramientas es permitir que la mujer y su pareja expresen y den sentido a los sentimientos complejos que pueden surgir después de la pérdida del embarazo (Seftel, 2020).

También se ha investigado acerca del uso del arte para trabajar problemas referidos a la sexualidad de la pareja donde se combinan las sesiones de terapia sexual con sesiones de arteterapia. Al explorar temas como la sexualidad, el género y los roles, el arte puede ayudar a articular lo no articulado como la vergüenza y la culpa. Las herramientas artísticas también ofrecen una perspectiva novedosa, que transforma el diálogo de la pareja de una dinámica de culpa-vergüenza a una de curiosidad (Metzl, 2020).

Los resultados de la investigación hecha en Canadá (Couture et al, 2021) también demuestran que la arteterapia tiene muchos beneficios positivos en las parejas en donde uno de sus miembros padece de la enfermedad de Alzheimer, como brindar placer, expresar emociones, evaluar la dinámica relacional y fomentar la empatía. Se encontró que la arteterapia cumplía cinco funciones específicas: jugar, apaciguar, estimular, expresar y transformar.

Otra de las situaciones en donde puede ser útil la aplicación del arteterapia con parejas es cuando uno de sus miembros o ambos tiene alguna discapacidad. La arteterapia tiene el potencial de ser una modalidad de apoyo para esta población, ya que permite la expresión más allá de las palabras y trabaja con la libertad de expresión. Puede crear un contexto en el que el conflicto relacional se puede exteriorizar y comprender para así

poder explorar soluciones creativas que favorezcan la intimidad y el crecimiento de la pareja (Bussiere, 2021).

Con respecto a las herramientas artísticas utilizadas en la terapia de pareja, se destacan: el dibujo, el collage, la danza, la música, y el uso de películas. Las diferentes modalidades de la arteterapia expresiva ofrecen diversas intervenciones para ayudar a las parejas a fortalecerse (Hachey, 2021).

En cuanto a la danzaterapia o Danza Movimiento Terapia (DMT), como ya se ha definido anteriormente utiliza los movimientos y la expresión corporal como medio para cumplir los objetivos terapéuticos. Se trata de conectar la emoción con el movimiento (Rodríguez, 2011). En el caso de la terapia de pareja, este recurso artístico ayuda a las personas a sintonizar con la conciencia de su cuerpo. La danza movimiento terapia permite que el individuo tenga tiempo para tomar conciencia de cómo se siente y de tomar conciencia de cómo su pareja puede experimentar emociones a nivel cinestésico. Cuando los miembros se sintonizan con los deseos y necesidades del otro, tienen una mayor probabilidad y oportunidad para tener una relación sólida (Hahey, 2021).

Lacson (2020) explica que la sintonización con la otra persona es la capacidad de percibir e interpretar con precisión las señales no verbales que manda el otro. Esto hace que cada miembro no solo pueda ver lo que al otro le sucede, a nivel cognitivo y emocional, sino también sentirlo. Copiar y reflejar el movimiento del otro requiere escuchar atentamente y esto permite ayudar a las parejas que luchan por comunicarse (Shuper-Engelhard, 2019) y trabajar la empatía.

En la investigación de Kim et al. (2013), se les pidió a once parejas que observaran e imitaran los pasos de los demás, esta sería una representación concreta de lo que significa “ponerse en los zapatos del otro”. Esta experiencia permitió que cada miembro comprenda cuán diferentes son realmente las personas, y cómo se requiere la voluntad de observar y escuchar realmente a los otros para entenderlos. Como resultado de una comprensión más profunda de la experiencia incorporada, las parejas lograron volverse más conscientes de los deseos y necesidades de los demás en otras áreas de la vida.

Wagner y Hurst (2018) emplearon tácticas de cada una de las teorías base de la DMT para crear un modelo de trabajo para la DMT con parejas. Las intervenciones que propusieron y que muchos arteterapeutas que utilizan la danza como herramienta para la terapia de parejas utilizan, tienen los siguientes objetivos terapéuticos:

1. Identificar los juegos de poder que se establecen entre los miembros de la pareja.

2. Reflejar la sintonía de la pareja.
3. Apoyar los cuerpos de cada uno mediante una variedad de técnicas de sujeción y modelado. Trabajando la interdependencia, la confianza y la diferenciación.
4. Explorar las cualidades de la forma que tomó la expresión emocional.
5. Analizar los límites y la expresión de necesidades a partir del movimiento en el espacio.

Por otro lado, también se analizó que además de implementar la DMT en la terapia de parejas, que la pareja tome clases de baile también ayuda a resolver determinados conflictos. Eckhaus (2019) encontró que el baile en pareja, es decir, tango, rumba y merengue era una herramienta terapéutica de gran ayuda para las parejas. La comunicación no verbal es una necesidad indiscutible para un baile exitoso en pareja, ya que los miembros navegan por el liderazgo, seguimiento, la musicalidad y el arte. Más allá de eso, el simple acto de tomarse el tiempo para bailar y pasar un tiempo ininterrumpido participando en una actividad compartida, es muy útil para las parejas que tal vez sienten que su relación requiere un espacio propio.

En Argentina y en otros lugares, el tango, por ejemplo, resulta un dispositivo enriquecedor para trabajar la relación. Por medio del abrazo en el tango, la pareja logra expresar una gran variedad de sentimientos como el dolor, el miedo, el amor, la pérdida, entre otros. Estos sentimientos que se encuentran en el interior del sujeto logran canalizarse por medio de la danza para ser expresados en el mundo exterior. Una vez que éste logra acceder a tales sentimientos o estados internos y expresarlos hacia el exterior, es el punto de partida para poder transmitir a la pareja los deseos y necesidades y que el otro logre comprenderlos (Lavalle Cobo, 2017).

Con respecto a la utilización del dibujo, la pintura y el collage hay que distinguir que por un lado se encuentran las técnicas de dibujos proyectivos, las cuales intentan revelar y diagnosticar el conflicto que atraviesa la pareja y por el otro lado se encuentra el uso de las herramientas antes mencionadas como medio para llegar a un objetivo terapéutico. En esta oportunidad se hará hincapié en la última utilidad. Como registro tangible, la imagen proporciona permanencia. Cuando algo tan complejo y evanescente como una relación de pareja es explorado, estudiar y reaccionar ante un objeto concreto que representa muchas facetas de la relación puede ser crucial para lograr los objetivos del tratamiento. Las fotos también pueden utilizarse como una herramienta artística ya que son inmunes a las distorsiones de la memoria, proporcionando tanto a la pareja como al terapeuta un registro permanente de cambios (Ricco, 2015).

Al utilizar el collage en la terapia de pareja se busca: proporcionar una intervención artística que revelará áreas de necesidades y deseos; identificar y expresar estas necesidades a través de imágenes; y también hacer conexiones con significados y sueños. Cabe destacar que es muy importante el rol del terapeuta como mediador de la tarea. Luego de la actividad propuesta se trabaja en base a lo que se realizó. El collage funciona como un soporte y como otra forma de expresión (Gottman, 1999 en Ricco, 2015).

Otra de las herramientas artísticas que se utiliza en la terapia de parejas es la música. En algunos casos los terapeutas de pareja son los que utilizan esta práctica y en otros casos son los musicoterapeutas los que trabajan con las parejas. Hay varias intervenciones musicales que pueden usarse para ayudar a las parejas a comunicar sus sentimientos, pensamientos y experiencias. Debido a que la musicoterapia es una intervención de tiempo limitado, el terapeuta debe tener en claro el objetivo terapéutico en particular. Además, es importante crear un entorno seguro y sin amenazas antes de incorporar cualquiera de las técnicas. Primero, hay que invitar a que participen ambos miembros de la pareja y se debe evaluar su nivel de comodidad durante todo el tratamiento. En segundo lugar, se deben establecer límites, es decir, se debe advertir a los participantes que la agresión es inaceptable (Duba y Roseman, 2012). Finalmente, las parejas deben ser conscientes del objetivo del ejercicio que es mejorar o fortalecer su amistad conyugal (Gottman, 1999 en Duba y Roseman, 2012).

En cuanto a los ejercicios musicales, existen varios que pueden ser aplicados a las parejas. Por un lado, se les puede pedir que elijan tres canciones que represente para cada uno: su relación cuando se conocieron, su relación actual y sus proyectos o deseos para su relación en un futuro. Luego de esto se escucha o se toca cada canción y con el terapeuta como facilitador se discute sobre qué pensamientos, sentimientos y respuestas fisiológicas experimentaron durante cada canción. Otra de las técnicas consiste en que el psicólogo de pareja o el musicoterapeuta coloque a su disposición instrumentos musicales y cada miembro debe tocar simultáneamente el instrumento elegido para expresar su relación. Esta última es considerada una técnica que facilita la comunicación relacional y la empatía (Duba y Roseman, 2012).

Existen también técnicas musicales que son aplicadas a la terapia familiar y a la terapia de pareja de forma similar. En muchos casos los musicoterapeutas no parecen considerar el trabajo de pareja como algo distinto del trabajo familiar y esto podría

explicar la escasez de literatura relacionada específicamente con las parejas (Sehgal, 2020).

Otra de las herramientas artísticas utilizada en la terapia de pareja es el cine, también llamado cineterapia o filmoterapia. En este caso se utilizan las escenas de películas o la película entera para trabajar situaciones o conflictos por los que estén atravesando la pareja. Las películas favorecen el *insight* cognitivo y el llamado “darse cuenta” de la terapia gestáltica. Al ser fáciles de recordar permiten mejorar la permanencia y actúan sobre la emoción. Esta estimulación emocional aumenta la probabilidad de que los pacientes lleven a cabo nuevos comportamientos y cambien pensamientos (Caballo, 2014).

Esta técnica aporta una visión práctica, mediante la visión del comportamiento de otras parejas, sobre cómo mejorar la comunicación: escucha activa, hacer halagos, quejas, cómo tomar decisiones o llegar a acuerdos, cómo controlar impulsos agresivos, cómo dejar de lado ideas que interfieren en la relación y cómo aprender a superar un problema sexual (Cueto y Cueto, 2012).

La película o la escena de una película puede ser utilizada en las sesiones o como tarea para el hogar. En cuanto a la primera técnica, el terapeuta selecciona las escenas sobre las que plantea el trabajo y éstas funcionan como facilitadoras de la sesión. Pueden ser utilizadas tanto al principio como planteamiento para la temática a abordar en el día, como al cierre, a modo de resumen de lo tratado, o como propuesta de reflexión en el medio de cada sesión. En la segunda técnica, cuando se trata de una pareja la tarea para el hogar es aún más relevante porque puede influir directamente con los hábitos de la relación, el uso de los espacios, la actividad gratificante y el ocio fuera de casa (Caballo, 2014).

4. SÍNTESIS Y CONCLUSIONES

Este trabajo de integración final de revisión bibliográfica pretendió analizar la integración del Arteterapia a la Terapia de Parejas, partiendo de lo que en psicoterapia integrativa se denomina “integración práctica”. Para lograr este objetivo general primero se investigó de qué se trata la terapia de pareja y cuáles son los abordajes que priman en la actualidad. Para ello se definió el concepto pareja y cuáles son los conflictos que hacen que las mismas lleguen a la terapia de pareja.

Se llegó a la conclusión que el concepto pareja adquiere diferentes definiciones según el marco teórico de referencia. Lo que suelen compartir la mayoría de las definiciones propuestas es que se trata de un sistema complejo compuesto por diferentes

elementos. Cada pareja es única y puede definirse según cada miembro. Es por esto que la terapia de pareja resulta también tan compleja y a veces difícil de sostener. La terapia de pareja en sí es definida como un tipo de terapia compuesta por una tríada, es decir, cada miembro de la pareja y el terapeuta.

La pareja llega a consulta por diferentes motivos, entre ellos se pueden encontrar: los problemas de comunicación, dificultades sexuales o relaciones sexuales en sí, el concepto del amor y modelo de pareja sana, la identidad individual y de pareja, sus principios y valores, sus metas comunes, su relación con las familias de origen, entre otros. En la actualidad, los enfoques teóricos que predominan son: el sistémico, cognitivo-conductual, psicodinámico y el integrativo.

Con respecto al sistémico se estudió que es el abordaje que dio comienzo a la terapia familiar y de pareja, haciendo que la mayoría de sus conceptos sean utilizados como base por otras teorías. La terapia de pareja sistémica considera que la pareja es un sistema que está compuesto por diferentes elementos y que todos ellos están en continua interacción.

Por otro lado, el enfoque cognitivo conductual utiliza las técnicas que se utilizan en la terapia individual como la modelación, la psicoeducación, el control de los pensamientos intrusivos, entre otras, aplicados a la terapia de pareja. Es un abordaje que se centra en el presente y que pretende lograr tanto la satisfacción y el bienestar de la pareja como la eliminación de pensamientos y conductas que perjudican la relación.

En cuanto al abordaje psicodinámico, a diferencia del enfoque anterior, las técnicas utilizadas no son las mismas que en la terapia individual. En este caso, se analiza el inconsciente de la pareja con el objetivo de descubrir las fantasías, los miedos y las represiones que estarían influyendo en el vínculo. Este tipo de terapia también considera que el apego de cada uno de sus miembros es fundamental para entender la relación actual.

Por último, se investigó sobre el enfoque integrativo, siendo este muy actual y utilizado por terapeutas del exterior. La base de este tipo de terapia de pareja, denominada Terapia Integral de Pareja, radica en un postulado que sustenta este trabajo de integración final. Se trata de poder integrar diferentes teorías y herramientas según la necesidad de la pareja. Además, considera que un componente central de la intervención es la aceptación emocional, que tiene como fin transformar los problemas en vehículos para crear más intimidad.

Es importante recalcar que existen diferentes conceptos que son comunes en los enfoques mencionados. El concepto de alianza terapéutica resulta fundamental tener en cuenta en cualquiera de las teorías, también el rol de la comunicación y la importancia de los límites.

Luego de esta primera instancia, donde se colocó el foco en la variable terapia de pareja, se realizó un recorrido histórico del Arteterapia y su conceptualización. A su vez, se analizaron las diferentes herramientas artísticas y sus ámbitos de aplicación. Se llegó a la conclusión que el arteterapia es una disciplina que utiliza herramientas artísticas ya sea: cine, escritura, música, danza, teatro, pintura, dibujo, collage, como medio para lograr objetivos terapéuticos. Es un tipo de terapia que está muy vigente en la actualidad y que se puede aplicar en diferentes contextos y a diferentes personas, de manera individual, grupal o en pareja.

Se observó, a partir de un análisis profundo de la bibliografía actual, que los ámbitos de aplicación de la Arteterapia son muy variados, incluyendo enfermedades físicas, problemas emocionales, de salud mental, neurológicas o de comportamiento. Se realizó un recorrido por los diferentes ámbitos de aplicación y se observó que el arteterapia se puede utilizar tanto en el ámbito de la salud mental como en el educativo y en el social-comunitario.

Con respecto al uso en el área de salud mental, el arteterapia resulta beneficioso para tratar y ayudar a personas con trastornos mentales ya que favorece la experiencia sensible permitiéndoles a los pacientes conectarse con sus aspectos corporales y emocionales. En lo educativo el arteterapia puede funcionar como una herramienta eficaz para la inclusión plena de niños con alguna dificultad de aprendizaje o con alguna discapacidad ya sea intelectual o motora. El arte permite unir y trabajar para que las diferencias en el aula sean vistas como algo enriquecedor en vez de como obstáculos. Otro de los ámbitos de aplicación es en el ámbito social-comunitario. Este último es aplicado en formato grupal cuando se interviene con colectivos sociales concretos como mujeres víctimas de violencia, personas sin hogar, inmigrantes y personas reclusas. Al igual que en el ámbito educativo, se busca la inclusión social de estos colectivos que muchas veces se encuentran excluidos y reprimidos.

Luego de investigar sobre las dos variables por separado, se procedió a cumplir con el objetivo general de esta investigación. Para eso se realizó un recorrido bibliográfico integrando ambas variables. A partir de la bibliografía consultada se definieron los

beneficios generales de integrar herramientas artísticas a la terapia de pareja o bien de realizar Arteterapia con parejas.

Se llegó a la conclusión que utilizar herramientas artísticas en la terapia de pareja resulta beneficioso para tratar diferentes problemáticas, entre ellas: los problemas de comunicación y empatía, los temas referidos a la sexualidad, dificultades en el embarazo o en tener hijos, también se ha estudiado que resulta eficaz para ayudar a las parejas en donde uno de sus miembros posee alguna enfermedad diagnosticada y ayuda a las parejas con alguna discapacidad. Se pudo visualizar que además de resultar beneficioso para la pareja, el uso de herramientas puede ayudar a bajar los niveles de ansiedad del terapeuta. Se trata de un medio creativo que además de ayudar a tratar los problemas anteriormente mencionados puede ser eficaz para potenciar la empatía, las habilidades emocionales y afianzar el vínculo relacional.

Los hallazgos obtenidos concluyen que las herramientas artísticas específicas que se utilizan en la terapia de pareja son: la danzaterapia, el cineterapia, la musicoterapia y el dibujo. La herramienta más investigada es la Danza Movimiento Terapia que además de utilizar los movimientos para concretizar problemáticas también se recomienda a algunas parejas ir a clases de baile, ya que se considera que el compartir una actividad como la danza permite afianzar el vínculo y encontrar nuevas formas de comunicación. Los recursos cinematográficos también resultan muy útiles para poner en imágenes y en experiencias concretas algunas problemáticas relacionales. Se investigó y se llegó a la conclusión que el ver en otros personajes historias similares a la de la propia pareja ayuda a pensar y a imaginar soluciones que antes no podían hallar.

Por otro lado, el dibujo, el collage y la fotografía proporcionan una herramienta concreta para visibilizar los problemas que la pareja trae a la consulta y buscar soluciones. En cuanto a la música, se investigó que existen diferentes ejercicios y actividades que pueden implementar tanto el terapeuta de parejas como el musicoterapeuta que trabaja con parejas y que la misma funciona como un medio para tratar la empatía, fortalecer el vínculo emocional y comunicacional.

Resulta conveniente aclarar que dicha investigación presenta algunas limitaciones. La primera que se observó tiene que ver con las pocas investigaciones empíricas cuantitativas que existen con respecto a la temática. Es por esto que resulta necesario y sería oportuno realizar futuras investigaciones empíricas teniendo en cuenta como base este trabajo de investigación.

La segunda limitación es con respecto al área geográfica y al idioma. A partir del análisis de la bibliografía se pudo observar que existen otras investigaciones escritas en idioma asiático, pero que por cuestiones de no entender el idioma no se han podido tener en cuenta. También es importante mencionar que una parte de la bibliografía utilizada corresponde a páginas webs y a talleres que se han realizado, esto podría ser la tercera limitación del estudio.

Como se ha mencionado en el apartado de metodología, no se han tenido en cuenta los conflictos relacionados con violencia de género, por eso queda abierta la pregunta de si el arteterapia resulta eficaz para ese tipo de problemática, temática que podría tenerse en cuenta para investigaciones futuras. Tampoco se tuvo en cuenta el arteterapia aplicado en familias, aun observando que muchas de las investigaciones halladas no distinguían entre terapia de pareja y terapia familiar. Esta última aplicación también podría ser de incentivo para futuras investigaciones.

En base a todo lo planteado anteriormente se concluye que, este trabajo de integración final da cuenta de los diferentes beneficios que conlleva implementar herramientas arteterapéuticas en la terapia de parejas, así también como las diversas problemáticas relacionales que puede ayudar a resolver. Se ha observado que la mayor parte de los estudios relacionados con la temática provienen del exterior, es por esto que resulta necesario seguir ampliando las investigaciones nacionales, sobre todo las de tipo empírico. Se considera que este trabajo puede ser tenido en cuenta para partir de una base de referencia, así también como una guía para realizar dichas futuras investigaciones.

Esta investigación también resulta valiosa para toda aquella persona que quiera interiorizarse en el tema ya que proporciona una buena síntesis y recopilación de diferentes conceptos y técnicas relacionados tanto con la terapia de pareja como con las relaciones de pareja en sí y el arteterapia. Luego de leer este trabajo, el profesional o estudiante de la salud mental habrá incorporado a su saber conocimientos que le servirán para desarrollar su práctica terapéutica de manera más integral y creativa según cada paciente. En cuanto al público en general, se espera que este trabajo haya sido de utilidad para estar al tanto del tema y en caso de presentar alguna conflictiva relacional, sepa que puede buscar ayuda terapéutica en donde se integren las herramientas artísticas y que las mismas los puede beneficiar de múltiples formas.

5. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Abbing, A., Baars, E., De Sonnevile, L., Ponstein, A. y Swaab, H. (2019). The Effectiveness of Art Therapy for Anxiety in Adult Women: A Randomized Controlled Trial. *Front. Psychol.*, 10(1203). Doi:10.3389/fpsyg.2019.01203
- Aguado Jara, A. (2019). Arteterapia y discapacidad intelectual. *Metas enferm*, 72-77. Recuperado de <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/ibc-183531>
- Alvarez, M. M. (2010). El arte, un camino para sanar. *Avances en Psicología*, 18(1), 77-84. Recuperado de <http://revistas.unife.edu.pe/index.php/avancesenpsicologia/article/view/1921/1954>
- American Arttherapy Association. (2017). Definition Organization. Recuperado de https://www.arttherapy.org/upload/2017_DefinitionofProfession.pdf
- Aranguren, M. & León, T.E. (2011) Creatividad: su expresión en la psicosis. *Revista de Psicoanálisis de ApdeBA*, 23(3), 443-465. Recuperado de <https://www.aacademica.org/000-052/792.pdf>
- Ávalos, V., Bustos, P., López, M., y Martínez, R. (2018) Diagnóstico vincular en pareja. *Revista Chilena de Psicoanálisis*, 33(2) 16-36. Recuperado de <http://www.bivipsi.org/wp-content/uploads/Revista-APCH-33-2018-2-2.pdf>
- Aznar-Martínez, B., Pérez-Testor, C., Davins-Pujols, M., Aramburu, I., & Salamero, M. (2014). La alianza terapéutica en tratamiento conjunto de parejas: evaluación de la alianza y análisis de los factores influyentes en el triángulo terapéutico. *Subjetividad y Procesos Cognitivos*, 18(1), 17-52. Recuperado de <http://dspace.uces.edu.ar:8180/xmlui/handle/123456789/2470>
- Ballester, R. (2021). *Arteterapia, Una terapia transpersonal*. Conciencia sin fronteras. Recuperado de <http://www.concienciasinfronteras.com/PAGINAS/CONCIENCIA/arteterapia.html>
- Barraca, J. (2016). *TERAPIA INTEGRAL DE PAREJA Una intervención para superar las diferencias irreconciliables*. Síntesis. Recuperado de <http://jorgebarraca.com/tienda/tiendaterapia-integral-de-pareja/>
- Barraca, J. (marzo 2020). *Terapia de pareja*. Jorge Barraca. Recuperado de <http://jorgebarraca.com/terapia-de-pareja/>
- Blandón-Hincapié, A. I. & López-Serna, L. M. (2016). Comprensiones sobre pareja en la actualidad: jóvenes en busca de estabilidad. *Revista Latinoamericana de Ciencias*

- Sociales, Niñez y Juventud*, 14 (1), pp. 505-517. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/rllcs/v14n1/v14n1a35.pdf>
- Bussiere, C. (2021). To Love and Be Loved: Art Therapy and Couples with Disabilities. *Expressive Therapies Capstone Theses*. 425. Recuperado de https://digitalcommons.lesley.edu/expressive_theses/425/
- Bustos, D. (2013). Arte y familia: Una aproximación por medio del arteterapia a la resolución de conflictos familiares y grupales (Tesis Doctoral) Colombia. Recuperado de http://bibliotecadigital.usbcali.edu.co/bitstream/10819/1566/1/Arte_Familia_Art_eterapia_Bustos_2013.pdf
- Butler, A. (agosto 2020). *Los modelos psicoanalíticos de familia y pareja. La terapia psicoanalítica de pareja*. Asociación Internacional de Psicoanálisis de pareja y familia. Recuperado de <https://aipcf.net/es/therapie-psychanalytique-de-couple/>
- Caballo, L. R. (2014). Cine y problemas de pareja. El road movie/Films and relationship problems. The road movie. *Arteterapia*, 9, 289-308. https://doi.org/10.5209/rev_ARTE.2014.v9.47497
- Cañamares, E. (abril 2020). *Un terapeuta de pareja: notamos que la solicitud de terapias se ha multiplicado exponencialmente en las últimas semanas*. ABC. Recuperado de https://www.abc.es/familia/parejas/abci-terapeuta-pareja-notamos-solicitud-terapias-multiplicado-exponencialmente-semanas-202004300120_noticia.html
- Carvalho, E. (abril 2021). Arteterapia é um recurso para aliviar o estresse durante a pandemia *Jornal da Manhã*. Recuperado de: <https://jmonline.com.br/novo/?noticias,7,SA%C3%9ADE,210672>
- Casabella, S., (2018). Cuando SENTIR y CREAR son palabras MAYORES. *Revista ARTETERAPIA Proceso Creativo y Transformación*. Recuperado de <https://arteterapiarevista.com.ar/wp-content/uploads/2018/07/arteterapia-2.pdf>
- Casanova dos Reis, A. (2014). Arteterapia: a arte como Instrumento no Trabalho do Psicólogo. *Psicologia Ciência e Profissão*, 1(34), 142-157. <https://doi.org/10.1590/S1414-98932014000100011>
- Ceberio, M. R. (2018). *Los juegos del mal amor: El amor: la comunicación y las interacciones que destruyen parejas*. EDICIONES B. Recuperado de shorturl.at/vAF05

- Center, E. I., Center, C. R., & Center, P. F. (2013). *Music therapy*. Physical Medicine & Rehabilitation. Recuperado de <https://www1.cgmh.org.tw/intr/intr2/c3390/en/music-therapy.htm>
- Ciornai, S., y Ruiz, M., C. (2018). Arteterapia latinoamericana: sueños colectivos y horizontes de esperanza. *Revista ARTETERAPIA Proceso Creativo y Transformación*. Recuperado de <https://arteterapiarevista.com.ar/wp-content/uploads/2018/07/arteterapia-2.pdf>
- Cobas, A. (2010). Psicoterapia en España: teatro terapéutico y arte-terapia. *Revista Vinculando*. Recuperado de https://vinculando.org/psicologia_psicoterapia/psicoterapia_en_espana_teatro_terapeutico_y_arte_terapia.html
- Costa, C., Delatorre, B., Zanella, M., Wagner, A., & Mosmann Pereira, C., (2017). Terapia de Casal e Estratégias de Resolução de Conflito: Uma Revisão Sistemática. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 37(1), 208-223. <https://doi.org/10.1590/1982-3703000622016>
- Couture, N., Villeneuve, P., & Éthier, S. (2021). Five Functions of Art Therapy Supporting Couples Affected by Alzheimer’s Disease. *Art Therapy*, 38(2), 69-77. Recuperado de <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/07421656.2020.1726707>
- Crawley, J., & Grant, J. (2012). La técnica. *Terapia de pareja: El Yo en la relación*. Ediciones Morata.
- Díaz-Loving, R. (2019). Relaciones de pareja. En *Etnopsicología: Voces Latinoamericanas. Psicología Integrativa y Humanidades*. 125-152. Springer, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-030-26604-2_6
- Duba, J. D., & Roseman, C. (2012). Musical “tune-ups” for couples: Brief treatment interventions. *The Family Journal*, 20(3), 322-326.
- Espínola, I. S., Cambranis Ortega A., Salazar Moreno, A., & Esteves, G. (2017). Aproximación al concepto de pareja. *Psicología para América Latina*, (29), 7-22. Recuperado de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-350X2017000300002&lng=pt&tlng=es.
- Evertz K. (2021) A Visual Exploration of Psychodynamics in Problematic Pregnancies: Case Studies in Analytic-Aesthetic Art Therapy. In: Evertz K., Janus L., Linder

- R. (eds) *Handbook of Prenatal and Perinatal Psychology*. Springer, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-030-41716-1_18
- Fancourt, D., & Finn, S. (2020). *What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review*. Organización Mundial de la Salud. Recuperado de <https://europepmc.org/article/NBK/nbk553773>
- Fernández Velilla-Lapueta, O. (enero 2021). *Las terapias de pareja cada vez son más solicitadas por los más jóvenes*. La vanguardia. Recuperado de <https://www.lavanguardia.com/cribeo/estilo-de-vida/20210102/6139891/terapias-pareja-vez-son-mas-solicitadas-mas-jovenes.html>
- Filippi, A., (30 de marzo de 2021). *Ir a terapia puede ser la mejor inversión que hagas en tu vida*. Telva. Recuperado de <https://www.telva.com/estilo-de-vida/2020/11/28/5fbe78dc02136e79758b4570.html>
- Glebova, T., Bartle-Haring, S., Gangamma, R., Knerr, M., Delaney, RO, Meyer, K., ... y Gafsky, E. (2011). Alianza terapéutica y progreso en la terapia de pareja: múltiples perspectivas. *Revista de terapia familiar*, 33 (1), 42-65.
- Gómez Juárez, M., & Especial, E. (2016). Arteterapia y Autismo: El desarrollo del arte en la escuela. *Publicaciones Didácticas*, 69(1), 31-48. Recuperado de <https://familiasenred.es/wp-content/uploads/2018/03/Arteterapia-y-Autismo.pdf>
- Gómez López, Y. (2017). Arteterapia y antipsiquiatría. El arteterapia como una herramienta de cambio. *Revista de Psicología*, 16, 98-120. doi: 10.24215/2422572Xe007
- González Sánchez, A. (febrero 2018). *La psicología de la comunicación en la pareja*. Psicología online. Recuperado de <https://www.psicologia-online.com/la-psicologia-de-la-comunicacion-en-la-pareja-2714.html>
- Gurman, AS. (2015). The Theory and Practice of Couple Therapy History, Contemporary Models, and a Framework for Comparative Analysis. En Gurman, AS, Lebow, JL y Snyder, DK (Eds.). *Clinical handbook of couple therapy*. (págs. 1-30). Publicaciones de Guilford. Recuperado de <https://www.guilford.com/excerpts/gurman3.pdf?t>
- Gutiérrez Coranti, I. (agosto 2020). *Terapia Integrativa de pareja. El arte de aceptar*. Instituto Superior de Estudios Psicológicos. Recuperado de <https://shortest.link/jNG>

- Gutiérrez, M. L., Scocozza, S., Garavetti, R., González, A., Oliveto, C. (2018). Arte y salud mental. *Dirección Nacional de Salud Mental y Adicciones*. Recuperado de <http://iah.salud.gob.ar/doc/Documento222.pdf>. Buenos Aires.
- Hachey, M. (2021). Fostering Attachment In Romantic Relationships Through Creative Art Therapies *Expressive Therapies Capstone Theses*. 509. Recuperado de https://digitalcommons.lesley.edu/expressive_theses/509
- Harmon-Walker, G., & Kaiser, D. (2015). The bird's nest drawing: A study of construct validity and interrater reliability. *The Arts in Psychotherapy*, 42, 1-9. <http://10.1016/j.aip.2014.12.008>
- Iacovetta, R. R. (2013). Bailar tango, una experiencia emocional estimulante. (Tesis de Grado) Ecuador. Recuperado de http://bibliotecadigital.uda.edu.ar/objetos_digitales/507/tesis-3313-bailar.pdf
- Junge, M. B. (2016). History of art therapy. *The Wiley handbook of art therapy*, 68-75. Recuperado de <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/book/10.1002/9781118306543#page=36>
- Kernberg, O. F., & Piatigorsky, J. (1995). *Relaciones amorosas: normalidad y patología*. Paidós. Recuperado de <https://idoc.pub/documents/relaciones-amorosas-normalidad-y-patologia-otto-kernbergpdf-x4e6e9jpryn3>
- Klein, J. P., Bassols, M., Álvarez, J., Davison, M., Gómez, F., Mosegur, T., Pagán, J.M. (2007). *Arteterapia: la creación como proceso de transformación*. Octaedro.
- Lacson, F. (2020). Embodied attunement: A dance/movement therapy approach to working with couples. *Body, Movement and Dance in Psychotherapy*, 15 (1), 4-19. <http://10.1080/17432979.2019.1699859>
- Lavalle Cobo, I. (2017). *La Psicología Analítica y el Tango*. Centro Jung de Buenos Aires. Recuperado de: <http://www.centrojung.com.ar/psicotango.htm>
- Londoño, M. (2018). Motivos de consulta y creación de contextos de ayuda: reflexiones y retos en la experiencia clínica sistémica. *Tempus Psicológico* 1(2), 93-106. Doi: 10.30554/tempuspsi.1.2.2558.2018
- López-Ruiz, D. (2016). Arteterapia como estrategia de inclusión social y mejora educativa en contextos educativos. *Avances en Supervisión Educativa*, (25), 1-15. Recuperado de <https://avances.adide.org/index.php/ase/article/view/555/397>
- Marcoff, M. (2021). *¿Cómo se configuran las parejas hoy en día?* Fundación Familia y Parejas. Recuperado de <https://familiasyparejas.com.ar/publicaciones/articulos/>

- Marín, A. (mayo 2020). *El origen del Arteterapia*. Arteterapia. Recuperado de <https://arteterapiaec.com/2020/05/09/el-origen-del-arteterapia/>
- Martínez, P. (2017). El garabato de Winnicott y su uso inspirador en Arteterapia. *Papeles de arteterapia y educación para inclusión social*. 12, 191-203. <https://doi.org/10.5209/ARTE.57570>
- Mayo, E. (2017). El arteterapia en el contexto de los Servicios Sociales de Base: el taller de arteterapia como espacio de observación para la intervención primaria. *Arteterapia. Papeles de arteterapia y educación para inclusión social*, 12, 179-190. doi: 10.5209/ARTE.57569
- Metzl, E. (2020). Art therapy with couples: integrating art therapy practices with sex therapy and emotionally focused therapy. *International Journal of Art Therapy*, 25(3), 143-149. <https://doi.org/10.1080/17454832.2020.1774628>
- Molina, R. B. (2016). Género y relaciones de pareja: cineterapia y biblioterapia. *Revista Vinculando*. Recuperado de https://vinculando.org/psicologia_psicoterapia/genero-relaciones-pareja-cineterapia-biblioterapia.html
- Molledo, P. I. (2019). Regulación emocional con arte terapia, experiencia de una pareja durante su tratamiento de fertilización (Tesis Doctoral). Chile. Recuperado de shorturl.at/rvLW4
- Montesano, A. (2015). Claves fundamentales en terapia de pareja: Una guía de navegación para la práctica. *Revista de Psicoterapia*, 26(102), 161-174. Recuperado de <http://ojs.revistadepsicoterapia.com/index.php/rdp/article/view/52/23>
- Montesano, A. (abril 2020). *Un terapeuta de pareja: notamos que la solicitud de terapias se ha multiplicado exponencialmente en las últimas semanas*. ABC. Recuperado de https://www.abc.es/familia/parejas/abci-terapeuta-pareja-notamos-solicitud-terapias-multiplicado-exponencialmente-semanas-202004300120_noticia.html
- Mugerwa, S. & Holden, J. (2012). Writing therapy: a new tool for general practice? *British Journal of General Practice*; 62 (605): 661-663. DOI: <https://doi.org/10.3399/bjgp12X659457>
- Muñoz, E. C. (2008). Terapia de pareja: una mirada a sus procesos. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 37(1), 187-197. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/806/80615420015.pdf>

- Navarro, A. S. (2015). Sobre el acompañamiento en arteterapia: una manera de entender y hacer la disciplina con el otro/On gathering in Art therapy: a way to understand and build the discipline with the other. *Arteterapia*, 10, 183-203. Doi: https://doi.org/10.5209/rev_ARTE.2015.v10.51692
- Otálora, J. (2021). *Las personas pueden cambiar*. CASYP. Asistencia en sexualidad y pareja. Recuperado de <http://www.casyp.com.ar/noticias.php?pag=13104&detalle=20054>
- Perez Testor, C., Castillo Garayoa, J.A. y Davins Pujols, M. (2009). Psicoterapia psicoanalítica de pareja: teoría y práctica clínica. *Apuntes de Psicología*, 27, 197-217. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/319759392_Intervencion_Psicoanalitica_en_Parejas_y_Evaluacion_de_los_Resultados
- Pousa, V., Pereda, M., & Paniagua, I. M. (2020). Lectura grupoanalítica de un taller de escritura creativa: la escritura como vehículo de interconexión. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 40(138), 55-66. <https://dx.doi.org/10.4321/s0211-573520200020004>
- Prada, S. (2013). Corrientes cognitivas y sistémicas en psicoterapia: integración y paradigma. *Reflexiones*, 92(2), 155-161. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=729/72927462012>
- Riley, S. (2011). Art Therapy with Couples. En Malchiodi, C. A. (Ed). *Handbook of art therapy*. (págs. 409-422). Guilford Press. Recuperado de <https://cutt.ly/TfCCedz>
- Rizo, D., (31 de mayo, 2019). *Los nueve pilares de la pareja*. La mente es maravillosa. Recuperado de <https://lamenteesmaravillosa.com/los-9-pilares-de-la-pareja/>
- Reverter, A. F. (2016). Arteterapia y musicoterapia en la etapa prenatal, paternidad, maternidad y post-parto. Recursos creativos para profesionales que les acompañan. *Arteterapia*, 11, 163-183. <http://dx.doi.org/10.5209/ARTE.54123>
- Rodríguez, R. (2011). Musicoterapia y psicoterapia. *Revista Internacional On-Line*, 10(2), 1-10. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6340772>
- Rønnestad, M.H. (2016). Is expertise in psychotherapy a useful construct?. *Psychotherapy Bulletin*, 51, 11-13. Recuperado de shorturl.at/exJ45
- Rosas, G. (abril 2020). *Arteterapia para trabajar las emociones en cuarentena*. Milenio. Recuperado de <https://www.milenio.com/cultura/arteterapia-gran-ayuda-para-trabajar-las-emociones-en-la-cuarentena>

- Sager, C. (2009). Contrato matrimonial y terapia de pareja. Buenos Aires, Argentina: Amorrortu.
- Sanz, A. (15 de octubre 2018). *Habilidades específicas del terapeuta de parejas*. CINTECO. Psicología Clínica y Psiquiatra. Recuperado de <https://acortar.link/gBF71>
- Sei, M. B., & Zanetti, S. A. S. (2017). A psicoterapia psicanalítica de casal e família na Universidade de Londrina. *Perspectivas Psicanalíticas atuais para o trabalho com famílias e grupos na universidade*, 26-47. Recuperado de shorturl.at/cxCW
- Sevilla Andrade, A. (2018). ¿Cómo la danzaterapia puede ser un recurso complementario eficaz para fortalecer el vínculo emocional en parejas que asisten a psicoterapia de parejas? (Tesis de grado). Ecuador. Recuperado de <http://repositorio.usfq.edu.ec/handle/23000/7199>
- Shalmon, M., McLaughlin, H., & Keebler, J. (2012). The use of art in couples and family therapy. *Intervention, la revue de l'Ordre des travailleurs sociaux et des thérapeutes conjugaux et familiaux du Québec*, 137(2), 37-46. Recuperado de https://revueintervention.org/wp-content/uploads/2020/05/intervention_137_4._the_use_of_art.pdf
- Shuper-Engelhard, E. (2019). Dance movement psychotherapy for couples (DMP-C): systematic treatment guidelines based on a wide-ranging study. *Body, Movement and Dance in Psychotherapy*. <https://doi.org/10.1080/17432979.20191653373>
- Suess, A. (2011). Arteterapia: aplicaciones en contextos sociales, multiculturales y comunitarios. *Hoja de Psicodrama*, 35-40. Recuperado de http://lahojadepsicodrama.es/wp-content/uploads/2018/04/lahdeps_ano_19_no_59_junio_2011.pdf#page=37
- Szmulewicz E. (2015). Terapia de pareja: un espacio intersubjetivo con arreglo triangular. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 24(2), 101-110. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=2819/281946783002>
- Tapia-Villanueva, L., & Molina, M. E. (2014). Primera entrevista en terapia de pareja: co-construcción de un encuentro situado. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*, 52(1), 42-52. Recuperado de https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0717-92272014000100006&script=sci_arttext&tlng=n
- Tarradellas, I. (2020). Ponencias: Arteterapia. Arteterapia en salud mental y otros espacios de salud. *I Congreso internacional de intervención psicosocial, arte*

- social* y *arteterapia*. Recuperado de <https://digitum.um.es/digitum//handle/10201/90081>
- Tau, V. (2011). Movimiento Danza Terapia. *9º Congreso Argentino de Educación Física y Ciencias, 13 al 17 de junio de 2011, La Plata, Argentina. En Memoria Académica*. Recuperado de: http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab_eventos/ev.9907/ev.9907.pdf
- Tilden, T., Johnson, S.U., Hoffart, A., Zahl-Olsen, R., Wampold, B.E., Ulvenes, P. y Håland, Å. T. (2021). Alianza que predice el progreso de la terapia de pareja. *Psicoterapia*.
- Torres, D. (enero 2017). Reseña de "Psicoterapia psicoanalítica de pareja como tratamiento de elección: indicaciones, desafíos y beneficios". *Aperturas Psicoanalíticas*, 54. Recuperado de <http://www.aperturas.org/articulos.php?id=0000970&a=Psicoterapia-psicoanalitica-de-pareja-como-tratamiento-de-eleccion-indicaciones-desafios-y-beneficios>
- Trijsburg, R. W., Colijn, S., & Holmes, J. (2005). Psychotherapy integration. In G. O. Gabbard, J. S. Beck, & J. Holmes (Eds.), *Oxford textbook of psychotherapy*. 95-107. Oxford University Press.
- Villarreál-Zegarra, J. V., & Paz-Jesús, A. (2015). Terapia familiar sistémica: una aproximación a la teoría y la práctica clínica. *Interacciones: Revista de Avances en Psicología*, 1(1), 45-55. Recuperado de <https://revistainteracciones.com/index.php/rin/article/view/8>
- Vollmer, V. (15 de mayo 2019). *Terapia de pareja. La efectividad del tratamiento cognitivo conductual*. Psicólogos Online. Recuperado de <https://www.psicologosonline.cl/articulos/terapia-de-pareja-la-efectividad-del-tratamiento-cognitivo-conductual>
- Wagner, D. & Hurst, M.S. (2018). Couple's dance/movement therapy: Bringing a theoretical framework into practice. American Dance Therapy Association. <http://10.1007/s10465-018-9271-y>
- Yáñez, C. (2017). Patrones de interacción familiar y su repetición en las relaciones de pareja. *Revista GénEros*, (9), 5-14. Recuperado de <http://revistasacademicas.ucol.mx/index.php/generos/article/view/1423/1802>

6. ANEXO

Año de publicación	Tipo de documento	Título	Autor(es)	Objetivos
1995	Libro	Relaciones amorosas: normalidad y patología	Kernberg, O.	Diferenciar las relaciones amorosas que forman vínculos sanos de aquellas que tienden a la psicopatología
2007	Libro	Arteterapia: la creación como proceso de transformación	Klein, J.P, ét al	Introducir al tema de Arteterapia, definiendo conceptos y sus aplicaciones
2010	Artículo teórico	El arte, un camino para sanar	Alvarez, M. M.	Dar un recorrido histórico, una definición y algunos fundamentos teóricos del Arteterapia.
2010	Artículo teórico	Psicoterapia en España: teatro terapéutico y arteterapia.	Cobas, A.	Conocer una nueva propuesta de terapia: arteterapia y dentro de la misma: el teatro terapéutico. Su origen, sus herramientas y sus conceptos principales.
2011	Capítulo de Libro	Handbook of art therapy. CHAPTER 30 Art Therapy with Couples.	Riley, S en Malchiodi, C. A.	Explicar cómo interviene el arteterapeuta en la terapia de parejas.
2011	Artículo teórico	Arteterapia: aplicaciones en contextos sociales, multiculturales y comunitarios.	Suess, A.	Reflexionar acerca de la aplicación del Arteterapia en el ámbito de la mediación social y regulación de conflictos en contextos sociales, comunitarios y multiculturales.
2011	Artículo empírico (Argentina)	Creatividad: su expresión en la psicosis.	Aranguren, M. & León, T.E	Estudiar la creatividad, y sus relaciones con la salud y la enfermedad mental, teniendo en cuenta los desarrollos teóricos de Winnicott.

2011	Artículo teórico	Musicoterapia y psicoterapia.	Rodríguez, R.	Resumir los efectos psicobiológicos de la música y a continuación estudiar las relaciones entre psicoterapia y musicoterapia.
2011	Exposición en Congreso	Movimiento Danza Terapia.	Tau, V.	Exponer de qué se trata el Movimiento Danza Terapia, sus principales conceptos y sus aplicaciones.
2011		Alianza terapéutica y progreso en la terapia de pareja: múltiples perspectivas.	Glebova, T., Bartle-Haring, S., Gangamma, R., Knerr, M., Delaney, RO, Meyer, K., ... y Grafsky, E.	
2012	Libro	La técnica. <i>Terapia de pareja: El Yo en la relación.</i>	Crawley, J., & Grant, J.	
2012	Artículo empírico (Musical “tune-ups” for couples: Brief treatment interventions.	Duba, J. D., & Roseman, C.	Demostrar cómo se puede intervenir utilizando técnicas musicales en la terapia de pareja a partir de un caso
2012	Artículo teórico	The use of art in couples and family therapy.	Shalmon, M., McLaughlin, H., & Keebler, J.	Presentar una visión general del uso del arte en parejas y terapia familiar, basado en una revisión de literatura de terapia de arte familiar.
2012	Artículo teórico. Meta análisis	Writing therapy: a new tool for general practice?	Mugerwa, S. & Holden, J.	Analizar de qué se trata la escritura terapéutica. Realizar un recorrido de las diferentes investigaciones que dan a conocer evidencia

				empírica de sus beneficios.
2013	Artículo teórico	Corrientes cognitivas y sistémicas en psicoterapia: integración y paradigma.	Prada, S.	Explorar la integración de diferentes teorías y abordajes a las psicoterapias de pareja.
2013	Tesis de Grado empírica (Colombia)	Arte y familia: Una aproximación por medio del arteterapia a la resolución de conflictos familiares y grupales.	Bustos, C.	Articular una propuesta de intervención arteterapéutica, que posibilite la resolución de conflictos familiares, que se hacen visibles en el centro de prácticas de Colombia de pareja y familia
2013	Artículo teórico	Music therapy	Center, E. I., Center, C. R., & Center, P. F.	Explicar de qué se trata la musicoterapia. Dónde se puede aplicar. Cuáles son sus herramientas y beneficios.
2013	Tesis de Grado teórica	Bailar Tango, una experiencia emocional estimulante	Iacovetta, R. R.	Investigar la experiencia emocional en bailarines y bailarinas de tango a la luz de los conceptos de Bion.
2014	Artículo teórico	Arteterapia: a arte como Instrumento no Trabalho do Psicólogo.	Casanova dos Reis, A.	Realizar una revisión sobre Arteterapia para reflexionar sobre el uso del Arte en la psicoterapia.
2014	Artículo teórico	Cine y problemas de pareja. El roadmovie	Caballo, L.R	Contribuir a la comprensión del uso terapéutico de películas y cómo se aplica en la práctica clínica de parejas.
2014	Artículo teórico	Primera entrevista en terapia de pareja: co-construcción de un encuentro situado.	Tapia-Villanueva, L.	Presentar un modelo de primera entrevista en Terapia de Pareja, redefinido como un encuentro, donde lo

				central es co-construir un espacio terapéutico.
2014	Artículo teórico y empírico (Argentina)	La alianza terapéutica en tratamiento conjunto de parejas: evaluación de la alianza y análisis de los factores influyentes en el triángulo terapéutico.	Aznar Martínez, B., Pérez Testor, C., Davins Pujols, M., Aramburu, I., & Salamero, M.	Describir las dimensiones de la alianza terapéutica en la terapia de pareja siguiendo el modelo del Sistema de Observación de la Alianza Terapéutica en Intervención Familiar (SOATIF). Evaluar dicha alianza con una pareja que acude a su consulta durante nueve sesiones.
2015	Capítulo de Libro	The Theory and Practice of Couple Therapy History, Contemporary Models, and a Framework for Comparative Analysis	Gurman, A.S	Realizar un recorrido histórico de la terapia de parejas y los cambios que se fueron dando tanto teóricos como clínicos.
2015		Sobre el acompañamiento en arteterapia: una manera de entender y hacer la disciplina con el otro	Navarro, A. S.	
2015	Artículo teórico	Terapia familiar sistémica: una aproximación a la teoría y la práctica clínica.	Villarreal-Zegarra, J. V., & Paz-Jesús, A.	Proporcionar un acercamiento conceptual y técnico a la terapia familiar sistémica
2015	Artículo teórico	Terapia de pareja: un espacio intersubjetivo con arreglo triangular.	Szmulewicz E.	Exponer el asunto de lo triádico como eje fundamental del desarrollo relacional y ligarlo con el quehacer terapéutico en la terapia de parejas que a veces

				puede dificultar la terapia.
2015		The bird's nest drawing: A study of construct validity and interrater reliability. The Arts in Psychotherapy,	Harmon-Walker, G., & Kaiser, D.	
2015	Artículo teórico	Claves fundamentales en terapia de pareja: Una guía de navegación para la práctica.	Montesano, A.	Ofrecer algunas coordenadas clave para orientar la práctica clínica de parejas ya que se considera una práctica sumamente compleja.
2016	Capítulo de libro	History of art therapy.	Junge, M. B.	Realizar un desarrollo histórico del Arteterapia.
2016	Artículo empírico (Colombia)	Comprensiones sobre pareja en la actualidad: jóvenes en busca de estabilidad.	Blandón-Hincapié, A. I. & López-Serna, L. M.	Construir una aproximación comprensiva de la relación de pareja antes de la convivencia, a partir de los significados y formas de configurarse en la actualidad en jóvenes de 18 a 25 años de edad
2016	Artículo teórico	Is expertise in psychotherapy a useful construct?	Rønnestad, M.H.	Discutir y debatir la falta de información disponible para los terapeutas de pareja sobre las intervenciones
2016	Artículo teórico	Género y relaciones de pareja: cineterapia y biblioterapia	Molina, R. B.	Presentar elementos y estrategias de apoyo en la planeación de Cursos o Talleres de Formación e Información sobre Género y Relaciones de Pareja en Instituciones Educativas.

2016	Artículo empírico (España)	Arteterapia y musicoterapia en la etapa prenatal, paternidad, maternidad y post-parto. Recursos creativos para profesionales que los acompañan.	Reverter, A. F.	Dar a conocer cómo el Arteterapia fortalece los vínculos entre la pareja, la madre, el bebé prenatal y el padre. También como recurso para el acompañamiento post-parto de la pareja.
2016	Libro	Terapia integral de pareja. Una intervención para superar las diferencias irreconciliables.	Barraca, J.	Explicar y dar a conocer de qué se trata la Terapia Integral de pareja, sus conceptos básicos, elementos, herramientas terapéuticas.
2016	Artículo teórico	Arteterapia como estrategia de inclusión social y mejora educativa en contextos educativos.	López-Ruiz, D.	Dar a conocer cómo el trabajar desde el arte y utilizarlo como herramienta auto-expresiva a través de sus medios, gestiona un amplio repertorio de posibilidades para alcanzar una mayor cohesión social y un progreso en la educación.
2016	Artículo teórico	Seminario Contexto y motivos de consulta.	Duque, R.	Explorar por qué las parejas llegan a una consulta psicológica.
2016	Artículo empírico	Arteterapia y Autismo: El desarrollo del arte en la escuela.	Gómez Juárez, M., & Especial, E.	Proponer una intervención sobre Arteterapia donde los niños con Trastornos de Espectro Autista (TEA) desarrollen capacidades de socialización y comunicación a través de las emociones y de las creaciones artísticas,

				como medio para entrenar habilidades conversacionales, anticipar situaciones y entender emociones y acciones
2017	Artículo teórico	Patrones de interacción familiar y su repetición en las relaciones de pareja	Yáñez, C.	Analizar la relación que existe entre los patrones familiares y las relaciones de pareja que se establecen en la adultez.
2017	Artículo empírico (España)	Arteterapia y antipsiquiatría. El arteterapia como una herramienta de cambio.	Gómez López, Y.	Explorar cómo el Arteterapia puede potenciar procesos antipsiquiátricos para conseguir una mejora en la calidad de vida de personas con enfermedad mental.
2017	Artículo de revisión de investigaciones	Terapia de Casal e Estratégias de Resolução de Conflito: Uma Revisão Sistemática.	Costa, C., Delatorre, B., Zanella, M., Wagner, A., & Mosmann Pereira, C.,	Realizar una revisión sistemática de artículos científicos sobre psicoterapia de pareja y estrategias de resolución de conflictos e identificar las variables involucradas en el proceso terapéutico.
2017	Artículo empírico (España)	El arteterapia en el contexto de los Servicios Sociales de Base: el taller de arteterapia como espacio de observación para la intervención primaria.	Mayo, E.	Realizar un estudio cualitativo para analizar si el Arteterapia es una herramienta eficaz para detectar problemáticas sociales
2017	Artículo teórico	Definition Organization	American Arttherapy Association	Definir qué es el Arteterapia
2017	Artículo teórico	A psicoterapia psicanalítica de	Sei, M. B., & Zanetti, S. A. S.	Presentar las actividades realizadas en el campo

		casal e família na Universidade de Londrina.		psicoanalítico de familia y parejas en la Universidad. Varias de esas actividades son actividades artísticas.
2017	Artículo teórico	Aproximación al concepto de pareja.	Espínola, I. S., Cambranis Ortega A., Salazar Moreno, A., & Esteves, G.	Revisar el concepto de pareja a lo largo del tiempo. Identificar los diferentes ciclos y las diferencias y similitudes entre parejas homosexuales y heterosexuales.
2017	Reseña de libro	Reseña de "Psicoterapia psicoanalítica de pareja como tratamiento de elección: indicaciones, desafíos y beneficios".	Torres, D.	Exponer los principales conceptos y temas que se tratan en el libro.
2017	Artículo teórico	La Psicología Analítica y el Tango.	Lavalle Cobo, I.	
2017	Artículo teórico	El garabato de Winnicott y su uso inspirador en Arteterapia	Martínez, P.	
2018	Artículo teórico	Motivos de consulta y creación de contextos de ayuda: reflexiones y retos en la experiencia clínica sistémica.	Londoño, M.	Reflexionar a partir de la pregunta: ¿Cuáles son los retos de un psicólogo clínico sistémico para la configuración de contextos de ayuda posibilitadores de la creación y del cambio?
2018	Artículo teórico	La psicología de la comunicación en la pareja.	González Sánchez, A.	Revisar los principales enfoques terapéuticos para la terapia de pareja y definir la comunicación en la pareja.

2018		Couple's dance/movement therapy: Bringing a theoretical framework into practice.	Wagner, D. & Hurst, M.S.	
2018	Artículo teórico	Arteterapia latinoamericana: sueños colectivos y horizontes de esperanza.	Ciornai, S., y Ruiz, M., C.	A partir de entrevistar a las profesionales se busca una visión general de las tendencias comunes de Arteterapia en la historia de América Latina, una descripción de la influencia de pioneros, un debate sobre las principales tendencias actuales de la práctica.
2018	Artículo teórico	Cuando SENTIR y CREAR son palabras MAYORES	Casabella, S.	La autora pretende compartir experiencias de un Taller de Arteterapia, dispositivo terapéutico para pacientes externados del Servicio de Salud Mental del Hospital Regional Río Gallegos. Un espacio artístico desarrollado en un hogar para “adultos mayores”, donde continúan con la asistencia de profesionales del Ministerio de Salud.
2018	Artículo teórico	Habilidades específicas del terapeuta de parejas.	Sanz, A.	Dar a conocer aquellas habilidades que repercuten en la eficacia de la terapia de pareja de tal manera que puedan ser objeto de aprendizaje

				para futuros profesionales.
2018	Documento teórico (Argentina)	Arte y salud mental	Gutiérrez, M. L., Scocozza, S., Garavetti, R., González, A., Oliveto, C.,	Especificar cómo se aplica el arte en Salud Mental en Argentina y por qué resulta necesario hacerlo.
2018	Artículo teórico	Diagnóstico vincular de la pareja	Avalos, V, et al	Estudiar los conflictos de pareja desde una perspectiva vincular.
2018	Libro	Los juegos del mal amor: El amor: la comunicación y las interacciones que destruyen parejas	Ceberio, M.R	Explicar los conflictos que pueden surgir a partir de una falla en la comunicación y en las interacciones que se dan en la pareja.
2018	Tesis de Grado empírica (Ecuador)	¿Cómo la danzaterapia puede ser un recurso complementario eficaz para fortalecer el vínculo emocional en parejas que asisten a psicoterapia de parejas?	Sevilla Andrade, A.	Examinar la danzaterapia aplicada por medio del tango y la efectividad que ésta puede tener como una herramienta complementaria para la psicoterapia de parejas, con la finalidad de fortalecer el vínculo emocional.
2019	Tesis Doctoral empírica (Chile)	Regulación emocional con arteterapia, experiencia de una pareja durante su tratamiento de fertilización	Molledo, P. I.	Comprender y analizar a través del paradigma cualitativo cómo una pareja en tratamiento de fertilidad de alta complejidad enfrenta y reconoce sus emociones a través de sus procesos creativos.
2019	Artículo empírico (Israel)	Dance movement psychotherapy for couples (DMP-C): systematic treatment guidelines based on	Shuper-Engelhard, E.	Revisar los resultados de una investigación cualitativa integral en Danza Movimiento Terapia en Parejas

		a wide-ranging study.		
2019	Artículo teórico	Arteterapia y discapacidad intelectual.	Aguado Jara, A.	Examinar las necesidades de la persona con discapacidad intelectual y describir las aportaciones que desde la arteterapia se pueden hacer en relación con estas necesidades, con la finalidad de aumentar el bienestar y la calidad de vida de estas personas.
2019	Libro	Psicología Integrativa y humanidades	Diaz Loving, R	Exponer los modelos teóricos más relevantes de psicología con respecto a las relaciones personales.
2019	Artículo teórico	Terapia de pareja. La efectividad del tratamiento cognitivo conductual.	Vollmer, V.	Examinar las necesidades de la persona con discapacidad intelectual y describir los aportes que desde la arteterapia se pueden hacer en relación con estas necesidades, con la finalidad de aumentar el bienestar y la calidad de vida de estas personas.
2019	Artículo teórico	Los nueve pilares de la pareja.	Rizo, D,..	Conocer cuáles son los pilares de una pareja feliz, madura y consciente para integrar esas mismas perspectivas, ese enfoque siempre útil y saludable en el propio núcleo de cada relación.

2019	Artículo empírico (EE. UU.)	The Effectiveness of Art Therapy for Anxiety in Adult Women: A Randomized Controlled Trial	Abbing, A., Baars, E., De Sonnevile, L., Ponstein, A. y Swaab, H.	Estudiar la eficacia de la TA sobre la ansiedad en mujeres adultas. El tipo específico de TA estudiado fue la TA generalizada.
2020	Artículo teórico	El origen del Arteterapia.	Marín, A.	Realizar un breve recorrido histórico del Arteterapia.
2020	Exposición en Congreso	Arteterapia en salud mental y otros espacios de salud.	Tarradellas, I.	Exponer los talleres de Arteterapia que se realizan en la UHP y otros departamentos del Hospital de Denia, así como la experiencia de la autora como Arteterapeuta en AMADEM (Asociación de amigos de personas con enfermedad mental de La Marina Alta).
2020	Artículo teórico	Los modelos psicoanalíticos de familia y pareja. La terapia psicoanalítica de pareja	Butler, A.	Explicar de qué se trata la terapia psicoanalítica de pareja y de familia, dando a conocer los principales conceptos y técnicas utilizadas.
2020	Artículo periodístico	Un terapeuta de pareja: notamos que la solicitud de terapias se ha multiplicado exponencialmente en las últimas semanas	Cañamares, E.	Entrevistar a diferentes profesionales para informar acerca de la situación de las parejas en el contexto de COVID-19.
2020	Artículo empírico	Lectura grupoanalítica de un taller de escritura creativa: la escritura como vehículo de interconexión.	Pousa, V., Pereda, M., & Paniagua, I. M.	Describir la experiencia de un taller de escritura creativa que se realiza de forma mensual en la Unidad de Hospitalización de Agudos del Hospital de Basurto. Reflexionar

				sobre los factores terapéuticos de la experiencia grupal.
2020	Artículo teórico	Terapia Integrativa de pareja. El arte de aceptar.	Gutiérrez Coranti, I.	Explicar de qué se trata la terapia integrativa de parejas, en qué consiste, los puntos importantes de su tratamiento y cuáles son sus principales objetivos.
2020	Artículo periodístico (México)	Arteterapia para trabajar las emociones en cuarentena.	Rosas, G.	Entrevistar a una especialista en Arteterapia para dar a conocer por qué es importante el Arteterapia en contexto de Pandemia.
2020	Informe OMS	What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review	Fancourt, D., & Finn, S.	A partir de una revisión de las investigaciones actuales, la OMS pretendió dar a conocer los beneficios de realizar actividades artísticas para la Salud Mental.
2020	Artículo teórico	Terapia de pareja.	Barraca, J.	Explicar en qué consiste la terapia de pareja, específicamente la terapia integral de parejas.
2020	Artículo empírico	Art therapy with couples: integrating art therapy practices with sex therapy and emotionally focused therapy.	Metzl, E.	
2021	Artículo teórico	Embodied attunement: A dance/movement therapy approach to working with couples.	Lacson, F.	Explorar la integración entre la teoría del apego, la neurociencia, la terapia de danza / movimiento y la terapia de pareja.

2021	Artículo empírico (España)	Alianza que predice el progreso de la terapia de pareja.	Tilden, T., Johnson, SU, Hoffart, A., Zahl-Olsen, R., Wampold, BE, Ulvenes, P. y Håland, Å. T.	Estudiar la evolución de la alianza terapéutica durante 20 semanas y su relación con el apego considerando la mejoría/empeoramiento sintomático como una variable de confusión.
2021	Artículo periodístico (España)	Ir a terapia puede ser la mejor inversión que hagas en tu vida.	Filippi, A.	Dar a conocer, a partir de consultar con diferentes especialistas del tema, por qué resulta importante acudir a una terapia de pareja en caso de que sea necesario.
2021	Artículo teórico	¿Cómo se configuran las parejas hoy en día?	Marcoff, M.	Expresar su opinión acerca de los cambios de las parejas según el contexto social.
2021	Artículo periodístico (España)	Las terapias de pareja cada vez son más solicitadas por los más jóvenes	Fernández Velilla-Lapuerta, O.	Analizar cómo han aumentado las consultas online de terapia de pareja en Pandemia.
2021	Artículo periodístico (Brasil)	Arteterapia é um recurso para aliviar o estresse durante a pandemia	Carvalho, E.	Explicar y difundir cómo el Arteterapia puede ser un recurso eficaz para utilizar en el contexto de COVID-19.
2021	Artículo teórico	To Love and Be Loved: Art Therapy and Couples with Disabilities.	Bussiere, C.	Revisar y explorar los diferentes beneficios de utilizar Arteterapia en parejas de personas con discapacidad
2021	Artículo teórico	Las personas pueden cambiar.	Otálora, J.	Expresar su opinión acerca de los cambios de las parejas según el contexto social.
2021	Artículo empírico (Canadá)	Five Functions of Art Therapy Supporting Couples Affected by Alzheimer's Disease.	Couture, N., Villeneuve, P., & Éthier, S.	Estudio empírico que pretendió evaluar a 10 parejas utilizando terapia integrativa y arteterapia para

				visualizar los beneficios de la misma.
2021	Artículo teórico-empírico	A Visual Exploration of Psychodynamics in Problematic Pregnancies: Case Studies in Analytic-Aesthetic Art Therapy.	Evertz K.	Evaluar la aplicación de arteterapia para los problemas de pareja en período prenatal
2021	Artículo teórico	Fostering Attachment In Romantic Relationships Through Creative Art Therapies	Hachey, M. (2021).	Explicar cómo la arteterapia expresiva (ExAT) y la terapia de movimiento de baile (DMT) podrían ayudar a las parejas a reavivar su relación en caso de que se extravíe.
2021	Artículo teórico	Arteterapia, una terapia transpersonal.	Ballester, R.,	Analizar cómo el Arteterapia ayuda en los procesos espirituales.