

Arteterapia online: el uso de las T.I.C. a partir del confinamiento por COVID-19

Jessica Asensio Jiménez

Máster en Arteterapia y Educación Artística para la Inclusión Social



MÁSTERES
DE LA UAM
2019 – 2020

Facultad de Educación y
Formación del Profesorado



Universidad de Valladolid

MÁSTER UNIVERSITARIO EN ARTETERAPIA Y EDUCACIÓN ARTÍSTICA PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL

ARTETERAPIA ONLINE: EL USO DE LAS T.I.C. A PARTIR DEL CONFINAMIENTO POR COVID-19

ONLINE ARTERAPY: THE USE OF T.I.C. FROM COVID-19 CONFINEMENT

CURSO 2019/2020

ÁMBITO DE ESPECIALIZACIÓN: Clínico, social y educativo.

JESSICA ASENSIO JIMÉNEZ

Convocatoria extraordinaria, SEPTIEMBRE, 2020

DNI: 47553912D

TUTOR/A: Pilar Pérez Camarero

Departamento de Educación Artística. Facultad de formación al profesorado y educación. UAM. En colaboración con UAM Emprende.

A mi familia -de corazón-, por estar y apoyarme con tanto amor.
En la cercanía, y en la distancia.

Agradezco a mi tutora académica, y a mi mentora, por su confianza, y sostén. A mis profesores y profesoras, compañeros y compañeras, que me han acompañado y enseñado tanto en este camino. A los profesionales que han arrojado luz a esta investigación.

ÍNDICE

1. RESUMEN Y PALABRAS CLAVE	4
2. INTRODUCCIÓN	5
3. OBJETIVOS	7
4. METODOLOGÍA	8
4.1. Metodología cualitativa	8
4.1.1. Técnicas de recogida de datos	8
4.1.2. Técnicas de análisis de datos	9
4.2. Triangulación	9
4.3. Estudio de campo	9
5. MARCO TEÓRICO	11
5.1. COVID-19	11
5.1.1. Era post COVID-19	15
5.2. Las T.I.C. y la terapia online	16
5.3. Arteterapia online	18
5.3.1. Profesionales que trabajan en esta línea y propuestas relacionadas	25
6. DESARROLLO DE LA INVESTIGACIÓN	26
6.1. Fase I: Preparatoria	27
6.2. Fase II: Experiencial	27
6.2.1. Experiencia como usuaria online	27
6.2.2. Experiencia como arteterapeuta online	30
6.2.3. Entrevistas y testimonios	32
6.3. Fase III: Analítica	34
6.4. Fases IV: Informativa	34

7. ANÁLISIS DE DATOS	35
8. DISCUSIÓN	49
8.1.Limitaciones	49
8.2. Beneficios	49
8.3.Propuestas para futuras investigaciones	50
8.4.Futuras líneas de trabajo	50
9. CONCLUSIONES	51
10.BIBLIOGRAFÍA	53
ANEXOS	58
ANEXO I: Consentimiento informado: Entrevista I	58
ANEXO II: Consentimiento informado: Entrevista II	60
ANEXO III: Consentimiento informado: Sesión “EmpodérAT”	61
ANEXO IV: Flyer: Sesión “EmpodérAT”	62
ANEXO V: Formación realizada para la investigación	63

1. RESUMEN Y PALABRAS CLAVE

Resumen

La arteterapia online es una propuesta pionera dentro del marco de la arteterapia. El formato dentro de la arteterapia online se refiere a la estructura, características y técnicas que conforman esta modalidad. Esta investigación pretende analizar las características propias de este formato y evidenciar la importancia de esta modalidad tras el confinamiento por el COVID-19.

El estudio realizado en este trabajo parte de la recopilación y el análisis de la información relacionada, exponiendo las características propias de esta modalidad, explorando herramientas relacionadas con las T.I.C. para el acompañamiento arteterapéutico, y evidenciando la importancia del impacto del COVID-19 como contexto en el uso de este formato. En este trabajo, se utiliza una metodología cualitativa, y se realiza una triangulación de los datos obtenidos a través de la observación participativa, las entrevistas, y los testimonios.

Tras el análisis de datos, aparecen como resultados ventajas, desventajas, y necesidades, la relación entre las experiencias de los usuarios y arteterapeutas en respuesta al estudio de campo, y la evidencia del crecimiento de sesiones realizadas de forma virtual por el COVID-19. Esta investigación pretende despertar la curiosidad de otros investigadores para la continuidad del estudio en esta dirección, y el nacimiento de nuevas propuestas.

Palabras clave: Arteterapia online, T.I.C., herramientas virtuales, formato, COVID-19.

Abstract:

Online art therapy is a pioneering proposal within the framework of art therapy. The format within online art therapy refers to the structure, characteristics and techniques that make up this modality. This research aims to analyze the characteristics of this format and show the importance of this modality after confinement by COVID-19.

The study carried out in this work starts from the compilation and analysis of related information, exposing the characteristics of this modality, exploring tools related to T.I.C. for art therapy accompaniment, and showing the importance of the impact of COVID-19 as a context in the use of this format. In this work, a qualitative methodology is used, and a triangulation of the data obtained through participatory observation, interviews, and testimonies is carried out.

After the data analysis, the results appear as advantages, disadvantages, and needs, the relationship between the experiences of users and art therapists in response to the field study, and the evidence of the growth of sessions carried out virtually by COVID-19. This research aims to awaken the curiosity of other researchers for the continuity of the study in this direction, and the birth of new proposals.

Key words: Online art therapy, T.I.C., virtual tools, format, COVID-19.

2. INTRODUCCIÓN

“El gran motor del cambio es la tecnología”

- Alvin Toffler

La investigación “Arteterapia online: El uso de las T.I.C. a partir del confinamiento por COVID-19”, comenzó antes del conocimiento del virus, y sus alcances.

El interés de esta investigación comienza con la propuesta de Mónica Desirée Sánchez-Aranegui en la asignatura de Metodologías de la Investigación del Máster en Arteterapia y Educación Artística para la Inclusión Social, que se refiere a la realización de un proyecto emprendedor en el ámbito de la arteterapia. La propuesta que desarrollé en esta asignatura requería un amplio espacio físico e incalculables costes iniciales en el proyecto, por lo que lo hacía no-viable. La devolución del trabajo por parte de la profesora, para mí fue el impulso para interesarme por la arteterapia online y ponerme en contacto con UAM Emprende.

Desde UAM Emprende, y con el apoyo de mi mentora para el emprendimiento M.^a Esperanza Valdés Lías, realicé el curso “Idea, Prototipa, Emprende” (UAM Emprende, 2020), y participé en diferentes propuestas del departamento para un mayor conocimiento de las necesidades reales y las herramientas de un emprendedor. Todo esto, me llevó a conocer la importancia de las T.I.C. (Tecnologías de Información y Comunicación) para arrancar un proyecto de cero en la actualidad.

Al trasladar todo esto a mi tutora académica Pilar Pérez Camarero, y reuniéndome en varias ocasiones con ella y con mi mentora para el emprendimiento en conjunto y por separado, llegamos a la conclusión de trasladar la idea del proyecto inicial en un proyecto real y viable desde UAM Emprende, e investigar acerca del tema en cuestión –arteterapia online- en este TFM como preámbulo y base para la futura propuesta de intervención.

Tras esta premisa, el mundo se paró por el COVID-19, y en varios países permanecemos confinados en nuestras casas; en el caso de España, durante casi cuatro meses. Esta situación tan devastadora, potenció el uso de las T.I.C. aún más (Gestarte, 2020), y la arteterapia pedía de esta nueva modalidad. Esto me llevó a relacionar el estudio de la arteterapia online como base de la investigación, con el COVID-19 como contexto actual.

Numerosos arteterapeutas comenzaron a realizar sesiones y talleres de forma virtual sin conocimientos previos, por necesidad. Y muchos profesionales buscaron formaciones en esta dirección, ya que el uso de la pantalla ponía en juego una nueva mirada poco explorada.

Por mi parte, apenas tenía formación sobre arteterapia online, así que realicé el curso “Arte Terapia Online” (Gestarte, 2020) con la profesional María Sanz Gallego como profesora y arteterapeuta experta en esta modalidad. Esto me aportó información, bibliografía, experiencia, y contacto con otros profesionales que realizaban o habían comenzado a realizar sesiones de arteterapia online.

El COVID-19, alteró también el funcionamiento del curso académico en España y se produjo un corte en mis prácticas. Durante el tiempo de confinamiento, propuse a los centros donde realizaba mis prácticas académicas, desarrollar las sesiones de arteterapia en la modalidad online, pero no disponían de los medios necesarios para ello, así que no fue posible. Esto me llevó a pensar que sería bueno realizar alguna sesión online como futura

profesional y también como usuaria, para experimentar esta modalidad y ahondar un poco más en la investigación en primera persona, desde la observación participativa.

Tras finalizar la formación en arteterapia online, se me ocurrió realizar un taller de arteterapia online con las compañeras de primero del Máster que lo deseasen, y con la supervisión de la profesora Mónica Desirée Sánchez-Aranegui. Juntas pensamos un taller puntual y opcional que pudiese aportar fuerza y acompañamiento durante el confinamiento, y que arrojase a este estudio una nueva mirada desde lo aprendido a partir del taller “EmpodérATE”.

Realicé varios talleres de arteterapia online propuestos por profesionales como usuaria, y entrevistas a profesionales que hacían o habían comenzado a hacer sesiones de arteterapia online antes, o a partir del confinamiento por el COVID-19 impuesto en algunos países. Estos profesionales, me facilitaron también testimonios de algunos de sus usuarios, y los usuarios participantes del taller “EmpodérATE” hicieron una devolución de su experiencia en este formato. Todo esto, fue base en la investigación de este TFM.

Para llevar a cabo esta investigación se utilizó una metodología cualitativa. Se realizó un estudio teórico sobre la arteterapia online y otros conceptos que se interrelacionan, así como del COVID-19 como nuevo contexto. Encontrar información acerca de la arteterapia online no fue fácil, ya que es una propuesta aún pionera dentro de la arteterapia. Es por esto por lo que decidí usar como método la triangulación.

A partir de los resultados y las conclusiones obtenidas, se pretende conocer características propias de este formato, sus ventajas y desventajas, recopilar y analizar información acerca de la arteterapia online, explorar posibilidades, además de evidenciar la importancia de este formato ante “la nueva normalidad” por el COVID-19 y el uso de las T.I.C. en la actualidad.

Con esta investigación se sugieren futuras líneas de investigación en esta dirección, y se elabora un proyecto de emprendimiento en colaboración con UAM Emprende de forma paralela y como intervención innovadora, el cual se hará público próximamente.

3. OBJETIVOS

Los objetivos planteados para esta investigación surgen del interés en ahondar en la información y experiencias en cuanto a la modalidad online de la arteterapia como medio de acompañamiento arteterapéutico. Para llevar a cabo este estudio se plantea un objetivo general y tres específicos, los cuales sustentan y guían este estudio:

Objetivo general

Recopilar y analizar información acerca de la arteterapia online como modalidad de acompañamiento arteterapéutico.

Objetivos específicos

1. Conocer las cualidades propias de la arteterapia online teniendo en cuenta las ventajas y desventajas de esta modalidad.
2. Explorar herramientas de arteterapia online y profesionales que trabajan en esta dirección.
3. Evidenciar la importancia de este formato tras el impacto del COVID-19 y la trascendencia de las T.I.C. en la actualidad.

4. METODOLOGÍA

4.1. Metodología cualitativa

Para llevar a cabo esta investigación se optó por una metodología cualitativa, ya que se trata de un método humanista que dispone técnicas que relacionan el contexto social, las emociones y acciones humanas, la teoría, y la experiencia (Cuadrado Fernández, 2014).

Durante este estudio, me posiciono como arteterapeuta y usuaria además de investigadora, lo que me permite profundizar en la realidad subjetiva a través de la observación participante, las interacciones, y la experiencia desde los diferentes roles. La relación del estudio de campo y la triangulación de los datos a partir de este, facilita la comprensión del marco de (Aguilar & Barroso, 2015; Okuda Benavides & Gómez-Restrepo, n.d.), lo cual podría relacionarse a nivel antropológico, con la observación dentro-fuera.

Esta investigación utiliza una metodología flexible, ya que se adapta a las necesidades requeridas según las circunstancias, como sucede con la incorporación del COVID-19 tras comenzar únicamente a investigar la arteterapia online sin este precedente, y tratando de acercarme a la realidad social en la cual estoy inmersa.

El estudio se centra en la obtención de datos no numéricos recogidos con el máximo compromiso y ética profesional posible tratando de colocarme desde la neutralidad para la obtención resultados y conclusiones evidenciales. (Arias Valencia, 2000).

4.1.1. Técnicas de recogida de datos

La metodología cualitativa usa métodos descriptivos relacionados con la interacción del investigador de forma activa en el contexto. Este tipo de investigación trata de relacionar los hechos observables con la experiencia intrínseca de los participantes que forman parte del estudio, y la interacción del investigador en el proceso. En este trabajo, se utilizan las siguientes técnicas para la recogida de datos:

1. Observación participante (Aliano, n.d.): Esta técnica hace referencia a la observación de forma involucrada por parte del investigador, ya que el trabajo de campo permite acceder a la experiencia y a la afición de esta. En este estudio, la observación participante está presente durante los talleres de arteterapia online como usuaria y la propuesta realizada como arteterapeuta durante la sesión propuesta “EmpodérATE”.

La escucha antropológica es parte de esta técnica, y se refiere a la actitud por parte del investigador, en la cual la escucha activa desde el respeto y sin juicios, es clave para acercarse al informante. En esta escucha, se recogerá toda la información facilitada por el informante, ya que únicamente se podrá acotar y elegir la información válida para el estudio al finalizar el proceso investigativo (Pérez Camarero, 2002).

2. Testimonios (Aliano, n.d.; Pérez Camarero, 2002) : Esta técnica tiene que ver con la narración de una experiencia concreta de un informante a investigar. Teniendo en cuenta varios testimonios de un mismo suceso, se puede tejer un hilo conductor dotado de información acerca de lo sucedido. En este estudio, los testimonios tienen un papel importante, ya que se extraen de diferentes personas y puntos: El taller “EmpodérATE”, la experiencia de usuarios de los profesionales entrevistados que

realizaron arteterapia online, y mis propios testimonios como usuaria de los talleres de arteterapia online realizados durante el confinamiento.

Entrevistas semiestructuradas y entrevista estructurada (Blasco Hernández, 2008): En esta investigación, las entrevistas se utilizan a modo de consulta de expertos.

4.1.2. Técnicas de análisis de datos

Para el análisis de la información obtenida a través de las técnicas de recogida de datos descritas en el punto 4.4. de esta investigación, se realizó un análisis del discurso para cada técnica, a través del método de categorización, y el método comparativo.

El método de categorización es un recurso propio de la investigación cualitativa. En él, se estipulan valores entorno a aquello que se quiere estudiar, categorías, y se estructuran los datos obtenidos en la investigación en relación con las asignaciones del contenido de estas (Cisterna Cabrera, 2005; Romero Chaves, 2005). Las categorías representan un fenómeno concreto, el caso de este estudio: las ventajas, desventajas y necesidades.

El método comparativo es aquel en el que se relaciona información obtenida a través de diferentes fuentes, y se contrasta la información de manera clara. (Pérez Liñán, 2018).

Las herramientas utilizadas en el análisis de datos por estos métodos fueron:

- Tabla comparativa
- Cuadro esquemático
- Gráfico circular

4.2. Triangulación

Según diferentes autores, la triangulación se refiere a la combinación y aplicación de diferentes técnicas y métodos investigativos en un mismo estudio (Arias Valencia, 2000; Cisterna Cabrera, 2005). La triangulación pretende eliminar sesgos dentro de la metodología cualitativa posicionándose desde diferentes miradas para la consolidación de los resultados construyendo un todo a partir del análisis en su conjunto.

En esta investigación, dicha triangulación se elabora a través de las entrevistas, los testimonios, y la experiencia como usuaria y arteterapeuta en sesiones de arteterapia online durante el tiempo de confinamiento por el COVID-19, partiendo de la revisión de la información a través de la consulta bibliográfica, y la adquisición de conceptos en el proceso investigativo.

4.3. Estudio de campo

Desde la antropología, el estudio de campo se utiliza para observar una realidad concreta desconocida para el investigador, en la que se tiene en cuenta el contexto, las interacciones de las personas en ese medio, y el comportamiento de estas (Aliano, n.d.). Este método, parte de la teoría a la práctica y viceversa, relacionando ambas partes en una sola cosa.

Una vez señalado esto, es importante destacar la importancia de la experiencia del investigador, las sensaciones, y todo aquello que sucede a nivel interno y externo: la

observación dentro-fuera. Este acercamiento permite un conocimiento intrínseco extra a la observación no participativa, ya que se extraen datos que emergen, y se establece una conexión con aquello que se está investigando. La cercanía por parte del investigador permite acceder a contenido de fuentes originales y directas (Pérez Camarero, 2002).

Teniendo en cuenta los objetivos propuestos para esta investigación y descritos en el punto 4. de este documento, a continuación, se detallan los procedimientos utilizados como parte del estudio de campo.

5. MARCO TEÓRICO

5.1. COVID-19

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), “Los coronavirus son una extensa familia de virus que pueden causar enfermedades tanto en animales como en humanos. En los humanos, se sabe que los coronavirus causan infecciones respiratorias. El COVID-19 es la enfermedad infecciosa causada por el coronavirus que se ha descubierto más recientemente” (OMS, 2020).

Los síntomas más habituales son: cansancio, fiebre, tos seca, y malestar general. Se ha podido comprobar que a estos síntomas se pueden sumar: dolor de cabeza, dolor de garganta, congestión nasal, diarrea, etc.

La mayor parte de las personas que contraen la enfermedad, no necesitan hospitalización. Los pacientes que presentan mayor gravedad ante esta enfermedad son personas mayores, con diabetes, con dificultades respiratorias o cardíacas, u otras enfermedades graves como el cáncer. No obstante, cualquier persona puede enfermar gravemente por el COVID-19.

El virus se propaga por el contacto con una persona infectada a través de unas pequeñas gotas que salen de la nariz o de la boca de la persona infectada al hablar, toser, o estornudar. Estas gotas pueden permanecer en el aire durante un corto período de tiempo hasta caer en alguna superficie, no obstante, si una persona sana lo inhala, o toca una superficie infectada y después se toca los ojos, la nariz, o la boca, puede contraer la enfermedad.

Las medidas de prevención y recomendaciones para la protección ante el virus de la Organización Mundial de la Salud, las cuales aparecen en la página oficial, dentro del apartado “preguntas y respuestas sobre la enfermedad por coronavirus” (OMS, 2020).

- Mantenerse al día en cuanto a la información publicada del COVID-19.
- Lavarse las manos con agua y jabón o con un desinfectante de manos de forma asidua, y evitar tocarse los ojos, la nariz, y la boca.
- Mantener una distancia física mínima de un metro entre uno mismo y las otras personas.
- Cubrirse la boca con el codo flexionado para estornudar, y si se utiliza un pañuelo, hay que desinfectarlo después del uso y lavarse las manos con agua y jabón. El pañuelo será de un solo uso.
- Evitar lugares en los que transite mucha gente.
- Mantenerse en casa en el caso de presentar leves síntomas y si es necesario salir, usar mascarilla.
- En el caso de presentar síntomas graves, buscar atención médica en la medida de lo posible, vía telefónica, y seguir las instrucciones de los profesionales.
- En el caso de no tener síntomas, pero haber estado expuesto ante una persona infectada, comunicarlo vía telefónica a los profesionales y seguir sus instrucciones.

En cuanto al tratamiento de este virus, no hay fármacos concretos hasta el momento. Se tratan los síntomas que aparecen de forma tradicional y con los conocimientos y medicamentos que usamos comúnmente en la actualidad. Se recomienda no automedicarse, y en el caso de pacientes graves son tratados en hospitales de acuerdo con su sintomatología.

Existen diferentes estudios y ensayos clínicos en marcha coordinados con la Organización Mundial de la Salud, que trabajan en el desarrollo de medicamentos y vacunas para tratar y prevenir el virus.

A través de la información dispuesta por la prensa, se sabe que este virus se conoció por primera vez en Wuhan (China) en diciembre de 2019, y se propagó rápidamente por diferentes partes del mundo. El primer caso en España se conoció el 31 de enero de 2020 en La Gomera, y en la península ibérica el 26 de febrero de 2020 en la Generalitat de Cataluña (*Coronavirus: Cronología de La Expansión En España y El Resto Del Mundo*, 2020).

Los alcances del virus en cuanto a los casos y la mortalidad en el mundo y concretamente en España, son complicados de esclarecer, ya que los datos se contabilizan de forma distinta por geolocalización e incrementan cada día. Los datos encontrados hasta la fecha consultada (19 de agosto de 2020) y facilitados a los ciudadanos por la prensa son los siguientes (Corporación de radio y televisión española 2020, 2020):

TABLA 1. Alcance del virus en España y el Mundo

	ESPAÑA	EL MUNDO
Casos detectados mediante una prueba de diagnóstico (PCR)	364.196	22.142.493
Muertes	28.670	781.500
Recuperados	150.376	13.929.138

Fuente: Elaboración propia

Las medidas tomadas por el COVID-19 varían en los diferentes países, no obstante, no son únicamente las recomendadas por la OMS. A continuación, detallo las tomadas en España y por tanto la información dispuesta por el gobierno español, ya que me centraré en lo sucedido en este país de acuerdo con mi propia experiencia y con el fin de concretar esta investigación (*Fases de Desescalada Por Coronavirus En España: Cuánto Duran, Cuáles Son y Cuántas Hay - AS.Com*, 2020):

1. El 12 de febrero de 2020, se cancela el Mobile World Congress.
2. El 7 de marzo de 2020, se cierran temporalmente los centros de mayores.
3. El 9 de marzo de 2020, Madrid cierra los colegios y suspende las clases.
4. El 10 de marzo de 2020, suspenden las fiestas de las Fallas.
5. El 12 de marzo de 2020, el gobierno lanza las primeras medidas extraordinarias como "Plan de choque".
6. El 13 de marzo de 2020, se decreta el estado de alarma y con él se produce el confinamiento de los españoles.

Con el estado de alarma aparecieron restricciones inmediatas relacionadas con el aislamiento en casa, o comúnmente llamado confinamiento, en las cuales los ciudadanos y los vehículos únicamente podían transitar por la vía pública por cuestiones justificadas y formuladas en el BOE-A-2020-3692 (Ministerio de la Presidencia, 2020) además de otras, como la suspensión de la actividad educativa presencial que pasa a ser a distancia u online, la limitación de la actividad comercial y de ocio, el refuerzo sanitario, o la regulación del transporte.

A partir del 4 de mayo, comenzó el “Plan de Transición hacia la Nueva Normalidad”, o como se conoce comúnmente “Programa de desescalada”. Para ello, el Gobierno implanta un plan de acción de cuatro fases comenzando por la 0, acorde a la situación de cada zona de España hasta llegar a “La nueva normalidad” (Fonseca, 2020).

Estas fases dependen de los marcadores sanitarios, los cuales tienen en cuenta la situación de los sistemas sanitarios, la situación epidemiológica, el progreso de la movilidad, y los indicadores socioeconómicos (OMS, 2020).

Pasar a la siguiente fase supone liberar poco a poco las restricciones, hasta llegar a “La nueva normalidad”. La nueva normalidad supone una vuelta a la actividad “normal”, teniendo en cuenta las medidas de seguridad y protección de la OMS para evitar contagios, así como ciertas “normas” que dicta y reformula el Gobierno hasta la actualidad. Cada fase tiene una duración aproximada de dos semanas, pudiendo volver a fases anteriores o alargando el tiempo de la fase en la que se encuentre la zona en concreto.

El inicio de la nueva normalidad en España comenzó en Galicia el 15 de junio del 2020, y el fin del estado de alarma y la nueva normalidad en toda España el 21 de junio de 2020 a las 00:00h (*La “nueva Normalidad” Se Impondrá En Toda España La Próxima Semana*, 2020) .

Según el Gobierno, los datos epidemiológicos se vigilan diariamente para “controlar” posibles rebrotes, y únicamente se realizarán nuevos “confinamientos” a modo de cuarentenas en situaciones concretas y según la Ley Orgánica de Medidas Especiales en Materia de Salud Pública de 1986.

Se ha comprobado por diferentes fuentes, que el hecho de haber estado confinados en los hogares entre tres y cuatro meses tiene efectos secundarios a nivel físico, socioeconómico, y psico-emocional:

Haciendo referencia a los síntomas físicos, podemos encontrar algunos de ellos relacionados con la ansiedad y el estrés proyectados en el cuerpo, o como detonantes del sedentarismo, el abuso de las pantallas, el cambio de los ritmos biológicos, la falta de la vitamina D relacionada con el sol, o la exposición constante a productos desinfectantes en la piel (Alonso Vaquerizo, 2020; Vidal, 2020).

Por ello, entre los efectos físicos se encuentran (Alonso Vaquerizo, 2020; Vidal, 2020): Dolor de cabeza, trastornos del sueño, dermatitis, pérdida de musculatura, fatiga, temblores, problemas oculares, insomnio, cambios digestivos, obesidad, bruxismo, y otros problemas dentales y dolores tensionales.

El impacto del COVID-19 en el ámbito socioeconómico ha sido alto. El confinamiento supuso el cierre de comercios y locales, así como pérdidas para las empresas y trabajadores autónomos tras parar su actividad sin obtener ganancias.

Es por esto, que numerosas personas se quedaron sin trabajo, suponiendo un crecimiento de la tasa de paro de hasta un 15,33% (*Coronavirus | La Tasa de Paro Crece Hasta El 15,33 % y El Número Total de Parados Se Sitúa En 3.368.000 En El Segundo Trimestre - RTVE.Es*, 2020). Con el fin de reducir este impacto, el Gobierno implantó un procedimiento

administrativo llamado ERTE, en el cual un empresario podía “*suspender o reducir el contrato de trabajo de sus trabajadores de forma temporal*” (C.L., 2020), tal y como se describe en el Real Decreto-ley 8/2020 (Jefatura del estado, 2020), siempre que estuviese justificado y únicamente durante el tiempo estimado. Además, se establecieron medidas para la vivienda, suministros del hogar, y para el empleo; y se dispuso de ayudas para los colectivos más vulnerables con el fin de frenar la crisis por el COVID-19 (*Ayudas Del Gobierno Por La Crisis Del Coronavirus*, 2020).

Tras el confinamiento, las recomendaciones de prevención por la OMS han pasado a ser parte de la cotidianidad, por lo que además de la norma del uso de las mascarillas obligatorias dictada por el gobierno (RTVE.es, 2020), la desinfección de los espacios, superficies, y objetos expuestos forman parte del día a día. El coste de productos de limpieza y las mascarillas suman un plus en la economía (*Desinfección de Superficies y Espacios Con Coronavirus | Comunidad de Madrid*, 2020).

Días antes de dictarse el estado de alarma, se extendió una psicosis social que produjo una histeria social conocida como *psicosis por el COVID-19*, en la cual muchas personas acudieron a los supermercados comprando suministros para el tiempo confinados, con miedo de que se agotasen las existencias. De igual modo, incrementó el número de personas que acudían de urgencia a los hospitales por miedo y desconocimiento, y se realizaron compras masivas de mascarillas y desinfectantes en las farmacias agotando todas las existencias (Antena 3 Noticias, 2020; Delgado Sanz, 2020).

También, se ha podido comprobar que, a nivel social, permanecer más tiempo en casa ha supuesto un incremento de disputas domésticas, separaciones, y solicitudes de divorcio, así como otras problemáticas conyugales relacionadas (*Divorcios Por El Coronavirus: Aumentan Las Consultas Legales Para Separarse y Reducir Pensiones de Alimentos | España*, 2020). Igualmente, se han disparado las solicitudes de las personas mayores para desheredar a familiares por la falta de atención durante la pandemia y el tiempo de confinamiento (Montero, 2020).

Teniendo en cuenta los efectos psico-emocionales (Asensi, 2020), la cuarentena ha supuesto malestar a nivel general desarrollando sentimientos relacionados con la incertidumbre, las restricciones impuestas y la falta de libertades, el alejamiento de los seres queridos, el duelo, las carencias económicas, o sentimientos de desamparo. Es por esto, que los cambios de humor, la hipocondría, la depresión, la ansiedad, y el estrés postraumático son algunos de los efectos más destacados tras el confinamiento (Infocop, 2020).

Algunos de los factores que han incrementado el estado de la angustia y el malestar en términos generales, se debe al desconocimiento de la duración de la cuarentena, así como los pasos siguientes y las medidas a tomar por el Gobierno, el miedo al contagio, y el desconocimiento del virus o la información inadecuada, excesiva y abrumadora.

Esta situación tan devastadora demanda la atención psicológica urgente a la sociedad, y de forma más concreta, a los ciudadanos que han vivido en primera persona el virus, personal sanitario, y otros profesionales que han trabajado en primera línea. A pesar de esta necesidad vital, los psicólogos no tienen referentes ante situaciones similares (Delgado Sanz, 2020b), por lo que se están reescribiendo nuevos dispositivos, y los profesionales acompañan a los pacientes desde su saber y buen hacer, pero sin conocimiento previo ante una problemática como esta.

Así mismo, algunas de las recomendaciones por los psicólogos durante el confinamiento (de la Torre, 2020; *Guías-Recomendaciones-Ayuda-Psicologica-Afrontar-Confinamiento-El-Brote-Covid19*, 2020) estuvieron relacionadas con la creación de un plan durante este tiempo,

llevar a cabo las rutinas, realizar ejercicio, mantener contacto con nuestros seres queridos, observar nuestra salud y la de las personas de nuestro alrededor y mantenernos informados ante las recomendaciones de los profesionales, dedicar un tiempo a la creatividad y a estar con nosotros mismos, y vivir en el aquí y ahora (*Coronavirus: Los Consejos de Los Psicólogos Madrileños Para Sobrevivir al Confinamiento Solos o En Familia | Familia & Co, 2020*).

Se ha destacado también la importancia del sentimiento de comunidad por parte de la ciudadanía, y se han realizado actos solidarios en la propia comunidad vecinal, yendo a sus casas para ofrecerles ayuda con actos como ir a la compra por ellos, o tirar la basura. También se han movilizado costureras y costureros para crear mascarillas por la falta de recursos en el país, y se ha dado apoyo social mediante aplausos en los balcones en la misma franja horaria.

La atención psicológica online se ha puesto a disposición de las personas a través de teléfonos de apoyo gratuitos dispuestos por el Ministerio de Sanidad y el Consejo General de Psicólogos (*Estos Son Los Teléfonos a Los Que Puedes Llamar Para Recibir Ayuda, Apoyo o Consejos Por El Coronavirus - Telecinco, 2020*). Además, desde las diferentes comunidades y a través de federaciones, organizaciones, y asociaciones, se han dispuesto guías prácticas para colectivos concretos, herramientas y recursos, y también atención telefónica gratuita.

Desde diferentes empresas, se ha dispuesto también de contenido de ocio y cultural libre y gratuita para que el tiempo de confinamiento fuera más llevadero. Muchos artistas han compartido sus obras y han realizado conciertos online, y museos de diferentes partes han abierto sus puertas de forma online y gratuita. También, se han dispuesto cursos gratuitos de diferentes temáticas, y se han facilitado servicios de todo tipo para poder realizar cualquier trámite de forma virtual.

El arte durante el confinamiento ha sido un aliado, y además de dispararse las producciones en las redes por artistas y otros usuarios, y el alto consumo de ocio relacionado con la cultura y el arte; iniciativas como *Quédate en Casa (Home | Quedate En Casa, 2020)*, o *#ConFinArte (Qué Es ConFinArte - #ConFinArte, 2020)* han estado presentes en el día a día de los ciudadanos con proyectos de apoyo social, y fomentando la expresión de las emociones a través del arte.

5.1.1. Era post COVID-19

Teniendo en cuenta el contexto descrito por el COVID-19 en el punto 5.1. de esta investigación, existe un antes y un después a nivel global en lo referente a las T.I.C. más allá de “La nueva normalidad”.

Diferentes estudios afirman que el COVID-19 podría ser un catalizador del teletrabajo. Antes del confinamiento de algunos países por la pandemia, y más concretamente en España, no se disponían de los recursos virtuales dispuestos por las diferentes empresas, asociaciones, o el gobierno. Ante esta situación, todo el sistema online tuvo que acercarse para poder seguir con nuestras vidas dentro de todo lo que estaba sucediendo (Resola, 2020).

El teletrabajo ya era un término conocido desde hace más de diez años, reconocido por la Organización Internacional del Trabajo como “un nuevo esquema laboral”, y justificado por los líderes del talento humano por la reducción de costes, la flexibilidad, la conciliación de la vida laboral y familiar, y la horizontalidad entre los diferentes niveles de una empresa (Santillán Marroquín, 2020).

Algunas de las empresas que tuvieron que adaptarse a este formato, ya han comprobado sus beneficios, y ya son muchos los trabajadores que desean continuar desde casa según la encuesta realizada por Colliers International (Folgado, 2020).

Se han lanzado ayudas para comenzar con esta digitalización desde diferentes organizaciones, bancos, y desde el propio gobierno, no obstante, aún y a pesar de los datos recogidos en el estudio de Randstad 'Flexibility at work' (*Informe | El Futuro Del Trabajo | Randstad Research, 2020*) el cual asegura hasta ahora, "que la tecnología modificará el 30% de los empleos tras el confinamiento", muchas empresas aún son reticentes.

Haciendo hincapié en el impacto de las T.I.C. tras el confinamiento en el campo de la terapia online, aún no son concluyentes los datos, sin embargo, la apertura ante esta nueva modalidad ha sido grande por parte de los profesionales y usuarios tal y como se describe en las conclusiones de esta investigación tras el análisis de datos.

5.2. Las T.I.C. y la terapia online

Las T.I.C. hacen referencia a las herramientas, técnicas, y prácticas innovadoras de información y comunicación vinculadas con el consumo y transmisión (Raffino, 2020). El uso de estas comenzó en el siglo XX, y el elemento más representativo son el ordenador e internet (Belloch Ortí, n.d.)

Los avances tecnológicos han supuesto un cambio grande en la sociedad, numerosas empresas y servicios circulan de forma virtual, impactando en todas las áreas y pasando a ser parte de la cotidianidad en los países desarrollados.

El uso intenso y masivo ha transformado la actividad del ser humano, la estructura de las organizaciones, la inmediatez, y la nueva realidad del ser humano, además de nuestra forma de aprender y relacionarnos.

Las T.I.C. nos facilitan herramientas y posibilidades nuevas, y el uso de estas en la terapia cada vez es más habitual. Algunas de las ventajas según Caspar (2004) y Newman (2004) son: una mayor accesibilidad, un menor coste por sesión, la aplicación clínica sistematizada de forma virtual, la facilidad en la búsqueda terapeuta-usuario, potenciar la continuidad del proceso, además de promover y evidenciar la importancia de la terapia en la salud y su mantenimiento (Miró, n.d.) .

La terapia online está considerada como una modalidad diferenciada pero relacionada con la terapia presencial, en la cual se utiliza internet como medio entre el terapeuta y el usuario. La formación en este formato como terapeuta es necesaria, ya que se utilizan herramientas virtuales y el dispositivo se encuadra en el contexto online.

Para poder llevar a cabo la terapia dentro de esta modalidad, se utiliza la videollamada disponible en diferentes plataformas. Es imprescindible que al menos el terapeuta conozca la aplicación elegida para la fluidez de las sesiones.

A continuación, se muestra una tabla comparativa acerca de las cualidades de algunas de las aplicaciones utilizadas para las videollamadas según la Organización de Consumidores y usuarios y algunas de sus características en la siguiente tabla comparativa (OCU, 2020):

Tabla 2. Comparación de Apps I

Apps de vídeollamadas						
	Número máximo de participantes	Más de 100 millones de usuarios	Puede usarse sin instalar la app	Permite compartir pantalla	Puede usarse en el ordenador	Facilidad de uso
GOOGLE DUO	12	✓	✓		✓	★★★★★
FACE TIME (APPLE)	32	✓			✓	★★★★★
JITSI MEET	Ilimitado		✓	✓	✓	★★★★★
HOUSEPARTY	8				✓	★★★★★
WHATSAPP	8	✓				★★★★
HANGOUTS	10	✓	✓		✓	★★★★
SKYPE	10	✓	✓	✓	✓	★★★
ZOOM C. MEETING	100		✓	✓	✓	★★★
INSTAGRAM	6	✓				★★★
SNAPCHAT	16	✓				★★★

Fuente: OCU (2020), a través de la Formación en Arteterapia Online (Gestarte, 2020)

La elección de dicha aplicación dependerá del terapeuta y del usuario en relación con las prioridades y necesidades de ambos, y su uso.

El Colegio Oficial de Psicología de Madrid facilita en su web una guía para la práctica de la telepsicología (*Guía Para La Práctica de La TELEPSICOLOGÍA*, 2017), donde se dispone información relevante para la terapia online, y recursos prácticos para los profesionales. Las pautas facilitadas en este documento pueden utilizarse para realizar sesiones de arteterapia online, teniendo en cuenta el código ético descrito por la FEAPA (*CÓDIGO ÉTICO - Feapa*, 2011).

Algunas de las recomendaciones para llevar a cabo sesiones terapéuticas online son (Gestarte, 2020):

- Encontrar un lugar seguro donde no haya interrupciones durante las sesiones terapéuticas.
- Utilizar una mesa para apoyar el dispositivo, para que la imagen sea estable.
- Tener buena conexión e iluminación.
- Comprobar que el dispositivo esté protegido antes de cada sesión, y usar una red privada siempre que sea posible.
- Comprobar la imagen, y la entrada y salida de audio previo al inicio de la sesión.
- Guardar de forma segura todos los documentos que contengan información del usuario teniendo en cuenta la Ley de Protección de Datos (Durán, n.d.-b).
- Encuadrar las sesiones en la primera toma de contacto estableciendo pautas sobre cómo proceder en el caso de darse algún fallo técnico.

5.3. Arteterapia online

A continuación, y poniendo foco en el marco de la arteterapia online tras lo descrito a nivel general dentro del marco de la terapia online, me gustaría definir la arteterapia online de la siguiente forma como punto de partida: La arteterapia online es el acompañamiento terapéutico en la transformación del ser humano a través del proceso creador y la experiencia artística online. Este concepto se desarrolla teniendo en cuenta la novedad del formato en la arteterapia, la dificultad para encontrar una definición concreta, y el conjunto de elementos que constituyen en sí la arteterapia.

Antes de comenzar, es preciso mencionar algunos de los cambios que se producen en el dispositivo teniendo en cuenta el formato estudiados en el curso realizado Arteterapia Online (Gestarte, 2020):

- Canal de comunicación y dispositivos tecnológicos como medio: La comunicación durante las sesiones de arteterapia presencial tienen como canal el aire, ya que se produce en la cercanía de emisor a receptor. Durante las sesiones de arteterapia online el canal comunicativo es el soporte tecnológico, es decir internet a través de los dispositivos del emisor y el receptor. Esto supone un elemento extra a incorporar dentro del encuadre de las sesiones, en el cual es necesario un mínimo de conocimiento por ambas partes para la fluidez en la comunicación.
- Contexto físico: El contexto no es el mismo para el arteterapeuta y usuario en la arteterapia online, ya que no comparten el mismo espacio físico, por tanto, el espacio y las personas que están alrededor de ambos varía. Es importante poder nombrarlo durante las sesiones de arteterapia online, y tener en cuenta si existe una red de apoyo por parte del usuario, en el caso de que necesitase contención física si se diese el caso, y contemplar estrategias de sostén entre ambos.
- Proximidad: La cercanía es un factor que no forma parte del marco de la arteterapia online. Es por esto por lo que el arteterapeuta debe buscar formas de compensar la no presencia con emails, contacto telefónico o buscar herramientas para el acompañamiento. Durante las sesiones, el sostén corporal tendrá que ser mediante la palabra, preguntando al usuario en qué parte del cuerpo le resuena una emoción o imagen, o nombrando acciones que no puedan realizarse de forma virtual, como, por ejemplo: cogerse de las manos en una propuesta o momento determinado.
- Privacidad: La intimidad es clave durante las sesiones terapéuticas, y es preciso buscar un espacio por ambas partes libre de interrupciones que garantice la confidencialidad, y facilite la confianza y el sentimiento de seguridad arteterapeuta-usuario. Algo para tener en cuenta en las sesiones de arteterapia online, es la seguridad de las redes y aplicaciones que se utilicen, algo que deberá unir intimidad vs interrupciones; esto es algo que deberá mencionarse en el consentimiento informado antes de comenzar un proceso.
- Limitaciones de los materiales: En esta modalidad de la arteterapia, los materiales no los dispone el profesional, por lo que es necesario orientar al usuario acerca de este aspecto en cuanto a los recursos ideales o cómo cuidarlos y almacenarlos. Es recomendable facilitar una lista de materiales antes de comenzar el proceso, y/o hablar

sobre lo necesario para el siguiente encuentro en las sesiones. Además, el arteterapeuta deberá tener en cuenta las posibilidades y recursos de cada usuario, y en ocasiones buscar alternativas juntos.

- Escucha mermada: La escucha durante las sesiones en la terapia virtual está subordinada por los dispositivos y la conexión a internet del terapeuta y del usuario. Para ello, ambas partes deberán revisar que todo marche antes de la sesión para que no haya ningún problema. El terapeuta puede amplificar la escucha online con técnicas de escucha no verbal, utilizando la repetición, ajustando los ritmos, y pidiendo feedback al usuario.
- Espacio transicional: El tiempo previo a la sesión y tras la misma desaparece en el formato online. Es recomendable contemplar este aspecto y dedicar un tiempo previo a la sesión para estructurar el espacio, los materiales o recursos, y para prepararse y reflexionar de igual modo que sucede en las sesiones presenciales. Esto puede proponerse por parte del profesional como parte del ritual de las sesiones, ya que favorece la presencia cuerpo-mente en sesión, y permite conectar, sentir, y fluir con mayor facilidad.

Por todo esto, es importante que el profesional tome conciencia sobre lo que supone el nuevo formato y preguntarse si puede y quiere trabajar de esta forma, y en qué condiciones.

La arteterapia online supone un nuevo perfil de clientes, según María Sanz Gallego (2020), existe una brecha digital en la que aún puede notarse cierta desconfianza ante los soportes electrónicos, las aplicaciones, y las plataformas virtuales; y las personas que más suelen utilizar este medio son jóvenes y adultos de hasta cincuenta y cinco años, mujeres por lo general.

Durante el confinamiento, numerosos profesionales realizaron talleres de arteterapia online. Considero que es importante dejar constancia de la diferencia entre taller de arteterapia y proceso arteterapéutico: En un taller de arteterapia se realiza una propuesta concreta a partir de un material, o una temática en la cual puede haber resonancias por parte de diferentes personas que deciden realizarlo, y que son acompañadas en el mismo de forma puntual. En algunas ocasiones, puede ocurrir que se proponga un ciclo de talleres, pero en ninguno de los casos mencionados, se trataría del proceso personal de la persona, sino de propuestas de acompañamiento, más relacionadas con el conocimiento de la arteterapia o el desarrollo personal del usuario. En un proceso arteterapéutico, el usuario es el que guía las sesiones y sus ritmos. Las propuestas que puedan realizarse por parte del profesional en sesión partirán siempre de las necesidades del usuario, y los lugares de sí o la forma en la que quiera transitarlos. Un proceso personal es algo periódico y continuado en el tiempo, y la duración varía dependiendo del proceso y del usuario.

Para poder ahondar un poco más acerca de la arteterapia online, y teniendo en cuenta los recursos disponibles en términos generales en este campo, y más concretamente en el contexto de confinamiento por el estado de alarma debido al COVID-19, decidí asistir de forma virtual a una supervisión para arteterapeutas propuesta por Magdalena Durán (2020) vía ZOOM, la cual tuvo lugar el día 9 de abril. Algo que se habló en dicho encuentro, fue sobre el tiempo estimado para las sesiones de arteterapia online, ya que el tiempo frente a la pantalla requiere una atención diferente a las sesiones presenciales; por lo que una hora para sesiones

individuales, y hora y media / dos horas para las sesiones grupales, es el tiempo de duración recomendable por dicha profesional.

Además, relacionando dicha supervisión, con el “Seminario de Arteterapia Online” dispuesto por AFIA (Ramos Ruiz, 2020), se concretan algunos de los conceptos claves propios de la arteterapia dentro del formato virtual, tanto para sesiones grupales como individuales:

ENCUADRE

El encuadre dentro de las sesiones de arteterapia se refiere a los acuerdos terapeuta-usuario que delimitan los factores o condiciones variables y constantes necesarios para poder llevar a cabo las sesiones terapéuticas (Usobiaga, 2005).

El encuadre posible más allá de lo que pueda pactarse entre el terapeuta y el usuario, es diferente en arteterapia para la modalidad presencial de la online, ya que el marco de dicha práctica es diferente.

Para poder establecer este encuadre, es importante tener una primera sesión a modo de toma de contacto, y si finalmente se decide comenzar el proceso arteterapéutico, elaborar un consentimiento informado. En el primer encuentro, se hablará acerca de los objetivos de la terapia, y el profesional valorará el perfil de la persona teniendo en cuenta la idoneidad de este formato para el acompañamiento de esta.

Es importante preguntar acerca de posibles patologías o enfermedades, y preguntar acerca del interés en esta modalidad. En este momento, el terapeuta tendrá que informar de forma clara acerca de sus limitaciones y posibilidades como profesional teniendo en cuenta su filtro personal en cuanto a las posibles demandas no asumibles; al igual que las características del usuario. Hay que tener en cuenta también si la persona tiene el soporte y los conocimientos necesarios para poder llevar a cabo el proceso en este formato.

En el caso de no poder asumir un caso, es bueno conocer otras posibilidades para poder derivar los casos; ya sea por medio de otros profesionales especializados o entidades. Si finalmente es posible llevar a cabo el proceso terapéutico, el arteterapeuta deberá solicitar un consentimiento informado por escrito con la información relevante para el abordaje en el cual debe aparecer de forma clara: De qué se tratan las sesiones, el compromiso por ambas partes, el horario, los honorarios, los recursos que se requieren, temas relacionados con la privacidad, la seguridad virtual y la ley oficial de protección de datos (*BOE.Es - Documento Consolidado BOE-A-2018-16673*, 2019), o incluso un protocolo de cierre del proceso.

Dentro del setting online, se pueden pautar ideas para la continuidad del proceso entre sesión y sesión, y buscar herramientas alternativas para poder continuar la comunicación en el caso de que fallase la plataforma.

Existen otros elementos propios del encuadre relacionados con los recursos -espaciales, materiales, virtuales, o humanos- los cuales detallo a continuación:

Recursos espaciales

Como profesional, es importante pensar en qué espacio se quiere desarrollar la sesión, dependiendo de lo que se quiera proyectar: profesionalidad, cercanía, claridad, etc.

El profesional puede guiar al usuario también en cuanto a la elección del lugar que vaya a utilizar, teniendo en cuenta los factores externos, la privacidad, la iluminación, la comodidad

para la persona, los elementos distractores, o aquello que les evoque el lugar. Es importante que, dentro de este espacio, el usuario se sienta seguro, y la conexión sea buena.

El espacio durante las sesiones de arteterapia online no es un lugar físico como ocurre en el formato presencial, ya que internet y “lo virtual” conectan el lugar elegido por el arteterapeuta con el lugar del usuario, siendo un espacio conjunto cocreado.

Durante las sesiones, el espacio dará juego también ya que crea curiosidad aquello que se ve, y lo que no se hace visible a la cámara. El arteterapeuta podrá mostrar su espacio si así lo considera, y también puede pedir al usuario que lo comparta en sesión si lo desea, así como hacer visible las sensaciones de este o las actividades que se realizan en él.

Se pueden disponer diferentes zonas dentro de un mismo espacio si así se considera, para preservar el espacio de creación, colocar los materiales que se van a utilizar, o utilizar el cuerpo y el movimiento como parte de la obra o proceso.

Recursos materiales

Los materiales pueden delimitarse a partir de una lista propuesta por el terapeuta antes de comenzar el proceso, o pactarse previo a cada sesión. Es importante presentar los materiales antes de comenzar para entrar en contacto con los mismos, y darles lugar dentro de la sesión.

Es recomendable tener los materiales lejos de los dispositivos tecnológicos que se utilicen para evitar accidentes; y tener presente que puede darse el caso de no disponer de material y tener que buscar alternativas por ambas partes incluyendo lo que haya en el lugar elegido por el usuario para la sesión, utilizando las posibilidades de las nuevas tecnologías o el propio cuerpo o la voz. Esto es algo que se dio durante el confinamiento, ya que las personas que acudían a sesiones de arteterapia presencial tuvieron que cambiar de formato por las circunstancias; o aquellas que decidieron realizar talleres puntuales online de arteterapia, ya que no podían haberlo previsto y no se podía salir de casa.

Algo que puede incorporarse en las sesiones de arteterapia son objetos personales del usuario, elementos cotidianos o fotografías si se contempla por ambas partes. Además, se pueden fabricar materiales con todo aquello que se nos ocurra, como puede ser con objetos de reciclaje o alimentos.

Recursos virtuales

La cámara, los altavoces, o la plataforma para la videollamada tiene infinidad de posibilidades dentro de una sesión de arteterapia online.

A la hora de elegir una plataforma para la videollamada, es importante tener en cuenta las posibilidades, carencias y ventajas de esta. Para ello, se muestra a continuación una tabla que profundiza y amplía la Tabla 2. *Comparación de Apps 1*, algunas de las características para tener en cuenta:

Tabla 3. Comparación de Apps II

	Plataformas compatibles	Numero máximo de participantes en videoconferencias	¿Tiene servicio de mensajería instantánea?	¿Permite la transferencia de archivos?	Seguridad	¿Versión en español?
Skype	Web app, Windows, macOS, Linux, Android, iOS	50	✓	✓	↘	✓
Spike	Web app, Windows, macOS, Android, iOS	2	✓	✓	→	X
Jitsi	Web app, Linux, Android, iOS (Windows, macOS)	Sin restricciones determinadas	✓	✓	↑	X
Tox	Windows, macOS, Linux, iOS, Android	-	✓	✓	↑	X
Viber	Windows, macOS, Linux, Android, iOS	2	✓	✓	↘	✓
Facebook (Messenger)	Web app (Facebook), Android, iOS	50	✓	✓	↘	✓
WhatsApp	Web app, Android, iOS, macOS, Windows	4	✓	✓	↘	✓
FaceTime	macOS, iOS	32	-	-	→	✓
Google Duo	Web app, Android, iOS	9	-	-	→	✓
Google Hangouts	Web app; Android, iOS	10	✓	✓	→	✓
Line	Windows, macOS, Android, iOS	2	✓	✓	↗	✓
WeChat	Windows, macOS, Android, iOS	9	✓	✓	↓	✓
Wire	Web app; Windows, macOS, Android, iOS	4	✓	✓	↑	X

Fuente: 1&1 (2020), a través de la Formación en Arteterapia Online (Gestarte, 2020).

Más allá de los propios dispositivos y las plataformas para la videollamada, el formato online cuenta con recursos virtuales relacionados con las aplicaciones, las webs, y otros recursos en línea de forma gratuita. Algunos de ellos son:

- Spotify (*Música Para Todos - Spotify*, n.d.) : Aplicación para crear listas de reproducción.
- YouTube (*YouTube*, n.d.): Canal que dispone de vídeos, sonidos o canciones que pueden utilizarse para las sesiones.
- CANVA.COM (*Inicio - Canva*, n.d.): Sitio web para diseñar en línea. Dispone de plantillas fáciles de utilizar, y se le pueden incorporar fotografías, formas, colores, etc.
- MUSICCA.COM (*Musicca – Aprende Teoría Musical de Manera Gratuita.*, n.d.): Sitio web que dispone de instrumentos musicales que pueden tocarse de forma virtual.
- PIXIBAY.COM (*Más de 1.8 Millones de Imágenes Gratis Para Descargar - Pixabay*, n.d.): Sitio web donde encontrar fotos, ilustraciones o vídeos libres de autor.
- ARTSANDCULTURE.GOOGLE.COM (*Google Arts & Culture*, n.d.): Sitio web donde encontrar obras de arte, monumentos, u otros elementos artísticos y culturales por color, fecha, autor, corriente, etc.
- MURO.DEVIANTART.COM (*DeviantArt Muro*, n.d.): Pizarra virtual.

Recursos humanos

Los recursos humanos no suelen ser necesarios más allá del arteterapeuta y el usuario, no obstante, es necesario tener en cuenta este punto en el caso de trabajar con una persona incapacitada, o si el arteterapeuta quiere introducir a otro profesional con el rol de observador.

En cualquiera de los casos, debe de ser mencionado dentro del encuadre, ver si es posible, y buscar la forma de incorporarlo en terapia sin vulnerar la privacidad del usuario.

Por último, la obra también debe tenerse en cuenta dentro de este marco, plantear si se conservarán o no las obras por parte del usuario, si el arteterapeuta dispondrá de imágenes de estas, si esto será algo a plantear tras cada creación, dónde se colocarán para no ser expuestas durante la semana, o si habrá un lugar concreto donde almacenar las obras.

TRANSFERENCIA Y CONTRATRANSFERENCIA

La transferencia se entiende como los sentimientos que se generan entre el terapeuta y el usuario en sesión (Ruiz Sánchez, 2013).

Este elemento se pone en juego del mismo modo que sucede en las sesiones de arteterapia presencial en ambas direcciones, y está estrechamente relacionado con el vínculo que se genere, la mirada, y el mundo simbólico de cada uno. Todos los arteterapeutas que realizan sesiones de arteterapia online con los que he tenido oportunidad de hablar, me han dicho la misma frase “la transferencia y la contratransferencia traspasan la pantalla”.

VÍNCULO

Este concepto se refiere a las uniones de apego y afecto que se da en la relación arteterapeuta-usuario en relación con el tiempo, el espacio, y las experiencias (Ruiz Sánchez, 2013; Vidal Moranta, 2005).

En el formato online, se produce un primer momento de extrañeza durante la primera sesión, el cual se relaciona con el encuentro a través de una pantalla y la mirada. Sin embargo, al hacer visible esta situación, se puede jugar con el dispositivo en sí, encontrar puntos comunes, y pasar a ser un catalizador directo tal y como dice Cristina Ramos (Ramos Ruiz, 2020).

El vínculo se relaciona también con la alianza entre el usuario y el arteterapeuta, el respeto, la confianza, el compromiso, la escucha, y el sostén (Jiménez, 2005) vínculo se construye, forma parte del proceso, y tiene diferentes fases según María Sanz Gallego (Gestarte, 2020).

1. Acoger y conocer
2. Conocer y respetar
3. Ver, crecer, y despedir

Además, el lenguaje corporal y la mirada son parte del sostén corporal dentro de las sesiones de arteterapia online. La contención está relacionada con la vinculación, por lo que es muy recomendable tener preparado y acordado un protocolo de urgencia en caso de desbordamiento para poder crear vínculos seguros.

MIRADA

La mirada es fundamental en el proceso arteterapéutico, ya que está relacionada con el “cómo me ven”, “cómo veo a los demás”, “cómo miro mi obra”, “cómo mira el otro mi obra”. La mirada está ligada con conceptos tales como la autoimagen, el autoconcepto, y la validación.

Esto es algo que se refleja con mayor intensidad dentro del formato online, ya que la cámara es un factor que intensifica todo lo anteriormente mencionado, y al proyectarse la persona en la pantalla surge la sensación de sentirse observado por el receptor de la imagen según Magdalena Durán (2020).

La disposición de la cámara es algo con lo que se puede explorar dentro de esta modalidad, teniendo en cuenta el plano del que se muestra la persona, el movimiento del dispositivo, o la distancia de la persona hacia la cámara. Algo muy útil para trabajar esto, son las dinámicas de movimiento, y la resonancia con el cuerpo.

Es necesario contemplar la ubicación y el enfoque de la cámara durante el proceso creativo de tal forma que el arteterapeuta pueda seguir el proceso del usuario y acompañarle.

Por último, algo curioso que sucede en cuanto a la cámara en relación con la mirada, es la dificultad de poder mirar a la persona si se mira al objetivo del aparato, ya que el receptor percibe que el emisor le está mirando si mira a cámara, pero si el emisor mira a cámara, no está viendo al receptor. El profesional debe contar con este factor, ya que la combinación de ambas formas de mirar, pueden dar una mayor sensación de presencia al usuario según Magdalena Durán (2020).

Se pueden encontrar recursos para arteterapeutas que deseen realizar sesiones de arteterapia online en la web oficial de la Asociación Americana de Arteterapia (*FEAPA*, n.d.), información complementaria en la web de Olga Rueda (Rueda, 2020), o en la propia web de la FEAPA (*FEAPA*, n.d.).

Por último, citaré algunas de las recomendaciones para tener en cuenta tras el estudio realizado (Durán, n.d.-b; Gestarte, 2020; Ramos Ruiz, 2020; Rueda, 2020):

- Disponer de breves y sencillos tutoriales para el uso de las aplicaciones de videollamadas.
- Tener la plataforma que se va a utilizar para la videollamada instalada en más de un dispositivo por si hubiera algún imprevisto o problema con el primero.
- Utilizar un ventilador para el ordenador si se usa como dispositivo para que no se caliente, y evitar así un corte brusco.
- En el caso de utilizar música en las sesiones, lo mejor es compartir el audio del dispositivo para que no se deforme el sonido; y tener la pista o lista de reproducción preparada para que la sesión fluya mejor.
- El uso de auriculares durante la videollamada es muy recomendable para asegurarse que personas del entorno del profesional no escuchan al usuario, y proteger la confidencialidad de las sesiones.
- Para las sesiones en grupo, se recomienda silenciar los micrófonos en determinados momentos para no generar ruido en la llamada.
- Además de citar en el consentimiento informado la privacidad de las aplicaciones o plataformas a usar, recordar al usuario dicha información antes de introducir una nueva herramienta, y ver si está de acuerdo con esto.
- Es muy recomendable que el terapeuta realice supervisiones para garantizar la buena praxis.

- Seguir el código ético propuesto por FEAPA (*CÓDIGO ÉTICO - Feapa*, 2011).
- Por parte del arteterapeuta, llevar un registro de las sesiones en formato físico por si no pudiera acceder al formato online en algún momento, y disponer de una carpeta en el dispositivo con las obras, y las capturas de pantalla fechadas con garantía de confidencialidad y seguridad.
- El uso de plataformas cifradas de extremo a extremo, ya que proporcionan una mayor seguridad.
- Estar al día de nuevos recursos, propuestas, e investigaciones por parte del arteterapeuta, para reciclarse de forma constante y crecer como profesional.

5.3.1. Profesionales que trabajan en esta línea y propuestas relacionadas

En esta investigación, me centro en los profesionales que trabajan o han comenzado a trabajar en España a raíz del confinamiento por el COVID-19 en la modalidad online. Es por esto, que los arteterapeutas entrevistados a excepción de Luces Montoya (Medellín, Colombia), desarrollan su trabajo en España. Los profesionales que participaron en esta investigación a través de las entrevistas son: Kathya Adsuar (Adsuar, n.d.), Magdalena Durán (Durán, n.d.), Luces Montoya (Montoya, n.d.), María Sanz Gallego (*El Equipo: Conoce a Las Integrantes - GestArte*, n.d.), Marta R. Peribáñez (R. Peribáñez, n.d.), Lucía Hervás Hermida (Hervás Hermida, n.d.) y Anna Carlota Fernández (*Equipo Docente | Misitio*, n.d.).

Luis Pérez Guerreiro, compañero del Máster en Arteterapia Online de la Universidad Complutense de Madrid., también fue entrevistado en esta investigación. Él realizó las prácticas de arteterapia en la Asociación Tetris con el colectivo LGTBI (*Asociación Tetris*, n.d.), y tuvo la oportunidad de adaptar su trabajo al formato online durante el tiempo de confinamiento en España.

Además, Cristina Ramos, arteterapeuta y presidenta de A.F.I.A. (Foro Iberoamericano de Arteterapia) (*AFIA | Foro Iberoamericano de Arteterapia*, n.d.), es una profesional con un recorrido relativamente amplio dentro de esta modalidad tal y como comenta en el “Seminario de Arteterapia” (Ramos Ruiz, 2020), el cual forma parte de la base de esta investigación. Lucía Hervás Hermida, Anna Carlota Fernández, Cristina Ramos, y Olga Rueda, recientemente han impulsado un proyecto llamado FORMATO (*Presentación | Misitio*, n.d.) en el cual se propone formación anual en arteterapia online, supervisiones virtuales para profesionales, y se facilita un foro, y algunos recursos bibliográficos para la atención online.

Eglé Casagrande también ha ofrecido sesiones de arteterapia online desde Tercer Espacio (*TercerEspacio – Arteterapia*, n.d.) durante el tiempo de confinamiento en España. Numerosos arteterapeutas, asociaciones, y escuelas de arteterapia han puesto a disposición propuestas de arteterapia online durante la pandemia por el COVID-19.

Olga Rueda (Rueda, 2020b) o Ana Mampaso Martínez (Mampaso Martínez, n.d.), son también profesionales para tener en cuenta en el campo de la arteterapia online, ya que son expertas en la videoarteterapia y su trabajo y experiencia tienen mucho que aportar en esta dirección.

6. DESARROLLO DE LA INVESTIGACIÓN

El proceso de esta investigación es bastante similar al que se describe en el libro Metodología de la investigación cualitativa (Rodríguez Gómez, n.d.), teniendo en cuenta las etapas investigativas que se han llevado a cabo en este trabajo.

Las etapas investigativas se entienden como fases con diferentes tareas previamente asignadas para la continuidad en el proceso investigativo de este trabajo. Al ahondar en la metodología cualitativa pude localizar el escrito mencionado, y darme cuenta de que estaba siendo en sí la base del planteamiento del desarrollo de la investigación. Además, y en este sentido, esta investigación también ha transitado por las cuatro fases que se proponen.

Dichas fases están comprendidas de la siguiente forma:

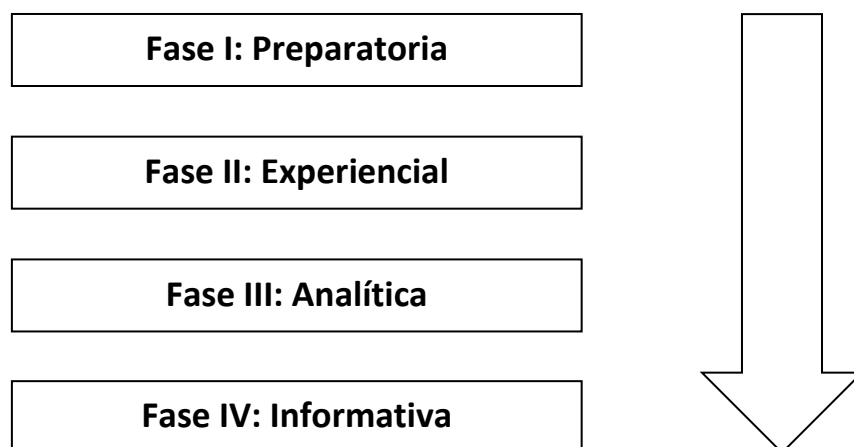
- FASE I – Preparatoria: Momento para la reflexión y el diseño de la investigación.
- FASE II – Trabajo de campo: Se accede al campo, y se recogen datos para el estudio.
- FASE II – Analítica: Se reducen los datos obtenidos, se estructuran y transforman, y se accede a los resultados.
- FASE IV – Informativa: Se elabora y se presenta el informe.

Como investigadora de este estudio, he ajustado el proceso de esta investigación partiendo de estas fases como premisa, y encuadrando las actividades que se han llevado a cabo durante el estudio.

Además, tomé la decisión de modificar el nombre de la Fase II expuesta en el escrito, denominada “trabajo de campo” (Rodríguez Gómez, n.d.), pasando a llamarse “experiencial” en esta investigación; no obstante, el desarrollo en esta fase se enmarca en la misma línea. La decisión fue tomada teniendo en cuenta mi implicación en este estudio, ya que ha sido un impulso para formarme, y elaborar un proyecto en paralelo de emprendimiento.

Por tanto, esta investigación se ha desarrollado a partir de la siguiente forma:

ESQUEMA 1. *Fases de la investigación*



Fuente: Elaboración propia

6.1. Fase I: Preparatoria:

Esta fue la primera fase de la investigación. En ella pensé diferentes posibles temas para mi estudio, relacioné ideas entre sí, y llegué a la conclusión del ámbito a explorar: la arteterapia online, y la relación con la situación actual: el COVID-19.

A partir de aquí, hice una revisión de literatura y textos e información relevante. Esto me ayudó a conocer el contexto y el punto de partida, y me dio una visión más focalizada de la investigación.

Comencé a reflexionar acerca de los objetivos, y a partir de ahí elaboré un primer borrador como base para el estudio.

6.2. Fase II: Experiencial:

En la fase experiencial, comenzó el confinamiento por el COVID-19, y tras haber indagado en la parte teórica, sentí la necesidad de adentrarme en el tema en cuestión y realizar formaciones, talleres de arteterapia online como usuaria y como profesional, y entrevistas a arteterapeutas.

Al mismo tiempo, mi proceso personal terapéutico cambió de modalidad presencial a online por la situación en cuestión, y me arrojó luz como usuaria ante un proceso continuado. Quise saber más acerca de la experiencia de otras personas como usuarios, y localicé testimonios de experiencias similares.

Esta nueva información me impulsó a querer saber más a nivel teórico, y profundicé más en conceptos relacionados con la arteterapia online y las T.I.C.

6.2.1. Experiencia como usuaria online

Durante el confinamiento, realicé cuatro talleres online de arteterapia propuestos por diferentes profesionales:

1. El primero fue una propuesta de Luis Pérez Guerreiro dispuesto por la Asociación Tetris (*Asociación Tetris*, n.d.). En este taller se ahondó acerca de los sentimientos que conviven en uno mismo durante el tiempo de confinamiento.

IMAGEN 1. *Primer taller*



Fuente: Elaboración propia

2. El segundo taller que realicé fue una propuesta de Kathya Adsuar. Ella realizó diferentes talleres a lo largo del confinamiento por COVID-19, en los cuales se ahondaba en emociones concretas o se partía de una temática. El taller al que asistí tenía como punto de partida el sentimiento del miedo.

IMAGEN 2. *Segundo taller*



Fuente: Elaboración propia

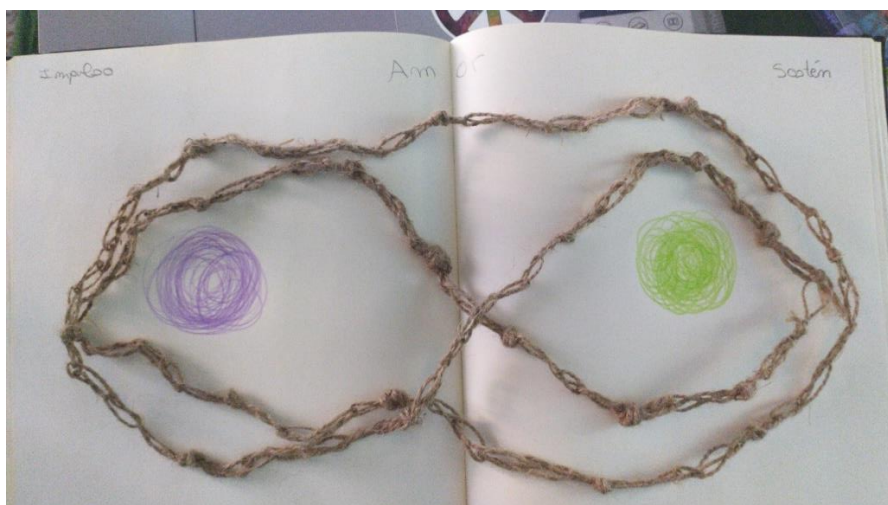
3. Durante la formación en “Arteterapia Online” que realicé (Gestarte, 2020), se hicieron dos propuestas a modo de talleres dispuestos por la profesional María Sanz Gallego. En el primero creamos a partir del concepto interno de la arteterapia online, y en el segundo a partir del concepto propio de vínculo.

IMAGEN 3. *Tercer taller – Primero de la formación*



Fuente: Elaboración propia

IMAGEN 4. *Cuarto taller – Segundo de la formación*



Fuente: Elaboración propia

En estos talleres, mi posicionamiento fue a modo de observadora participante, teniendo presente esta investigación como objetivo. Al finalizar la sesión de cada uno de ellos, redacté un testimonio de la experiencia, el cual aparece en el punto 7. de esta investigación.

6.2.2. Experiencia como arteterapeuta online

Se creó una propuesta de arteterapia online a modo de taller con la temática de empoderamiento durante el confinamiento, dirigida a mis compañeras de primero de máster. Esta propuesta recibió el nombre de “EmpodérATE”, y pretendió acompañar en esos momentos, y crear una posibilidad para experimentar la arteterapia en esta modalidad. Este taller fue de carácter voluntario, y su duración fue de una hora y cuarto.

La idea partió de la búsqueda de una experiencia como arteterapeuta en este formato, para poder llevar a cabo la observación participante también desde este ángulo.

Para difundir la propuesta, diseñé un Flyer (ANEXO IV), en el cual se informó del día que se iba a realizar, la plataforma que se iba a utilizar (ZOOM), y algunas de las cosas a tener en cuenta antes de empezar: buscar y tener cerca los materiales que se pueden necesitar, y encontrar un lugar privado donde haya buena conexión e iluminación.

En este taller participaron once personas. Se tomó la decisión de hacer dos grupos para que la comunicación fuera más fluida y hubiese más tiempo por persona para compartir. Durante ambas sesiones, anoté la información observada teniendo presente lo que sucede, lo que percibo, y lo que siento.

La estructura de las sesiones del taller “EmpodérATE” fue la misma para los dos grupos, y se llevó a cabo de la siguiente forma:

-Momento de encuentro: Entrada a sesión, presentaciones (de la arteterapeuta, los usuarios, los materiales, el espacio, y la sesión), momento de toma de conciencia (breve visualización sensorial guiada).

-Momento para crear: La propuesta: Crear algo que refleje y facilite la conexión con la fuerza interna de cada uno.

IMAGEN 5. *Proceso creativo de una participante*

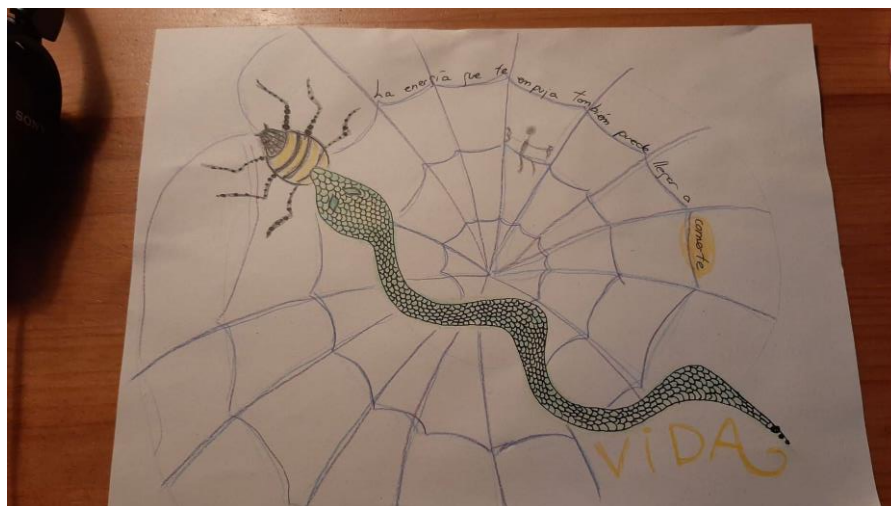




Fuente: Participante anónima

-Momento para sentir: Momento de observación interna poniendo foco en la obra. Se recrea un momento de intimidad y cercanía, que pretende dar lugar al diálogo con esa creación (algunas de las propuestas: ponerle nombre, colocarse en un lugar de la obra, darle un propósito, conectar con su energía, etc). La música de fondo acompaña este momento.

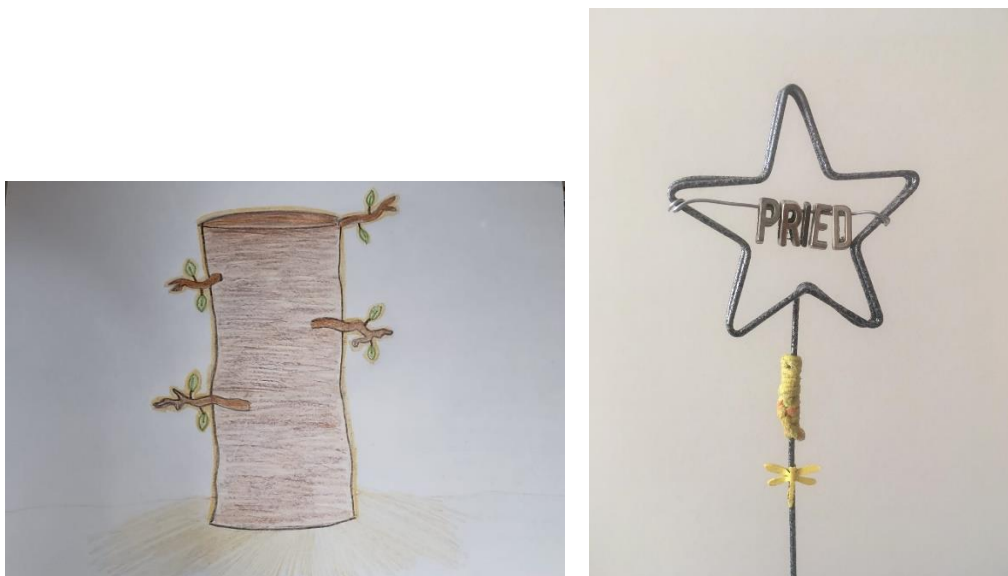
IMAGEN 6. *Una participante anónima se coloca en ella*



Fuente: Participante anónima

-Momento para compartir: Tras la sesión, se abre un espacio para hablar acerca de la experiencia, mostrar las obras creadas si se desea, y compartir.

IMAGEN 6 y 7. *Obras compartidas por dos participantes*



Fuente: Dos participantes anónimas

Tras la sesión, los usuarios que quisieron formar parte de esta investigación me enviaron un breve testimonio sobre la experiencia de la sesión en relación con este formato. Algunas de ellas decidieron compartir su obra o fotos de su proceso para esta investigación, y de igual modo me lo hicieron llegar al correo.

6.2.3. Entrevistas y testimonios

En esta investigación, se utiliza el término entrevista refiriéndome al encuentro virtual con los arteterapeutas que participan en esta investigación, y responden a la batería de preguntas diseñada, la cual se especifica a continuación en este punto; y el concepto de testimonio para hablar del texto que remite a la experiencia que comparte un usuario que ha realizado una sesión o un proceso de arteterapia online.

El uso de la entrevista es muy común dentro de la metodología cualitativa. La entrevista es una técnica en la que se producen encuentros entre el investigador y los informantes, y se produce una conversación dirigida por el investigador en una línea consensuada, y en la cual se registran datos de interés para el estudio (Blasco Hernández, 2008; Cuadrado Fernández, 2014).

El objetivo de la entrevista en esta investigación fue consultar a expertos y obtener datos concluyentes acerca del comienzo de su actividad online (antes o después del confinamiento por el COVID-19), los beneficios y dificultades, aspectos a mejorar, y relatos relacionados con su experiencia personal.

Se realizaron ocho entrevistas a profesionales de la arteterapia, de las cuales siete de ellas fueron semiestructuradas y grabadas vía ZOOM, y una de ellas estructurada partiendo de la batería de preguntas diseñada y contestada a través de mensajes por correo y WhatsApp. La entrevista estructurada se realizó de diferente modo de acuerdo con las necesidades de la persona entrevistada.

El consentimiento informado para la entrevista semiestructurada se encuentra en el ANEXO I, y para la entrevista estructurada en el ANEXO II. La diferencia entre las entrevistas semiestructuradas y la entrevista estructurada se relaciona con la apertura de las preguntas, ya que las entrevistas a partir de la videollamada permiten profundizar más que los mensajes por correo o WhatsApp. La entrevista estructurada, responde por tanto únicamente a las preguntas diseñadas en la batería de preguntas, mientras que la entrevista semiestructurada usa dicha batería como guion, pero se expande a través del diálogo.

La interacción que se produce en la entrevista semiestructurada es mucho más fluida que en la entrevista estructurada; sin embargo, las preguntas realizadas son abiertas y flexibles, diseñadas con la intención de que los profesionales consultados pudieran tener total libertad para narrar su experiencia en las dos opciones de entrevista:

BATERÍA DE PREGUNTAS

- ¿Desde cuándo haces arteterapia online?
- ¿Qué beneficios encuentras?
- ¿Qué necesidades se atienden?
- ¿Qué dificultades encuentras?
- ¿Qué podría mejorarse?
- ¿Qué destacarías de tu experiencia?

Las entrevistas fueron individuales y de carácter formal-académico. La duración de las entrevistas semiestructuradas fue de media hora aproximadamente.

Los nombres de los profesionales entrevistados que participaron en esta investigación aparecen en el punto 3.3.1. de este documento; no obstante, la información es tratada de manera conjunta mencionando a los profesionales como participantes, pero extrayendo los datos relacionados con el estudio; analizando la información, y elaborando resultados de forma conjunta y unificada.

Para registrar la información de las entrevistas, se realizaron grabaciones de los encuentros vía ZOOM, y se utilizaron los mensajes escritos y de audio de los correos y las conversaciones vía WhatsApp en la entrevista estructurada. Esto fue un recurso a la hora de recoger y analizar los datos, ya que me permitió acceder a diferentes pasajes repetidamente según era necesario, a través de los soportes de vídeo, audio, y correo electrónico (Pérez Camarero, 2002).

Contactar con los profesionales para realizar las entrevistas fue muy fácil, ya que los informantes me recomendaban a otros arteterapeutas con los que contactar para el estudio, recomendándose entre sí. El acceso a seminarios, talleres como usuaria, y grupos de supervisión, también fueron recomendaciones de estos tras la entrevista, al igual que algunos de los recursos utilizados en este estudio.

Los testimonios de los usuarios de los profesionales entrevistados fueron extraídos a través de sus webs por recomendación de los informantes. En algunos casos, los arteterapeutas me hicieron llegar testimonios por correo de usuarios suyos que realizan o habían realizado sesiones de arteterapia online. Estos testimonios también son parte del análisis de esta investigación, y se pueden encontrar en el punto 7. de este documento.

Además, en la experiencia como observadora-participante de los talleres de arteterapia online realizados como usuaria, registro testimonios propios de cada sesión; y en

el taller “EmpodérATE” como arteterapeuta, algunos de los usuarios comparten su experiencia para esta investigación, también con testimonios en relación con el formato online.

6.3. Fase III Analítica:

Para poder analizar toda la información que había recolectado, tuve que hacer una síntesis de esta, analizar los datos y concretar resultados de la experiencia de este proceso investigativo.

Con el fin de garantizar la calidad y la validez de este trabajo, se utilizó la triangulación como herramienta investigadora, localizando puntos en común mediante los datos obtenidos a partir del análisis por los métodos descritos, y dando lugar a nuevas perspectivas (Okuda Benavides & Gómez-Restrepo, n.d.-b).

Fue en esta fase cuando me surgieron nuevas preguntas y pude conectar este estudio con el proyecto que estoy realizando en paralelo en relación con la arteterapia online desde UAM Emprende.

6.4. Fase IV: Informativa:

Por último, obtuve conclusiones del estudio tras revisar todo el trabajo, y elaboré una presentación para la exposición de este.

Más allá de estas fases orientativas, durante toda la investigación se ha relacionado entre sí y retroalimentado la investigación teórica, más presente en la fase preparatoria, y la investigación a partir de la experiencia, más presente en la fase experiencial.

7. ANÁLISIS DE DATOS

A continuación, se detallan los elementos analizados por separado y en su conjunto a través del método de categorización y el método comparativo descritos en el punto 4.1.2. de esta investigación.

MÉTODO DE CATEGORIZACIÓN

Tras realizar las entrevistas, se extrajeron las respuestas de los profesionales en relación con las ventajas, desventajas, y necesidades de la arteterapia online. Los datos se recogieron de forma conjunta y unificada con el fin de concretar esta información, la cual será base para la categorización.

Las ventajas se han utilizado como una categoría en sí mismas, al igual que las desventajas, y las necesidades. Esto sirve como punto de partida para localizar la información de las entrevistas utilizada en los testimonios; y posteriormente relacionar los datos desde diferentes perspectivas, tratando de acercar el estudio a la realidad subjetiva.

La numeración de las ventajas, desventajas y necesidades son útiles por dos motivos:

1ª: Se puede observar a primera vista la cantidad de ventajas, de desventajas, y de necesidades que encuentran los arteterapeutas entrevistados; y valorarlo a modo de conclusión, entendiendo que, a nivel comparativo, en este estudio se muestran más ventajas que desventajas, y no son muchas las necesidades que requiere dicha modalidad en relación con las ventajas expuestas.

2º. Se utiliza la numeración dentro del análisis del discurso de los testimonios para relacionar la información del testimonio con las características de cada categoría. Esto facilita la asignación de la información extraída de los testimonios a una categoría u otra, y la relación entre la información de los testimonios con las subcategorías de las ventajas, desventajas, y necesidades de la modalidad online en arteterapia.

Por tanto, y a modo aclarativo, las categorías son el dato por concretar en esta investigación: Ventajas, desventajas, y necesidades; y las subcategorías son las respuestas que señalan cuáles son las ventajas, desventajas, y necesidades según la consulta a los expertos en las entrevistas.

A continuación, se muestra una tabla esquemática con la información extraída en las entrevistas tras las respuestas de los arteterapeutas a la batería de preguntas diseñada:

TABLA 4. Ventajas, desventajas y necesidades descritas por arteterapeutas

VENTAJAS	DESVENTAJAS	NECESIDADES
<ol style="list-style-type: none"> 1. Mayor accesibilidad 2. Traspasa barreras geográficas 3. Mayor responsabilidad y compromiso por parte del usuario 4. Construcción del espacio físico entre el arteterapeuta y el usuario 5. Potencia de la mirada terapéutica 6. Menor coste 7. Permite la continuidad 8. Facilita el trabajo con el espacio del usuario 9. Se amplían recursos y herramientas relacionadas con el mundo digital 10. Es más fácil ajustarse a los tiempos. El tiempo invertido es menor, ya que no es necesario movilizarse 11. Ventajas de la inmediatez 12. Mayor comodidad 13. Potencia la visibilidad profesional 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Desconocimiento en la metodología del formato online 2. Limitación espacial 3. Acceso digital y la alfabetización 4. Contacto físico 5. Materiales disponibles 6. Se pierde información en relación con la parte sensorial de las obras y los materiales, y en cuanto a lo que pasa durante el proceso creador y se ve por cámara 7. Posibles problemas técnicos 8. Menor espontaneidad en procesos grupales, ya que es necesario regular el turno de palabra para poder escuchar lo que se dice. 9. La sensación de proximidad no es la misma 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Importancia del feedback 2. Dispositivos y buena conexión 3. La importancia del lenguaje verbal y no verbal como parte del sostén arteterapéutico 4. Repetición 5. Ser conscientes de aspectos relacionados con la seguridad, y la confidencialidad

Fuente: Elaboración propia

Además de esta información, en la batería de preguntas se formulan cuestiones acerca del inicio de las sesiones de arteterapia online en relación con el momento, previo al confinamiento, o durante este, y las propuestas de mejora.

Los aspectos para mejorar que destacan los arteterapeutas en la entrevista, están relacionados con sus propias condiciones y aspectos para tener en cuenta con el fin de mejorar su práctica. Entre ellos encontramos:

-Tener un espacio físico de trabajo más amplio.

-Disponer de una mejor conexión a internet, o de dispositivos que mejoren la calidad de las sesiones.

-Estructurar las sesiones contando con el tiempo previo y posterior a la sesión como parte de ritual de entrada y salida.

Por último, algunos de los aspectos que destacan los profesionales de su experiencia en este formato son:

- El crecimiento que supone a nivel profesional la apertura a esta modalidad de la arteterapia.
- La potencia del concepto arteterapéutico de la mirada, ya que se transforma en este formato partiendo de la potencia que adquiere la cámara de por sí en las sesiones, como elemento “que está mirando”.
- Lo imprescindible como recurso para continuar con los vínculos, y la importancia que ha tenido durante el confinamiento para desarrollar otros nuevos.
- Lo sorprendente de la transferencia y la contratransferencia en este formato, la cual sigue presente y se hace visible más allá de la distancia.

A partir de la sesión “EmpodérATE”, anoté puntos clave de mi experiencia como observadora-participante a modo de testimonio. En este caso, mi rol fue como arteterapeuta.

Para el análisis del discurso, subrayo elementos clave y los relaciono con los puntos de categoría y subcategoría, tomando como punto de partida la información dispuesta por los expertos entrevistados:

TABLA 5. *Categorización de la información de los testimonios como arteterapeuta*

TESTIMONIO	CATEGORIZACIÓN
“Trato de dejar claro algunas de las cosas importantes para la sesión antes de comenzar, relacionadas con el estudio de esta investigación: como es el caso de silenciar los micrófonos para evitar ruidos durante el proceso, o colocar la cámara de tal forma que pueda ver qué está sucediendo para poder acompañarlas”.	<u>Necesidades, punto 4:</u> Repetición <u>Desventajas, punto 8:</u> Menor espontaneidad en procesos grupales, ya que es necesario regular el turno de palabra para poder escuchar lo que se dice
“Antes de comenzar, hay un poco de caos, ya que algunas personas tienen problemas para entrar”.	<u>Desventajas, punto 7:</u> Posibles problemas técnicos <u>Necesidades, punto 2:</u> Dispositivos y buena conexión
“No veo bien qué está haciendo una usuaria por la cámara, pero la veo fluir y concentrada en el proceso, y decido no interrumpirla”.	<u>Desventajas, punto 6:</u> Se pierde información en relación con lo que pasa durante el proceso creador y lo que se ve en la cámara

<p>“Una usuaria no sabe muy bien cómo colocarse en el espacio, y mueve varias veces la cámara y su soporte artístico. Se da cuenta que la estamos viendo y me doy cuenta porque mira a cámara y se ríe. La respondo con un gesto de aprobación tratando de acompañar la situación y responde con una sonrisa. Después, se relaja y comienza a crear. Esto es algo que comenta también en el momento para compartir, no es simplemente una apreciación mía”.</p>	<p><u>Ventajas, punto 4:</u> Construcción del espacio físico entre el arteterapeuta y el usuario</p> <p><u>Ventajas, punto 5:</u> Potencia de la mirada</p> <p><u>Necesidades, punto 3:</u> La importancia del lenguaje no verbal como parte del sostén arteterapéutico</p>
<p>“No sabía cómo proyectar la música, así que antes de la sesión, pasé el enlace a las participantes para que pudieran escucharlo en el momento preciso y la calidad del sonido fuese buena. Esta idea no termina de convencerme, porque tengo que estar atenta a la duración de la música y me pierdo información de dicho momento”.</p>	<p><u>Desventajas, punto 1:</u> Desconocimiento en la metodología del formato online</p>
<p>“Me causa cierta inseguridad el no saber acerca de este medio, ya que las sesiones que había realizado hasta entonces eran en formato presencial”.</p>	<p><u>Desventajas, punto 1:</u> Desconocimiento en la metodología del formato online</p> <p><u>Necesidades, punto 1:</u> Importancia del feedback</p>
<p>“Me genera cierta incertidumbre saber que puede fallar la conexión”.</p>	<p><u>Desventajas, punto 7:</u> Posibles problemas técnicos</p> <p><u>Necesidades, punto 2:</u> Dispositivos y buena conexión</p>
<p>“Trato de sostener a una usuaria mientras comparte y se emociona, nombrando la forma en la que me gustaría acompañarla corporalmente”.</p>	<p><u>Necesidades, punto 3:</u> La importancia del lenguaje verbal como parte del sostén arteterapéutico</p>
<p>“Me ajusto bien en el tiempo de duración de la sesión”.</p>	<p><u>Ventajas, punto 10:</u> Es más fácil ajustarse a los tiempos.</p>

Fuente: Elaboración propia

Se sabe que pertenece a una categoría u otra porque la frase subrayada responde a la subcategoría seleccionada, teniendo en cuenta las características que la describen. En la parte de la tabla de categorización, se muestra la categoría (ventajas, desventajas, o necesidades), y el punto de la subcategoría de esta, con el fin de señalar porqué se ha

estructurado una categoría u otra. Por ello, los números de las subcategorías coinciden con la numeración de las respuestas de los profesionales, descritas en la TABLA 4. de este documento; teniendo en cuenta si pertenecen a ventajas, desventajas, o necesidades.

De igual modo, categoricé la información extraída de los testimonios facilitados por las participantes del taller “EmpodérATE”. Esta información parte de la vivencia de las participantes que colaboran en esta investigación desde dicho taller:

TABLA 5. *Categorización de la información de los testimonios de las usuarias del taller “EmpodérATE”.*

TESTIMONIO	CATEGORIZACIÓN
En general, me he sentido que ha sido una sesión enriquecedora y necesaria en tiempos de COVID-19”.	*No se muestra ninguna de las categorías según las fijadas a partir de la TABLA 4. de este documento, sin embargo, se evidencia la necesidad de este taller de arteterapia online durante el confinamiento por el COVID-19-
“Ya había experimentado talleres de arteterapia online en el máster, pero en esta ocasión ha sido diferente. La arteterapeuta ha conseguido crear un espacio en el que me he sentido tranquila y segura para expresarme, y eso que estaban mis compañeras dentro del mismo encuadre”.	<u>Ventajas, punto 4:</u> Construcción del espacio físico entre el arteterapeuta y el usuario
“Me hubiera gustado tener más libertad para poder ahondar. Es posible que esperase de este taller algo más relacionado con el proceso personal y que estamos dentro del marco online, de todas formas, la experiencia ha sido muy positiva y he salido renovada de la sesión, más allá de mi malestar personal por situaciones privadas”.	<u>Desventajas, punto 8:</u> Menor espontaneidad en procesos grupales, ya que es necesario regular el turno de palabra para poder escuchar lo que se dice <u>Necesidades, punto 1:</u> Importancia del feedback <u>Ventajas, punto 3:</u> Mayor responsabilidad y compromiso por parte del usuario
“Creo que la arteterapeuta ha sabido compensar la falta de contacto personal con la atención y escucha que mostraba. Su forma de expresarse es muy dulce y me ha hecho sentir cuidada”.	<u>Necesidades, punto 3:</u> La importancia del lenguaje verbal y no verbal como parte del sostén arteterapéutico <u>Ventajas, punto 5:</u> Potencia de la mirada

<p>“Me costó mucho conectar con la parte de visualización, creo que estaba más atenta a cómo se me veía por la cámara que de lo que se estaba proponiendo. Esto fue muy diferente en el momento de creación, ya que me dejé llevar por la propuesta y pude dejarme fluir más fácilmente”.</p>	<p><u>Ventajas, punto 5:</u> Potencia de la mirada</p>
---	--

Fuente: Elaboración propia

A continuación, y de la misma forma que se ha hecho con anterioridad, se plasman dichos testimonios, se subraya la información relevante para su categorización, y se indica a qué categoría pertenecen:

Tabla 6. *Categorización a partir de la experiencia como usuaria en los talleres*

TESTIMONIO	CATEGORIZACIÓN
<p>Este es el primer taller de arteterapia online que realizo. No tenía muy claro qué materiales iba a necesitar, ya que únicamente supe de la temática a tratar.</p> <p>Fue una sorpresa para mí encontrarme en un grupo de personas desconocidas en sus casas, y ver tanto de ellas en ese espacio.</p> <p>Mostrar mi obra ante la cámara fue raro. Sentí que estaba ante una exposición.</p> <p>El acompañamiento del arteterapeuta fue inmejorable, me sentí muy acompañada a pesar de este primer impacto. Se le notaba presente. Me gustó mucho que se acercase a nosotros a través de preguntas grupales, y de forma persona por WhatsApp.</p>	<p><u>Ventajas, punto 5:</u> Potencia de la mirada</p> <p><u>Necesidades, punto 1:</u> Importancia del feedback</p>

<p>Este taller parte de la base de que los otros usuarios eran profesionales de la arteterapia, y yo no era la única persona que estaba ahí como observadora participante. Partiendo de la premisa de este contexto, he de decir que fue una experiencia muy rica, ya que la sesión estaba muy bien estructurada teniendo en cuenta los tiempos y las propuestas. A nivel personal, me costó abrirme más que en el primer taller realizado. Creo que esto es porque no sentí la libertad y espontaneidad del grupo anterior, ya que el lenguaje utilizado era profesional, y tuve la sensación de “estar aprendiendo”, más que de estar explorando en mí.</p>	<p><u>Ventajas, punto 5:</u> Potencia de la mirada</p> <p><u>Ventajas, punto 10:</u> Es más fácil ajustarse a los tiempos</p> <p><u>Desventajas, punto 8.</u> Menor espontaneidad en procesos grupales, ya que es necesario regular el turno de palabra para poder escuchar lo que se dice</p>
<p>En este taller sentí mucha más fluidez. Fue el tercer taller realizado, por lo que ya iba un poco más “a sabiendas”. Antes de empezar, realizamos una propuesta de movimiento corporal. En ella la arteterapeuta nos proponía cerrar los ojos. La verdad es que, en un primer momento, me posicioné más como observadora que como participante, puesto que salí un poco de cámara para fijarme en qué hacían los demás, y abrí los ojos. Ver a la arteterapeuta hacer el ejercicio con nosotros, con los ojos cerrados, y a mis compañeros, me empujó a unirme a la propuesta. Después se propuso crear a partir de aquello que tuviéramos al alcance. Esto me dio mucha libertad también.</p>	<p><u>Ventajas, punto 5:</u> Potencia de la mirada</p> <p><u>Ventajas, punto 9:</u> Se amplían recursos y herramientas relacionadas con el mundo digital</p>
<p>Este fue el taller al que dediqué un mayor tiempo de preparación en relación con los materiales. Tenía una mesa entera de material dispuesto, y aunque esto me daba bastante seguridad, únicamente utilicé una cuerda, y continué al igual que en los otros talleres, usando papel y lápices. En este taller, realizamos un ejercicio previo de visualización en el cual se nos indicó que conectásemos con una persona que nos trajese paz, y con la cual nos sintiésemos cuidados. A partir de ahí creamos sobre aquello que entendíamos como vínculo. Al finalizar, nos posicionamos dentro de la obra. Esto me hizo sentir muy bien, ya que sentí que estaba en un espacio seguro.</p>	<p><u>Ventajas, punto 10:</u> El tiempo invertido es menor, ya que no es necesario movilizarse</p> <p><u>Ventajas, punto 3:</u> Mayor responsabilidad y compromiso por parte del usuario</p> <p><u>Ventajas, punto 4:</u> Construcción del espacio físico entre el arteterapeuta y el usuario</p>

Fuente: Elaboración propia

Dentro de la experiencia de observadora participante como usuaria de arteterapia online, he tratado de describir de forma precisa y clara la situación, el contexto, y las emociones y sensaciones de cada una de las propuestas sin hacer juicio de valor.

También se puso de manifiesto el punto 6. (Menor coste) de la categoría de ventajas, ya que los talleres realizados como usuaria fueron gratuitos o a bajo coste.

A continuación, se muestran los testimonios facilitados por algunos de los arteterapeutas entrevistados dispuestos por sus usuarios tras una o varias sesiones de arteterapia online. También he localizado algunos de ellos en las webs de los profesionales tras pedirles permiso.

He decidido mantener el anonimato tanto del profesional al que pertenece cada uno de estos testimonios, como el del usuario que ha decidido compartir, con la intención de cuidar la privacidad de ambos. Dichos testimonios son los siguientes:

Tabla 7. *Categorización a partir de los testimonios de los usuarios de los arteterapeutas entrevistados*

TESTIMONIO	CATEGORIZACIÓN
<p>Yo como paciente me siento igual de conectada con mi terapeuta en la sesión online, sí que es verdad que el camino hasta llegar al sitio físico donde realizamos la terapia, me supone como un ritual que me ayuda a irme conectando e irme abriendo a lo que podamos exponer en la sesión, cosa que en online es como que no he tenido ese calentamiento previo (como si se tratara de un deporte, entrar en frío a jugar un partido o entrar habiendo previamente calentado, es diferente).</p> <p>Ventajas que tiene la terapia online que en ciertas situaciones (como la actual con el COVID-19), si no fuera por la terapia online se tendrían que cancelar sesiones y aplazar terapias y sería más frustrante para mí, por tener que posponer y abandonar temporalmente la terapia, mientras que el online me permite seguir trabajando con mi terapeuta. Y da igual en qué lugar estemos del mundo que podemos seguir con la terapia.</p> <p>Desventajas, yo personalmente echo en falta su recibimiento y despedida a través de contacto físico, ya sea dar la mano, un abrazo o como sea porque siempre es más cálido, y el no poder observar toda la persona entera delante mío, con todos sus gestos corporales y demás, pero simplemente porque soy observadora y me ancla en ese otro lugar”.</p>	<p><u>Ventajas, punto 10:</u> El tiempo invertido es menor, ya que no es necesario movilizarse</p> <p><u>Ventajas, punto 7:</u> Permite la continuidad</p> <p><u>Ventajas, punto 2:</u> Traspasa barreras geográficas</p> <p><u>Desventajas, punto 4:</u> Contacto físico</p>

<p>“La sesión online me parece una solución positiva cuando estás en la distancia. Me ayuda poder compartir, aunque sea online, se crea un espacio para ti en cualquier lugar. En un principio parece más frío y distante, hasta que me encuentro con la mirada del terapeuta. Siento la presencia, la mirada y la escucha igual. También la pantalla es un centro, en la pantalla hay una persona que te mira y te escucha, una voz que tranquiliza, y aunque me vaya con mi discurso mental es un punto al que puedo volver, un punto de encuentro”.</p>	<p><u>Ventajas, punto 2:</u> Traspasa barreras geográficas</p> <p><u>Desventajas, punto 9:</u> La sensación de la proximidad no es la misma</p> <p><u>Ventajas, punto 5:</u> Potencia de la mirada</p>
<p>“Fue una excelente experiencia vivir una sesión de terapia virtual, nos queda una primera aproximación al medio, siento que rompí el hielo y eso me abre la mente frente a temas que son nuevos y que se están hablando”.</p>	<p><u>Desventajas, punto 1:</u> Desconocimiento en la metodología del formato online</p>
<p>“Al principio me sentí un poco rara cuando me puse a hablar con una persona de mis cosas por el ordenador, pero cuando empecé a crear la cosa empezó a fluir. Me he sentido muy a gusto con la arteterapeuta, y me he sentido cuidada”.</p>	<p><u>Desventajas, punto 9:</u> La sensación de la proximidad no es la misma</p>
<p>“Creo que es un recurso más la arteterapia online. Supongo que es algo bueno para personas que viven lejos. Desde mi experiencia, prefiero las sesiones de arteterapia presencial porque creo que hay más calidad humana. El contacto con mis compañeros o con la arteterapeuta. A pesar de esto, mi experiencia ha sido buena, y repetiría”.</p>	<p><u>Ventajas, punto 2:</u> Traspasa barreras geográficas</p> <p><u>Desventajas, punto 4:</u> Contacto físico</p>
<p>“Me ha sorprendido la experiencia. Esperaba que no me fuese a gustar porque estoy acostumbrado a las sesiones presenciales. Sin embargo, me he sentido muy arropado en esta modalidad por la arteterapeuta, y el juego que da la cámara me parece muy interesante”.</p>	<p><u>Ventajas, punto 9:</u> Se amplían recursos y herramientas relacionadas con el mundo digital</p>
<p>“He echado de menos la fluidez durante las sesiones. Cuando estamos en la escuela, siento que me puedo relacionar más con mis compañeros y ser más libre.</p>	<p><u>Desventajas, punto 8:</u> Menor espontaneidad en procesos grupales, ya que es necesario regular el turno de</p>

<p>En el formato online estábamos regidos por el ruido de los micrófonos y los turnos de palabra, y no me ha gustado tanto”.</p>	<p>palabra para poder escuchar lo que se dice</p>
<p>“Llevo ya dos años realizando sesiones de arteterapia online, y la verdad es que me dan la vida. Recuerdo que al principio me costaba un poco el movimiento corporal, pero porque verme en la pantalla moverme me daba vergüenza. El hecho de que la arteterapeuta iniciase el movimiento conmigo, marcó un antes y un después”.</p>	<p><u>Ventajas, punto 5:</u> Potencia de la mirada</p>
<p>“La verdad es que llevo ya cuatro meses en arteterapia online, y me siento muy cómoda. Siento que las sesiones se adaptan a mi caos de vida y es muy fácil compatibilizar horarios. Esto es algo que no me pasaba con la oferta de las sesiones grupales, y me perdía mucho”.</p>	<p><u>Ventajas, punto 1:</u> Mayor accesibilidad <u>Ventajas, punto 10:</u> Es más fácil ajustarse a los tiempos.</p>

Fuente: Elaboración propia

A nivel general, y en relación con los testimonios, se puede percibir la transferencia, la mirada, y el encuadre como elementos clave en la arteterapia online, dispuestos en el marco teórico de este estudio.

En referencia al punto 10. de la categoría de ventajas, se han descrito en los testimonios características de la arteterapia online “en positivo y en negativo” en referencia a algunas de las subcategorías. En este sentido, se ha colocado en ventajas o desventajas porque no estoy juzgando si es algo “bueno o malo”, sino que me estoy basando en la concepción de la característica de la categoría en concreto según los profesionales, y las respuestas de estos en las entrevistas.

MÉTODO COMPARATIVO

En relación con los datos obtenidos a través del método de categorización, se elaboran tres tablas comparativas con el fin de concretar los resultados. En ellas, se hace referencia a los números de las subcategorías que se nombran en los testimonios en relación con la TABLA 4. de este documento. Con esto se pretende hacer una comparación de las ventajas, desventajas, y necesidades según las diferentes fuentes, teniendo una visión más clara de los datos analizados.

Por tanto, en las siguientes tablas aparecen dos cuadrantes:

1) Subcategorías: Se refiere a las subcategorías descritas en la TABLA 4. de este documento (características de las categorías “ventajas desventajas, y necesidades” descritas por los arteterapeutas entrevistados), citadas en los testimonios, con relación a las tablas de categorización.

2º Coincidencias: Teniendo en cuenta que se citan 13 ventajas, 9 desventajas, y 5 necesidades en la TABLA 4. de este documento, se cuentan las subcategorías utilizadas en los testimonios según el cuadrante “subcategorías” de las tablas, y se relaciona con el total de ventajas, desventajas y necesidades. Esto se hace no por la cantidad de veces que se utilizan, sino por la cantidad de subcategorías que coinciden con las descritas en la TABLA 4.

A continuación, se muestran tablas comparativas según los testimonios de la observación participante como arteterapeuta y como usuaria, según los testimonios de las usuarias de “EmpodérATE”, y según los testimonios de los usuarios de los arteterapeutas entrevistados; de la forma descrita:

TABLA 8. *Testimonios de la observación participante como arteterapeuta vs datos de las entrevistas*

	SUBCATEGORÍAS	COINCIDENCIAS
VENTAJAS	Puntos: 4, 5, y 10	3/13
DESVENTAJAS	Puntos: 1, 6, 7, y 8	4/9
NECESIDADES	Puntos: 1, 2, 3, y 4	4/5

Fuente: Elaboración propia

TABLA 9. *Testimonios de los usuarios de “EmpodérATE” vs datos de las entrevistas*

	SUBCATEGORÍAS	COINCIDENCIAS
VENTAJAS	Puntos: 3, 4, y 5	3/13
DESVENTAJAS	Punto: 8	1/9
NECESIDADES	Puntos: 1 y 3	2/5

Fuente: Elaboración propia

TABLA 10. *Testimonios de la observación participante como usuaria vs datos de las entrevistas*

	SUBCATEGORÍAS	COINCIDENCIAS
VENTAJAS	Puntos: 3, 4, 5, 9, y 10	5/13
DESVENTAJAS	Punto: 8	1/9
NECESIDADES	Punto: 1	1/5

Fuente: Elaboración propia

TABLA 11 *Testimonios de los usuarios de los arteterapeutas entrevistados vs datos de las entrevistas*

	SUBCATEGORÍAS	COINCIDENCIAS
VENTAJAS	Puntos: 1, 2, 5, 7, 9, y 10	6/13
DESVENTAJAS	Puntos: 1, 4, 8, y 9	4/9
NECESIDADES	-	0/5

Fuente: Elaboración propia

En estas tablas comparativas, se puede observar:

1. Qué ventajas, desventajas, y necesidades coincidentes a las respuestas de los profesionales entrevistados se han localizado en los testimonios según las diferentes fuentes.
2. El número de ventajas, desventajas, y necesidades que se nombran en los testimonios según las diferentes fuentes, relación a la cantidad de ventajas, desventajas, y necesidades que describen los arteterapeutas a nivel general en las entrevistas.
3. Que teniendo en cuenta los testimonios de forma conjunta, las ventajas, desventajas, y necesidades descritas por los profesionales en las entrevistas, coinciden con los testimonios de las diferentes fuentes.

ANÁLISIS SOBRE LA RELACIÓN DEL COVID-19 Y LA ARTETERAPIA ONLINE

En relación con el objetivo específico 3. de esta investigación, descrito en el punto 3. de este documento, se realiza un estudio a partir de las respuestas de la pregunta “¿Desde cuándo haces arteterapia online?” dispuesta en la batería de preguntas para las entrevistas de los arteterapeutas, situada en el punto 6.2.3. de este documento.

Analizando los datos obtenidos de forma unificada según la información extraída de las entrevistas, y a partir del método comparativo descrito en el punto 4.1.2. de este documento, se pretende evidenciar la importancia de este formato tras el impacto del COVID-19 y la transcendencia de las T.I.C. en la actualidad.

Para ello, se han agrupado los datos en torno a los profesionales que han iniciado sesiones de arteterapia online a partir del confinamiento por el COVID-19, y los profesionales que comenzaron a realizar arteterapia online antes del confinamiento. A continuación, se muestra una tabla comparativa con dichos datos:

Tabla 11. *Comienzo de sesiones online por el confinamiento*

PROFESIONAL	ANTES DEL CONFINAMIENTO	A PARTIR DEL CONFINAMIENTO
1		x
2	x	
3	x	
4		x
5	x	
6	x	
7	x	
8	x	

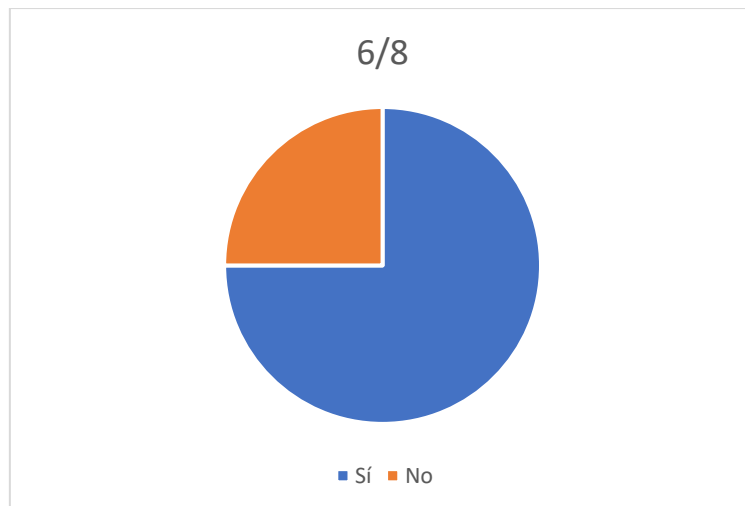
Fuente: Elaboración propia

Se puede ver cómo la mayoría de los arteterapeutas habían realizado sesiones de arteterapia online previo a la situación por el COVID-19.

Durante las entrevistas, se profundizó acerca de la decisión a realizar arteterapia online, y más allá de la demanda por la situación por el virus, como es el caso de dos de ellos, me comentaron que fue por necesidad; ya que se habían producido cambios de residencia por parte de los usuarios, y esta modalidad era un recurso para la continuidad del proceso.

A partir de esta información, quise saber si había habido una mayor demanda de sesiones de arteterapia online por parte de los usuarios, ya sea desde procesos nuevos, o ya empezados.

Gráfica 1. Crecimiento de sesiones online en relación con el confinamiento



Fuente: Elaboración propia

Los resultados ante esta cuestión fueron positivos, ya que seis de los ocho profesionales entrevistados afirman que la solicitud por parte de los usuarios en relación con el formato online había crecido a partir del confinamiento.

Los profesionales que habían respondido con una respuesta negativa me comentaron que, o bien eran ellos los que buscaban a los usuarios, o no había habido un crecimiento de la solicitud por parte de nuevos usuarios, pero, sin embargo, los procesos abiertos en el formato online se habían transformado en esta modalidad debido al confinamiento por el COVID-19.

8. DISCUSIÓN

8.1. Limitaciones

A la hora de realizar este trabajo se han encontrado limitaciones que van en dos direcciones: el COVID-19 y la arteterapia online.

El COVID-19 es un virus actual, por lo que la información encontrada en algunos casos contradice, confunde, y no toda está testada. Es complicado encontrar información avalada por científicos, ya que a los ciudadanos no se nos ha informado de las fuentes fiables más allá de la OMS y en muchas ocasiones, diferentes grupos científicos sustentan teorías diferentes, ya que es un conflicto no resuelto en la actualidad.

En cuanto a la información facilitada por el gobierno, no se han encontrado documentos que sostengan las decisiones establecidas, las cuales, en algunos casos, son distintas a las recomendaciones por la Organización Mundial de la Salud, y todavía no quedan claro los datos filtrados por la prensa en referencia al número de personas enfermas, asintomáticas, o incluso las muertes por geolocalización. Además, esta situación todavía sigue en vigor, por lo que la conclusión de esta o la dirección que pueda tomar es aún desconocida.

Por otro lado, la arteterapia es una profesión aún pionera, y, por tanto, la arteterapia online es un terreno poco explorado. Por ello, la bibliografía encontrada acerca de este tema en concreto no es muy amplia, hay pocos documentos científicos libres relacionados, y muchos de los arteterapeutas entrevistados recientemente han comenzado a realizar sesiones de forma virtual a partir del confinamiento por el COVID-19, por lo que la experiencia es relativamente corta.

Por último, debido al corte de las prácticas por el COVID-19, y a la falta de recursos de los centros donde las realizaba, no ha sido posible realizar sesiones de arteterapia online, lo cual también ha supuesto una dificultad, y por ello no se ha podido hacer un estudio de caso, o profundizar más en el estudio de campo.

8.2. Beneficios

Algunas de las ventajas encontradas para realizar esta investigación, han sido la cantidad de recursos que se han movido en las redes por el COVID-19. Tras esta situación, numerosos profesionales de la arteterapia han dispuesto talleres gratuitos o de bajo coste durante la cuarentena, lo que ha facilitado mi inmersión como usuaria externa.

Esta movilización, ha desencadenado una reflexión en esta nueva metodología por parte de los profesionales, y se han dispuesto formaciones con información contrastada por expertos que ya habían realizado arteterapia online previo a esta situación. Poder realizar el curso de "Arteterapia Online" (Gestarte, 2020) me aportó un mayor conocimiento en la materia.

La facilidad para encontrar a los profesionales entrevistados por recomendaciones entre ellos, y los testimonios de usuarios facilitados por los informantes, ha sido clave en esta investigación.

Apoyar a mis compañeras de primero ofreciendo un taller online como profesional, no solo ha sido un recurso más, sino una experiencia profesional enriquecedora y un punto de partida para líneas futuras.

UAM Emprende también ha tenido un papel importante en esta investigación, ya que el proyecto que estoy realizando en colaboración con los mismos y en paralelo a este TFM, me ha aportado visión extra a la hora de reconocer necesidades en esta investigación.

8.3. Propuestas para futuras investigaciones

Tras esta investigación, me cuestiono las siguientes preguntas como posibles vías para otras investigaciones:

- Desde la arteterapia online ¿Qué enfoques arteterapéuticos se adaptan más y por qué? ¿Se puede acompañar desde cualquier enfoque arteterapéutico de forma virtual?
- ¿Hay diferencias entre empezar el proceso arteterapéutico de cero de forma online o empezar presencialmente y después continuar online?
- ¿La arteterapia online es apta y beneficiosa para el acompañamiento de cualquier colectivo, situación, o problemática?
- ¿Qué posibilidades, ventajas, y desventajas, tiene la arteterapia semipresencial?
- ¿Qué relación tiene la arteterapia online y la videoarteterapia?

Además, podría ahondarse más acerca de los recursos y posibilidades de la arteterapia online, explorar más bibliografía extranjera, y realizarse propuestas de intervención o estudios de caso relacionados.

8.4. Futuras líneas de trabajo

Teniendo en cuenta el recorrido de esta investigación, la formación realizada, los resultados obtenidos, las conclusiones, y el apoyo desde UAM Emprende; se llevará a cabo un proyecto de emprendimiento en relación con la arteterapia online. Este proyecto es en colaboración con UAM Emprende, y promete lanzarse un prototipo a finales de este año / principios del año que viene.

Actualmente la información de este es confidencial, y únicamente tenemos acceso a dicha información las personas que conforman el equipo, mi mentora M.^a Esperanza Valdés Lías, y yo como fundadora y creadora. La marca y el logo de este proyecto están en trámites de solicitud de su registro en la Oficina Española de Patentes y Marcas, y dicha resolución se hará pública en los próximos meses.

El proyecto no se muestra en esta investigación por motivos estratégicos de marketing acordados con el equipo que lo conforma. Cada miembro ha firmado un documento de confidencialidad con el fin de regular y evitar la divulgación de la información relevante para el emprendimiento (Navarro Lacambra, 2019).

Como profesional sigo formándome en diferentes áreas y en esta dirección (ANEXO V), y abriéndome camino como futura arteterapeuta.

9. CONCLUSIONES

“La tecnología es importante, pero lo único que realmente importa es qué hacemos con ella”

-Muhammad Yunus

La bibliografía consultada para el marco teórico de esta investigación responde a los datos obtenidos a través de los testimonios, la experiencia como observadora participante, y las entrevistas. Es en este punto, se realiza una triangulación a partir del análisis de datos con el fin de concretar los resultados, y concretar si se han cumplido o no los objetivos propuestos de esta investigación.

En dichos objetivos, se pretende recopilar y analizar información acerca de la arteterapia online; conocer cualidades propias de la arteterapia en relación con las ventajas, desventajas, y necesidades, explorar herramientas propias de este formato y profesionales que trabajan en esta línea, y evidenciar el impacto del COVID-19 en el crecimiento del uso de la arteterapia en este formato.

Durante el proceso investigativo, se ha revisado y recopilado información en este sentido, y teniendo en cuenta la poca bibliografía acerca de la modalidad online de la arteterapia, he realizado una formación para poder profundizar más en este campo como investigadora.

El estudio de este trabajo se centra en el conocimiento de las ventajas, desventajas y necesidades de este formato como información base para la práctica de los profesionales. En este sentido, se ha hecho un trabajo de campo en diversas direcciones, con el fin de obtener información concreta, clara, y evidente.

El uso de la metodología cualitativa ha facilitado la apertura al uso de las técnicas humanistas descritas en este trabajo. Formar parte de esta investigación también como observadora participante, me ha permitido encontrar puntos en común entre mis testimonios, y los testimonios de otros usuarios y/o arteterapeutas, relativos al impacto de la mirada, y los sentimientos que emergen.

Elaborar resultados a partir del análisis discursivo de los testimonios ha sido posible partiendo de las entrevistas como información concreta de las ventajas, desventajas, y necesidades, la cual no se ha encontrado en ningún documento revisado hasta el momento.

El proceso de esta categorización aparece de principio a fin en este documento, con el fin de mostrar transparencia y dar pie a futuras posibles reflexiones, ya que las interpretaciones de los resultados, finalmente se concretan por la propia investigadora.

La información encontrada acerca del COVID-19 se ha tratado de exponer con el máximo cuidado posible y desde la información dispuesta hasta el momento, ya que es un tema actual, por el que aún transitamos. No obstante, las respuestas por parte de los arteterapeutas en las entrevistas han sido concluyentes, ya que se muestra un claro crecimiento del uso de este formato a partir del confinamiento, independientemente de haber tenido experiencia previa o no en esta modalidad.

Las ventajas, desventajas, y necesidades coincidentes entre arteterapeutas y usuarios se confirman a partir del discurso por ambas partes. No obstante, este estudio es social y humanista, por lo que el juicio de valor, los sentimientos, y los pensamientos están presentes;

esto hace que sea imposible conseguir un 100% de resultados afirmativos teniendo en cuenta la variedad de opiniones y vivencias de las personas.

Conceptos propios de la arteterapia tales como la mirada, el encuadre, o la transferencia, se hacen visibles a través de los testimonios de los usuarios que han realizado sesiones de arteterapia online con los profesionales entrevistados, los expuestos tras la sesión realizada "EmpodérATE", y los propios descritos dentro de la observación participativa en talleres online. Por lo que confirma la información expuesta en el marco teórico en cuanto a la presencia de estos en el formato online.

La experiencia como observadora participante en este estudio, me ha permitido conectar la experiencia como arteterapeuta con las experiencias descritas por otros arteterapeutas, así como con los sentimientos que emergen en la práctica; como, por ejemplo: la inseguridad ante el desconocimiento de muchos factores que conforman este formato, o la búsqueda apoyos que compensen la falta de proximidad.

La experiencia como observadora participante desde el rol de usuaria, ha permitido conectar la realidad subjetiva de los distintos ángulos (arteterapeuta-usuario) desde una perspectiva cercana pero neutral, ya que han emergido sensaciones y emociones comunes a las citadas por los testimonios de otros usuarios, y descritas desde la particularidad de este formato por los arteterapeutas en las entrevistas.

La puesta en común de los datos en relación con el crecimiento del uso de esta modalidad durante el confinamiento, han dado evidencia al supuesto formulado en los objetivos de este estudio, ya que se confirma el impulso y el desarrollo de esta modalidad a partir del contexto descrito en el marco teórico por el COVID-19.

Teniendo en cuenta las contribuciones de este trabajo en relación con los objetivos propuestos, se encuentran los siguientes aportes:

- Documento escrito donde aparecen descritas las características propias de la arteterapia online, contemplando sus ventajas y desventajas, las necesidades, y posibles propuestas de mejora.
- Testimonios directos de usuarios que han tenido experiencias en este formato.
- Aportes acerca de las evidencias del uso de la arteterapia online como modalidad disponible dentro del confinamiento por el COVID-19.
- Herramientas, recomendaciones, y propuestas útiles para tener en cuenta a la hora de realizar sesiones de arteterapia online.

Por todo ello, considero que los objetivos de esta investigación se han cumplido.

10. BIBLIOGRAFÍA

- Adsuar, K. (n.d.). *Arteterapia perspectiva feminista. Barcelona y online. Artombú Arteterapia*. Retrieved August 31, 2020, from <https://www.artombu.org/>
- AFIA | Foro Iberoamericano de Arteterapia. (n.d.). Retrieved September 6, 2020, from <http://www.afia.es/>
- Aguilar, S., & Barroso, J. (2015). Páginas 73 a 88 Píxel-Bit. *Revista de Medios y Educación*. Nº, 47. <https://doi.org/10.12795/pixelbit.2015.i47.05>
- Aliano, N.; B. S.; H. J.; H. N. (n.d.). *Reflexividad y roles en el trabajo de campo etnográfico*. Retrieved August 31, 2020, from <https://www.jstor.org/stable/pdf/j.ctvn5tzjw.12.pdf>
- Alonso Vaquerizo, E. (2020, April 15). *Seis síntomas físicos de que un mes de confinamiento está afectando a la salud | BuenaVida | EL PAÍS*. https://elpais.com/elpais/2020/04/15/buenavida/1586929845_593622.html
- Antena 3 Noticias. (2020, February 28). *La psicosis por el coronavirus podría amenazar con colapsar las urgencias y los centros de salud*. https://www.antena3.com/noticias/sociedad/psicosis-coronavirus-podria-amenazar-colapsar-urgencias-centros-salud_202002285e591ddf0cf264713ea91704.html
- Arias Valencia, M. M. (2000, March 1). *La triangulación metodológica: sus principios, alcances y limitaciones*. <https://www.redalyc.org/pdf/1052/105218294001.pdf>
- Asensi, L. (2020). *Los efectos psicológicos generados por el confinamiento por el Covid-19*. <https://www.psicologiamadrid.es/blog/articulos/psicologia-y-coronavirus/coronavirus-efectos-psicologicos-generados-por-el-confinamiento>
- Asociación Tetris. (n.d.). Retrieved August 31, 2020, from <http://asociaciontetris.org/index.html>
- Ayudas del Gobierno por la crisis del Coronavirus. (2020, April 17). <https://www.savethechildren.es/actualidad/guia-ayudas-coronavirus>
- Belloch Ortí, C. (n.d.). *Las tecnologías de la información y comunicación (T.I.C.)*. Retrieved August 29, 2020, from <https://www.uv.es/~bellochc/pdf/pwtic1.pdf>
- Blasco Hernández, T.; O. G. L. (2008). *Técnicas conversacionales para la recogida de datos en investigación cualitativa: La entrevista (I)*. Nure Investigación. https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/62504252/408-Texto_del_articulo-1615-1-10-2015061620200327-23663-1p3kxx7.pdf?1585343840=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DTecnicas_cualitativas_la_entrevista_I_Te.pdf&Expires=1598608925&Signature=SZ9CyZ7G4TKksuu73KfDSOu5vUWV4dgvhQKx~TOWhdUJJ0r-Kos0mlOuSltsNh~Drt9f6mV0dBPhsbKiRPqUvRAO4y7SDPwsUwP66L~GilodQXmsfbqrft3b37yJ4hLkA8FvCsgoEDq7vBrybEMkz5mwTwbe01mnhrw30vOVnoVNU6tB5cAhpC8M3hB~OB8weYD07QWVXATsczwJE0-MTjWKI7ryvT3x6SWnGQh8MOL5~I-SDqKWTVN~ktWkTVL6ygHFhZPp28VkDO2FqIIFRr1H9nwlaX6V2pYIfnfNKVcXAh~-wa599C0OXmjwxtnTFuDJ5o5IA3j0GAYhCntVxQ__&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA
- BOE.es - Documento consolidado BOE-A-2018-16673. (2019). <https://boe.es/buscar/act.php?id=BOE-A-2018-16673>

- Cisterna Cabrera, F. (2005). CATEGORIZACIÓN Y TRIANGULACIÓN COMO PROCESOS DE VALIDACIÓN DEL CONOCIMIENTO EN INVESTIGACIÓN CUALITATIVA
CATEGORIZATION AND TRIANGULATION AS PROCESSES OF VALIDATION OF KNOWLEDGE IN QUALITATIVE INVESTIGATIONS. In *Theoria* (Vol. 14, Issue 1).
- C.L. (2020, March 27). *¿Qué es un ERTE? ¿Qué prestación recibe el trabajador? Guía para empleados y empresarios | Economía*.
<https://www.elmundo.es/economia/2020/03/20/5e74b0a5fc6c8343528b45f3.html>
- CÓDIGO ÉTICO - Feapa. (2011, April 9). Federación Española de Asociaciones Profesionales de Arteterapia. <http://feapa.es/codigo-etico/>
- Coronavirus | La tasa de paro crece hasta el 15,33 % y el número total de parados se sitúa en 3.368.000 en el segundo trimestre - RTVE.es. (2020, July 28). RTVE.Es.
<https://www.rtve.es/noticias/20200728/paro-espana-segundo-trimestre/2033420.shtml>
- Coronavirus: Cronología de la expansión en España y el resto del mundo. (2020). Antena 3 Noticias. https://www.antena3.com/noticias/sociedad/cronologia-expansion-coronavirus-espana-resto-mundo_202002275e5801020cf208226747a18e.html
- ¿Cuál fue el primer caso de coronavirus en España y en la península? (2020). 20MINUTOS.
<https://www.20minutos.es/noticia/4186871/0/coronavirus-primer-caso-espana-peninsula/>
- de la Torre, M. (2020, April 1). *Terapia online en tiempos de COVID-19: Recomendaciones - Grupo Doctor Oliveros*. <https://www.grupodoctoroliveros.com/terapia-online-en-tiempos-de-covid-19-recomendaciones/>
- Delgado Sanz, E. (2020, March 10). *La psicosis le gana la partida al coronavirus en los supermercados de barrio*. https://www.abc.es/sociedad/abci-psicosis-gana-partida-coronavirus-supermercados-barrio-202003101432_video.html
- Desinfección de superficies y espacios con coronavirus | Comunidad de Madrid. (2020).
<https://www.comunidad.madrid/servicios/salud/desinfeccion-superficies-espacios-coronavirus>
- DeviantArt muro. (n.d.). Retrieved August 31, 2020, from <https://muro.deviantart.com/>
- Divorcios por el coronavirus: aumentan las consultas legales para separarse y reducir pensiones de alimentos | España. (2020, May 18). EPE.
<https://www.elmundo.es/espana/2020/05/18/5ec25baafddffe03e8b4575.html>
- Durán, M. (n.d.). *ARTETERAPIA. Despierta tu SER CREATIVO. Magda Duran*. Retrieved August 31, 2020, from <https://www.magdaduran.com/>
- El Equipo: conoce a las integrantes - GestArte. (n.d.). Retrieved August 31, 2020, from <https://arteterapiagestarte.com/nuestro-proyecto-gestarte/equipo/>
- Equipo docente | Misitio. (n.d.). Retrieved August 31, 2020, from <https://www.arteterapiaonline.com/equipo-docente>
- Estos son los teléfonos a los que puedes llamar para recibir ayuda, apoyo o consejos por el coronavirus - Telecinco. (2020, March 31).
https://www.telecinco.es/informativos/salud/telefono-ayuda-sanidad-psicologica-coronavirus-covid19_18_2923470125.html

Fases de desescalada por coronavirus en España: cuánto duran, cuáles son y cuántas hay - AS.com. (2020, May 16).

https://as.com/diarioas/2020/05/15/actualidad/1589533269_972213.html

FEAPA. (n.d.). Retrieved August 31, 2020, from <http://feapa.es/>

Folgado, A. (2020, April 3). *Colliers International | COVID-19 podría ser un catalizador para que el teletrabajo se convierta en una norma*. https://www2.colliers.com/es-ES/News/Encuesta-Global-Teletrabajo_070420

Fonseca, D. (2020, June 12). *¿Qué pasa en la nueva normalidad? Se acabarán las fases y las limitaciones de movimiento | Sociedad | EL PAÍS*. <https://elpais.com/sociedad/2020-06-12/que-pasa-en-la-nueva-normalidad-se-acabaran-las-fases-y-las-limitaciones-de-movimiento.html>

Gestarte. (2020, May 29). *Curso de arte terapia online, reciclaje a tu medida*. - GestArte. <https://arteterapiagestarte.com/arte-terapia-online-curso-reciclaje/formacion-y-talleres/>

Google Arts & Culture. (n.d.). Retrieved August 31, 2020, from <https://artsandculture.google.com/guias-recomendaciones-ayuda-psicologica-afrontar-confinamiento-el-brote-covid19>. (2020, April 17). <https://www.copmadrid.org/web/comunicacion/noticias/1504/guias-recomendaciones-ayuda-psicologica-afrontar-confinamiento-el-brote-covid19>

Hervás Hermida, L. (n.d.). *Lucía Hervás Hermida*. Retrieved August 31, 2020, from <https://luciahervashermita.blogspot.com/>

Home | *Quedate En Casa*. (2020). https://quedateencasa.cr/bienvenida?continue_url=%2F

Infocop. (2020, March 17). *El impacto psicológico de la cuarentena y cómo reducirlo, según un estudio*. http://www.infocop.es/view_article.asp?id=8630

Informe | El futuro del trabajo | Randstad Research. (2020, April 22). <https://research.randstad.es/informe-el-futuro-del-trabajo/>

Inicio - Canva. (n.d.). Retrieved August 31, 2020, from <https://www.canva.com/>

Jefatura del estado. (2020, March 17). *(No Title)*. <https://www.boe.es/buscar/pdf/2020/BOE-A-2020-3824-consolidado.pdf>

Jiménez, J. P. (2005). *El vínculo, las intervenciones técnicas y el cambio terapéutico en terapia psicoanalítica*. <http://www.aperturas.org/articulo.php?articulo=0001049>

La "nueva normalidad" se impondrá en toda España la próxima semana. (2020, June 14). 20MINUTOS EFE. <https://www.20minutos.es/noticia/4290411/0/nueva-normalidad-toda-espana-proxima-semana/>

Mampaso Martínez, A. (n.d.). *Ana Mampaso Martínez - Dialnet*. Retrieved August 31, 2020, from <https://dialnet.unirioja.es/servlet/autor?codigo=788349>

Más de 1.8 millones de imágenes gratis para descargar - Pixabay. (n.d.). Retrieved August 31, 2020, from <https://pixabay.com/es/>

Ministerio de la Presidencia, R. con las C. y M. D. (2020, March 14). *Real Decreto 463/2020, de 14 de marzo, por el que se declara el estado de alarma para la gestión de la situación de crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19*. BOE Núm. 67, de 14 de marzo de 2020 - Referencia: BOE-A-2020-3692. <https://www.boe.es/buscar/pdf/2020/BOE-A-2020-3692-consolidado.pdf>

- Miró, J. (n.d.). Psicoterapia y Nuevas Tecnologías Psychotherapy and technological developments. In C. Med. *Psicosom.*
- Montero, G. (2020, August 13). *La Covid-19 aumenta las solicitudes de ancianos para desheredar a sus hijos | Madrid.*
<https://www.elmundo.es/madrid/2020/08/13/5f2bba4821efa07d6f8b4648.html>
- Montoya, L. (n.d.). *Luces Montoya, arteterapia, emociones, Medellín, Colombia.* Retrieved August 31, 2020, from <https://www.lucesmontoya.com/>
- Música para todos - Spotify.* (n.d.). Retrieved August 31, 2020, from <https://www.spotify.com/es/>
- Musicca – Aprende teoría musical de manera gratuita.* (n.d.). Retrieved August 31, 2020, from <https://www.musicca.com/es>
- Okuda Benavides, M., & Gómez-Restrepo, C. (n.d.). *Metodología de investigación y lectura crítica de estudios Title: Methods in Qualitative Research: Triangulation.*
- OMS. (2020). *Preguntas y respuestas sobre la enfermedad por coronavirus (COVID-19).*
<https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/q-a-coronaviruses>
- Pérez Camarero, P. (2002). *DE LO CULTURAL AL ARQUETIPO UNIVERSAL: IMÁGENES Y DIBUJOS A TRAVÉS DEL VIAJE Y EL TRABAJO DE CAMPO ANTROPOLÓGICO.*
- Pérez Liñán, A. (2018). *EL MÉTODO COMPARATIVO: FUNDAMENTOS Y DESARROLLOS RECIENTES* Aníbal Pérez Liñán Documento de Trabajo # 1-Julio de 2008.
- Presentación | Misitio.* (n.d.). Retrieved August 31, 2020, from <https://www.arteterapiaonline.com/>
- Qué es ConFinArte - #ConFinArte.* (2020). <https://confinarte.org/que-es-confinarte/>
- R. Peribáñez, M. (n.d.). *Marta R. Peribáñez - Arte terapeuta - Surya, Yoga y arteterapia | LinkedIn.* Retrieved August 31, 2020, from <https://es.linkedin.com/in/marta-r-perib%C3%A1%C3%B1ez-6969809b>
- Raffino, M. E. (2020, June 19). *TICs - Concepto, ventajas, desventajas y ejemplos.*
<https://concepto.de/tics/>
- Ramos Ruiz, C., H. H. L. (2020). *Seminario Arteterapia Online de AFIA-Foro Iberoamericano de Arteterapia-* <https://soundcloud.com/afia-comunicacion/seminario-arteterapia-online?fbclid=IwAR3Es9J8xktgN7kY29JweqyTjV31Q3QyDUOt7OFqCtC8biGYPyg7JtZbpiw>
- Resola, S. (2020, May 13). *La era post Covid-19 y el teletrabajo: ¿una oportunidad para nuevos empleos?* <https://www.lavanguardia.com/economia/20200513/481122119105/era-post-covid19-teletrabajo-oportunidad-nuevos-empleos-brl.html>
- Rodríguez Gómez, G., G. F. J., G. J. E. (n.d.). *Metodología de la investigación cualitativa* (EDICIONES ALJIBE, pp. 62–103). Retrieved August 27, 2020, from http://catedranaranja.com.ar/taller5/notas_T5/metodologia_investig_cap.3.pdf
- Romero Chaves, C. (2005, June). *LA CATEGORIZACIÓN UN ASPECTO CRUCIAL EN LA INVESTIGACIÓN CUALITATIVA.* Revista de Investigaciones Cesmag Vol. 11 No. 11.
http://proyectos.javerianacali.edu.co/cursos_virtuales/posgrado/maestria_asesoria_familiar/investigacion%20Material/37_Romero_Categorizaci%C3%B3n_Inv_cualitativa.pdf
- RTVE.es. (2020, July 28). *Mascarilla obligatoria siempre, cartilla COVID-19 y nuevas restricciones: así es el nuevo plan de Madrid.*

<https://www.rtve.es/noticias/20200728/mascarilla-obligatoria-siempre-cartilla-covid-19-nuevas-restricciones-asi-nuevo-plan-madrid/2033527.shtml>

Rueda, O. (2020a, March 14). *Cuidados y normas para el uso de la psicoterapia online* | Olga Rueda - VIDEOTERAPIA. <https://videoterapia.wordpress.com/2020/03/14/cuidados-y-normas-para-el-uso-de-la-psicoterapia-online/>

Rueda, O. (2020b, March 14). *Cuidados y normas para el uso de la psicoterapia online* | Olga Rueda - VIDEOTERAPIA. <https://videoterapia.wordpress.com/2020/03/14/cuidados-y-normas-para-el-uso-de-la-psicoterapia-online/>

Ruiz Sánchez, J. J. (2013). *Transferencia y contratransferencia. Del Psicoanálisis a la Psicoterapia Analítica Funcional*. - Dialnet. Realitas: Revista de Ciencias Sociales, Humanas y Artes. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4766802>

Santillán Marroquín, W. (2020, May 5). *Vista de El teletrabajo en el COVID-19*. <http://cienciamerica.uti.edu.ec/openjournal/index.php/uti/article/view/289/451>

TercerEspacio – Arteterapia. (n.d.). Retrieved August 31, 2020, from <http://arteterapiabarcelona.org/>

UAM Emprende. (2020). *Seminario 2 creditos Uam Emprende* -. <https://uamemprende.es/seminario/>

Usobiaga, E. (2005). *El encuadre y psicoanálisis* - OME-AEN. Norte de Salud Mental. Nº23. <https://studylib.es/doc/5063273/el-encuadre-y-psicoanálisis---ome-aen>

Vidal Moranta, T. (2005). *La apropiación del espacio: una propuesta teórica... La apropiación del espacio: una propuesta teórica para comprender la vinculación entre las personas y los lugares* (Vol. 36).

Vidal, V. (2020, May 16). *Las consecuencias del confinamiento prolongado* - Noticias Aragón - *El Periódico de Aragón*. https://www.elperiodicodearagon.com/noticias/aragon/consecuencias-confinamiento-prolongado_1421361.html

YouTube. (n.d.). Retrieved August 31, 2020, from <https://www.youtube.com/>

ANEXOS

ANEXO I: Modelo del consentimiento informado: Entrevista I

Nombre:

Fecha:

Dirección de correo electrónico:

El propósito de este protocolo es informarle sobre el proyecto de investigación y solicitarle su consentimiento para dicha colaboración. De aceptar, la investigadora se quedará con una copia firmada de este documento.

La presente investigación es llevada a cabo por Jessica Asensio Jiménez y se trata de un TFM/proyecto del máster de Arteterapia y Educación Artística para la Inclusión Social, desde la universidad Autónoma de Madrid, y en colaboración con el Departamento de UAM Emprende. Dicha investigación tiene carácter académico y también de emprendimiento, a través de un proyecto real llamado XXXXXXXX que surge a partir de la propuesta de intervención del TFM.

El propósito de la investigación es conocer más acerca de la experiencia de los profesionales en arteterapia online, y proponer un recurso facilitador en esta dirección. Para ello, se le solicita participar en una entrevista como profesional, la cual tendrá una duración aproximada de 30 minutos y será a través de la plataforma de ZOOM, pudiéndose acortar o extender si ambas partes están de acuerdo a lo largo de la misma.

Su participación en la investigación es completamente voluntaria y usted puede decidir interrumpirla en cualquier momento, sin que ello le genere ningún perjuicio. Si tuviera alguna consulta sobre la investigación, puede formularla cuando lo estime conveniente.

Su identidad será tratada de manera conjunta, citando su nombre como participante en dicha entrevista, y elaborando los resultados analizando sus respuestas y las de sus compañeros, otros profesionales que han realizado la entrevista, de forma unificada. Los derechos del uso de la entrevista quedan reservados a la investigadora Jessica Asensio Jiménez al igual que el nombre de dicho proyecto: XXXXXXXX.

Los videos y datos registrados serán de uso personal por la investigadora y tratados únicamente para la recogida de datos de dicho trabajo. Si lo desea, podrá tener una copia de la grabación realizada (de la suya propia), la cual se solicitará a finalizar la entrevista. De ser así, el vídeo será enviado por WeTransfer al correo del profesional.

Al concluir la investigación, recibirá un resumen con los resultados obtenidos de la entrevista, y será invitado a una conferencia/lectura de TFM en septiembre, en la cual serán

expuestos dichos resultados. Los datos personales (este documento con sus datos, su firma, y su correo electrónico personal), serán de carácter reservado.

Firma del profesional entrevistado:

ANEXO II: Modelo del consentimiento informado: Entrevista II

Nombre:

Fecha:

Dirección de correo electrónico:

El propósito de este protocolo es informarle sobre el proyecto de investigación y solicitarle su consentimiento para dicha colaboración. De aceptar, la investigadora se quedará con una copia firmada de este documento.

La presente investigación es llevada a cabo por Jessica Asensio Jiménez y se trata de un TFM/proyecto del máster de Arteterapia y Educación Artística para la Inclusión Social, desde la universidad Autónoma de Madrid, y en colaboración con el Departamento de UAM Emprende. Dicha investigación tiene carácter académico y también de emprendimiento, a través de un proyecto real llamado XXXXXXXX que surge a partir de la propuesta de intervención del TFM.

El propósito de la investigación es conocer más acerca de la experiencia de los profesionales en arteterapia online, y proponer un recurso facilitador en esta dirección. Para ello, se realizan unas preguntas por correo, y la profesional responde a las mismas enviándolas también por correo.

Su participación en la investigación es completamente voluntaria y usted puede decidir interrumpirla en cualquier momento, sin que ello le genere ningún perjuicio. Si tuviera alguna consulta sobre la investigación, puede formularla cuando lo estime conveniente.

Su identidad será tratada de manera conjunta, citando su nombre como participante en dicha colaboración, y elaborando los resultados analizando sus respuestas y las de sus compañeros, otros profesionales que han realizado la entrevista/ cuestionario, de forma unificada. Los derechos del uso de la entrevista/cuestionario quedan reservados a la investigadora Jessica Asensio Jiménez al igual que el nombre de dicho proyecto: XXXXXXXX.

Al concluir la investigación, recibirá un resumen con los resultados obtenidos de la entrevista, y será invitado a una conferencia/lectura de TFM en septiembre, en la cual serán expuestos dichos resultados. Los datos personales (este documento con sus datos, su firma, y su correo electrónico personal), serán de carácter reservado.

Firma del profesional entrevistado:

ANEXO III: Modelo del consentimiento informado: Sesión “EmpodérAT”

Nombre:

Fecha:

Dirección de correo electrónico:

Me informó Jessica Asensio Jiménez quien ejerce como coordinadora del taller de arteterapia “EmpodérAT” que los datos de la sesión servirán para su TFM / Proyecto de final del máster de Arteterapia y Educación Artística para la Inclusión Social de la Universidad Autónoma de Madrid.

Me informó también que las sesiones pueden ser registradas por medio de grabación vía ZOOM, escritos de la sesión, testimonios de los participantes, y fotografías de las obras con previa autorización; y que la utilización de dicha información será para fines académicos e investigativos.

Los datos personales serán de carácter reservado y por tanto la participación será anónima. Tengo el conocimiento de que toda la información está protegida y que nadie excepto la coordinadora de la sesión conoce esta información, salvo que yo en exclusiva dé el consentimiento, al cual puedo renunciar en cualquier momento.

Firma

ANEXO IV: Flyer: Sesión “EmpodérAT”



ANEXO V: Formación realizada para la investigación

Curso de Emprendimiento



Curso de Arteterapia Online





Certifican
la asistencia y aprovechamiento de

Jessica Asensio Jiménez
con D.N.I. 47553912D

al Curso Arte Terapia Online, realizado en el mes de Junio de 2020.



MARÍA SANZ
Arteterapeuta Gestalt, asociada como miembro titular en Asociación Española de Terapias Humanistas; Federación Europea de Arteterapia (ID F190068) y Asociación Española de Arteterapia Gestáltica Humanista.



Curso Arte Terapia Online

Objetivo: Ofrecer orientaciones básicas para la adaptación de la terapia de enfoque creativo y humanista al formato online.

Horario: Todas las sesiones serán en lunes de 12.00h a 13.30h. La duración de cada sesión de 1.5h.

Contenidos y fechas:

Naciones básicas para la atención online. 8 de Junio 2020.
Técnicas de vinculación en terapia online. 15 de Junio 2020.
Sostén corporal en terapia online. 22 de Junio 2020.
Creación y terapia online. Dinámicas. 29 de Junio 2020.

Curso de Desarrollo Web



D. Luis Miguel Soto Martín con NIF 03468659Y como responsable del centro de formación "ACADEMIA DEL TRANSPORTISTA DEL BIERZO AÑO 2000, S.L., con CIF B24471229, y domicilio en C/ Obispo Osmundo, Nº 12 - 24401 - Ponferrada (León)

INFORMA

Que D. Jessica Asensio Jimenez con NIF 47553912D está participando como alumna en la acción formativa denominada **IFCD022PO DESARROLLO WEB PARA COMERCIO ELECTRONICO**, de 150 horas de duración en modalidad teleformación, con fecha de inicio 22/06/2020 y fecha de finalización 06/10/2020, dentro del expediente F180471AA, con código de acción formativa 4 y código de grupo 3, en base a los contenidos que figuran al dorso e impartida al amparo del Subsistema de Formación Profesional para el Empleo.

Y para que así conste, se expide este documento informativo en Ponferrada, a veinticinco de agosto de dos mil veinte.



Fdo. Luis Miguel Soto Martín