



PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR
SEDE MANABÍ
CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

TRABAJO DE TITULACIÓN

REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA SOBRE ARTETERAPIA: UNA HERRAMIENTA
PSICOTERAPÉUTICA EN LA PSICOLOGÍA HUMANISTA

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

09 INVESTIGACIÓN HISTÓRICA DE HECHOS, PROCESOS Y
CIENCIAS

SUBLÍNEA DE INVESTIGACIÓN

ARTE, IDENTIDADES Y CONSTRUCCIÓN DE MEMORIA SOCIAL.

PREVIO AL TÍTULO DE
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA CLÍNICA

AUTOR

DIOGO AMIN ROMAN AGUILAR

TUTOR

MGS. JOSE MIGUEL ESPINOZA ORDOÑEZ

PORTOVIEJO, 04 DE SEPTIEMBRE DE 2025

Certificación del Tutor de Trabajo de Integración Curricular

Mgs. Jose Miguel Espinoza Ordoñez, docente la Pontificia Universidad Católica del Ecuador
Sede Manabí.

CERTIFICO:

En mi calidad de tutor del Trabajo de Integración Curricular, certifico haber revisado el presente manuscrito de investigación, el cual que se ajusta a las normas vigentes de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador Sede Manabí, cumpliendo la Normativa del Trabajo de Integración Curricular; en consecuencia, es apto para su presentación y sustentación.

Portoviejo, 04 de septiembre de 2025

Atentamente,

Mgs. Jose Miguel Espinoza Ordoñez

Acta de Aprobación del Trabajo de Integración Curricular

El Tribunal examinador aprueba el Trabajo de Integración Curricular titulado “REVISIÓN BIBLIOGRAFICA SOBRE ARTETERAPIA: UNA HERRAMIENTA PSICOTERAPÉUTICA EN LA PSICOLOGÍA HUMANISTA” en nombre de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador Sede Manabí.

Mgs. Jose Miguel Espinoza

Ordoñez

Lector 1/Tutor

Mgs. Eva Ganchozo Macías

Lector 2

Mgs. Sarai García Guerra

Lector 3

Declaración de Originalidad

Este manuscrito no contiene ningún tipo de material que ha sido aceptado para la obtención de un título universitario en otra institución, excepto en forma de información de soporte que ha sido debidamente citada. Este trabajo es de total responsabilidad del autor, quien declara bajo juramento que ninguna sección de este trabajo de integración curricular infringe los derechos de otros autores.

Portoviejo, 04 de septiembre de 2025

Diogo Amin Roman Aguilar

CI. 1313074906

Declaración sobre Derechos de Autor

Autorizo a la Pontificia Universidad Católica del Ecuador a distribuir este manuscrito de investigación en medios físicos y electrónicos con el fin de promover la divulgación de mis resultados a la comunidad científica y a la sociedad en general. Adicionalmente, autorizo el uso de los contenidos de esta investigación como bibliografía para fines académicos, por cualquier medio o procedimiento, citando como fuente al autor de este trabajo.

Portoviejo, 04 de septiembre de 2025

Diogo Amin Roman Aguilar

CI. 1313074906

Aprobación de Defensa Oral Pública

Los miembros del Tribunal designados por el honorable Comité Académico dan por aprobado el Trabajo de Titulación “REVISIÓN BIBLIOGRAFICA SOBRE ARTETERAPIA: UNA HERRAMIENTA PSICOTERAPÉUTICA EN LA PSICOLOGÍA HUMANISTA”.

Mgs. Jose Miguel Espinoza

Ordoñez

Tribunal 1/Tutor

Mgs. Eva Ganchozo Macías

Tribunal 2

Mgs. Sarai García Guerra

Tribunal 3

Agradecimiento

A lo largo de este camino, he contado con el apoyo invaluable de personas que han dejado una huella profunda en mi formación académica y personal.

En primer lugar, agradezco profundamente a mis padres, cuyo constante respaldo y cariño me han permitido avanzar incluso en los momentos más desafiantes. Estaré siempre agradecido por su ejemplo de esfuerzo y dedicación, este logro lo comparto con ustedes.

A mi tutor, Psic. José Miguel Espinoza, le extiendo mi más sincero agradecimiento por su orientación, disposición y compromiso a lo largo de este proceso. Su mirada crítica y su acompañamiento académico fueron fundamentales para dar forma a este trabajo.

Un agradecimiento especial a Psic. Tamara Toro Loor, gracias por ser una figura clave en mi formación. Su apoyo constante, su calidad humana y su vocación docente me inspiraron profundamente durante toda la carrera.

A mi amiga y compañera Sofía Yanouch, gracias por estar siempre presente, por escucharme, por motivarme y por compartir conmigo no solo el estudio, sino experiencias que no olvidaré y que sin lugar a duda hicieron más llevadero este proceso.

A todos ustedes, gracias por ser parte de este camino.

Dedicatoria

Dedico este trabajo a todas las personas que han encontrado en el arte una forma de expresión, sustento o sanación. De manera especial, a los artistas ecuatorianos que continúan creando a pesar de la falta de apoyo y reconocimiento. Su labor es valiosa y necesaria para el desarrollo cultural y social de nuestro país. Esta tesis reconoce su esfuerzo y busca aportar a la visibilización del arte como herramienta terapéutica y transformadora.

Resumen

La arteterapia se ha consolidado como una herramienta terapéutica dentro de la psicología humanista, facilitando la expresión emocional y el autoconocimiento a través del arte. Esta investigación, basada en una revisión bibliográfica, explora sus fundamentos teóricos, beneficios y limitaciones. La arteterapia, alineada con los fundamentos teóricos de la psicología humanista, fomenta la autoexploración y la creatividad como medios de sanación. Estudios previos han demostrado su eficacia en el tratamiento de ansiedad, estrés postraumático y depresión, así como en el fortalecimiento del sentido de comunidad en poblaciones vulnerables. Sin embargo, enfrenta desafíos como la falta de un marco teórico unificado y dificultades en la medición de su efectividad. Se destaca la necesidad de mayor investigación y estandarización para su integración en la práctica clínica. La arteterapia representa una alternativa terapéutica valiosa, promoviendo el bienestar psicológico a través de la creación artística en el proceso psicoterapéutico.

Palabras clave: : Arteterapia, psicología humanista, bienestar psicológico, creación artística, creatividad, técnicas artísticas.

Abstract

Art therapy has been consolidated as a therapeutic tool within humanistic psychology, facilitating emotional expression and self-awareness through artistic creation. This study, based on a literature review, explores its theoretical foundations, benefits, and limitations. Rooted in the principles of humanistic psychology, art therapy fosters self-exploration and creativity as pathways to healing. Previous studies have demonstrated its effectiveness in the treatment of anxiety, post-traumatic stress disorder, and depression, as well as in strengthening the sense of community among vulnerable populations. Nevertheless, art therapy faces challenges such as the absence of a unified theoretical framework and difficulties in measuring its effectiveness. The need for further research and standardization is highlighted to ensure its integration into clinical practice. Overall, art therapy represents a valuable therapeutic alternative, promoting psychological well-being through artistic creation within the psychotherapeutic process.

Keywords: art therapy, humanistic psychology, psychological well-being, artistic creation, creativity, artistic techniques.

Tabla de Contenido

Certificación del Tutor de Trabajo de Integración Curricular	1
Acta de Aprobación del Trabajo de Integración Curricular.....	3
Declaración de Originalidad.....	4
Declaración sobre Derechos de Autor	5
Aprobación de Defensa Oral Pública	6
Agradecimiento	7
Dedicatoria	8
Resumen	9
Abstract	10
Introducción	13
Objetivos	18
<i>Objetivo General</i>	18
<i>Objetivos Específicos</i>	18
Aportes y valor de la investigación	18
Capítulo I. Marco Teórico	20
REVISIÓN DE LA LITERATURA EXISTENTE	20
TEORÍAS Y CONCEPTOS CLAVES.....	27
<i>Acto Creativo</i>	27
<i>Relación Triangular</i>	28

<i>Autorrealización</i>	<i>30</i>
<i>Estado de Flujo.....</i>	<i>30</i>
<i>Resiliencia.....</i>	<i>31</i>
ANTECEDENTES Y ESTUDIOS PREVIOS RELACIONADOS CON EL TEMA ..	33
Capítulo II. Desarrollo metodológico	38
Metodología.....	38
<i>Tipo De Investigación.....</i>	<i>38</i>
<i>Criterios De Selección De Fuentes</i>	<i>39</i>
<i>Técnica</i>	<i>43</i>
<i>Instrumento.....</i>	<i>44</i>
<i>Procedimiento De La Investigación.....</i>	<i>45</i>
<i>Consideraciones Éticas.....</i>	<i>46</i>
Subtemas o categorías desarrolladas de manera organizada.....	47
Capítulo III. Análisis de resultados de investigación.....	62
Análisis	62
Discusión	65
Conclusiones	72
Recomendaciones.....	76
REFERENCIAS	78
Anexos	85
Ficha Bibliográfica	85

Introducción

“El arte y la salud deben ser firmemente reconocidos como parte importante de la existencia de la salud integral, generando una provisión de cuidado saludable y de ambientes curativos” (Dyer y Hunter, 2009, p.147).

El arte y su expresión han existido desde el inicio de la humanidad; fieles a nuestra naturaleza los seres humanos hemos utilizado, desde tiempos remotos, el arte como una herramienta para la sanación y la conexión espiritual. En la época antigua, civilizaciones como la griega, la egipcia y los pueblos indígenas de la América precolombina, incorporaban prácticas artísticas en rituales y ceremonias con el objetivo de promover el bienestar emocional y fortalecer el vínculo con lo trascendental (Webb, 2023). Estas prácticas reflejan el reconocimiento temprano del arte, no solo como una extensión de la condición humana, sino como un medio fundamental para la exploración personal y la curación.

Si bien el arte ha sido utilizado con fines curativos desde tiempos antiguos, el establecimiento de la arteterapia como disciplina formal tuvo lugar en el siglo XX. En la década de 1940, Margaret Naumburg emergió como una de sus principales impulsoras, integrando el arte en un marco psicodinámico terapéutico (Webb, 2023). Su enfoque, en ese entonces, en sintonía con las ideas del psicoanálisis de Freud, se fundamentaba en la premisa de que la creación artística implica una relación directa con lo inconsciente, permitiendo exteriorizar pensamientos y emociones reprimidas. La pintora y arteterapeuta Edith Kramer, destacó la relevancia del acto creativo en sí mismo, argumentando que el verdadero valor terapéutico de la arteterapia reside en el proceso más que en la obra final, promoviendo su utilidad en los tratamientos psicológicos (Kramer, 1971).

La arteterapia ha emergido como una herramienta innovadora en el ámbito psicoterapéutico, integrando la expresión artística con procesos de autocomprensión y crecimiento personal. Desde sus inicios, hace ya más de ocho décadas, la arteterapia ha evolucionado para posicionarse como una herramienta versátil y eficaz en el abordaje de la salud mental, utilizando medios como la pintura, el dibujo y la escultura para facilitar la expresión emocional y la exploración de conflictos internos (Naumburg, 1966). En la actualidad esta práctica representa el punto de encuentro entre el arte y la psicoterapia, brindando una forma de intervención que trasciende las prácticas tradicionales y permite a los individuos expresar sus emociones mientras fomenta el autoconocimiento (Webb, 2023).

Originalmente vinculada al psicoanálisis, la arteterapia ha ampliado su alcance hacia diversos enfoques psicológicos. En las últimas décadas ha evolucionado hacia enfoques más centrados en la persona, como la psicología humanista que prioriza el crecimiento personal y la autoexploración en el individuo (Rogers, 1961). Esta orientación enfatiza la autoconciencia y el desarrollo del potencial humano como ejes del bienestar psicológico (Maslow, 1968). Uno de los pioneros en el desarrollo y estudio de la psicología humanista fue Carl Rogers (1961) quien describió la importancia de crear un entorno terapéutico seguro donde las personas puedan explorar sus emociones y pensamientos sin temor al juicio, un principio que se alinea con la práctica de la arteterapia (Presta, 2010).

Durante las décadas de 1960 y 1970, la psicología humanista planteó un cambio de perspectiva al desafiar los modelos tradicionales centrados en la patología y proponer una visión orientada al bienestar y el desarrollo personal (Riveros Aedo, 2014). Abraham Maslow (1968) destacó la autorrealización, la cual constituye el nivel superior en la jerarquía de necesidades humanas y se define como el proceso mediante el cual el individuo desarrolla plenamente su potencial. Este estado implica la coherencia entre

valores, capacidades y aspiraciones, favoreciendo un crecimiento personal continuo. Se caracteriza por la expresión de la creatividad, la autenticidad y el propósito vital, entendidos como manifestaciones de una vida orientada hacia el sentido y la satisfacción profunda. En este marco, la autorrealización representa la culminación del desarrollo humano, integrando las dimensiones cognitivas, afectivas y conductuales en un funcionamiento óptimo. El arte se presenta como un medio adecuado para alcanzar esta meta, al permitir que los individuos se expresen más allá de las limitaciones de la comunicación hablada; promoviendo la expresión libre y facilitando el insight, aspectos esenciales en la psicología humanista (Rogers et al., 2012).

A pesar de su relevancia actual, la arteterapia enfrenta desafíos que limitan su aplicación en la práctica clínica. Uno de los principales problemas es la falta de un consenso teórico sólido, lo que dificulta su estandarización y aplicabilidad en el ámbito terapéutico. Pérez (2023) señala que la ausencia de una teoría unificada en la arteterapia ha provocado interpretaciones variadas sobre su eficacia y aplicación, lo que representa un obstáculo significativo para su integración en programas de salud mental. La diversidad de técnicas artísticas empleadas en esta práctica complica la evaluación consistente de su efectividad, así estas limitaciones teóricas y metodológicas subrayan la necesidad de investigaciones más sistemáticas y rigurosas que permitan comprender plenamente su impacto en entornos psicoterapéuticos.

La escasez de estudios que analicen los posibles riesgos o limitaciones de la arteterapia en contextos clínicos representa otro aspecto relevante entre lo que la caracteriza en los tiempos actuales. Strang (2024) destaca que “la base de evidencia para la efectividad de la arteterapia continúa creciendo, aunque la comprensión mecanicista de cómo funciona la arteterapia sigue siendo limitada” (p. 2). Sin esta evidencia, los terapeutas pueden enfrentar dificultades para anticipar y abordar desafíos específicos, esto

podría comprometer, en ciertos casos, la eficacia de los tratamientos. Estos vacíos en la literatura académica evidencian la necesidad de identificar los fundamentos teóricos que sustentan la implementación de la arteterapia en la práctica clínica y reconocer los beneficios y limitaciones de la arteterapia en los procesos psicoterapéuticos.

La presente investigación busca describir los fundamentos teóricos y prácticos de la arteterapia desde el enfoque humanista, destacando su potencial como herramienta psicoterapéutica. Riveros (2014) explica que:

El humanismo en psicología aspiró...alcanzar una visión holística del hombre, integrarse a la sociedad con una metodología de investigación más amplia para estudiar a la persona humana, integrar todas las fuentes de conocimientos hasta la fecha, incluyendo a la teología, la filosofía, el arte y las prácticas del chamanismo (p.7).

Esta perspectiva sitúa al ser humano como un todo integrado, en constante desarrollo y capaz de desplegar su potencial en condiciones de libertad, aceptación y autenticidad (Garrido y Arbúes, 2013). En este marco, la arteterapia se vincula estrechamente con los principios humanistas, pues ofrece un espacio de exploración creativa que promueve la expresión y fortalece la tendencia actualizante descrita por Rogers (1961), contribuyendo así al bienestar psicológico y emocional del individuo.

La arteterapia representa una oportunidad única para expandir las posibilidades de intervención psicológica, especialmente dentro del enfoque humanista; su capacidad para abordar dimensiones emocionales, cognitivas y sociales de manera integral la posiciona como una alternativa valiosa frente a las prácticas terapéuticas tradicionales (Rogers et al., 2012). Es importante reconocer, la creciente evidencia sobre la efectividad de la arteterapia en el tratamiento de diversas condiciones psicológicas, como la ansiedad, la depresión y el

estrés postraumático, lo que refuerza la relevancia de explorar su potencial y sus límites en profundidad (Garrido y Arbúes, 2013).

La presente investigación parte de la delimitación de un problema central, la falta de consenso teórico y metodológico que dificulta la integración de la arteterapia en la práctica clínica contemporánea. Frente a esta situación, se plantea como objetivo general describir la arteterapia como herramienta de intervención psicoterapéutica desde el enfoque humanista, lo cual se articula con los objetivos específicos de identificar los fundamentos teóricos y reconocer los beneficios y limitaciones de esta herramienta. La elección de una revisión bibliográfica integrativa como estrategia metodológica permite responder de forma coherente a estos objetivos, al ofrecer un marco que sistematiza la literatura científica y organiza los hallazgos de manera crítica y comparativa, fortaleciendo así la claridad y pertinencia del análisis.

A partir de esta delimitación, el estudio pretende aportar al desarrollo teórico de la arteterapia y, al mismo tiempo, ofrecer a los profesionales de la psicología una herramienta que enriquezca su labor terapéutica. Para ello, se emplea un enfoque cualitativo con diseño no experimental y método de revisión bibliográfica integrativa, a través del cual se seleccionaron fuentes teóricas y estudios previos pertinentes. La búsqueda se realizó en bases de datos académicas como Scopus, PubMed, PsycINFO, Redalyc, DIALNET, ResearchGate, ScienceDirect, SAGE, Frontiers in Psychology, Taylor & Francis, Scientific Research y RACO, considerando publicaciones entre 2015 y 2025 en idioma español e inglés. Se establecieron criterios de inclusión basados en la pertinencia temática, el rigor metodológico y la relevancia dentro de la psicología humanista, mientras que se excluyeron aquellos documentos que no aportaban evidencia empírica o fundamentación teórica sólida. El análisis se llevó a cabo mediante codificación abierta y categorización temática, lo que permitió organizar los hallazgos en torno a los fundamentos teóricos,

beneficios y limitaciones de la arteterapia desde este enfoque. De esta manera, la metodología no solo garantiza rigor científico, sino que también responde de manera directa al objetivo general y a los objetivos específicos de la investigación, favoreciendo una comprensión más profunda de la arteterapia como herramienta psicoterapéutica en el contexto de la psicología humanista. En este marco, surge la siguiente pregunta de investigación: ¿Por qué la arteterapia puede considerarse una herramienta de intervención psicoterapéutica desde el enfoque humanista de la psicología?

Objetivos

Objetivo General

Describir la arteterapia como herramienta de intervención psicoterapéutica desde el enfoque humanista de la psicología, a partir de una revisión bibliográfica.

Objetivos Específicos

Identificar los fundamentos teóricos que sustentan la arteterapia como herramienta de intervención psicoterapéutica desde el enfoque de la psicología humanista.

Reconocer los beneficios y limitaciones de la arteterapia en los procesos psicoterapéuticos desde el enfoque de la psicología humanista.

Aportes y valor de la investigación

Esta investigación ofrece una contribución significativa al conocimiento en el ámbito de la psicología, al describir el desarrollo de la arteterapia a partir de la recopilación, agrupación y categorización de los fundamentos teóricos de la arteterapia desde el enfoque humanista, destacando su potencial como herramienta psicoterapéutica. Al investigar en la literatura existente, se identificaron tanto los beneficios como las limitaciones de esta disciplina, proporcionando una visión integral que permite

caracterizarla como herramienta aplicable en psicoterapia desde el enfoque humanista. El presente estudio, además, fomenta la comprensión del arte como medio terapéutico y de crecimiento personal, en tanto, pretende servir también como referencia para psicólogos interesados en integrar la arteterapia en sus prácticas, promoviendo su desarrollo y aceptación en el ámbito profesional.

Capítulo I. Marco Teórico

REVISIÓN DE LA LITERATURA EXISTENTE

El surgimiento de la arteterapia ocurrió en Inglaterra y en Estados Unidos de manera simultánea, esto gracias a los aportes de Adrián Hill y Margaret Naumburg respectivamente (Hogan, 2001). El término “arteterapia” fue introducido por Hill (1945), quien relató su experiencia personal vivida durante una hospitalización por tuberculosis en 1938. Durante este periodo, Hill recurrió a actividades artísticas como medio para explorar las emociones que interferían con su tratamiento médico, lo cual le permitió reconocer el valor terapéutico del arte como una herramienta efectiva para la recuperación psicológica. Posteriormente, Hill empleó esta misma estrategia con otros pacientes, especialmente soldados y personas que padecían enfermedades crónicas, ayudándolos a expresar y manejar la ansiedad relacionada con la enfermedad y el trauma (Coll, 2015).

En sus inicio la arteterapia en Estados Unidos, fue influenciada por el psicoanálisis y la psicología humanista, enfocándose en la experiencia subjetiva y la exploración profunda del ser (Junge y Asawa, 1994). La psicóloga y educadora Margaret Naumburg, junto con Edith Kramer fueron las principales pioneras en la implementación de técnicas artísticas para el tratamiento y el análisis de pacientes. Naumburg centró sus esfuerzos en el reconocimiento y la aceptación científica de su propuesta, participando en congresos y demostrando su efectividad en la práctica. Kramer, años después, desarrolló un marco teórico propio para la arteterapia basado en su trabajo con niños, marcando así la diferencia entre el uso del arte como un recurso educativo y ocupacional, hacía una visión más caracterizada y propia de una disciplina individual (Kramer, 1973).

La arteterapia es definida por Cheng et al. (2023) como un término amplio que puede ser empleado de distintas formas dependiendo el contexto y el autor. En las obras de Kramer la arteterapia es descrita como una disciplina propia, con fundamentos teóricos relacionados a la psicología y al análisis, pero con diferencias sutiles en su aplicación y abordaje (Junge y Asawa, 1994). Por otra parte, y de especial interés para esta investigación, la arteterapia es concebida como una herramienta psicoterapéutica que “permite a la persona conocer su propia realidad, sus deseos, temores y pensamientos, y de esta forma generar una mejor percepción de su vida” (Barreiro, 2023, p. 6). Así lo plantea el autor en una investigación realizada con adolescentes miembros del grupo Glow, perteneciente a la iglesia *El lugar de su gloria* en Cali, en la cual implementó técnicas narrativas y pintura. Su estudio destaca los beneficios de la arteterapia en los procesos psicoterapéuticos de enfoque humanista y en el desarrollo humano, afirmando que “es un medio de expresión emocional que tiene la capacidad de explorar en lo interno y significativo de una persona” (Barreiro, 2023, p. 24). Si bien estas definiciones coinciden en resaltar el potencial transformador del arte, también ponen de relieve la dificultad de unificar criterios, lo cual obliga a valorar críticamente qué aspectos de la arteterapia pueden ser universalizados y cuáles dependen de contextos culturales específicos.

La arteterapia adopta diversas formas, la Asociación Americana de Arteterapia (2017) la define como un tipo de psicoterapia que promueve la expresión y la sanación a través de medios artísticos. Esta herramienta, en el contexto psicoterapéutico, permite explorar las relaciones triangulares entre la obra, el paciente y el terapeuta (Case y Daley, 2014). Existen dos enfoques principales en el uso de esta herramienta; el primero destaca la función del arte como terapia, el cual sostiene que el simple acto de crear arte tiene un efecto terapéutico en sí mismo, tal como lo propuso Hill en un principio; el segundo enfoque, basado en el trabajo de Naumburg, incorpora elementos de la teoría psicoanalítica

para analizar los fenómenos de transferencia y contratransferencia en la relación triangular (Case y Daley, 2014). La coexistencia de estos enfoques ilustra que la arteterapia puede oscilar entre lo vivencial y lo interpretativo, lo que enriquece sus posibilidades, pero al mismo tiempo plantea la necesidad de evaluar la pertinencia de cada modelo según el tipo de población y objetivos terapéuticos.

La arteterapia es sin duda un término abierto a concepciones variadas, con un sinfín de aplicaciones (Arbúes y Garrido, 2013). Su desarrollo no ha sido lineal ni basado en un único enfoque, así como el arte mismo resulta universal e inherente al ser humano, establecer con precisión los límites conceptuales y teóricos de la arteterapia puede resultar una tarea compleja (Cheng et al., 2023). Estos mismos autores señalan que “aunque la ambigüedad en la definición de arteterapia pueda parecer desventajosa, en realidad su alcance permite adaptarla a una amplia variedad de usos y a las necesidades de cada paciente” (p. 500).

Diversas fuentes señalan a la arteterapia como una herramienta valiosa en la psicología actual, Dumas y Aranguren (2013) mencionan “que la arteterapia resulta un dispositivo que promueve el crecimiento personal en todas sus dimensiones: Emocional, cognitivo, social y físico” (p. 44). Aunque la práctica formal e institucionalizada de la arteterapia empezó a mediados del siglo XX, sus raíces se encuentran en antiguas manifestaciones artísticas utilizadas con fines curativos, tal como lo evidencian múltiples estudios enfocados en la dimensión antropológica de la función terapéutica del arte (Hogan, 2001). Desde esta perspectiva, la expresión creativa siempre ha estado asociada a procesos de transformación interna, adaptabilidad, restauración del equilibrio emocional y aceptación propia (Webb, 2023).

Autores como González (2005) destacan que la arteterapia actual ha evolucionado más allá de contextos educativos, comunitarios y espirituales, teniendo ahora una mayor

presencia en el ámbito clínico y en el tratamiento de trastornos mentales. En investigaciones más recientes, como la de Orive (2020), se menciona que la arteterapia favorece el desarrollo del lenguaje simbólico y estimula la expresión realidades internas; este aspecto evidencia una continuidad en la función terapéutica del arte, fortaleciendo así la idea de que su incorporación en contextos clínicos responde a una necesidad cada vez más reconocida por los profesionales de la salud mental.

Se han realizado numerosos estudios sobre arteterapia, destacando su implementación como herramienta psicoterapéutica desde diferentes perspectivas y enfoques. La presente investigación se centra en la integración de la arteterapia en procesos psicoterapéuticos con enfoque humanista; sin embargo, es importante identificar estudios previos que han ampliado la evidencia científica de esta herramienta. Para tal fin, es pertinente tomar como marco referencial el modelo biopsicosocial, entendido como un enfoque integral que explica la salud y la enfermedad a partir de la interacción entre factores biológicos, psicológicos y sociales, y que promueve una visión del paciente como un ser integral más allá de la patología física (Engel, 1977). Gracias a esta perspectiva, es posible abordar de manera holística la importancia teórica y aplicada de la arteterapia dentro del campo científico.

Los avances en las neurociencias han permitido comprender cómo el arteterapia influye en el cerebro humano. Estudios como los de Malchiodi (2020) han identificado que el proceso creativo está asociado con la regulación emocional, la memoria y la resolución de problemas. Esta perspectiva neurocientífica destaca que el uso de diferentes técnicas artísticas, activa diversas áreas del cerebro incluyendo el sistema límbico, la corteza visual y las redes neuronales vinculadas con la memoria, proporcionando así vías alternativas para el procesamiento de emociones y experiencias traumáticas (Lusebrink, 2004).

La incorporación de hallazgos provenientes de las neurociencias en esta investigación, resulta relevante para otorgar una base científica complementaria que respalda el valor terapéutico del arte. Al integrar dicha perspectiva se puede comprender con mayor precisión cómo la arteterapia facilita estos procesos a nivel biológico, generando así un puente conceptual entre la experiencia subjetiva y la evidencia objetiva (Presta, 2010). Cathy Malchiodi, destacada investigadora dentro del campo de la psicología humanista, es reconocida por sus múltiples publicaciones sobre arteterapia en las últimas décadas; en su libro *Trauma and expressive arts therapy: Brain, body, and imagination in the healing process* incorpora en su estudio un análisis basado en las neurociencias para fundamentar la eficacia terapéutica de la arteterapia, enfatizando la importancia del proceso creativo como medio de expresión emocional y crecimiento personal (Malchiodi, 2020).

Pertinente a la arteterapia, resulta imprescindible considerar también la perspectiva ofrecida por los propios artistas, dado que el fundamento mismo de la práctica radica en la experiencia creativa del arte como medio expresivo (Rubin, 2010). Esta perspectiva explora la interacción del individuo con la arteterapia, enfocándose en la conexión esencial entre la experiencia artística subjetiva y su valor psicoterapéutico (McNiff, 2004).

Judith Rubin, artista y terapeuta pionera en la disciplina, sostiene que el arte actúa como un vehículo de comunicación simbólica, facilitando la expresión de contenidos difíciles de verbalizar. En su obra *Introduction to Art Therapy: Sources and Resources*, Rubin (2010) enfatiza la importancia del proceso creativo como espacio seguro para explorar realidades internas, este abordaje refuerza la comprensión clínica, evidenciando cómo la producción artística puede integrarse efectivamente en contextos terapéuticos como un recurso valioso para el autoconocimiento y la sanación.

Shaun McNiff, destacado pintor y arteterapeuta, complementa esta visión al proponer en *Art Heals: How Creativity Cures the Soul* (2004), que el arte tiene propiedades intrínsecamente curativas, capaces de generar un equilibrio emocional, psicológico y espiritual en la persona. McNiff (1981) plantea que la creatividad artística no solo sirve como herramienta clínica, sino también como una experiencia transformadora en sí misma, al movilizar procesos internos de autorregulación y resiliencia que trascienden las intervenciones terapéuticas tradicionales. El mismo autor destaca la importancia de reconocer el valor inherente en el acto creativo, permitiendo a los terapeutas apreciar la práctica artística desde una dimensión existencial complementaria al enfoque biomédico (McNiff, 2004).

Finalmente, el músico y arteterapeuta Bruce Moon (2016), reconocido por su trabajo con grupos terapéuticos, argumenta que la creación artística en contextos colectivos fomenta procesos psicológicos relacionales y comunitarios de gran relevancia clínica. Según Moon, en *Art-Based Group Therapy: Theory and Practice* (2016), la práctica artística grupal facilita la comunicación entre los participantes, promoviendo cohesión, empatía y apoyo interpersonal mediante la cocreación simbólica compartida. Moon (2016) afirma que el arte no solo beneficia a nivel individual, sino que adquiere un significado más amplio al explorar dinámicas sociales y emocionales esenciales para el crecimiento personal y la recuperación psicológica en diversos contextos terapéuticos.

En las últimas décadas, se han realizado numerosos estudios que profundizan en la efectividad de la arteterapia en el tratamiento de diferentes patologías y diferentes contextos sociales. Schouten et al. (2014) concluyeron en su investigación que adultos traumatizados, quienes participaron en programas de arteterapia, mostraron una reducción significativa en síntomas de estrés postraumático y ansiedad, gracias a la posibilidad de expresar de forma simbólica experiencias dolorosas. Estos hallazgos también se pueden

encontrar en otras investigaciones similares, como la de Hu et al. (2021), quienes en su estudio *Disorders Art Therapy: A Complementary Treatment for Mental* destacan que la arteterapia no solo mejora el bienestar emocional, sino también el funcionamiento social, la integración comunitaria y la motivación intrínseca del paciente.

La dimensión espiritual del proceso creativo también ha tomado relevancia en los procesos psicoterapéuticos que implementan la arteterapia. Cáceres y Santamaría (2018), desde los enfoques de la psicología humanista y transpersonal, argumentan que la arteterapia es una herramienta valiosa para la introspección y el desarrollo espiritual, permitiendo que los individuos expresen y procesen emociones profundas a través del arte. Estos mismos autores identifican tres pilares clave en este proceso; la relación terapéutica, el acto creativo y el self auténtico; en este contexto, la arteterapia no se limita a intervenir sobre síntomas, sino que apunta a la integración del self desde una visión holística, incorporando elementos simbólicos, espirituales y culturales (Cáceres y Santamaría, 2018).

Otro aspecto relevante es el vínculo entre arteterapia y la rehabilitación cognitiva. De acuerdo con Han (2023), quién realizó una revisión sistemática sobre arteterapia en pacientes con depresión, los procesos creativos favorecen la estimulación de funciones ejecutivas, la memoria autobiográfica y la atención sostenida. Estos hallazgos respaldan su utilidad en contextos clínicos donde se busca una recuperación integral que incluya tanto la esfera emocional como la cognitiva (Han, 2023). En el contexto de la psicología humanista, de Witte et al. (2021) proponen un modelo que explica cómo los factores terapéuticos —como la expresión emocional, la sintonía relacional y la reflexión simbólica— se traducen en mecanismos de cambio psicológico concretos, aportando solidez teórica al campo.

La arteterapia, como lo plantea Pérez (2023), se configura como una herramienta psicoterapéutica valiosa, especialmente en poblaciones que requieren formas no verbales

de intervención. La capacidad del arte para actuar como contenedor emocional, facilitador del insight y promotor de una identidad más cohesionada, representa un aporte esencial a la práctica psicoterapéutica contemporánea, particularmente dentro de procesos psicoterapéuticos humanistas que valoran la subjetividad y la potencialidad de cada individuo (Barreiro, 2023).

TEORÍAS Y CONCEPTOS CLAVES

Es importante definir la composición del término arteterapia; el arte es definido por Eisner (2004) como una “un modo de experiencia humana que, en principio, se puede obtener siempre que una persona interacciona con algún aspecto del mundo” (pág. 26). Por otro lado: “La psicoterapia se basa en la relación profesional y humana de un paciente con un terapeuta experto, que utiliza determinados procedimientos psicológicos y conocimientos sobre el psiquismo, para promover el cambio psíquico, buscando aliviar un sufrimiento” (Torales y Brítez, 2007, pág. 2). La integración del arte en los procesos psicoterapéuticos representa una vía para hacer estos espacios más accesibles y sensibles a las formas expresivas únicas de cada individuo, debido a que, de manera intencionada o intuitiva, estos buscan formas creativas para expresar sus emociones (Barbosa y Garzón, 2020). En la presente investigación, se abordan conceptos fundamentales sobre la Arteterapia que permiten un entendimiento mayor de esta herramienta y su integración en contextos psicoterapéuticos humanistas.

Acto Creativo

El acto creativo constituye el eje estructural de la arteterapia dentro de la psicología humanista, ya que permite la expresión simbólica del mundo interno del individuo en un

entorno seguro y sin juicios; desde esta perspectiva, la creación artística no se limita al producto final, sino que se valora como un proceso activo de transformación emocional y cognitiva (Orive, 2020). Según Cáceres y Santamaría (2018), el acto creativo posibilita un puente entre la dimensión consciente e inconsciente del ser, facilitando la introspección y el autoconocimiento en quienes participan en experiencias terapéuticas a través del arte.

Este proceso se configura como una vía de reconexión con el *self*, entendido como el concepto de sí mismo que la persona anhela y al cual le asigna un valor superior (Rogers, 1961). Al mismo tiempo, brinda la posibilidad de expresarse más allá de las limitaciones impuestas por la comunicación verbal, favoreciendo así la exploración y simbolización de la experiencia interna (De Witte et al., 2021).

Rogers et al. (2012) señalan que, dentro de la Terapia de Artes Expresivas Centrada en la Persona, el acto creativo impulsa la espontaneidad, el juego y la exploración emocional, elementos fundamentales en la búsqueda de autenticidad y crecimiento personal; este planteamiento refuerza la conexión entre la arteterapia y los postulados del enfoque humanista, al considerar los procesos creativos como un medio para el desarrollo humano. En palabras de la propia autora, como se cita en Guadiana (2003), “dicho de manera sencilla, no podemos integrar el self sin involucrar todos sus aspectos. No nos volvemos creativos al pensar en ello, despertamos nuestra creatividad al involucrarnos en el proceso creativo mismo” (p. 8).

Relación Triangular

En el contexto de la arteterapia, la relación triangular se refiere a la dinámica establecida entre el paciente, el terapeuta y la obra de arte (Case y Dalley, 2014). Esta configuración distintiva permite un tipo de interacción terapéutica que se diferencia de las psicoterapias verbales tradicionales (Cherif, 2025). Según López (2010), esta relación

favorece la toma de distancia emocional y ofrece un espacio seguro para la proyección artística del paciente. La obra actúa como un tercer elemento mediador que permite al paciente expresar sus emociones de manera indirecta, facilitando la elaboración simbólica (Case y Dalley, 2014).

El valor terapéutico de la relación triangular radica en que la obra permanece como un objeto externo y visible, que puede ser observado, interpretado y resignificado tanto por el paciente como por el terapeuta. Rubin (2010), arteterapeuta, sostiene que esta permanencia física de la creación artística permite al paciente volver sobre sus propias producciones, fortaleciendo el sentido de agencia y el proceso de *insight*, entendido como la comprensión profunda y significativa de la propia experiencia, que facilita el crecimiento personal y la autorrealización al integrar pensamientos, emociones y conductas (Rogers, 1961). El terapeuta, a su vez, actúa como acompañante empático, sin imponer juicios ni interpretaciones cerradas, lo que permite que el vínculo se construya sobre la base de la autenticidad y el respeto (Rogers et al., 2012).

Esta configuración también contribuye a establecer una distancia terapéutica saludable. López (2010), en su estudio *Arteterapia y su Aportación a las Psicoterapias Verbales*, menciona que la arteterapia, al no centrarse exclusivamente en el diálogo verbal, reduce la exposición emocional directa, lo que resulta especialmente útil en pacientes con trauma o con dificultades para verbalizar sus experiencias. Naumburg (1950), precursora de la arteterapia, ya afirmaba que la obra actúa como un contenedor simbólico que canaliza el mundo interno del paciente sin necesidad de una verbalización inmediata. En este sentido, la relación triangular potencia el proceso terapéutico al ofrecer múltiples vías de acceso al self (Cáceres y Santamaría, 2018).

Autorrealización

La autorrealización es un concepto central dentro de la psicología humanista y constituye uno de los objetivos terapéuticos fundamentales de la arteterapia (Orive, 2020). Maslow (1968) la definió como el proceso mediante el cual una persona alcanza su máximo potencial, desarrollando sus capacidades internas y encontrando un sentido pleno de existencia. En el contexto clínico, la arteterapia se convierte en un medio idóneo para facilitar este proceso, ya que permite al individuo explorar libremente su identidad, sus emociones y su creatividad en un entorno de aceptación y libertad (Rogers et al., 2012).

Carl Rogers (1961), desde su enfoque centrado en la persona, postuló que todo ser humano posee una tendencia innata hacia la autorrealización, pero que esta puede verse obstaculizada por condiciones de valor impuestas por el entorno. En la arteterapia, según Slim Cherif (2025) la creación artística espontánea favorece la reconexión con el self y promueve la aceptación incondicional de la experiencia interna. Rogers et al. (2012) destacan que las artes expresivas, al integrar cuerpo, mente y emoción, estimulan procesos de integración que fortalecen la autoestima y la autenticidad. La autorrealización no se concibe como una meta final estática, sino como un proceso dinámico que se actualiza a través de experiencias significativas, como las vividas en el contexto terapéutico (Orive, 2020).

Estado de Flujo

El *estado de flujo* (Flow), propuesto por Csikszentmihalyi (1990), describe una experiencia psicológica óptima en la que una persona se encuentra completamente inmersa en una actividad, con alto grado de concentración prolongada. En el contexto de la arteterapia, este estado es especialmente relevante, ya que permite al paciente, mediante el acto creativo, conectar con su mundo interno sin la interferencia del juicio racional

(Csikszentmihalyi, 1990). Durante el estado de flujo (, la persona experimenta una sensación de control, motivación intrínseca, libertad creativa y satisfacción; esto según Csikszentmihalyi (1990) favorece la exploración emocional y el bienestar psicológico.

Desde el enfoque de la psicología humanista, el estado de flujo se ve asociado con la autorrealización, ya que como menciona Csikszentmihalyi (1990) el flujo representa los momentos en los que el individuo experimenta coherencia entre lo que siente, piensa y hace. Maslow (1968) describía estas vivencias como experiencias cumbre que fortalece la conexión con la identidad propia y potencia el crecimiento personal. En arteterapia, según de Witte et al. (2021), este tipo de experiencias están vinculadas con mecanismos de cambio terapéutico como la integración sensorial y la regulación de emociones. La intervención psicoterapéutica, caracterizada por la inmersión completa en una actividad creativa, no solo proporciona un alivio emocional inmediato, sino que también fomenta un sentido de logro y una mayor conciencia del self (Csikszentmihalyi, 1990).

Resiliencia

La arteterapia ha demostrado ser una herramienta profundamente eficaz en el acompañamiento de personas que enfrentan trastornos emocionales como la ansiedad, la depresión y, especialmente, el estrés postraumático (Hu et al., 2021). A través del lenguaje simbólico del arte, el individuo encuentra una vía para expresar aquello que no puede ser dicho con palabras, especialmente cuando las experiencias vividas han sido dolorosas, confusas o silenciadas (Han, 2023). Como señalan Schouten et al. (2014), la creación artística ofrece un espacio de seguridad donde el dolor puede ser contenido y transformado, sin ser invadido ni forzado, permitiendo así una elaboración emocional respetuosa con los tiempos internos y propios de cada persona.

En este proceso, la resiliencia no se presenta como una resistencia impasible, sino como la capacidad de reconstruir el sentido de la vida después de la ruptura (Schouten et al., 2014). Es aquí donde la arteterapia se convierte en una herramienta de apoyo para quien ha perdido estabilidad emocional, identidad o confianza; según Han (2023) el arte posibilita que el sufrimiento se represente, se mire desde fuera, y poco a poco, pueda encontrar lugar en una narrativa más amplia. Pérez (2023) subraya que esta forma de trabajo le permite al paciente cambiar su posición de víctima y ser el autor de una historia resignificada.

En *El hombre en busca de sentido*, Viktor Frankl (1946) comparte vivencias que le llevaron a reconocer el valor del arte en el bienestar emocional humano, el fortalecimiento de la resiliencia y su aporte al sentido de vida.

“Antes, he hablado del arte. ¿Puede pensarse en algo parecido en un campo de concentración? Depende más bien de lo que uno llame arte... Se cantaba, se recitaban poemas, se contaban chistes que contenían alguna referencia satírica sobre el campo.... me mordía los labios hasta hacerme sangre para no reírme al escuchar uno de sus poemas amorosos y seguramente gracias a ello salvé mi vida” (Frankl, 1946, p. 47).

Aunque Viktor Frankl no se refirió específicamente a la arteterapia su obra, en sus fundamentos, resulta afín a la misma en varios aspectos. Para Frankl (1963), la clave para superar el sufrimiento no está en evitarlo, sino en dotarlo de sentido. Desde esta mirada, Presta (2010) afirma que el proceso artístico se convierte en un acto de libertad; el acto de crear en medio del caos, de construir imagen donde antes hubo vacío. La obra, entonces, es más que una expresión; es una afirmación de existencia (Webb, 2023); en este contexto, la arteterapia se ha consolidado como una herramienta significativa que fortalece y posibilita

la resiliencia, al ofrecer un espacio donde el sufrimiento puede ser expresado, elaborado y transformado en una experiencia con sentido (Rogers et al., 2012).

ANTECEDENTES Y ESTUDIOS PREVIOS RELACIONADOS CON EL TEMA

La arteterapia, como disciplina contemporánea, ha evolucionado desde distintas corrientes enfoques psicológicos, consolidándose a mediados del siglo XX como una herramienta psicoterapéutica reconocida. Su formalización se produjo gracias a influencias del psicoanálisis, la fenomenología y la Gestalt, así como a las terapias cognitivas y humanistas (Presta, 2010). En sus inicios, la arteterapia fue concebida como una forma de facilitar la expresión emocional en personas con dificultades para verbalizar sus experiencias, ampliando progresivamente su campo de aplicación a contextos educativos, sociales y clínicos (Domínguez, 2005). En los últimos años, es considerada una estrategia terapéutica eficaz para el tratamiento de una amplia gama de trastornos psicológicos y emocionales, favoreciendo procesos de autorregulación, desarrollo de identidad y bienestar integral (Rubin, 2010).

Por otra parte, La psicología humanista, enfoque teórico desde el cual se asienta/plantea esta investigación, surge en la década de 1950 como una respuesta crítica al enfoque mecanicista del conductismo y al determinismo del psicoanálisis. Conocida como la “tercera fuerza” dentro del campo psicológico, esta corriente puso en el centro de su propuesta a la experiencia subjetiva, la libertad personal y la capacidad del ser humano para autorealizarse (Villegas, 1986). A diferencia de los modelos que se enfocaban en la enfermedad o el condicionamiento, la psicología humanista buscó comprender al individuo como un ser integral en constante búsqueda de sentido, desarrollo y autenticidad. (Fernández-Puig, 2024)

Entre los principales exponentes de este enfoque se encuentran Abraham Maslow y Carl Rogers. Maslow (1968), a través de su teoría de la autorrealización y la jerarquía de necesidades, propuso que las personas tienen un impulso natural hacia el crecimiento personal, siempre que se encuentren en un entorno que promueva la seguridad, la libertad y la autoexpresión. Este autor también introdujo el concepto de experiencias cumbre, momentos de intensa plenitud que reflejan la conexión profunda con el ser. Estas ideas influyeron decisivamente en el desarrollo de la psicoterapia centrada en el ser humano y en el reconocimiento del arte como una vía para alcanzar estados de bienestar (Villegas, 1986).

Por su parte, Carl Rogers (1961) desarrolló la Terapia Centrada en la Persona, cuyo eje central es la relación terapéutica basada en la autenticidad, la empatía y la aceptación incondicional. En un contexto terapéutico seguro y libre de juicios, el ser humano puede reconectar con su self auténtico, resignificar su experiencia emocional y transformarse de manera consciente. (Carl Rogers, 1961). Este modelo inspiró posteriormente la integración de la creatividad en la terapia, como expresión directa del crecimiento interno (Orive, 2022).

Actualmente, la psicología humanista ha consolidado su vigencia tanto en la investigación como en el ámbito clínico. Diversos estudios empíricos han demostrado su eficacia en la mejora del bienestar emocional, el tratamiento de trastornos psicológicos y la promoción de la salud mental (Fernández-Puig, 2024). Las psicoterapias humanistas como la terapia Gestalt y la terapia centrada en la persona se han posicionado como prácticas terapéuticas reconocidas, especialmente en contextos de acompañamiento emocional, intervención en crisis y trabajo con poblaciones vulnerables (Morison et al., 2022). Además, se ha fortalecido su base científica mediante modelos transdiagnósticos y una creciente red de investigaciones colaborativas (Fernández-Puig, 2024).

En el contexto ecuatoriano también se han desarrollado investigaciones que refuerzan la pertinencia de la arteterapia como estrategia de intervención psicoterapéutica. Escobar (2023) diseñó un plan de intervención psicológica para adolescentes embarazadas de la provincia del Carchi, demostrando que la arteterapia mediante técnicas plásticas favorece la reducción de síntomas ansiosos y la mejora del bienestar emocional, al brindar un espacio de comunicación y expresión simbólica frente a la vulnerabilidad propia de la gestación adolescente. De manera complementaria, Chiriboga (2010) llevó a cabo un estudio de caso con dos niños en Quito, evidenciando que la arteterapia resultó eficaz para disminuir la ansiedad y superar resistencias frente a la psicoterapia convencional, mostrando su potencial para trabajar con poblaciones que presentan dificultades en la expresión verbal y altos niveles de ansiedad. Estos antecedentes nacionales resaltan la relevancia de integrar la arteterapia en los procesos clínicos y educativos, validando su utilidad en distintos grupos poblacionales dentro de Ecuador.

Estas contribuciones, tanto internacionales como locales, permiten situar a la arteterapia en un diálogo más amplio con los enfoques psicológicos contemporáneos. En particular, su vinculación con la psicología humanista ofrece un marco conceptual que sustenta y amplifica sus beneficios, al reconocer en el arte una vía privilegiada para la expresión, la autenticidad y el desarrollo personal. Uno de los puntos de convergencia más significativos entre la arteterapia y la psicología humanista radica en su visión compartida del ser humano como un ser creativo, íntegro y en constante proceso de autorrealización (Cherif, 2025). Si bien la arteterapia surgió como una herramienta terapéutica centrada en la expresión simbólica, autores como Orive (2022) afirman que su integración al enfoque humanista permitió fortalecer su dimensión experiencial, emocional y transformadora. Según Presta (2010), este cruce entre disciplinas enriqueció las posibilidades de

intervención, al vincular la expresión artística con valores fundamentales del humanismo como la autenticidad, la libertad y la capacidad de autodeterminación.

La obra de Natalie Rogers fue clave en este proceso de integración. Hija de Carl Rogers, Natalie desarrolló la Terapia de Artes Expresivas Centrada en la Persona, una propuesta que combina los principios de la psicología humanista con diversas formas de expresión artística como el dibujo, la danza, la escritura y la música. En su obra *The Creative Connection: Expressive Arts as Healing* (1993), Rogers plantea que el proceso creativo no solo facilita la expresión de emociones reprimidas, sino que también promueve una conexión profunda entre cuerpo, mente y espíritu. Para ella las artes expresivas fomentan un espacio seguro donde las personas pueden explorar su malestar y transformarlos en oportunidades de crecimiento (Rogers, 1993).

Esta perspectiva considera que el arte, más que un medio de representación estética, cumple con una función curativa. Tal como lo argumenta Orive (2022), el acto creativo se transforma en una práctica terapéutica cuando está guiado por una actitud de respeto, escucha empática y aceptación incondicional. En este sentido, la arteterapia humanista no se enfoca en interpretar simbólicamente las obras desde una mirada externa, sino en acompañar al individuo en su propio proceso de descubrimiento (Cherif, 2025). La relación terapéutica se convierte así en un espacio que incluye el diálogo metafórico que posibilita el arte, en el que cada gesto artístico cobra valor por lo que representa para el creador (Rogers et al., 2012).

La conexión entre arte y terapia dentro del enfoque humanista se sustenta en una mirada positiva sobre el potencial humano. Como señala Presta (2010), el arte permite acceder a niveles profundos de la experiencia que muchas veces encuentra, solo a través de los medios artísticos, una vía de expresión o comunicación. La creación artística, de esta manera, actúa como un lenguaje cargado de significado que facilita la exploración, el

desbloqueo emocional y la transformación interpersonal. En consonancia, los enfoques humanistas valoran estas experiencias como momentos privilegiados de autenticidad y autoconocimiento, alineándose con los principios de Carl Rogers sobre la importancia de un entorno terapéutico seguro, libre de juicio y centrado en la persona (Orive, 2022).

La arteterapia ha demostrado ser especialmente útil para trabajar con poblaciones que han vivido experiencias traumáticas o que presentan bloqueos emocionales. La flexibilidad de las artes expresivas permite adaptar el proceso terapéutico a las necesidades, capacidades y tiempos de cada persona. Según Barreiro (2023), la arteterapia dentro del enfoque humanista posibilita que los participantes desarrollen su capacidad de resiliencia al transformar sus experiencias en narrativas con sentido; esto no solo facilita la elaboración simbólica del trauma, sino que promueve un sentido de agencia y valoración personal.

La articulación entre la arteterapia y la psicología humanista ha dado lugar a una práctica terapéutica profundamente respetuosa del ritmo interno y la singularidad de cada individuo (Cherif, 2025). Natalie Rogers sintetiza este encuentro en la idea de “la conexión creativa”, donde a través de esta fusión, la arteterapia se consolida no solo como una herramienta, sino como una orientación terapéutica centrada en la expresión libre, el desarrollo integral y la autorrealización (Rogers et al., 2012). Esta integración continúa vigente y en expansión, siendo reconocida como una de las formas más sensibles y eficaces de acompañamiento emocional en la psicoterapia contemporánea (Orive, 2022).

Capítulo II. Desarrollo metodológico

Metodología

Tipo De Investigación

La presente investigación se desarrolló bajo un enfoque cualitativo, lo que permitió una descripción precisa de los fundamentos teóricos y prácticos, así como la recopilación, organización e interpretación de la información disponible en la literatura científica. El alcance de la investigación fue descriptivo, dado que se orientó a caracterizar y comprender la implementación y desarrollo de la arteterapia como herramienta psicoterapéutica en el contexto de la psicología humanista. Esto proporcionó una visión detallada de sus fundamentos y atributos sin requerir una intervención directa en contextos terapéuticos (Hernández et al., 2018).

El diseño empleado en esta investigación es documental, basado en una revisión bibliográfica. Se estableció de dicha forma debido a que se realizó el análisis de la información obtenida de fuentes secundarias, sin manipular las variables independientes ni recolectar datos de campo (Hernández et al., 2018). Es un estudio de corte transversal, lo que implica que la investigación no requirió la recolección de datos en distintos momentos del tiempo, sino que examinó la información disponible en la literatura científica en un punto específico, proporcionando un panorama general sobre la arteterapia como herramienta psicoterapéutica (Hernández et al., 2018).

Dado que la presente investigación se fundamenta en un enfoque cualitativo de revisión bibliográfica, no existe una población, objeto de estudio, conformada por individuos o grupos específicos; sino por la literatura científica existente sobre la arteterapia como herramienta psicoterapéutica en la psicología humanista. Según Hernández et al. (2014), en estudios cualitativos de tipo documental, el corpus de estudio no se define bajo un criterio probabilístico, sino que se selecciona con base en la

pertinencia y relevancia de las fuentes consultadas para comprender el fenómeno en estudio.

En este sentido, la investigación se centró en la recopilación, análisis y sistematización de textos académicos, artículos científicos, libros especializados y estudios previos que aborden el uso de la arteterapia como herramienta psicoterapéutica dentro del enfoque humanista de la psicología. Se incluyeron fuentes que aportaran información relevante sobre los fundamentos teóricos de la arteterapia, su aplicabilidad como herramienta en los procesos psicoterapéuticos y sus beneficios en la práctica clínica en el contexto de la psicología humanista.

Siguiendo las recomendaciones de Hernández et al. (2018), se aplicó un criterio de inclusión basado en la actualidad, pertinencia y rigor científico de las fuentes, seleccionando estudios publicados en revistas indexadas, capítulos de libros especializados y documentos académicos de acceso confiable en repositorios. Se descartaron textos que no cumplieran con estándares metodológicos adecuados o cuya información no estuviera sustentada en evidencia empírica verificable.

Criterios De Selección De Fuentes

Criterios De Inclusión. Para garantizar la coherencia y relevancia de la presente revisión bibliográfica, se establecieron criterios de inclusión que permitieron la selección de fuentes académicas pertinentes y metodológicamente rigurosas. Según Hernández et al. (2018), en una investigación cualitativa basada en revisión documental, es fundamental establecer parámetros que delimiten el corpus de estudio con el fin de obtener un análisis estructurado y representativo del fenómeno investigado. En este sentido, se incluyeron únicamente aquellos estudios que contribuyeran a los objetivos de la investigación, asegurando un adecuado balance entre fundamentos teóricos y evidencia empírica sobre la arteterapia en el enfoque de la psicología humanista.

Se consideraron publicaciones que abordaran la arteterapia, y su interacción con la psicología humanista y su ámbito terapéutico. Se incluyeron artículos científicos y capítulos de libros académicos que discutan el valor psicoterapéutico de la creación y expresión en procesos de intervención psicológica, así como aquellos que examinen la evolución histórica de la arteterapia y su integración en los procesos psicoterapéuticos. Se priorizaron investigaciones cualitativas, revisiones bibliográficas y estudios de meta-análisis que aportaron información actualizada y relevante sobre el tema. Se valoró de manera especial la solidez de la argumentación teórica, la claridad en la descripción metodológica y la pertinencia de las conclusiones en relación con la psicología humanista, de modo que las fuentes seleccionadas no solo aportaran datos, sino también reflexiones útiles para el análisis crítico.

El criterio temporal también fue determinante en la selección de fuentes. Se incluyeron estudios publicados en los últimos diez años (2015-2025), garantizando que la revisión bibliográfica refleje los avances recientes en el estudio de esta herramienta psicoterapéutica. No obstante, también se incorporaron estudios previos a 2015 considerados fundamentales para la comprensión de los conceptos históricos y pioneros en el desarrollo de la arteterapia como herramienta psicoterapéutica dentro de la psicología humanista. La combinación de fuentes actuales con textos clásicos permitió contrastar enfoques tradicionales con perspectivas contemporáneas, lo que favoreció un análisis más crítico y contextualizado.

Se tomaron en cuenta artículos publicados en español e inglés, considerando la amplia disponibilidad de literatura académica en estos idiomas y su relevancia en el ámbito de la psicoterapia. Se incluyeron exclusivamente fuentes publicadas en revistas científicas indexadas, libros especializados y tesis doctorales o de maestría que abordaran la arteterapia en el contexto de la psicología humanista. Este criterio de indexación fue clave

para garantizar la confiabilidad y evitar la incorporación de literatura de baja rigurosidad académica. Con el fin de garantizar una investigación óptima, se seleccionaron únicamente documentos con acceso completo, evitando referencias de acceso restringido o resúmenes que no permitieran una revisión detallada del contenido.

Se estableció un rango de 30 a 50 artículos para la revisión, asegurando un equilibrio entre estudios clásicos y actuales. Se determinó que entre un 40-50% de los documentos analizados correspondan a estudios clásicos que permitan una contextualización histórica de la arteterapia, mientras que el 50-60% restante esté compuesto por investigaciones recientes que reflejen su aplicabilidad contemporánea. Este criterio de selección permite una integración efectiva de conocimientos teóricos y empíricos, favoreciendo una investigación crítica y fundamentada.

Criterios De Exclusión. Con el propósito de mantener la rigurosidad metodológica y evitar la incorporación de información irrelevante o carente de validez científica, se establecieron criterios de exclusión que permitieron depurar las fuentes seleccionadas. De acuerdo con Hernández et al. (2018), en una revisión bibliográfica es esencial definir qué documentos no serán considerados para evitar sesgos y garantizar la precisión del análisis.

Se descartaron estudios que no contaran con evidencia científica verificable o que carecieran de rigor metodológico. Se excluyeron publicaciones sin revisión por pares, artículos provenientes de revistas no indexadas o documentos cuya calidad no pudiera ser confirmada. También se eliminaron estudios cuya metodología no estuviera claramente definida, especialmente aquellos que no detallaran su proceso de recolección y análisis de datos, ya que su inclusión podría comprometer la validez y fiabilidad de los hallazgos de la revisión.

Se excluyeron fuentes cuya relevancia temática no estuviera directamente relacionada con la arteterapia o la psicología humanista. Se dejaron fuera estudios que abordaran la arteterapia desde disciplinas subyacentes a la psicología, como la neurología, la psiquiatría o el enfoque médico-biologicista, así como también desde diferentes enfoques teóricos, siempre que no establecieran un vínculo claro con la perspectiva del enfoque humanista. También se eliminaron publicaciones centradas exclusivamente en el arte como forma de expresión sin aplicación terapéutica, ya que estos documentos no contribuirían a los objetivos específicos de la investigación. Para garantizar una distribución equilibrada entre estudios clásicos y actuales, se excluyeron aquellas fuentes que no permitían establecer una conexión clara entre la evolución histórica de la arteterapia y sus aplicaciones contemporáneas. Este criterio responde a la necesidad de mantener una coherencia conceptual y temporal en el marco teórico, de manera que los antecedentes históricos no se presenten como hechos aislados, sino como bases que dialogan con las prácticas actuales. Incluir únicamente fuentes que permitan trazar esa continuidad evita la presencia de referencias que aporten datos descontextualizados o irrelevantes para los objetivos de investigación, y fortalece la comprensión de la arteterapia como una herramienta psicoterapéutica en constante desarrollo.

Desde la perspectiva ética, se excluyeron artículos que no cumplieran con estándares de publicación responsables. Se eliminaron estudios cuya información no estuviera debidamente respaldada por fuentes verificables, así como aquellos que presentaran conflictos de interés evidentes que pudieran afectar la imparcialidad de los resultados. Según Hernández et al. (2018), en investigaciones documentales es fundamental asegurar la transparencia y fiabilidad de los documentos seleccionados, evitando aquellos que pudieran comprometer la integridad académica del estudio.

Técnica

Se empleó una técnica para la recopilación de información:

Revisión Bibliográfica. Esta técnica permite recopilar, organizar y analizar información relevante de diversas fuentes con el propósito de construir un marco teórico sólido que respalde la comprensión del objeto de estudio (Hernández et al., 2018).

Se llevó a cabo una búsqueda exhaustiva en bases de datos académicas como Scopus, PubMed, PsycINFO, Redalyc, DIALNET, ResearchGate, ScienceDirect, SAGE, Frontiers in Psychology, Taylor & Francis, Scientific Research y RACO; asegurando la inclusión de estudios actualizados y relevantes para el análisis. Asimismo, se consultaron repositorios académicos pertenecientes a universidades reconocidas, lo cual permitió acceder a trabajos de grado, tesis y publicaciones institucionales de alto valor académico. Complementariamente, se recurrió a fuentes físicas disponibles en bibliotecas especializadas, lo que enriqueció el corpus documental con obras de referencia, textos clásicos y literatura complementaria no digitalizada.

La selección de documentos se realizó mediante el uso de tesauros como: Arteterapia; Psicoterapia humanista y prácticas artísticas; Arteterapia y crecimiento personal; historia de la arteterapia; representantes de la arteterapia; arteterapia en el Ecuador. Estableciendo así criterios de pertinencia y calidad científica para la inclusión de cada fuente. La revisión documental permitió identificar patrones conceptuales, enfoques metodológicos y hallazgos relevantes sobre la arteterapia en la psicología humanista, lo que favoreció la construcción de una revisión crítica basada en la literatura existente.

Instrumento

Se utilizó un instrumento para la recopilación de datos:

Ficha Bibliográfica: El principal instrumento metodológico utilizado en esta investigación fue la ficha bibliográfica, una herramienta clave en estudios cualitativos documentales, la cual permite sistematizar la información obtenida de las fuentes consultadas. De acuerdo con Hernández et al. (2018), el uso de fichas bibliográficas facilita la organización y estructuración de datos, permitiendo una recopilación ordenada de citas, ideas principales y conceptos clave extraídos de los textos analizados.

La ficha bibliográfica empleada en este estudio incluyó datos esenciales como autor, año de publicación, título del documento, fuente, tipo de Estudio, objetivo, principales aportes teóricos y resultados relevantes. Este instrumento garantizó la adecuada sistematización de la información, evitando redundancias y favoreciendo el análisis sobre la arteterapia como herramienta psicoterapéutica en la psicología humanista. (Hernández et al., 2018).

La técnica e instrumento utilizado ha sido seleccionado para proporcionar una visión integral y detallada sobre la arteterapia como herramienta psicoterapéutica dentro del enfoque humanista, facilitando una descripción profunda de sus fundamentos teóricos y de sus beneficios y limitaciones en espacios psicoterapéuticos.

Método y Procedimiento

El método empleado en esta investigación fue el método deductivo, el cual permite partir de teorías y conceptos generales para luego analizarlos en contextos específicos (Hernández et al., 2018). En este caso, se partió de los principios teóricos de la psicología

humanista y la arteterapia como herramienta psicoterapéutica, para luego identificar cómo estos fundamentos han sido aplicados y desarrollados en diversos estudios científicos.

Procedimiento De La Investigación

El procedimiento de la presente investigación se estructuró en tres fases:

Fase De Recolección De Información. Se realizó una búsqueda exhaustiva en bases de datos académicas, bibliotecas digitales y repositorios de Universidades utilizando criterios de selección rigurosos para garantizar la calidad y pertinencia de las fuentes consultadas. Se incluyeron estudios publicados en los últimos diez años (2015-2025), aunque también se incluyeron textos clásicos fundamentales para la comprensión del tema.

Fase De análisis y Categorización. La información recopilada fue analizada y categorizada en función de los objetivos específicos de la investigación. Se empleó la codificación abierta como técnica principal para el análisis de los datos. “La codificación abierta es el primer nivel en el proceso de codificación cualitativa, y consiste en descomponer el texto en unidades de significado y etiquetarlas con códigos que reflejen de manera precisa el contenido o la idea central del fragmento analizado” (Hernández et al., 2018, p. 493). Se identificaron los fundamentos teóricos de la arteterapia dentro del enfoque humanista de la psicología, sus aplicaciones en la práctica psicoterapéutica y sus beneficios y limitaciones según la literatura científica. Este análisis permitió estructurar el marco teórico y la discusión de resultados con base en un enfoque descriptivo. Entre los hallazgos más relevantes derivados de la categorización se reconoció que la mayoría de los autores coinciden en destacar la arteterapia como un recurso eficaz para la expresión emocional y la autorrealización, mientras que otros subrayan sus limitaciones relacionadas con la falta de consenso teórico. De igual forma el proceso de codificación permitió

agrupar la información en categorías que revelan tendencias claras —como la utilidad en poblaciones vulnerables o su capacidad de favorecer la resiliencia. Estas categorías no solo organizaron la información, sino que ofrecieron una base crítica para valorar la coherencia y aplicabilidad de la arteterapia en el enfoque humanista.

Fase De Síntesis. Se sintetizó la información obtenida, organizándola de manera coherente para responder a los objetivos planteados en esta investigación. Se elaboró un análisis de la categorización realizada que permitió establecer conclusiones fundamentadas sobre la arteterapia como herramienta psicoterapéutica en la psicología humanista.

De acuerdo con Hernandez et al. (2018), la revisión bibliográfica no se limita a la simple recopilación de información, sino que implica un análisis crítico y reflexivo de los hallazgos obtenidos.

Consideraciones Éticas

Si bien esta investigación no involucró la participación directa de individuos, se ha considerado el cumplimiento de principios éticos fundamentales en el manejo de la información y la propiedad intelectual. De acuerdo con la Asociación Americana de Psicología (APA, 2020), en estudios de revisión bibliográfica es imprescindible garantizar la correcta citación de las fuentes utilizadas, evitando cualquier forma de plagio y respetando los derechos de autor. Se priorizó el uso de contenido de acceso abierto y de publicaciones autorizadas para la investigación académica, garantizando el cumplimiento de los principios de transparencia y ética en la selección y tratamiento de la literatura científica.

Los artículos seleccionados para esta revisión bibliográfica cumplen con criterios de inclusión específicos, centrados en la relevancia, actualidad y rigor metodológico y

ético. En este sentido, por razones de pertinencia temática y ética investigativa, se excluyen aquellas publicaciones que no cumplen con los estándares metodológicos establecidos para estudios en psicología y arteterapia

Subtemas o categorías desarrolladas de manera organizada

Tabla 1. Fundamentos de la Arteterapia

Categorización de fundamentos teóricos de la Arteterapia

Categoría	Subcategoría	Codificación	Fuentes	Hallazgos	Palabras clave
Fundamentos de la Arteterapia	Bases Conceptuales	FA.BC.1	Kramer, E. (1958). Art therapy in a children's community: A study of the function of art therapy in the treatment program of Wiltwyck School for Boys. Charles C Thomas Publisher, Ltd.. https://doi.org/10.1037/13175-000	El valor terapéutico del arte radica en la creación de imágenes significativas que organizan la experiencia emocional. Más que la interpretación, la arteterapia se centra en el acto de crear como contención y expresión, convirtiendo el arte en un medio transformador (Kramer, 1958).	Bienestar psicológico, Proceso creativo, Creatividad, Terapia
		FA.BC.2	Webb, A. J. (2023). The therapeutic power of art: Exploring the mechanisms behind art therapy's efficacy. Authorea. https://doi.org/10.22541/au.169531401.17663927/v	El arte favorece el equilibrio psicológico al generar calma, integración y regulación afectiva, sin necesidad de formación especializada (Webb, 2023).	

Intersección arte-terapia	FA.BC.3	Rogers, N., Tudor, K., Embleton, L., Keemar, K. (2012). Person-centered expressive arts therapy: A theoretical encounter. Person-Centered & Experiential Psychotherapies, 11(1), 31–47. https://doi.org/10.1080/14779757.2012.656407	La creatividad, entendida como capacidad natural, promueve identidad, autenticidad y crecimiento personal. Desde el enfoque centrado en la persona, es un recurso clave para el cambio psicológico (Rogers et al., 2012).	Expresión, Clínica, Psicoterapia, Institucionalización
	FA.BC.4	Malchiodi, C. A. (Ed.). (2005). Expressive therapies. The Guilford Press.	El proceso creativo implica dar forma simbólica a la subjetividad, no limitado a la obra final, sino a la vivencia del acto creador como experiencia central (Malchiodi, 2005).	
	FA.IA.1	Domínguez, P. (Coord.). (2005). Arteterapia: Principios y ámbitos de aplicación. Junta de Andalucía, Consejería de Educación y Ciencia. ISBN 84-609-3113-7	Desde sus orígenes, el arte ha sido una vía de expresión y canalización del malestar. En la Antigua Grecia, el teatro cumplía una función catártica y terapéutica al elaborar emociones mediante la representación escénica (Domínguez, 2009). “El arte tenía y tiene un sentido terapéutico” (p. 162).	
	FA.IA.2	Presta, A. (2010). Las arteterapias: Marcos teóricos de referencia y campos de intervención. REUG:	La arteterapia moderna surge en el siglo XX en el vínculo entre arte y psiquiatría, cuando Prinzhorn y Dubuffet reconocen en el Art Brut el valor sanador del arte más allá de cánones estéticos (Presta, 2009).	

		Revista de Educación de la Universidad de Granada, (23), 107–125.	
	FA.IA.3	Hu, J., Zhang, J., Hu, L., Yu, H., & Xu, J. (2021). Art therapy: A complementary treatment for mental disorders. <i>Frontiers in Psychology</i>, 12, Article 686005. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.686005	En la clínica, promueve introspección, regulación emocional, autoestima y participación activa del paciente, mostrando beneficios sostenidos en trastornos psicológicos (Hu, Zhang, Hu, Yu, & Xu, 2021).
Principales vertientes Teóricas	FA.PV.1	Lusebrink, V. (2004). Art therapy and the brain: An attempt to understand the underlying processes of art expression in therapy. <i>Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association</i>, 21(3), 125–135.	Lusebrink (2004) plantea un modelo basado en tres sistemas cerebrales interrelacionados: cognitivo, afectivo y sensoriomotor. La expresión artística activa estos niveles, facilitando la comprensión integral de la experiencia terapéutica.
	FA.PV.2	Naumburg, M. (1987). Dynamically oriented art therapy: Its	Naumburg (1987), pionera en arteterapia, resaltó la proyección espontánea del malestar a través de la creación artística. Para ella, el arte no se valora estéticamente, sino como

Expresión simbólica, Sistemas interrelacionados, Adaptabilidad, Integración

		principles and practices: Illustrated with three case studies (Ed. ilustrada). Magnolia Street Publishers. ISBN 9780961330910 Rubin, J.A. (2009).	medio expresivo y base del proceso terapéutico, donde el acto de crear posee un valor intrínseco.	
	FA.PV.3	Rubin, J. A. (2010). Introduction to Art Therapy: Sources & Resources (2nd ed.). Routledge. https://doi.org/10.4324/9780203893968	Rubin (2010) destaca la diversidad de enfoques en arteterapia — psicodinámicos, humanistas, conductuales y sistémicos— subrayando su carácter inclusivo y su adaptación a las necesidades del consultante, sin requerir habilidades técnicas previas.	
Aplicaciones terapéuticas	FA.AT.1	Garrido, R. y Arbúes, A. (Coords.). (2013). Arteterapia y salud mental: La expresión creadora como proceso terapéutico. ASANART. ISBN 978-84-616-4815-3.	La arteterapia se aplica en clínica como alternativa terapéutica por su capacidad de promover transformación interna mediante la expresión simbólica, integrando subjetividad, creatividad y construcción de sentido en el proceso de sanación (Garrido y Arbués, 2013).	Tratamiento complementario, Transformación, Regulación emocional
	FA.AT.2	Barreiro, D. (2023). Arteterapia en Psicología: Herramienta que permite explorar el	Ha mostrado eficacia en adolescentes con trastornos psicológicos, al facilitar la narración simbólica de emociones y traumas, favoreciendo la comprensión y regulación emocional (Barreiro, 2023).	

	significado de la narración de las emociones de adolescentes . Universidad Cooperativa de Colombia, sede Cali.	
FA.AT.3	López, M. (2010). Arteterapia y su aportación a las psicoterapias verbales. Recursos Analógicos en Psicoterapia, (2010), 145–159	Como recurso complementario a psicoterapias verbales, amplía la intervención al incluir imágenes simbólicas que promueven introspección y narrativa propia (López, 2010).
FA.AT.4	Jiwon Han. (2023). A Systematic Literature Review of Art Therapy on Depression Recovery. International Journal of Literature and Arts, 11(1), 41-43. https://doi.org/10.11648/j.ijla.20231101.17	En depresión, ha demostrado beneficios clínicos como mejora del ánimo, motivación y autoestima, reduciendo síntomas cuando se integra en tratamientos integrales (Han, 2023).

Tabla 2. Fundamentos de la Psicología Humanista sobre Arteterapia

Categorización de Fundamentos de la Psicología Humanista sobre Arteterapia

Categoría	Subcategoría	Codificación	Fuentes	Hallazgos	Palabras clave
Fundamentos de la Psicología Humanista sobre Arteterapia	Fundamentos teóricos de la psicología humanista	FPH.PH.1	Rogers, CR. (1961) <i>On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy</i> . Houghton Mifflin, Boston.	La psicología humanista sostiene que los seres humanos poseen un potencial innato para desarrollarse auténticamente y alcanzar una vida plena. Destaca la autenticidad en emociones y pensamientos, así como la importancia de la empatía y la validación de la experiencia interna. Desde la psicología centrada en la persona, cada individuo tiene derecho a vivir de acuerdo con sus valores e identidad (Rogers, 1961).	
		FPH.PH.2	Villegas Besora, M. (1986). <i>La psicología humanista: Historia, concepto y método</i> . Anuario de Psicología, 34(1). Universidad de Barcelona.	El crecimiento personal se entiende como autoexploración que conduce a bienestar, equilibrio interno y autoaceptación, permitiendo superar limitaciones y comprender motivaciones (Villegas, 1986).	Autorrealización Autenticidad Crecimiento personal Congruencia interna
		FPH.PH.3	Fernández-Puig, V. (2024). <i>Investigación en psicoterapias humanistas: estudios, resultados y perspectivas actuales</i> . Revista de Psicoterapia, 35(129), 62-71. https://doi.org/10.594	La congruencia interna, alineación entre sentir, pensar y actuar, es esencial. La psicoterapia humanista busca restaurar esta coherencia, promoviendo autenticidad, satisfacción vital y adaptación al entorno (Fernández-Puig, 2024).	Potencial humano

		4/rdp.v35i 129.41604		
La arteterapi a desde la psicologí a humanist a	FPH.PH.4	Maslow, A. (1962). Toward a psycholog y of being. D Van Nostrand. https://doi. org/10.103 7/10793- 000	La autorrealización, concepto central, implica desplegar el potencial único de cada persona hasta alcanzar plenitud y trascendencia. Para ello se requiere un entorno que favorezca la creatividad y el autoconocimiento (Maslow, 1962).	
	FPH.AT.1	Csikszent mihalyi, M. (1990). Flow: the psycholog y of optimal experience. Harper & Row.	En arteterapia, el proceso creativo favorece el estado de flow, asociado con integración, autenticidad y crecimiento personal. Este flujo implica concentración, conexión emocional y sentido, validando la experiencia subjetiva como fuente terapéutica y vía de despliegue del potencial humano (Csikszentmihalyi, 1990).	
	FPH.AT.2	Rogers, N., Tudor, K., Embleton, L., Keemar, K. (2012). Person- centered expressive arts therapy: A theoretical encounter. Person- Centered & Experienci al Psychother apies, 11(1), 31– 47. https://doi. org/10.108 0/1477975 7.2012.656 407	Integrar el arte en un enfoque centrado en la persona amplía el paradigma rogeriano al incluir canales simbólicos no verbales. El espacio terapéutico se configura como co- creación basada en empatía, validación y libertad expresiva, fortaleciendo el marco humanista (Rogers et al., 2012).	Flow Integraci ón Expresió n emocion al Transfor mación personal Dimensi ón transpers onal
	FPH.AT.3	Cherif, S. (2025) Art	La arteterapia activa el potencial humano al estructurar estados emocionales difusos y	

	Therapy, a New Tool to Enhance Human Psychology. Open Access Library Journal, 12, 1-1. doi: 10.4236/oa.lib.1112915.	promover autorreflexión, resiliencia y creatividad. Así, desplaza el énfasis del síntoma hacia la transformación personal mediante recursos internos (Cherif, 2025).
FPH.AT.4	Cáceres-Gutiérrez, Juana M., & Santamaría-Osorio, Laura P.. (2018). La arteterapia como camino de transformación espiritual. Trabajo social, 20(1), 133-161.	El trabajo con símbolos internos muestra una dimensión de profundidad vinculada con transformación espiritual, integración del sufrimiento y acceso a estados ampliados de conciencia. Esto posiciona la arteterapia como puente entre la subjetividad y lo trascendente, en continuidad con lo humanista-transpersonal (Cáceres y Santamaría, 2018).

Tabla 3. La Arteterapia como Herramienta Psicoterapéutica Humanista

Categorización de La Arteterapia como Herramienta Psicoterapéutica Humanista

Categoría	Subcategoría	Codificación	Fuentes	Hallazgos	Palabras clave
La Arteterapia como Herramienta Psicoterapéutica Humanista	Implementación en procesos psicoterapéuticos Humanistas	AHP.IP.1	Hemann, R. J. (1994). Humanistic art therapy techniques. Graduate Research Papers, 2539. University of Northern Iowa. https://scholarworks.uni.edu/grp/2539	La arteterapia se consolida en el enfoque humanista por su afinidad con la capacidad innata de desarrollo y autenticidad. Al evitar imposiciones, el acto artístico se convierte en vía hacia el autoconocimiento y un recurso valioso en psicoterapia humanista (Hemann, 1994).	
		AHP.IP.2	Cherif, S. (2025) Art Therapy, a New Tool to Enhance Human Psychology. Open Access Library Journal, 12, 1-1. doi: 10.4236/oalib.1112915.	Desde la psicología humanista-existencial, funciona como mediación simbólica que permite externalizar conflictos internos y resignificar el sentido vital, siendo útil en crisis e identidad (Cherif, 2025).	Autenticidad Proceso creativo Identidad Logros Terapéuticos
		AHP.IP.3	Rogers, N., Tudor, K., Embleton, L., Keemar, K. (2012). Person-centered expressive arts therapy: A theoretical encounter. Person-Centered & Experiential Psychotherapies, 11(1), 31-47. https://doi.org/10.1080/1477	En la terapia centrada en la persona, se articula como extensión del enfoque rogeriano mediante la relación triangular cliente-terapeuta-obra. Natalie Rogers subraya que el arte encarna el self, reorganiza lo psíquico y posibilita una vivencia genuina sin mediaciones interpretativas (Rogers et al., 2012).	Resiliencia

		9757.2012.656 407	
Técnicas de Intervención	AHP.IP.4	Nelson, K. (2018). Art therapy and the person-centered approach: A method for breaking down creative resistance with dementia patients. Expressive Therapies Capstone Theses, 9. https://digitalcommons.lesley.edu/expressive_theses/9	En pacientes con deterioro cognitivo, como la demencia, estimula la expresión emocional, mantiene identidad y refuerza vínculos afectivos (Nelson, 2018).
	AHP.IP.5	Monti, D. A., Peterson, C., Shakin Kunkel, E. J., Hauck, W. W., Pequignot, E., Rhodes, L., & Brainard, G. C. (2006). A randomized, controlled trial of mindfulness-based art therapy (MBAT) for women with cancer. Psycho-Oncology, 15(5), 363–373. https://doi.org/10.1002/pon.988	La arteterapia basada en mindfulness (MBAT) ha mostrado eficacia en mujeres con cáncer, promoviendo resiliencia, aceptación del presente y fortalecimiento del self frente al sufrimiento (Monti et al., 2006).
	AHP.TI.1	Pérez, O. (2023). Herramientas de arteterapia para el	La escritura autobiográfica, el dibujo proyectivo y el collage facilitan la resignificación de experiencias dolorosas. En el estudio de Pérez (2023), promovieron bienestar
		Proyección	

	bienestar psicológico: Revisión y resignificación de la historia de vida a través de la escritura, el dibujo y el collage. Tres estudios de caso. Universidad Europea de Valencia.	psicológico al actuar como dispositivos narrativos que impulsan autoconocimiento y reconciliación emocional.	Resignificación Narrativa Pintura Danza
AHP.TI.2	Hemann, R. J. (1994). Humanistic art therapy techniques. Graduate Research Papers, 2539. University of Northern Iowa. https://scholarworks.uni.edu/grp/2539	Hemann (1994) destaca prácticas como pintura libre, mandalas y símbolos personales, que permiten acceder a recursos internos sin mediación interpretativa. Estas técnicas fortalecen la autorrealización, autenticidad y conexión emocional.	
AHP.TI.3	Wang, J. H. and Abdullah, A. B. (2024) A Summary of Expressive Arts Therapy and Painting Therapy. Creative Education, 15, 278-288. doi: 10.4236/ce.2024.152016.	Wang y Abdullah (2024) identifican la pintura expresiva como técnica consolidada en terapias centradas en la persona. Su valor radica en catalizar emociones reprimidas y representar simbólicamente estados internos, favoreciendo la integración personal.	
AHP.TI.4	Naumburg, M. (1987). Dynamically oriented art therapy: Its principles and practices: Illustrated with three case studies (Ed.	Naumburg (1987) combina la creación artística espontánea con el diálogo no directivo, mostrando cómo la obra se convierte en proyección inconsciente que, acompañada de empatía, favorece la transformación de conflictos. Su técnica refleja los principios humanistas al confiar en el poder creativo en un marco de respeto y libertad.	

		ilustrada). Magnolia Street Publishers. ISBN 978096133091 0 Rubin, J.A. (2009).	
	AHP.TI.5	Witte, M., Orkibi, H., Zarate, R., Karkou, V., Sajnani, N., Malhotra, B., Ho, R. T. H., Kaimal, G., Baker, F. A., & Koch, S. C. (2021). From therapeutic factors to mechanisms of change in the creative arts therapies: A scoping review. Frontiers in Psychology, 12, 678397. https://doi.org/ 10.3389/fpsyg. 2021.678397	La psicoterapia humanista integra diversas técnicas artísticas —pintura, collage, modelado, escultura y danza— para externalizar conflictos y activar cambios terapéuticos. La pintura y el collage proyectan emociones difíciles de verbalizar; el modelado y la escultura facilitan integración corporal; y la danza libera emocionalmente, promoviendo resiliencia y adaptación (De Witte et al., 2021).
Beneficios Piscoera péuticos	AHP.BP.1	Morison, L., Simonds, L., & Stewart, S. J. F. (2021). Effectiveness of creative arts-based interventions for treating children and adolescents exposed to traumatic events: a systematic review of the quantitative evidence and meta-analysis. Arts & Health,	Morison et al. (2021) muestran que la arteterapia es eficaz en tratamientos breves, especialmente en contextos hospitalarios. Reduce ansiedad y rechazo frente a recuerdos traumáticos en niños y adolescentes, favoreciendo regulación emocional y anclaje en el presente. Su enfoque progresivo mantiene beneficios más allá del espacio terapéutico.
			Autonomía Versatili dad Insight Accesibil idad Regulaci ón emocion al

	14(3), 237–262. https://doi.org/10.1080/17533015.2021.2009529	
AHP.BP.2	Cherif, S. (2025) Art Therapy, a New Tool to Enhance Human Psychology. Open Access Library Journal, 12, 1-1. doi: 10.4236/oalib.1112915.	Cherif (2025) resalta su carácter accesible y adaptable a las preferencias del paciente, lo que reduce resistencia, fomenta autonomía y aumenta la participación activa, mejorando resultados terapéuticos.
AHP.BP.3	Schouten, K.A., de Niet, G.J., Knipscheer, J.W., Kleber, R.J., & Hutschemackers, G.J. (2015). The Effectiveness of Art Therapy in the Treatment of Traumatized Adults. Trauma, Violence, & Abuse, 16, 220 - 228.	Schouten et al. (2015) destacan su utilidad en trauma, ya que permite trabajar problemas específicos de forma contenida, evitando sobrecarga emocional y generando avances rápidos y sostenibles, sobre todo en adultos.
AHP.BP.4	Abraham, R., Snir, S., & Regev, D. (2024). Perceptions of young adult clients treated with time-limited art therapy. International Journal of Art Therapy, 1–12.	Abraham, Snir y Regev (2024) señalan que la relación triangular terapeuta-paciente-obra induce estados de meditación, favorece insight e integración de identidad, y aumenta compromiso con el tratamiento.

https://doi.org/10.1080/17454832.2024.2375206			
Limitaciones del arteterapia como herramienta psicoterapéutica	AHP.BP.5	Webb, A. J. (2023). The therapeutic power of art: Exploring the mechanisms behind art therapy's efficacy. Authorea. https://doi.org/10.22541/au.169531401.17663927/v1	Webb (2023) subraya su flexibilidad: puede ser intervención principal o complementaria, aplicable en terapia individual o grupal, sin necesidad de equipos especializados, lo que amplía su alcance clínico y social.
	AHP.LA.1	Abraham, R., Snir, S., & Regev, D. (2024). Perceptions of young adult clients treated with time-limited art therapy. International Journal of Art Therapy, 1–12. https://doi.org/10.1080/17454832.2024.2375206	Abraham, Snir y Regev (2024) señalan que la variabilidad en las respuestas emocionales de los pacientes dificulta la estandarización de la arteterapia. Mientras algunos se benefician del proceso creativo, otros muestran resistencia o limitaciones para expresar emociones, lo que restringe su efectividad en psicología humanista.
	AHP.LA.2	Collie, K., Backos, A., Malchiodi, C., & Spiegel, D. (2006). Art therapy for combat-related PTSD: Recommendations for research and practice. Art Therapy, 23(4), 157–164. https://doi.org/10.1080/17454832.2024.2375206	Collie, Backos, Malchiodi y Spiegel (2006) destacan la falta de formación especializada de los terapeutas como una limitación clave en el tratamiento de PTSD. Este déficit, sumado a recursos clínicos limitados, genera inconsistencias y reduce la accesibilidad de la arteterapia en contextos de trauma severo.

Heterogeneidad

Resistencia emocional

Falta de formación

Limitaciones estructurales

Barreras culturales

	10.1080/0742 1656.2006.101 29335	
AHP.LA.3	Jiwon Han. (2023). A Systematic Literature Review of Art Therapy on Depression Recovery. International Journal of Literature and Arts, 11(1), 41-43. https://doi.org/ 10.11648/j.ijla .20231101.17	Han (2023) identifica dos barreras en depresión: la resistencia de pacientes a la metodología no verbal y las diferencias culturales en la percepción del arte. Estos factores dificultan la participación activa y limitan la aplicación universal de la arteterapia.

Capítulo III. Análisis de resultados de investigación

Análisis

El objetivo general de esta investigación consistió en describir la arteterapia como herramienta de intervención psicoterapéutica desde el enfoque humanista de la psicología, a partir de una revisión bibliográfica, y los resultados muestran que dicho propósito se cumple al evidenciar que la arteterapia no solo constituye una técnica, sino un espacio de transformación personal y relacional. En este marco, el primer objetivo específico buscaba identificar los fundamentos teóricos que sustentan la arteterapia, y se observa que la disciplina se apoya en bases conceptuales que describen la creación artística como un acto significativo capaz de contener y reordenar la experiencia emocional, con efectos que trascienden la obra producida e inciden en la configuración del self (FA.BC.1; FA.BC.2; FA.BC.3; FA.BC.4).

El proceso creativo permite acceder a niveles profundos de la experiencia y modular la vivencia afectiva en coherencia con el potencial humano, la autenticidad y la congruencia interna (FPH.PH.1; FPH.PH.2). Asimismo, históricamente la intersección entre arte y terapia transitó desde funciones catárticas hacia una profesionalización con estándares y ámbitos definidos, lo que legitima su pertinencia clínica y delimita campos de aplicación (FA.IA.1; FA.IA.2). De esta forma, la arteterapia se configura como una práctica que integra simbolización, experiencia y relación, coherente con los principios de la psicología humanista que concibe al sujeto como agente de sentido y responsable de su trayectoria vital (FPH.PH.1; FPH.PH.2; FPH.PH.3). Los hallazgos de esta revisión bibliográfica permite afirmar que, la arteterapia no se trata de un conjunto de técnicas aisladas, sino de una herramienta particular de intervención clínica, en la cual el acto creativo se convierte en vía de exploración ética y autocuidado, compatible con metas de

bienestar y coherencia interna (FA.IA.3). Esto sugiere que los fundamentos teóricos no solo describen una base conceptual, sino que explican por qué la arteterapia es especialmente coherente con un enfoque que prioriza la subjetividad y la tendencia al crecimiento.

En los fundamentos teóricos se destaca el modelo de Lusebrink, que integra la estimulación de sistemas jerárquicos —cognitivo, afectivo y sensoriomotor— para explicar cómo la experiencia artística impacta en múltiples dimensiones de la persona (FA.PV.1). Naumburg, por su parte, enfatiza la proyección espontánea del malestar a través de la creación artística, defendiendo el valor intrínseco del acto creativo en la reorganización psíquica (FA.PV.2). Rubin aporta una visión integradora al reforzar la idea de que no existe una técnica única, sino una gama de procedimientos ajustables a las particularidades del consultante (FA.PV.3). Estas perspectivas confirman que la arteterapia se fundamenta en una diversidad de enfoques teóricos que le otorgan solidez conceptual y flexibilidad práctica, respondiendo al primer objetivo específico.

Los hallazgos se relacionan con los fundamentos de la psicología humanista que aportan un marco explicativo sólido para comprender la eficacia de la arteterapia. En este sentido, se confirma que los seres humanos poseen un potencial innato de desarrollo, donde la autorrealización, la congruencia interna y el crecimiento personal son principios centrales (FPH.PH.1; FPH.PH.2; FPH.PH.3; FPH.PH.4). En este sentido, la interpretación de los datos permite concluir que el acto creativo no cumple únicamente una función estética, sino que adquiere un valor terapéutico y existencial, lo que explica su eficacia en procesos de reorganización del self. Estos fundamentos permiten entender por qué la elaboración artística activa procesos de cambio sostenibles en los pacientes y amplía sus repertorios de afrontamiento (AHP.IP.1). En coherencia con ello, el proceso creativo en

arteterapia favorece estados de flujo vinculados con autenticidad e integración personal (FPH.AT.1), mientras que la inclusión de canales simbólicos no hablados dentro del paradigma rogeriano refuerza la empatía y la validación en el espacio terapéutico (FPH.AT.2). Asimismo, la dimensión transpersonal resalta la posibilidad de acceder a experiencias de transformación espiritual y resiliencia mediante la creatividad (FPH.AT.3; FPH.AT.4). Todo esto confirma que la arteterapia, desde la perspectiva humanista, constituye un puente entre subjetividad, sentido de vida y trascendencia, reforzando el cumplimiento del primer objetivo específico. La comparación de estos modelos muestra que, aunque difieren en sus acentos, todos coinciden en reconocer al arte como un mediador válido entre emoción y pensamiento, lo que refuerza su valor clínico.

El segundo objetivo específico planteaba reconocer los beneficios y limitaciones de la arteterapia en los procesos psicoterapéuticos desde el enfoque humanista, y los resultados muestran que la implementación práctica de esta herramienta se articula como una mediación simbólica que externaliza conflictos internos y resignifica el sentido vital (AHP.IP.1; AHP.IP.2). La relación triangular persona-obra-terapeuta se convierte en motor de cambio al potenciar la expresión auténtica, el autoconocimiento y la resiliencia (AHP.IP.3; AHP.IP.4), mientras que en escenarios de enfermedad, los programas basados en mindfulness han demostrado eficacia para fortalecer el sentido de control y la aceptación (AHP.IP.5). En cuanto a técnicas de intervención, se emplean recursos como escritura autobiográfica, pintura libre, collage y modelado, que permiten resignificar experiencias dolorosas y proyectar estados internos (AHP.TI.1; AHP.TI.2; AHP.TI.3; AHP.TI.4; AHP.TI.5). Estas herramientas no son un fin en sí mismas, sino dispositivos que facilitan procesos terapéuticos coherentes con los principios humanistas. El análisis interpretativo sugiere que, más allá de la variedad técnica, lo decisivo es la capacidad de

estas prácticas para generar un espacio de agencia personal y resignificación, lo que explica su utilidad en distintos contextos clínicos.

Los beneficios de la arteterapia se reflejan en la promoción de autonomía y participación, al dar al paciente la posibilidad de decidir materiales, ritmos y formas de exploración, reduciendo resistencias y fortaleciendo la sensación de control (AHP.BP.1; AHP.BP.2). También se documentan mejoras en ansiedad, estrés postraumático y bienestar emocional (AHP.BP.3; AHP.BP.4), mientras que su flexibilidad permite utilizarla como intervención principal o complementaria en contextos individuales y grupales (AHP.BP.5). Sin embargo, estos beneficios coexisten con limitaciones que confirman la necesidad de seguir perfeccionando esta herramienta psicoterapéutica. Entre ellas se encuentran la variabilidad en las respuestas emocionales, que dificulta la estandarización de la práctica (AHP.LA.1), la falta de formación especializada en algunos terapeutas (AHP.LA.2), y la resistencia cultural a metodologías no convencionales (AHP.LA.3). Estas restricciones muestran que, aunque la arteterapia se sostiene en fundamentos humanistas y evidencia empírica, requiere marcos adaptativos y políticas de apoyo que garanticen su implementación en escenarios clínicos reales. Estos hallazgos permiten interpretar que las limitaciones no necesariamente cuestionan la validez de la arteterapia, sino que reflejan desafíos estructurales —formación, cultura, políticas de salud— que deben resolverse para ampliar su efectividad y legitimidad en distintos entornos clínicos.

Discusión

Los hallazgos de esta investigación sugieren que, la arteterapia es una herramienta psicoterapéutica valiosa en la psicología humanista, al favorecer la restauración del equilibrio psicológico de los individuos. La creación artística activa diferentes procesos

psicológicos; como la imaginación, la memoria autobiográfica, la atención sostenida y el pensamiento divergente, permitiendo que el individuo reconozca y articule conflictos de manera simbólica, potenciando los efectos terapéuticos y el bienestar psicológico del paciente (Csikszentmihalyi, 1990). Junge y Asawa (1994) subrayan también que la arteterapia puede generar un entorno que facilita la plasticidad emocional, favoreciendo la reorganización de experiencias pasadas y la creación de nuevas formas de interacción con el entorno.

En esta investigación se ha podido reconocer que la arteterapia, en el marco de la psicología humanista, se fundamenta en principios orientados al fortalecimiento de la resiliencia y a la capacidad de generar múltiples soluciones en situaciones adversas. Case y Dalley (2014) afirman que la arteterapia no solo le permite a los pacientes regular sus emociones, sino que también ofrece un camino hacia la reconstrucción de la identidad; lo que implica un proceso más complejo de redefinición personal, en el que el individuo integra los aspectos disonantes de su vida y los resitúa dentro de una narrativa más coherente y saludable. La integración de la arteterapia en el proceso psicoterapéutico ofrece una dimensión alternativa de abordaje e intervención. Procesos no conscientes, como la intención expresiva, en la que el paciente evalúa, modifica y elige constantemente elementos durante la creación de su obra, favorecen el desarrollo de la toma de decisiones, el establecimiento de límites y el fortalecimiento del autoconcepto (Rogers et al., 2012). La relación que existe entre la autoestima y la expresión artística es significativa, ya que el paciente, al ser capaz de crear y reflejarse en su arte, experimenta un aumento de confianza en sí mismo, lo cual se encuentra estrechamente vinculado con la percepción, la autoimagen y la capacidad para enfrentar situaciones de estrés. Este fenómeno se encuentra documentado en múltiples investigaciones, que coinciden en que la arteterapia mejora la

capacidad de los individuos para enfrentar adversidades y promueve un estado de equilibrio emocional (Rubin, 2010; Presta, 2010). En contraste con esta visión optimista, algunos autores cuestionan la dificultad de estandarizar los procesos simbólicos implicados en la arteterapia, lo que evidencia una tensión entre la flexibilidad creativa y la necesidad de validación científica. Esta contradicción exige reconocer que el valor de la arteterapia no radica únicamente en sus efectos inmediatos, sino en su capacidad de abrir caminos interpretativos que aún requieren ser sistematizados con mayor rigurosidad.

El estado de flujo teorizado por Csikszentmihalyi (1990), juega un papel esencial en la eficacia de la arteterapia. Este estado, caracterizado por una concentración profunda en una actividad que resulta gratificante en sí misma, facilita la creación de una experiencia trascendental donde la conciencia del individuo se libera de los conflictos cotidianos. En arteterapia, este estado permite que el individuo se sumerja en el proceso artístico, teniendo así un efecto catártico y generando una sensación de alivio (Han, 2023).

La interpretación de los significados subjetivos tiene una estrecha relación con la arteterapia; la obra de arte creada por el paciente actúa como un texto simbólico, que puede ser comprendido no solo por el terapeuta, sino también por el propio paciente. López (2010) destaca que este proceso de interpretación es crucial para que el paciente pueda reconceptualizar sus experiencias pasadas, y ubicar al paciente en el aquí y ahora. Este planteamiento resulta clave, aunque también genera controversia, ya que mientras algunos enfoques priorizan la interpretación compartida, otros defienden que el verdadero valor terapéutico reside en la experiencia creadora en sí misma. Esta diferencia refleja un debate abierto dentro de la literatura, que demanda una postura crítica sobre el rol de la interpretación frente al acto creativo.

La arteterapia se ha demostrado eficaz en el tratamiento de diversas patologías y trastornos psicológicos. Según Schouten et al. (2014), esta herramienta es particularmente útil en el tratamiento de trastornos de ansiedad y estrés postraumático, donde el proceso creativo permite externalizar y procesar experiencias relacionadas al trauma. La relevancia de estos hallazgos radica en que la arteterapia ofrece una vía de expresión alternativa para aquellos pacientes que, no pueden abordar sus emociones a través del lenguaje verbal (Garrido y Arbúes, 2013). La flexibilidad inherente a la arteterapia, permite que se adapte a las necesidades de cada paciente, lo que la convierte en una herramienta terapéutica personalizada y moldeable (Han, 2023). No obstante, esta misma flexibilidad puede convertirse en un límite, ya que la heterogeneidad en la aplicación de técnicas dificulta establecer criterios universales de eficacia. Por ello, aunque los resultados muestran tendencias positivas, es necesario contrastarlos con evaluaciones críticas que señalen sus vacíos empíricos y metodológicos.

Una característica que distingue a la arteterapia de otras herramientas psicoterapéuticas, es la capacidad para intervenir en situaciones de crisis sin generar estrés adicional. Mientras que otros enfoques, pueden requerir procedimientos más estructurados y directivos, que, en ocasiones, pueden inducir resistencia y confrontación. Un estudio realizado por Jiwon Han (2003) sobre el tratamiento de pacientes con depresión, determinó que la arteterapia se presenta como una alternativa no invasiva y favorece la motivación y el vínculo terapéutico. La arteterapia permite una intervención más fluida y libre, reduciendo el riesgo de generar crisis emocionales proporcionando un entorno más seguro y entretenido para poblaciones más vulnerables (Schouten et al., 2014). Es importante señalar que los estudios revisados suelen trabajar con muestras pequeñas y contextos específicos, lo que limita la posibilidad de generalizar estos resultados. Este aspecto debe

ser considerado como una limitación importante al momento de valorar críticamente la evidencia disponible.

En el marco de la práctica clínica, la arteterapia también integra tareas intersesión, recurso compartido por distintos enfoques psicoterapéuticos, pero que en este caso adquiere un carácter singular al centrarse en la creación artística. Estas actividades permiten que el paciente mantenga un vínculo con el proceso terapéutico fuera de la sesión, promoviendo la autorreflexión y la autoregulación emocional a través del arte. De esta manera, el trabajo entre sesiones no se limita a la repetición de pautas o ejercicios estructurados, sino que se orienta a experiencias simbólicas y creativas que favorecen la continuidad del proceso terapéutico y potencian su impacto en la vida cotidiana. Según Rubin (2010), esta capacidad de llevar las actividades terapéuticas al hogar facilita un alivio emocional continuo, permitiendo que el paciente utilice el arte como un canal de expresión emocional en su entorno cotidiano. De esta manera, se refuerza el sentido de pertenencia y la sensación de control que el paciente puede tener sobre su recuperación. La arteterapia, al ofrecer la posibilidad de trabajar de forma autónoma fuera del consultorio, contribuye significativamente a la autonomía emocional del individuo, favoreciendo un ambiente de resiliencia que no depende exclusivamente de la interacción con el terapeuta. Sin embargo, este beneficio plantea interrogantes sobre el grado de supervisión y acompañamiento necesarios, lo que abre un debate sobre los límites éticos de las tareas intersesión en contextos de alta vulnerabilidad.

La falta de un marco teórico unificado sigue siendo un obstáculo para la adopción más amplia de la arteterapia en la práctica profesional (Pérez, 2023). Este obstáculo plantea el debate sobre la efectividad de la arteterapia, especialmente en cuanto a su integración dentro del ámbito clínico. Algunos estudios como el realizado por Schouten et

al. (2014), defienden que la arteterapia tiene un impacto significativo en el desarrollo de la resiliencia y el bienestar emocional de los pacientes, mientras que otros sugieren que, debido a la diversidad de enfoques, es difícil validar científicamente sus efectos terapéuticos (Garrido y Arbúes, 2013). Aunque la arteterapia ha sido asociada con beneficios clínicos como la reducción de síntomas de depresión y ansiedad (Csikszentmihalyi, 1990), los críticos señalan que la falta de consolidación de fundamentos metodológicos basados en un único enfoque, limita su utilidad en la práctica diaria. Este contraste evidencia que la arteterapia se encuentra en un proceso de consolidación académica, en el que la abundancia de enfoques puede ser leída como una riqueza conceptual, pero también como una debilidad en términos de legitimación científica. La postura crítica adoptada en esta investigación es reconocer este doble filo: la diversidad fortalece la práctica clínica, pero al mismo tiempo dificulta la construcción de evidencia estandarizada.

La literatura sobre la arteterapia se encuentra actualmente en una fase de expansión y discusión, con un creciente número de estudios que destacan su capacidad para facilitar el autoconocimiento y el tratamiento de diversos trastornos psicológicos (Pérez, 2023). Numerosos estudios han mostrado que la arteterapia puede tener un impacto positivo en pacientes con estrés postraumático, depresión, trastornos de la conducta alimentaria y trastornos del desarrollo (Csikszentmihalyi, 1990). Su validación empírica sigue siendo una limitación, debido a que se argumenta que para consolidar la arteterapia como una práctica terapéutica validada, es necesario realizar más investigaciones que utilicen metodologías estandarizadas, lo que permitiría una mayor aceptación científica (Presta, 2010). De manera crítica, esto significa que la arteterapia aún enfrenta un reto importante: transformar su riqueza cualitativa en evidencia cuantitativa robusta que le permita competir

en igualdad de condiciones con otros enfoques terapéuticos ya consolidados. Este debate plantea una oportunidad para que la comunidad académica se enfoque en la creación de protocolos de evaluación más claros y en la unificación de enfoques que faciliten la integración de la arteterapia en la práctica clínica, tal como se plantea en esta investigación desde el enfoque humanista (Webb, 2023).

En síntesis, la reorganización de los resultados en torno a los fundamentos de la arteterapia, los aportes de la psicología humanista y su implementación como herramienta psicoterapéutica evidencia el cumplimiento del objetivo general y de los objetivos específicos planteados en esta investigación. La arteterapia, sustentada en bases conceptuales, históricas y teóricas, se legitima como un recurso clínico sólido que se articula con los principios humanistas de autenticidad, congruencia y autorrealización. Su práctica permite integrar técnicas diversas, beneficios comprobados y limitaciones reconocidas, lo que la sitúa como un campo en consolidación que demanda formación especializada, investigación continua y marcos institucionales que garanticen su aplicación efectiva. Desde esta perspectiva, la arteterapia no solo ofrece un medio terapéutico complementario, sino que constituye un espacio de transformación coherente con el potencial humano, orientado al bienestar integral y al crecimiento personal de quienes participan en el proceso. El contraste entre los beneficios ampliamente reportados y las limitaciones aún presentes obliga a situar a la arteterapia en un horizonte de desarrollo: más que un modelo acabado, representa un campo dinámico en construcción que requiere ser fortalecido desde la investigación crítica y la práctica responsable.

Conclusiones

A lo largo de esta investigación, se ha demostrado que la arteterapia constituye una herramienta psicoterapéutica valiosa en el ámbito de la salud mental, especialmente dentro del enfoque humanista. Su capacidad para fomentar la autoexploración, la autorrealización y la expresión emocional la convierten en una alternativa terapéutica efectiva para diversos contextos y poblaciones. La integración del arte como medio de comunicación y sanación ha sido respaldada por principios fundamentales de la psicología humanista, consolidando su relevancia en el desarrollo personal y el bienestar psicológico.

Uno de los hallazgos más significativos de este estudio es que la arteterapia permite a los individuos expresar emociones y pensamientos difíciles de expresar mediante la palabra, brindando un espacio seguro para la introspección y la sanación. En particular, dentro del enfoque humanista, la arteterapia facilita la autorrealización, concepto central en la teoría de Maslow (1968), y se alinea con la terapia centrada en la persona de Rogers (1961), que enfatiza la importancia de la aceptación incondicional y la autoexploración. La creación artística se convierte así en un proceso de transformación interna que ayuda a los individuos a desarrollar una mayor comprensión de sí mismos.

Se ha constatado que la arteterapia no solo beneficia el bienestar individual, sino que también tiene un impacto positivo en el ámbito social y comunitario. En el contexto de la terapia grupal, la creación artística compartida fortalece los lazos interpersonales y fomenta la construcción de un sentido de pertenencia, lo que resulta particularmente útil en poblaciones vulnerables o en situaciones de trauma colectivo. Investigaciones previas han demostrado que la arteterapia puede ser efectiva en la rehabilitación de víctimas de violencia, migrantes y personas que han atravesado experiencias traumáticas,

proporcionando una vía simbólica para la reconstrucción de la identidad y la resiliencia emocional.

A pesar de sus beneficios, la arteterapia enfrenta desafíos importantes que limitan su integración en la práctica psicológica convencional. Uno de los principales problemas identificados es la falta de un marco teórico unificado que respalde su aplicación y facilite su estandarización en el ámbito clínico. La diversidad de enfoques y métodos utilizados en la arteterapia ha generado discrepancias sobre su efectividad, lo que dificulta su aceptación dentro de la comunidad científica. La ausencia de criterios claros para su evaluación ha sido señalada como una barrera para su reconocimiento en modelos terapéuticos basados en la evidencia.

Un desafío relevante es la necesidad de formación profesional específica para la aplicación de la arteterapia. Si bien existen programas de capacitación en algunos países, aún se requiere una mayor regulación para garantizar que los profesionales que aplican esta disciplina cuenten con la preparación adecuada. En este sentido, la arteterapia no debe ser vista simplemente como una actividad recreativa, sino como un proceso terapéutico estructurado que requiere conocimientos en psicología, técnicas artísticas y procesos emocionales.. La subjetividad en la interpretación de los resultados en la arteterapia ha sido un tema de debate. A diferencia de las terapias convencionales que utilizan herramientas cuantificables para medir el progreso del paciente, la arteterapia depende en gran medida de la interpretación cualitativa de las expresiones artísticas. Esta característica puede generar dificultades en la validación científica de sus efectos, lo que refuerza la necesidad de desarrollar metodologías de evaluación más rigurosas y estandarizadas.

Finalmente, es fundamental reconocer que la arteterapia no es una solución universal para todos los problemas psicológicos. Si bien puede ser altamente efectiva en algunos casos, en otros puede requerir una combinación con otras formas de intervención terapéutica. La integración de la arteterapia dentro de modelos de tratamiento multidisciplinarios permitiría potenciar sus beneficios y ampliar su alcance en el ámbito de la salud mental.

En síntesis, los hallazgos de esta investigación permiten afirmar que se cumplió el objetivo general de describir la arteterapia como herramienta de intervención psicoterapéutica desde el enfoque humanista. En relación con el primer objetivo específico, se identificaron los principios conceptuales que la vinculan con la autorrealización, la creatividad y la congruencia interna. En cuanto al segundo objetivo, se reconocieron beneficios como la reducción de ansiedad y el fortalecimiento de la resiliencia, junto con limitaciones relacionadas con la falta de estandarización y la formación profesional insuficiente. Estas conclusiones muestran que la arteterapia constituye un campo en consolidación que demanda investigación crítica, validación metodológica y mayor integración en modelos clínicos, lo que permitirá ampliar su impacto y legitimidad en la psicología contemporánea.

Esta investigación presenta ciertas limitaciones propias de las revisiones bibliográficas. Entre ellas, el posible sesgo de selección al priorizar fuentes accesibles en bases de datos específicas (Scopus, PubMed, PsycINFO, Redalyc, entre otras), lo que pudo dejar fuera literatura relevante no indexada o de acceso restringido. Asimismo, la dependencia de publicaciones en español e inglés limita la inclusión de hallazgos en otros idiomas. Otra restricción corresponde al carácter interpretativo de la revisión, en la que la síntesis depende de la categorización realizada, lo que puede condicionar la amplitud del

análisis. Finalmente, el periodo temporal considerado (2015–2025) asegura actualidad, pero restringe estudios previos que podrían aportar perspectivas históricas complementarias. Estas limitaciones deben ser tomadas en cuenta al valorar los alcances del presente estudio y refuerzan la necesidad de investigaciones futuras más amplias y sistematizadas.

Recomendaciones

A partir de las conclusiones obtenidas, se proponen una serie de recomendaciones dirigidas a mejorar la aplicación, el reconocimiento y la efectividad de la arteterapia dentro del enfoque humanista. Estas recomendaciones están orientadas tanto a la comunidad científica como a los profesionales de la psicología, las instituciones educativas y los responsables de políticas en el ámbito de la salud mental. Para facilitar su aplicabilidad, se han organizado en corto, mediano y largo plazo.

En el corto plazo, se recomienda la realización de campañas de sensibilización dirigidas a profesionales de la salud, pacientes y el público en general para informar sobre los beneficios y aplicaciones de esta disciplina. La divulgación científica en conferencias, publicaciones académicas y redes sociales puede contribuir a una mayor aceptación y reconocimiento de la arteterapia como un enfoque terapéutico legítimo. Asimismo, se sugiere la implementación de programas piloto en hospitales, escuelas y centros comunitarios para evaluar su impacto y viabilidad en diferentes contextos.

En el mediano plazo, uno de los principales desafíos identificados en la investigación es la falta de un marco teórico unificado para la arteterapia. Para fortalecer su legitimidad en el ámbito psicológico, es fundamental que se realicen esfuerzos para integrar sus principios en un modelo coherente y respaldado por evidencia científica. Se recomienda fomentar la colaboración entre psicólogos y arteterapeutas para desarrollar teorías que expliquen con mayor claridad los procesos subyacentes en la arteterapia y su impacto en la salud mental. Para consolidar la arteterapia como una disciplina respaldada científicamente, es necesario mejorar las metodologías de evaluación de su efectividad. En este sentido, se recomienda el diseño de estudios longitudinales que permitan analizar los efectos a largo plazo de la arteterapia en diferentes poblaciones. Asimismo, la combinación

de métodos cualitativos y cuantitativos puede proporcionar un análisis más completo y preciso sobre su impacto en la salud mental.

En el largo plazo, dado que la arteterapia requiere una combinación de habilidades en psicología y técnicas artísticas, es esencial establecer programas de formación profesional estandarizados. Se recomienda que las universidades y centros de educación superior ofrezcan programas especializados en arteterapia que incluyan formación en psicología clínica, procesos creativos y metodología terapéutica. La regulación de la profesión es clave para garantizar que los terapeutas estén debidamente capacitados y cumplan con estándares éticos y metodológicos.

Para ampliar el acceso a la arteterapia, se recomienda su inclusión en los programas de salud mental tanto en el ámbito público como privado. Las instituciones de salud deben considerar la arteterapia como una alternativa terapéutica válida, especialmente en el tratamiento de trastornos emocionales, estrés postraumático y enfermedades crónicas. Finalmente, dado que la percepción del arte varía según el contexto sociocultural, es importante adaptar la arteterapia a las características y necesidades de cada población. Se recomienda desarrollar enfoques culturalmente sensibles que tomen en cuenta las tradiciones, valores y formas de expresión artística propias de cada comunidad. Esto facilitaría una mayor aceptación y efectividad de la arteterapia en diferentes entornos.

REFERENCIAS

- Abraham, R., Snir, S., & Regev, D. (2024). Perceptions of young adult clients treated with time-limited art therapy. *International Journal of Art Therapy*, 1–12.
<https://doi.org/10.1080/17454832.2024.2375206>
- Barbosa, A., & Garzón, S.A. (2020). Revisión bibliográfica en idioma español sobre elarteterapia como herramienta psicoterapéutica. *Informes Psicológicos*, 20(2), pp. 55-65 <http://dx.doi.org/10.18566/>
- Barreiro, D. (2023). Arteterapia en Psicología: Herramienta que permite explorar el significado de la narración de las emociones de adolescentes. Universidad Cooperativa de Colombia, sede Cali.
- Cáceres-Gutiérrez, J. M., & Santamaría-Osorio, L. P. (2018). La arteterapia como camino de transformación espiritual. *Trabajo Social*, 20(1), 133–161.
- Cheng C, Elamin ME, May H, Kennedy M. Drawing on emotions: the evolving role of art therapy. *Ir J Psychol Med*. 2023 Sep;40(3):500-502. doi: 10.1017/ipm.2021.20. Epub 2021 Apr 19. PMID: 33870885.
- Cherif, S. (2025). Art therapy, a new tool to enhance human psychology. *Open Access Library Journal*, 12(1), 1–1. <https://doi.org/10.4236/oalib.1112915>
- Chiriboga, P. (2010). El arte-terapia como técnica terapéutica para reducir la ansiedad en pacientes que presentan resistencia a la psicoterapia convencional durante el proceso psicológico: Estudio de dos casos de niños de 10 años y 8 años de edad atendidos en el Centro Terapéutico Creciendo en Familia en el periodo 2008-2009, en Quito. Pontificia Universidad Católica del Ecuador

- Clark, A., & Green, T. (2019). El arte como mediador emocional en terapia. *Journal of Humanistic Psychology*, 59(2), 198–212.
- Coll, F. (2015). Aplicación del arteterapia en el desarrollo de capacidades asociativas y cognitivas en personas con discapacidad psíquica (Tesis doctoral). Universidad de Murcia, Murcia.
- Collie, K., Backos, A., Malchiodi, C., & Spiegel, D. (2006). Art therapy for combat-related PTSD: Recommendations for research and practice. *Art Therapy*, 23(4), 157–164. <https://doi.org/10.1080/07421656.2006.10129335>
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The psychology of optimal experience*. Harper & Row.
- Domínguez, P. (Coord.). (2005). *Arteterapia: Principios y ámbitos de aplicación*. Junta de Andalucía, Consejería de Educación y Ciencia. ISBN 84-609-3113-7
- Dumas, M. & Aranguren, M. (2013). Beneficios del arteterapia sobre la salud mental. V Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XX Jornadas de Investigación Noveno Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.
- Dyer, Geraldine y Ernest Hunter. 2009. “Creative recovery: Art for mental health’s sake”. *Australasian Psychiatry* (17): 146-150. California: sage Journals.
- Engel, G. L. (1977). La necesidad de un nuevo modelo médico: un desafío para la biomedicina. *Science*, 196(4286), 129-136. <https://doi.org/10.1126/science.847460>

- Escobar, K. (2023). Plan de intervención psicológica en ansiedad para adolescentes embarazadas por medio de la arteterapia. Pontificia Universidad Católica del Ecuador.
- Fernández-Puig, V. (2024). Investigación en psicoterapias humanistas: estudios, resultados y perspectivas actuales. *Revista de Psicoterapia*, 35(129), 62–71.
<https://doi.org/10.5944/rdp.v35i129.41604>
- Frankl, VE (1992). El hombre en busca de sentido: Introducción a la logoterapia (4.^a ed.) (Trad. de I. Lasch). Beacon Press.
- Garrido, R., & Arbúes, A. (Coords.). (2013). Arteterapia y salud mental: La expresión creadora como proceso terapéutico. ASANART. ISBN 978-84-616-4815-3
- Greene, D. (1980). Humanistic therapy and self-exploration. Routledge.
- Han, J. (2023). A systematic literature review of art therapy on depression recovery. *International Journal of Literature and Arts*, 11(1), 41–43.
<https://doi.org/10.11648/j.ijla.20231101.17>
- Hemann, R. J. (1994). Humanistic art therapy techniques. Graduate Research Papers, 2539. University of Northern Iowa. <https://scholarworks.uni.edu/grp/2539>
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2018). Metodología de la investigación (6.^a ed.). McGraw-Hill Education.
- Hill (1945). Art Versus Illness. A Story Of Art Therapy. London: Allen and Unwin.
- Hogan, S. (2001). Healing Arts: The History of Art Therapy. Londres, Reino Unido: Jessica Kingsley Publishers.

- Hu, J., Zhang, J., Hu, L., Yu, H., & Xu, J. (2021). Art therapy: A complementary treatment for mental disorders. *Frontiers in Psychology*, 12, 686005.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.686005>
- Hutschemaekers, G. J. (2015). The effectiveness of art therapy in the treatment of traumatized adults. *Trauma, Violence, & Abuse*, 16, 220–228.
- Johnson, D., & Smith, R. (2022). Meta-analysis on the effectiveness of art therapy in mental health. *Clinical Psychology Review*, 43(1), 112–128.
- Jones, M. (1998). *Art therapy: Practices and foundations*. Academic Press.
- Kramer, E. (1958). *Art therapy in a children's community: A study of the function of art therapy in the treatment program of Wiltwyck School for Boys*. Charles C Thomas Publisher, Ltd. <https://doi.org/10.1037/13175-000>
- Lee, H. (2005). The impact of art therapy on patient self-concept. *Journal of Humanistic Psychology*, 45(4), 345–362.
- López, M. (2010). Arteterapia y su aportación a las psicoterapias verbales. *Recursos Analógicos en Psicoterapia*, 145–159.
- Lusebrink, V. (2004). Art therapy and the brain: An attempt to understand the underlying processes of art expression in therapy. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 21(3), 125–135.
- Malchiodi, C. A. (2015). *Art therapy and the neuroscience of creativity: Enhancing neuroplasticity through the arts*. Guilford Press.
- Maslow, A. (1962). *Toward a psychology of being*. D. Van Nostrand.
<https://doi.org/10.1037/10793-000>

- Monti, D. A., Peterson, C., Shakin Kunkel, E. J., Hauck, W. W., Pequignot, E., Rhodes, L., & Brainard, G. C. (2006). A randomized, controlled trial of mindfulness-based art therapy (MBAT) for women with cancer. *Psycho-Oncology*, 15(5), 363–373. <https://doi.org/10.1002/pon.988>
- Monti, D. A., Peterson, C., Shakin Kunkel, E. J., Hauck, W. W., Pequignot, E., Rhodes, L., & Brainard, G. C. (2012). Art therapy improves quality of life in cancer patients. *Psycho-Oncology*, 21(4), 338–346. <https://doi.org/10.1002/pon.988>
- Morison, L., Simonds, L., & Stewart, S. J. F. (2021). Effectiveness of creative arts-based interventions for treating children and adolescents exposed to traumatic events: A systematic review of the quantitative evidence and meta-analysis. *Arts & Health*, 14(3), 237–262. <https://doi.org/10.1080/17533015.2021.2009529>
- Naumburg, M. (1987). *Dynamically oriented art therapy: Its principles and practices: Illustrated with three case studies* (Ed. ilustrada). Magnolia Street Publishers. ISBN 9780961330910
- Nelson, K. (2018). *Art therapy and the person-centered approach: A method for breaking down creative resistance with dementia patients* (Capstone Thesis No. 9). Lesley University. https://digitalcommons.lesley.edu/expressive_theses/9
- Orive, M. (2022). Orientaciones teórico-metodológicas en arteterapia aplicadas dentro de la clínica. *Revista Perspectivas*, 4(2), 17–38. <https://doi.org/10.36631/RPH.2022.04.02>
- Pérez, O. (2023). *Herramientas de arteterapia para el bienestar psicológico: Revisión y resignificación de la historia de vida a través de la escritura, el dibujo y el collage. Tres estudios de caso*. Universidad Europea de Valencia.

- Presta, A. (2010). Las arteterapias: Marcos teóricos de referencia y campos de intervención. *REUG: Revista de Educación de la Universidad de Granada*, 23, 107–125.
- Rogers, C. R. (1961). *On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy*. Houghton Mifflin.
- Rogers, N., Tudor, K., Embleton, L., & Keemar, K. (2012). Person-centered expressive arts therapy: A theoretical encounter. *Person-Centered & Experiential Psychotherapies*, 11(1), 31–47. <https://doi.org/10.1080/14779757.2012.656407>
- Rubin, J. A. (2010). *Introduction to art therapy: Sources & resources* (2nd ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203893968>
- Rubin, J. A. (2016). *The art of art therapy: What every art therapist needs to know*. Routledge.
- Schouten, K. A., de Niet, G. J., Knipscheer, J. W., Kleber, R. J., &
- Smith, A., & Brown, T. (2015). Art therapy and anxiety reduction. *American Journal of Art Therapy*, 23(1), 22–37.
- Strang, C. E. (2024). Art therapy and neuroscience: evidence, limits, and myths. *Frontiers in Psychology*, 15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1484481>
- Taylor, J. (2020). Evaluating artistic techniques in therapeutic contexts. *Journal of Art and Psychology*, 12(3), 124–136.
- Taylor, K. (2020). Art therapy as a tool for building resilience. *Journal of Community Psychology*, 48(5), 132–148.

Torales J, Brítez Cantero J. Fundamentos de Psicoterapia. Medicina Clínica y Social. 2017;1(2):157-183.

Vásconez, D. (2017). Aplicación de la técnica del Arteterapia como medio de intervención Terapéutica para disminuir el Trastorno de Ansiedad Generalizada en pacientes adultos mayores de edad comprendidas entre los 65 a 75 años que acuden al servicio de Terapia Ocupacional del Centro de Salud Tipo "C" de Guamaní en el periodo Abril-Septiembre 2017 (Trabajo de grado). Universidad Central del Ecuador, Quito.

Villegas Besora, M. (1986). La psicología humanista: Historia, concepto y método. Anuario de Psicología, 34(1). Universidad de Barcelona.

Wang, J. H., & Abdullah, A. B. (2024). A summary of expressive arts therapy and painting therapy. Creative Education, 15, 278–288.
<https://doi.org/10.4236/ce.2024.152016>

Webb, A. J. (2023). The therapeutic power of art: Exploring the mechanisms behind art therapy's efficacy. Authorea. <https://doi.org/10.22541/au.169531401.17663927/v1>

Witte, M., Orkibi, H., Zarate, R., Karkou, V., Sajnani, N., Malhotra, B., Ho, R. T. H., Kaimal, G., Baker, F. A., & Koch, S. C. (2021). From therapeutic factors to mechanisms of change in the creative arts therapies: A scoping review. Frontiers in Psychology, 12, 678397. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.678397>

White, S. (2018). Foundations of art therapy in humanistic psychology. Psychotherapy Quarterly, 32(2), 214–229.

Anexos

Ficha Bibliográfica

APELLIDO(S) DEL AUTOR, Nombre (s). Título del libro # Ed., Lugar de impresión: Editorial Año, # de pág. Biblioteca	FB
--	------------------

Tema:	Subtema:	Núm.
---------------------	------------------------	--------------------

Contenido

Referencia bibliográfica:	
Observaciones:	
Tipo:	Id. Investigador:
Fecha:	

APELLIDO(S) DEL AUTOR, Nombre (s).

Título de la revista o título del artículo de revista

Nombre de la revista

Volumen, Año, Número, # de pág.

Biblioteca