



UNIVERSIDAD DE LA REPÚBLICA

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

Trabajo final de grado.

Ensayo Académico

La expresión plástica como estrategia en el reconocimiento de las emociones, orientada a desarrollar la empatía, en el marco de promoción en salud.

Autora: Paula Antonella Medina Nasisi

C.I: 4.378.499-6

Tutora: Docente Mag. Gabby Recto Alvarez.

Revisora: Docente Mag. Sandra Fraga.

Montevideo, abril 2021

Agradecimientos.

A toda la gran Red que me acompaña en esta vida,
compuesta por madre, padre, amigos, amores, compañeros.

A todas las personas
que de alguna manera supieron sostenerme
en diferentes momentos de este largo proceso.

Sus palabras, gestos y espacios,
fueron vitales y
me permitieron llegar hasta donde me encuentro hoy.

Escribir estos agradecimientos
hace dimensionar realmente
la importancia de quienes me acompañan en la vida

Hoy entiendo que sola, no hubiera podido.

Gracias infinitas a la Red y a el amor.

Un especial agradecimiento a Gabby,
quien me acompañó de cerca,
amorosamente y estando muy presente,
en esta última aventura dentro de Faculta de Psicología.

¡Gracias!

Índice.....	3
Introducción.....	4
Desarrollo	
• Acerca de las Emociones.....	9
• Acerca de la Empatía.....	14
• El Taller y la promoción en Salud.....	17
• La Expresión Plástica como estrategia para el abordaje de las emociones.....	21
Reflexiones finales.....	25
Referencias bibliográficas.....	28

Introducción

El presente Trabajo Final de Grado, modalidad de Ensayo Académico, se presenta en el marco del egreso de la Licenciatura de Psicología de la Universidad de la República. Desarrollarlo, se entiende como una oportunidad para profundizar y expandir los contenidos de aprendizajes abordados durante el transcurso de mi formación académica, y a su vez, como un desafío, ya que pretende articular con el camino de experiencias personales recorrido en relación al tema.

Transcurso que integra mi pasaje por el Instituto Escuela Nacional de Bellas Artes (2012 - 2015), el cual devela mi interés especial por las artes, siendo este recorrido, una experiencia fundamental para comprender a través de la propia experiencia, la complejidad y la cercanía de los procesos artísticos y expresivos con los procesos psicológicos y emocionales.

El tema seleccionado surge a partir de mi interés de indagar sobre la expresión plástica como posible estrategia para abordar las emociones, y más precisamente, como forma de promover y desarrollar la empatía. Mi inquietud por trabajar con técnicas plásticas con niñas y niños en edad escolar, provoca la posibilidad de presentar un proyecto en la Escuela N° 19 de la Barra de Maldonado (2017), departamento en el cual resido. La propuesta plantea, como objetivo, generar un espacio de Taller, donde trabajar las emociones a través de prácticas artísticas variadas, con técnicas como dibujo y pintura, collage, creación y narración de historias con música. El propósito fue promover en niñas y niños, el reconocimiento y la adquisición del lenguaje emocional, necesario para entender qué les pasa en cada ocasión y así expresar lo que sienten. Logrando a su vez, percibir los sentimientos, pensamientos y emociones de los otros.

Gallardo (2009) expresa:

La importancia de las actividades plásticas en Educación Infantil radica en que permite la expresión espontánea de los pensamientos y emociones y posibilita la reconstrucción de sus experiencias por lo que supone un importante aspecto en el desarrollo personal y emocional (p.2).

En dicha oportunidad, se desarrollaron 4 encuentros, con niñas y niños de segundo año escolar. En cada Taller, se podía percibir de parte el ánimo y la necesidad de expresarse. Participaban de forma activa de las propuestas que se les presentaba. A través del juego y del arte, expresaban sus sentires, logrando poner en palabras su emocionalidad,

escuchando y comprendiendo lo que en la trama grupal acontecía. El clima era de entusiasmo y respeto. “La expresión plástica es un medio natural de expresión y comunicación de vivencias y sentimientos en los seres humanos” (Herrero, 2015, p.15).

La expresión plástica y cualquier tipo de expresión artística en el trabajo con niñas y niños, se va a interpretar necesariamente como un juego. “El jugar y el juego no son solo diversión o descarga expresiva y afectiva asociada al placer. Son también expresión de conflicto, malestar y canalización de angustias y ansiedades varias” (Amorin, 2009, p.42).

El año 2020 se ha caracterizado por el contexto de pandemia que afectó a nivel mundial. La Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL), escribe: “La pandemia de enfermedad por coronavirus (COVID-19) ha provocado una crisis sin precedentes en todos los ámbitos” (CEPAL, 2020, p.1). Han sido numerosas y variadas las medidas tomadas por los gobiernos a nivel internacional, regional y nacional. El confinamiento y el cierre de las instituciones educativas han sido las drásticas medidas que adoptaron los países afectados a modo de prevenir que la enfermedad continúe propagándose (Garrido y Gonzalez, 2020).

El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia, (UNICEF) expresa sobre el impacto negativo del cierre de las escuelas en la salud física y mental, nutrición, seguridad y aprendizaje de los niños, niñas y adolescentes” (UNICEF, 2020, párr.2). En la región, hasta el 7 de julio de 2020, en los 33 países que conforman América Latina y el Caribe, en el ámbito educativo las medidas tomadas en gran parte se vinculan a la suspensión de clases presenciales abarcando todos los niveles educativos (CEPAL, 2020, p.2).

La situación de Uruguay en referencia a la educación de niñas y niños durante la pandemia se ha visto - a nivel internacional -, de forma privilegiada por el amplio acceso a la plataforma educativa a distancia. Es a través del programa de Plan Ceibal, algo sin antecedentes en América Latina, que se logró que un 77% de las niñas, niños y adolescentes puedan continuar estudiando. El 23% restante son niñas y niños que no se conectaron, lo cual se presenta como una situación de riesgo muy alto de desvinculación del sistema educativo formal (UNICEF, 2020, párr.8).

Es en este contexto social y sanitario que desarrollé, en forma presencial y con los protocolos necesarios, durante los meses de agosto a noviembre del año 2020, en el Espacio Ulala en la Ciudad de Maldonado, un espacio de Taller de expresión plástica. La

propuesta de autoría, se denominó “Arte y Emoción”, y plantea potenciar la expresión plástica, en sus más diversas facetas (se incluyó técnicas de dibujo y pintura, cerámica, collage, escritura y/o narración de historias, complementada cuando se entendió necesario con con ejercicios de respiración y expresión corporal) orientado hacia el desarrollo de la empatía, trabajando con las emociones y la Conciencia Emocional (IE). Participaron de la propuesta seis niñas y niños, de edades integradas. Siendo los cinco años la edad del niño menor y nueve años la niña mayor.

“La Conciencia Emocional hace referencia a la habilidad de ser consciente de las propias emociones y las de los demás, así como percibir el clima emocional de un contexto determinado” (Ordóñez, González y Montoya, 2016, p.79). Este constructo resulta relevante para el bienestar de la infancia, ya que posibilita a las niñas y los niños a conocer cómo se siente con lo que acontece a su alrededor y le da la oportunidad de adaptarse a los diversos momentos, aumentando la flexibilidad cognitiva (Villanueva, Prado-Gascó, Gonzalez y Montoya, 2014).

Otro constructo que nos aporta para poder pensar las emociones, es el concepto de Inteligencia Emocional. Dicho concepto hace referencia a:

[...] los procesos implicados en el reconocimiento, uso, comprensión y manejo de los estados emocionales de uno mismo y de otros para resolver problemas y regular la conducta. Desde esta línea, por un lado, la IE hace referencia a la capacidad de una persona para razonar sobre las emociones y, por otro lado, procesar la información emocional para aumentar el razonamiento. (Mestre, Brackett, Guil y Salovey, 2007, p.1).

Este concepto (IE) se enmarca dentro de la teoría de las inteligencias múltiples desarrollado por Howard Gardner, quien critica la tradicional forma de conceptualizar y medir la inteligencia. En 1983, propone un “nuevo modelo de entendimiento de la mente” y define a la inteligencia como “la habilidad necesaria para resolver problemas o para elaborar productos que sean de importancia en un contexto cultural o en una comunidad determinada” (Gardner, 2011, p.4).

La expresión y el acto de expresar es una condición de los seres humanos. En el sentido más estricto, la *expresión* es definida por la Real Academia Española (RAE) con varias acepciones: “declaración de algo para darlo a entender”, “efecto de expresar algo sin palabras”, “manifestación de los afectos y de las emociones por medio de la gesticulación”

(Real Academia Española, s.f., definición 2, 4 y 5). No obstante, estas definiciones no dimensionan la complejidad que conlleva la expresión, en tanto muchas veces y relacionado especialmente a lo emocional, las expresiones no están bajo nuestro dominio total. No todas las expresiones emergen desde el lugar de la consciencia y del conocimiento, sino que también surgen expresiones de carácter inconscientes, de las cuales no se tiene conocimiento ni comprensión.

Meza (2019) expone en relación a la expresión artística que ésta “nos da la posibilidad de llegar a lo profundo casi sin darnos cuenta, por un camino diferente (no convencional). Conectarnos con una parte nuestra que también quiere decirnos algo, hacer consciente lo inconsciente, vencer fácilmente las resistencias” (p.76). Adjetivando al término inconsciente para calificar un estado o disposición mental que presenta aquella persona que desarrolla sin darse cuenta un comportamiento, o expresa una emoción que, por lo general, le sucede sin advertirla.

En uno de los encuentros del Taller en el Espacio Ulala, en el mes de octubre, propongo trabajar la técnica artística del collage; que consiste - en términos generales- en pegar distintas imágenes sobre el papel. La consigna dada fue que crearan un escenario colocando aquellas cosas, que más les gusta hacer y que les hace sentir bien. Transcurrido el tiempo de trabajo, van finalizando y nos acercamos al cierre. En este momento, se comparte en el grupo las producciones y se invita a poner en palabras, aquello que deseen compartir. Una niña (7 años) muestra su producción y comienza a narrar lo que ha seleccionado para hacer el collage. Entre los recortes, aparece, una imagen de personas grandes. La participante, narra que su abuela, había fallecido hacía apenas unos días atrás, -“*mi abuela murió, se fue*”-. Durante su relato, desciende su tono de voz, sus ojos miran su producción y se puede percibir en su expresión facial, una especie de confusión, como de no entender el devenir de la situación. Se la siente y se percibe triste. En este contexto, el grupo ofició como apoyo y potenció las posibilidades de elaboración del duelo.

Es interesante pensar como, en el espacio de apertura donde se preguntó cómo habían estado y qué vivencias traían de los días anteriores al encuentro, la participante no expresó nada sobre la pérdida del familiar. Fue mediante la expresión plástica que, si bien la propuesta promovía la posibilidad de plasmar experiencias positivas, en ella se habilitó el proceso de conectar y expresar esa vivencia, que le representa pérdida, tristeza y dolor.

Raquel Herrero (2015) plantea que “la expresión es una necesidad que posee el ser humano para comunicarse con el resto” (p.15). Esta comunicación no está únicamente ligada al orden de la palabra y a lo cognitivo, sino también a lo emocional y lo no consciente.

“El arte responde precisamente a este otro tipo de lenguaje, el no verbal, ayuda entonces a encontrar otras formas de comunicación con uno mismo y con los demás” (Meza, 2019, p.80).

En psicología se aplica el término comunicación no verbal a las conductas alternativas al comportamiento verbal, que cumplen la función de transmitir información, poniendo de manifiesto así, un paralelismo entre el lenguaje y un lenguaje no verbal (Fernández -Dols, 1994).

En ocasiones, la expresión misma se torna en una herramienta para conocer qué es aquello que se expresa. ¿Será la expresión plástica un camino para acercarse al entendimiento/conocimiento de aquello que uno expresa sin saber lo que es? ¿Ejercitando dicho reconocimiento, se promueve la empatía, en tanto capacidad de percibir los sentimientos, pensamientos y emociones de los demás?

Durante el proceso del proyecto de Arte y Emoción, se pudo observar en niñas y niños las diversas formas de comunicación que se desplegaba en el grupo, más allá de lo verbal. Movimientos agitados, ciertas posturas, la quietud, la mirada, la expresión facial, la proximidad de los cuerpos. Estos elementos fueron claves para lograr el reconocimiento sobre dos cuestiones: lo que les podía estar sucediendo a nivel emocional de forma singular a cada una y uno de las y los participantes; y lo que podía estar aconteciendo en ese espacio a nivel emocional y relacional, en tanto clima de convivencia enmarcada en el contexto de trabajo grupal.

A partir de una instancia donde en el Taller, la propuesta fue elaborar dibujos libres, se logró generar narrativas desde las niñas y niños, sobre las emociones encontradas, que por momentos emergían, en relación a sus participaciones en el Espacio. Cada encuentro presencial semanal, se deseaba pero también se temía. El discurso médico hegemónico que se imponía debido a la pandemia, colocaba al otro en una situación de inminente peligro de posible contagio. El miedo es un sentimiento que se puede transmitir a otros, así como las demás emociones de alegría, gratitud, esperanza, inspiración, amor entre otros.

La oportunidad de los gráficos, generó el espacio para intercambiar sobre los cuidados que debíamos tener en cada encuentro. Varias dinámicas expresivas con gráficos, habilitaron, mediante una comunicación respetuosa, la posibilidad de que cada integrante lograra ponerse en el lugar de una otra y un otro y comprender lo que sentían y pensaban referido a las vivencias y emociones que se estaban transitando, en ese contexto tan especial.

Ante la contingencia mundial por el Covid 19, el miedo está latente, sobretodo al estar constantemente expuestos a los medios de comunicación y redes sociales. El Doctor en Psicología David Myers (2010), expresa que para el cuidado de los otros, es importante la empatía como un ejercicio de comprender la realidad del otro, su situación y su contexto, comprenderlo en su humanidad y ser solidario con el otro.

Intentaré en el desarrollo del trabajo, poner en diálogo mi experiencia en el abordaje de emociones y específicamente de la empatía a través de la expresión plástica, articulando con autores pensadores del tema, generando una producción crítica, que permita aportar al acercamiento al tema, desde una mirada reflexiva y éticamente comprometida.

Acerca de las emociones

Hablar de las emociones es adentrarse en un universo tan abundante como complejo. Son numerosas las personas que han dedicado años en la investigación y estudio sobre este tema, entre ellas , Kleinginna y Kleinginna (1981), Reeve (2002), Fernandez-Abascal, Rodriguez, Sanchez, Diaz y Sanchez (2010), Guenechea (2014), Ossa (2019). Diversas disciplinas han tomado por objeto de estudio las emociones; Psicología, Fisiología, Neurología, Sociología, Antropología, - entre otras-, desplegando múltiples formas de entender y conceptualizar los procesos emocionales. Ello complejiza aún más, al momento de encontrar una definición consensuada por la comunidad científica, dado que “cada uno de los autores que trabaja sobre las emociones, toma una dimensión específica y construye su modelo en torno a ella” (Elices, 2015, p.224).

Ante tal amplio grado de diversidad, se puede decir que ninguna de las dimensiones de forma independiente define apropiadamente a la emoción (Reeve, 2002).

Resulta pertinente para el presente trabajo, la labor de Kleinginna y Kleinginna (1981) quienes hicieron una recopilación de las definiciones sobre emoción en función de sus efectos funcionales, afectivos, psicofisiológicos, motivacionales. De dicho análisis se

desprenden once categorías donde se puede agrupar las diferentes formas de conceptualizar la emoción. Según las diversas líneas teóricas que se han desarrollado y donde se ha puesto el foco según la disciplina desde la que se aborda.

Categoría **Afectiva**; donde se enfatiza los aspectos experienciales o subjetivos, **Cognitiva**; se basa en los aspectos perceptivos, de valoración situacional y catalogación de las emociones, **Fisiológica**; da cuenta la relación entre los procesos emocionales y los sistemas fisiológicos cerebrales, **Adaptativa**; marca la importancia del papel funcional y organizador de las emociones, **De Estímulos elicidores**; acentúa el factor de la estimulación externa como desencadenante de las emociones, **Emocional/expresiva**; pone foco en la dimensión expresiva, incluyendo las respuestas emocionales que son observables externamente, **Disruptiva**; perspectiva que conceptualiza los procesos emocionales como disruptivos, marcando los efectos disfuncionales y de desorganización, **Motivacional**; se argumenta que las emociones son el principal agente motivador, **Restriictiva**; se define por la diferenciación de este proceso (emocional) frente a los demás procesos psicológicos con los que interactúa, especialmente con la motivación, **Escéptica**; categoría que cuestiona la importancia y la utilidad del concepto de emoción, está basada en el desacuerdo que hay en la psicología a la hora de establecer una definición que consensúe todas las ideas de las diferentes orientaciones en el estudio de la emoción (Kleinginna y Kleinginna, 1981).

Por último la de nuestro mayor interés; **la Multidimensional (o multifactorial)**; la cual subraya la multidimensionalidad de los procesos emocionales y de los fenómenos cognitivos, afectivos, fisiológicos y conductuales.

Las emociones como un proceso que implica una serie de condiciones desencadenantes (estímulos relevantes), la existencia de experiencias subjetivas o sentimientos (interpretación subjetiva), diversos niveles de procesamiento cognitivo (procesos valorativos), cambios fisiológicos (activación), patrones expresivos y de comunicación (expresión emocional), que tiene unos efectos motivadores (movilización para la acción) y una finalidad: que es la adaptación a un entorno en continuo cambio. (Fernandez-Abascal *et al*, 2010, p.40)

Esta última perspectiva da cuenta de la posible articulación e integración entre todas las orientaciones teóricas, aunque de todas formas las perspectivas biológicas y cognitivas son las que figuran y aportan de forma predominante (Fernandez-Abascal *et al*, 2010, p.74).

Maureira y Sanchez (2011) clasifican las emociones en categorías biológicas y sociales. Expresan que “sólo ciertas emociones son parte de nuestro repertorio filogenético” (p.184) argumentando que las emociones biológicas son aquellas que nacen de funciones biológicas que están orientadas a preservar la homeostasis, tales como el miedo, la alegría, la ira y la tristeza. Las emociones sociales serían aquellas que se originan en la relación social, y que al estar sujetas a lo social, pueden variar de una cultura a otra. Estas emociones serían “la envidia, la vergüenza, el orgullo, la culpa, los celos”, entre otras (p.183).

“Las llamadas emociones sociales surgen en un determinado contexto social, y es éste el que le concede significación” (Choliz y Gomez, 2002, p.3). Plantear estas dos clasificaciones (emociones biológicas y sociales) puede ayudar a pensar desde dónde surgen las emociones y posibilita la capacidad de actuar en consecuencia.

Trabajos como los de Guenechea (2014) y Ossa (2019), han instalado en la sociedad, la necesidad de poner atención a la dimensión emocional de niñas y niños, comprobando que el abordaje de las emociones a través de la Expresión Plástica es una forma posible.

Se entiende que, el abordaje expresivo con niñas y niños resulta imprescindible, considerando que es necesario el trabajo emocional en esta etapa de la vida para la constitución de adultos con mayor autoconocimiento y comprensión de sus propias emociones. Lograr entender qué nos pasa a nivel emocional, nos acerca a nosotros mismos y habilita la posibilidad de comprender lo que le sucede a las otras y otros.

“La expresión es una capacidad innata del ser humano, y constituye el primer paso que da el niño en el camino de las manifestaciones de su ser, una de estas es la expresión plástica que, en sí, constituye un lenguaje, es también comunicación o un intento por comunicarse, que implica la intención de exteriorizar las percepciones o sentimientos sobre los demás” (Malo, 2008, p.61).

En España, Guenechea, (2014) propone una investigación utilizando herramientas de la Expresión Plástica para abordar las emociones. La hipótesis que plantea es que “el desarrollo de actividades de Expresión Plástica en el aula de Educación Infantil contribuye a la libre expresión de ideas, conceptos, sentimientos y/o emociones, y por lo tanto, al óptimo desarrollo emocional de los más pequeños” (p.24). Trabajó con una población de veintidós niñas y niños de 4 años, de un colegio en Valladolid. Las actividades que se desarrollaron

se llevaron adelante durante el periodo escolar con una duración total de 2 meses. El trabajo se centró en generar un registro grupal, donde se evaluaban y clasificaba si: “se manifiestan emociones como alegría, tristeza o rabia/ ira mientras se realiza la actividad, se expresan ideas y conceptos verbalmente durante el transcurso de la actividad y si se expresan sentimientos y experiencias de forma verbal” (p.29). Al realizar el análisis de los datos obtenidos; se concluyó que: “las emociones junto con la Expresión Plástica favorecen de forma íntegra al desarrollo del niño”, considerando “indispensable la estimulación de la Expresión Plástica como un complemento adecuado - dentro de las Instituciones escolares-, ya que brinda la posibilidad de expresar sentimientos, experiencias y emociones” (Guenechea, 2014, p.38).

En Santander, Colombia, Ossa (2019), ante la observación de dificultades en la interacción social entre pares dentro del aula, propone aplicar estrategias lúdico-pedagógicas, basadas en el arte, para fomentar la empatía en niños preescolares, con edades entre 4 y 6 años, afiliados a una institución escolar. “Se observan enfrentamientos de manera física y verbal entre estudiantes, rechazo hacia las actividades grupales e interacción con algunos compañeros, poco interés hacia la escucha y el conocimiento del otro” (Ossa, 2019, p.4). Ante esta problemática, la autora se plantea investigar: “¿cuáles estrategias lúdico-pedagógicas basadas en el arte son más efectivas en el fomento de la empatía en niños preescolares de los grados jardín y transición?” (p.4). Se propone contribuir a la mejora de un espacio de convivencia (como es el aula), disminuyendo las agresiones y generando espacios de juego, acercamiento, aprendizaje y reflexión aplicando estrategias lúdico-pedagógicas, basadas en el arte. Se concluyó que si bien todas las estrategias aplicadas generaron aprendizaje y un acercamiento de las niñas y los niños al arte como medio de expresión, se considero en esta experiencia al arte escénico como “el más útil para la expresión y el fomento de la comprensión del otro debido a que es un escenario para la exteriorización del pensamiento de manera verbal, no verbal, escrita y corporal entre otras cosas” (Ossa, 2019, p.42). La experiencia en su totalidad dio cuenta que se logró un conocimiento de las niñas y los niños de la clase, logrando avances en las relaciones interpersonales, en tanto las diferentes actividades artísticas potenciaron la interacción y actividades grupales, generando un mejoramiento del clima social en el aula y un mejor trato entre pares.

La experiencia de Taller, para trabajar sobre las emociones, presentada en el departamento de Maldonado, que tuvo lugar en la Escuela N°19 de la Barra, fue bien aceptada por las niñas y niños del curso. El espacio se inauguró con la pregunta -¿Sabes que son las emociones?-. Las respuestas surgieron rápidamente; *Cuando siento amor*.

-*Cuando estoy contento*-. Las aportaciones que iban emergiendo, estaban relacionadas con formas de sentir, asociadas a lo agradable y placentero.

No hubo en una primera instancia, y de manera espontánea, intercambios que tuvieran que ver con sensaciones, emociones y/o sentimientos que no fueron agradables. ¿Qué pasa con las emociones que son desagradables y/o causan displacer? ¿Por qué no se mencionan? ¿Reconocerán estas experiencias como emocionales? ¿El reconocerlas, mejora la capacidad de entender el comportamiento de otras personas? ¿Mejora la habilidad para conectar a nivel emocional con otras y otros? ¿Aumentan, en niñas y niños, las herramientas a la hora de resolver conflictos? ¿Aumenta la sensación de competencia a nivel social, mejorando la autoestima?.

Para abordar estas preguntas y generar espacios de reflexión a través de las propias expresiones de niñas y niños, presenté una dinámica donde se desplegaba una serie de emociones, reflejadas en gráficos de rostros. Con la intención que pudieran reconocer y poner en palabras qué emoción entendían que estaba sintiendo el personaje a través de cada expresión facial. Posteriormente, los dibujos quedaron a disposición para colorear, ofreciendo variados materiales a elección (fibras, lápices de colores, témperas y pinceles).

Fue un ejercicio evaluado como positivo, ya que permitió un espacio de reflexión e intercambio fluido entre las niñas y niños, sobre una gama variada de emociones. Luego de presentar el primer rostro (alegre), el cual reconocieron rápidamente, se continuó con una serie de rostros que expresaban: sorpresa, miedo, tristeza, vergüenza, enojo, logrando, tras exposiciones e intercambios entre todas y todos, el reconocimiento de cada una de las expresiones seleccionadas.

Este ejercicio permitió al reconocimiento de dichas emociones en la experiencia singular de vida de algunas y algunos de las niñas y niños presentes. *-Ese está enojado como yo cuando me caí de la hamaca y me raspé-*, (Niño 6 años) - *Yo sentí miedo cuando se cortó la luz en casa y estaba sola en mi cuarto-* (Niña 7 años). El ejercicio permitió plantear y trabajar sobre las emociones que conllevan sensaciones displacenteras, que no pudieron ser enunciadas por las niñas y los niños en el primer encuentro. Se desplegó la posibilidad de reconocer las emociones trabajadas y conectarlas con vivencias previas que algunas de las niñas y niños habían atravesado.

Los dibujos que quedaron a disposición para colorear, fueron seleccionados en su totalidad para realizar dicha tarea. Fue interesante el despliegue de colores en relación con

los gráficos, donde solo había un diseño de expresión facial de alegría, presentando diversidad de colores, con predominio de la paleta amarilla, roja y azul. El resto de diseños, fueron pintados con una gama de colores similares entre ellos, habiendo presencia de colores que no habían sido utilizados en el diseño de expresión de alegría, como violeta y marrón. Si bien los colores utilizados para estos gráficos fueron los mismos, es la combinación de éstos, lo que generan diferentes sensaciones, determinando una relación más clara, entre las manifestaciones de niñas y niños y los acontecimientos asociados a las diversas emociones. “Colores y sentimientos no se combinan de manera accidental, y sus asociaciones no son cuestiones de gusto, sino experiencias universales profundamente enraizadas desde la infancia en nuestro lenguaje y nuestro pensamiento” (Hellen, 2008, p.17).

Las expresiones faciales son una herramienta importante “para la identificación del estado emocional que estas denotan” (Morales, Agulla, Zabaletta, Vivas, y López, 2017, p.32). Estas expresiones y gestos del rostro, brindan información importante para interpretar los mensajes, las conductas y las acciones de las y los demás “desempeñando un papel central en la regulación de la conducta social como componente de la interacción interpersonal” (Morales *et al.*, 2017, p.32). Están estrechamente vinculadas con el lenguaje/comunicación no verbal, elemento que es fundamental para la Psicología y con el cual trabaja.

Acerca de la empatía.

La empatía como concepto es amplio, complejo y multidimensional, de la cual no existe una definición consensuada. Hay numerosas definiciones y construcciones diversas sobre este término, lo cual conlleva que hasta el día de hoy esté instalado un extenso debate (Olivera, 2010, p.7).

Para el desarrollo del presente trabajo, se comprende la empatía como un interés o atención que se dirige a la comprensión de los estados racionales y/o emocionales de un otro ante una situación concreta (Cardona, 2017, p.22). Rogers (en Gelsi, 2011) entiende y expresa que la empatía “se trata de la comprensión íntima del otro, del mundo interno del otro, tal como éste lo vive, aunque no sepa con claridad cómo lo vive” (p.121).

El ser humano tiene la posibilidad de ser empático, considerando que “la empatía es una conducta que hace parte de este componente humano” (Hernández, Lopez y Caro, 2017, p.228) y esta capacidad puede ser potencialmente desarrollada.

En este sentido, la educación tanto en los Centros escolares como fuera de ellos, posee un papel fundamental en el aporte de elementos que permitan fomentar el interés y la responsabilidad por el bien propio, tanto como el del colectivo. Al decir de Giroux, H. (1998), se trata de crear modos alternativos de experiencia, de hacer de las instituciones educativas, ámbitos que afirmen la posibilidad de correr riesgos creativos, de comprometer la vida para enriquecerla.

Se entiende junto a Cano (2012), que “la educación trasciende a las instituciones formales de educación en los diferentes formatos que éstas fueron adquiriendo en el mundo occidental a partir de la modernidad” (p. 24). Es en este sentido que la escuela es conocida como una institución de educación formal por excelencia, no obstante, entiendo que es necesario generar espacios donde poder abordar la tarea educativa, desde un marco global y complementario.

Colocar la mirada comprometida desde la psicología, para dar cuenta de dichos procesos, hizo posible pensar la experiencia desarrollada a partir del proyecto Arte y Emoción, situando las opciones metodológicas, así como también los instrumentos y definiciones que se fueron llevando a cabo. Recrear el enfoque de la promoción de salud, y específicamente el reconocimientos de las emociones, a partir de la Expresión Plástica en espacios de educación no capturados por el sistema formal, supone un desafío mayor, ya que trabajar en la escuela aseguró que veintisiete niñas y niños participaran de la propuesta, mientras que en el Espacio Ulala, la promoción de la propuesta convocó a participar tan solo a 6 niñas y niños.

¿Promover un espacio donde se desarrollen actividades de Expresión Plástica, proponiendo consignas de trabajo, con un contenido direccionado al plano de lo emocional, podría ser una estrategia adecuada para el reconocimiento de las emociones y el desarrollo de la Conciencia Emocional? ¿Se promocionaría la empatía para la construcción de una sociedad más humanamente integrada?. Una sociedad en la que se realizan patrones socialmente valorados en cuanto a las relaciones humanas y en la que existe un equilibrio entre metas económicas, políticas, sociales y culturales, así como en la distribución equitativa de los recursos materiales y simbólicos, entre ellas, la formación no escolar de capacidades humanas necesarias para hacer uso de los recursos personales y sociales (Salvia, 2010).

Es oportuno preguntarse ¿para qué estimular la empatía a las niñas y niños? ¿qué beneficios tiene ser empática y empático? Para responder esta pregunta tomamos aportes

de Fernandez (2011), quien explica que la empatía “tiene una función en los niños que les permiten mayor entendimiento, compasión y regulación de la agresión” (p.4). Ante la diversidad social y cultural que nos rodea, necesitamos poder ver a las otras y los otros con una mirada más cálida, aceptando las diferencias que nos constituyen. Esta labor de *ponerse en los zapatos del otro* nos acerca más a esa otra, ese otro siempre diferente. “Otro beneficio es la reducción del prejuicio social, al entender y apreciar los sentimientos y formas de ver el mundo de los otros” (Fernandez, 2011, p.5).

La empatía, como los sentimientos de amor, solidaridad y comprensión, se hacen posible, por medio de un vínculo afectivo que se crea y construye en forma progresiva, mediante acciones cotidianas. ¿Qué, cómo y cuándo, decimos, insinuamos, expresamos, comunicamos cuando experimentamos una emoción? Sabiendo que no solo comunicamos verbalmente ¿Somos conscientes de cuáles expresiones faciales y corporales me acompañan cuando me invade determinada emoción? ¿Contemplamos/pensamos en la afectación de la otra o en el otro para con quien me expreso?

Como argumenta Aguado y Heredia (1995) “utilizamos principalmente el lenguaje no verbal para expresar sentimientos, emociones y estados de ánimo” (p.147). Por esta razón, es importante y necesario atender esta dimensión no verbal, ya que hay información de tipo emocional que se despliega y se manifiesta a través de las miradas, gestos, posturas y movimientos.

Considerando a la empatía como constructo a abordar; ¿qué aportes genera el trabajo de la expresión plástica orientado a la conciencia emocional en un contexto (dispositivo) de Taller? ¿Qué elementos y/o técnicas dentro del Taller son más eficiente para abordar las emociones y especialmente la empatía?

Uno de los ejercicios que se trabajó desde el Proyecto, orientado al desarrollo de la empatía consistió en la representación de algunas emociones a través de mímicas y lenguaje no verbal. Niñas y niños iban pasando a medida que se animaban, tomaban una de las láminas que estaban sobre la mesa colocada boca abajo (las mismas que habían sido trabajadas anteriormente y coloreada por ellas y ellos), y la que saliera, la debían representar sin utilizar la palabra como medio de expresión. El resto de las y los compañeros tenían que adivinar de qué emoción se trataba. Durante este ejercicio, se vivió un ambiente de alegría y diversión. Los resultados fueron positivos, ya que se logró identificar las emociones, a través del juego, las niñas y los niños que pasaban a representar la emoción buscaban con movimientos, posturas, conductas, gestos y

expresiones faciales expresar la emoción para que sea captada y entendida por sus compañeras y compañeros.

Cualquier proceso psicológico conlleva una experiencia emocional de mayor o menor intensidad y de diferente cualidad. Podemos convenir que la reacción emocional (de diversa cualidad y magnitud) es algo omnipresente a todo proceso psicológico (Chóliz, 2005, p.5).

El dispositivo de Taller y la promoción de salud

La emoción, es un proceso psicológico que nos prepara para adaptarnos y responder al entorno. Estos procesos, se traducen en estados, como resultado de la adaptación social y el ajuste personal. Olivera (2017) plantea la empatía como un interés o atención que apunta a la comprensión de los estados emocionales o racionales del otro ante una situación concreta (Citado en Cardona Calderón, 2017).

El Proyecto Arte y Emoción se enmarca dentro de un espacio de promoción en salud, orientado hacia una propuesta educativa, como estrategia para el abordaje de emociones y especialmente promover empatía. Cano (2012) entiende a la educación en términos generales como la “transmisión ideológica y cultural de una generación a otra” (p. 25), considerando lo educativo como una experiencia que permite la incorporación del ser humano a la cultura.

Según la Organización Mundial de la Salud (2016), la promoción en salud:

Permite que las personas tengan un mayor control de su propia salud. Abarca una amplia gama de intervenciones sociales y ambientales destinadas a beneficiar y proteger la salud y la calidad de vida individuales mediante la prevención y solución de las causas primordiales de los problemas de salud, y no centrándose únicamente en el tratamiento y la curación (párr.1).

Para adquirir los conocimientos, las actitudes y los hábitos básicos para la promoción y defensa de la salud individual y colectiva, la Educación para la Salud es un proceso de educación y de participación del individuo.

Tiene como objetivo, transmitir conocimientos que motiven y potencien el saber y el saber hacer, así como el desarrollo de conductas encaminadas a la

conservación de la salud del individuo, la familia y la comunidad, para lograr estilos de vida saludables. Debe ocuparse de que las personas conozcan, analicen las causas sociales, económicas y ambientales, que influyen negativamente en la salud (Díaz, *et al.*, 2012, p.303).

Es de considerar que desde la psicología, se brinden servicios y espacios que habiliten la promoción de la salud de forma integral, afirmando la importancia que tiene la salud mental y emocional en la vida de los seres humanos.

Promover la realización de actividades múltiples y diversas, en las cuales “se apunta a empoderar a la población brindando las herramientas para que cada individuo y cada comunidad pueda hacerse cargo de su salud” (Escudero, 2016, p.35).

¿Cuán pertinente es una psicóloga o psicólogo creando un espacio de Taller de Expresión Plástica pensado como espacio de promoción en salud? ¿por qué?

Una de las estrategias de promoción de la salud es el desarrollo de habilidades para la vida considerando a las propias personas como principal recurso para la salud. Un Taller ha de conseguir que sus participantes se conviertan en «activos» para tomar decisiones y generar salud, centrándose en el desarrollo y adquisición de habilidades en grupo de una manera motivadora y con la finalidad de alcanzar los objetivos propuestos (Hernandez *et al.*, 2017, p.41).

El trabajo con niñas y niños sobre las emociones deviene en un trabajo preventivo, habilitando desde edades tempranas otras formas de saberse, pensando y reflexionando sobre lo que sienten. Promover la expresión y fomentar la capacidad de comunicación de nuestros estados emocionales, es fundamental para el desarrollo de herramientas que permitan la construcción de una vida orientada al bienestar individual y colectivo. Según Jeta (1998), no tener la posibilidad de conectar con las emociones y sentimientos, y aun teniendo esas posibilidades pero con condiciones que se orienten a ocultarlas o no exteriorizarlas, “deteriora las capacidades vivenciales y perceptivas, lleva a la insensibilidad y al desajuste emocional” (p.18).

Pensar el Taller en el Proyecto Arte y Emoción, desarrollado en dos espacios institucionales diferentes, me ha ayudado a comprender el aporte del dispositivo, como posible potenciador de espacios saludables, de promoción de la participación y de la libre

expresión de niñas y niños. En este contexto, tomamos el pensamiento de Cano (2012) quien plantea el Taller como:

un dispositivo de trabajo en y con grupos; un artefacto que dispone una serie de prácticas para lograr un efecto, y en el cual cobran importancia las relaciones entre lo verbal y lo no verbal, lo dicho y lo no dicho, los discursos y las prácticas (Cano, 2012, p.36).

¿Que implica trabajar en grupo? ¿Por qué es importante trabajar desde lo grupal? Desde la Psicología Social, Pichón Riviere (1975), define al grupo “como el conjunto restringido de personas ligadas entre sí por constantes de tiempo y espacio y articuladas por su mutua representación interna, que se propone en forma explícita o implícita una tarea que constituye su finalidad” (p.209).

Calvio (2008) para pensar la dimensión del grupo y lo grupal, plantea que:

El destino de los seres humanos está inexorablemente ligado a los grupos. Sociedad, grupo e individuo son nociones que apuntan no sólo a realidades íntimamente conectadas, sino a la constitución, a la esencia misma del sujeto entendido como hombre en situación. El grupo es, en este sentido, condición de existencia, modo de existencia, emergencia de la propia interacción vital y de la construcción de la vida misma. Sólo en grupo puede el hombre satisfacer y desarrollar sus necesidades, y sólo la satisfacción y el desarrollo de estas garantiza la reproducción de la vida y el crecimiento humano (Calvio, 2008, p.7).

Es posible enmarcar el proyecto Arte y Emoción dentro de experiencias que se promueven como trabajos de grupos socioeducativos, en el entendido que éstos “se dirigen al desarrollo, adquisición de hábitos, comportamientos y funciones, que por distintas causas, no forman parte del repertorio comportamental de los miembros del grupo. La adquisición de estas capacidades, llamadas también habilidades, puede representar un progreso personal, o bien evitar un proceso de deterioro y marginación social” (Rossell, 1998, p.112).

Fascioli (1998), afirma que las posibilidades de re transcripción vincular surgen en la intersubjetividad, en relación con otros.

Y señala citando a Kaes (citado por Fascioli, 1998) que el cambio no es individual, aunque se considere desde la individualidad de la persona. Se cambia con y en relación con otros, de la misma manera que el psiquismo individual se conforma en la intersubjetividad (...) en el trabajo grupal se propicia un espacio de contingencia, de intercambio, en donde el otro existe en la realidad y no sólo traído desde la fantasía, el discurso y la actuación (p. 87).

La experiencia en la escuela, estuvo enmarcada dentro de la educación formal, lo que conlleva varias particularidades, a las cuales debí ajustar la propuesta. Al trabajar con la totalidad de niñas y niños de un aula, la numerosidad era excesiva en relación a las posibilidades de acompañamiento de los procesos singulares, individuales y grupales que se fueron desplegando. El tiempo disponible para desarrollar las actividades era escaso y el espacio era reducido, condicionando las dinámicas que eran posible proponer. No obstante hubo una gran afiliación a las actividades por parte de las niñas y niños, quienes se apropiaron de la propuesta participando activamente.

Una de las experiencias que se propuso para trabajar en grupos reducidos, fue una creación narrativa que incluyera al menos tres emociones que experimentaban cuando estaban en la escuela. La propuesta, requirió de diálogo y escucha entre las y los integrantes de los sub grupos para llegar a acuerdos mediante negociaciones, que permitan crear la narración colectiva. Durante el tiempo que estuvieron agrupados, se observó interacciones con distintas modalidades; risas, gritos, intercambios de desacuerdos, lo cual exigió gran atención de mi parte para poder captar todo lo que sucedía en simultáneo, en un ambiente de entusiasmo y excitación. El resultado de esta experiencia fue positivo dado que se logró integración, cooperación, diálogo y se pudo observar como generaban acuerdos, desarrollados de manera autónoma ya que no hubo intervención de mi parte para determinar ninguno de esos roles.

Se observó a niñas y niños, negociando; “proceso mediante el cual dos o más personas buscan llegar a un acuerdo respecto a un asunto determinado” (Campos y Anabalón, 2013, p.27). Siendo un ejercicio fundamental en procesos colectivos y de cooperación, en el cual, se promueve la empatía. “Las emociones conforman una parte importante de las negociaciones, e influyen no solo en las personas que las experimentan, también en aquellas que las observan” (León, Pérez, Hernández y Gran, 2014, p.650).

El Espacio Ulala, es una propuesta cultural-recreativa orientada al trabajo con niñas y niños. El Proyecto Arte y Emoción fue la primera propuesta desarrollada allí, orientada al

abordaje socioeducativo con implicancia en el ámbito de la dimensión psicológica. La convocatoria fue abierta y el grupo se conformó con 6 participantes. Numerosidad que permitió un acercamiento, una observación y un trabajo más detenido con cada una de las niñas y los niños que participaron.

Pensar el espacio Arte y Emoción, supuso diseñar el Taller, con etapas definidas para facilitar su desarrollo; etapa inicial de acogida y evaluación inicial, etapa central de construcción del aprendizaje basado en la adquisición de conocimientos, actitudes y habilidades, y etapa final o de evaluación. (Hernandez *et al.*, 2017, p.45). Entiendo dichas etapas como parte del encuadre, apoyándonos en Bleger (1967) quien lo expone como “un “no-proceso” en el sentido de que son las constantes, dentro de cuyo marco se da el proceso” (p.103).

Es así que cada encuentro, contó con un primer momento de llegada y la posibilidad de acomodarse, apropiándose del espacio, de la manera que cada una y uno dispusiera. Posteriormente, se tomaban unos minutos dedicados a la apertura del Taller, momento en el cual nos sentábamos todas y todos en el piso formando un círculo, ya que el espacio de la instalación es amplio y lo permitía. Al disponerse en círculo “los participantes del Taller pueden observarse mutuamente, y sus participaciones pueden ser atendidas por todos. El círculo representa también la circulación de roles y saberes, y la horizontalidad del espacio-tiempo que abrimos con el Taller” (Cano, 2012, p.19).

Las experiencias grupales que sostuvieron el Taller, permitieron dimensionar la importancia de lo grupal como vehículo en la construcción de hábitos y actitudes de las y los miembros. Se pudo percibir cómo tras cada encuentro, se fue generando un espacio de confianza y despliegue de las potencialidades y de las debilidades de cada una y uno. Esto permitió poder trabajar sobre los devenires grupales, constituyéndose el espacio grupal como habilitador y sostén de procesos de transformación.

La Expresión Plástica como estrategia para el abordaje de las emociones

La experiencia de la Expresión Plástica como toda expresión artística invita a habitar un espacio donde se habilita el acercamiento a una y uno mismo. “Este medio de expresión comprende el uso de diversos elementos plásticos como medio” (Guenechea, 2014, p.8), de comunicación y fortalecimiento del pensamiento creador, y no como fin.

¿Por qué la Expresión Plástica como estrategia?

La estrategia es la concepción y organización de las diferentes acciones que realizaremos en función de los objetivos que se quiere alcanzar (...) está supeditada a los objetivos: los objetivos son el lugar al que se quiere llegar, la estrategia es el camino para llegar (Cano, 2012, p.27).

En el desarrollo del proyecto Arte y Emoción se logra comprobar, cómo a través de las herramientas de Expresión Plástica se habilitó el espacio para trabajar lo emocional, desde lo explícito y generando un posible camino/sendero para el abordaje de las emociones, planteando preguntas disparadoras, habilitando la palabra, poniendo nombre a las emociones, reflexionando y actuando sobre ellas.

Hay al menos tres maneras diferentes de entender la Expresión Plástica en la educación infantil: 1) Como medio de comunicación y expresión de vivencias y sentimientos. 2) Como un proceso en el cual le otorgamos un significado a partir de los elementos que tenemos a disposición. 3) Como una actividad del tipo lúdica, donde lo gráfico plástico deviene un juego en el cual se estimulan el desarrollo motriz y donde estas acciones se convierten en útiles para la enseñanza de otros tipos de conocimientos (Pampliega, 2010).

Detenerse a observar los modos vinculares que se establecieron en los grupos, entre los integrantes, con la tarea y con los materiales, permite otorgar significado a lo relacional, permite acercarse a comprender cada singularidad. Desde la configuración del mundo interno y la intersubjetividad, en niñas y niños se van consolidando habilidades emocionales, cognitivas y sociales para desenvolverse en el mundo, aspecto fundamental para el desarrollo. Así es, que todo ser humano tiene la necesidad de establecer proximidad frente a una otra y a un otro (Bowlby, 1989).

En la experiencia del Taller en Espacio Ulala, se pudo observar una niña (6 años) que pintaba con pincel y témperas de forma exaltada. Apretaba el pincel contra el papel con fuerza y movimientos rápidos y torpes. Lo que iba plasmando no era figurativo, eran un conjunto de manchas abstractas. En cierto momento deja a un lado la hoja, y comienza a mezclar todos los colores que se encontraban en la bandeja que oficiaba de paleta de pintor, generando así el color marrón oscuro. Se podía percibir que ya no estaba centrada en lo que sucedía en la hoja, sino más que su atención se dirigía a manipular, mezclar y probar los materiales. Todo esto se daba con movimientos corporales rápidos, y en determinados momentos cargados con cierto grado de violencia en la manipulación de los materiales. Se pudo ver que este acontecimiento llamó la atención de las y los demás

participantes, quienes gradualmente se fueron inquietando ante la conducta de la niña. En un momento, un niño (7 años) que estaba a su lado intervino, le preguntó qué estaba haciendo.

La niña no respondió y comenzó a hacer trazos grandes en toda la hoja con ese nuevo color que nació de la mezcla de todos los colores. Se observó que el niño se distrajo de su tarea por prestar atención a la compañera, y tímidamente intentó establecer una conexión con ella, lo cual no fue recíproco. Se podía percibir en la niña un estado de ensimismamiento. El grupo en este contexto fue sostén y habilitó el tránsito cargado de ansiedad de esta compañera. En esa situación grupal, uno de los compañeros asume el oficio de portavoz del grupo.

Según Pichón Riviere (1978) el portavoz

es aquel que en el grupo, en un determinado momento dice algo, enuncia algo, y ese algo es el signo de un proceso grupal que hasta ese momento ha permanecido, latente o implícito, como escondido dentro de la totalidad del grupo (p.221).

El portavoz no tiene conocimiento sobre el significado que tiene lo que él enuncia para el grupo en ese momento, sino que lo anuncia como algo que está viviendo como propio (Riviere, 1984), la afectación/inquietud que experimentó a raíz de percibir y sentir a la compañera en el tránsito de cierto estado alterado, que se podía ver principalmente en su lenguaje corporal, pudo ser habilitador para que pueda enunciar el estado singular que transitaba el grupo.

Luego de finalizada la tarea de ese día, y del contagio de ansiedad que se desplegó en el grupo, en el momento del cierre, ya sentados en el círculo, consideré oportuno hacer unos ejercicios suaves de respiración, entendiendo que “la forma en que respiramos influye en diversos procesos de nuestro cuerpo” (Ramos, 2013, p.26). Los aspectos que se debe tener en cuenta para alcanzar la relajación tienen que ver con la aplicación de la respiración diafragmática (la cual eleva el oxígeno en sangre), tanto como con la toma de conciencia de la propia respiración, y con la búsqueda de la relajación (Ramos, 2013).

La empatía en tanto emoción, es un fenómeno que se encuentra determinado por fenómenos físicos que son concretos y medibles. Por su base neurológica, la empatía involucra la activación de diferentes zonas del cerebro y redes neuronales que permiten la experiencia emocional, cognitiva y física que implica experimentar una emoción.

En relación a la experiencia anterior y la implementación de otras técnicas que no se encuentran necesariamente dentro del marco de la Expresión Plástica, Agallo (1994) expresa:

Las técnicas de grupos, no deben ser consideradas como fines en sí mismas, sino como instrumentos o medios valiosos para el logro de los objetivos propuestos, impregnados por el espíritu creador, por la imaginación de quien las maneja por la capacidad de adecuación a las circunstancias y conveniencias del momento (p.6).

El Taller de Expresión Plástica como estrategia para el abordaje de las emociones, se constituye como un espacio flexible, móvil, que atiende a las necesidades que el grupo en cada encuentro, siempre orientado por los objetivos de la propuesta. Poder transitar por el espacio, dejarse atravesar por lo que emerge emocionalmente, tener la posibilidad de contener y ser contenida y contenido, sin olvidar la importancia del cuidado y de la procura de restablecer en la medida de lo posible, el bienestar de los participantes al momento de finalizar el Taller.

Reflexiones finales

El trayecto recorrido para la construcción del presente Ensayo Académico devino un gran desafío en relación a la invención de una ruta que sea leal y consecuente con el propósito planteado para el Trabajo Final de Grado.

Entretejer mi tránsito por la Licenciatura, mi pasaje por Bellas Artes y la experiencia del proyecto Arte y Emoción, en torno al reconocimiento de las emociones y al desarrollo de la empatía, significó producir y utilizar conocimientos adquiridos a lo largo de los procesos formativos.

La búsqueda de las referencias bibliográficas se tornó una tarea exigente, lo cual significó una constante revisión para que el trabajo no se alejara de las formas de pensar y accionar que significó y configuró la experiencia. Darle sustento teórico a la experiencia de los Talleres fue revelador en cuanto a la dimensión y la profundidad de lo sucedido allí.

El tema de las emociones capturó mi interés desde el ingreso a la Licenciatura y en mi itinerario curricular dentro de Facultad, no coincidí con un espacio, desde donde se pudiese pensar el abordaje de las mismas como algo clave, necesario y fundamental para el desarrollo de una salud integral.

El proyecto Arte y Emoción, emerge como la posibilidad de aportar a la exploración de este tópico, desde la oportunidad de optimizar la salud y el bienestar, promoviendo la construcción de recursos personales, en pos de un desarrollo saludable en niñas y niños. De ahí, la importancia de identificar, promover y fortalecer recursos psicológicos -como la empatía-, que puedan actuar como protectores de salud integral en el marco de una propuesta de promoción de salud.

Por alguna razón, me veo afectada, implicada en esta temática. Para Ardoino, “la implicación no es un fenómeno voluntario. Sino un fenómeno que se padece (...) aquello por lo que estamos asidos, sujetados, agarrados a algo” (p.2).

Quizás porque en mi adultez comencé a experimentar y vivir mi emocionalidad desde un lugar de conciencia, aludiendo con este término el acto de tener conocimiento, acto que generó un cambio en mi forma de autopercibirme, de expresarme y de relacionarme con las y los demás.

Ahora bien, una ética así, no es incompatible con la creatividad, sino que , por el contrario, requiere una búsqueda permanente, puesto que somos seres constitutivamente históricos y nuestra historia hoy nos desafía a construir los sueños con certezas e incertidumbres. (Rebellato, 199, p.5)

Trabajar con niñas y niños en mi entender, es acompañarlos en su desarrollo, promoviendo la posibilidad de verse, pensarse y sentirse. Generar espacios de reconocimiento y adquisición del lenguaje emocional, para entender qué les pasa en cada ocasión y así expresar lo que sienten, logrando percibir los sentimientos, pensamientos y emociones de los otros, revela promover espacios del ejercicio de la empatía, como logro de aprendizaje en el área de desarrollo personal y colectivo.

En mi experiencia de tránsito por las instancias de los Talleres, fui comprendiendo que mi rol consistió en dar lugar a las necesidades de expresión de niñas y niños, habilitado por las técnicas de expresión plástica. Promoviendo, espacios respetuosos, para el diálogo y la escucha grupal. Comparto junto a Álvarez (2015), la idea de coordinación abierta ya que se trata de “una coordinación que no interpreta, ni abandona, sino que se dispone a recepcionar, articular y socializar los discursos y materialidades que acontecen y emergen en el Taller” (p.29).

La observación y la escucha activa, competencias incorporadas durante mi formación en psicología, fueron herramientas fundamentales en el desarrollo del proyecto, ya que me permitieron captar y percibir en cada Taller, todo aquello que no se enunció desde la palabra, dándole lugar y condición de existencia. Entiendo, al respecto, que uno de los aprendizajes significativos fue comprender que desatender al lenguaje no verbal supone una importante pérdida de información.

Moreno (2010) señala que, una competencia es un aprendizaje que puede utilizarse en diferentes situaciones; sin embargo, lo más importante de una competencia es que implica un conocimiento integrado e integral, el cual tiene distintas dimensiones que interactúan entre sí; es decir, el concepto de competencia reconoce que el conocimiento y los aprendizajes tienen varias dimensiones: cognitiva, afectiva, actitudinal, valoral, sociocultural y corporal.

Trabajar desde lo grupal fue una experiencia hermosa y desafiante a la vez. Si bien cada grupo significó abordajes diferentes, cada uno de ellos habilitó la posibilidad de colocarme en situación y desplegar las herramientas adquiridas a lo largo de mi formación. En relación a ello, otro de mis aprendizajes adquirido en la experiencia de los Talleres en la Escuela, debido a la numerosidad del grupo, ha sido identificar y reconocer la necesidad e importancia del trabajo en equipo. Resultó un gran desafío intentar estar perceptible a aquello que sucedía simultáneamente en el espacio, y estar atenta a la singularidad y necesidad de cada niña y niño.

El trabajo en equipo es clave en tanto da lugar a la innovación, a raíz de compartir y crear conocimiento para un mejor abordaje del problema. Es un proceso complejo que contribuye a tener una actitud cooperativa y flexible en el intercambio con otras y otros, para lograr los objetivos de manera eficiente (Zarraga y Bonache, 2005).

Esto me conduce a evaluar y dejar abierta la posibilidad, de incorporar nuevos recursos humanos, al proyecto, pudiendo ser colegas, o personas con formación en otras disciplinas, lo cual implicaría un giro hacia la construcción de una propuesta interdisciplinaria, entendiendo que dicho movimiento implicaría la transformación del proyecto y la co construcción de algo novedoso. Convocando a la interdisciplinariedad “ en la búsqueda de formas de superar las limitaciones metodológicas y de esa manera expandir las fronteras establecidas fomentando la investigación” (Gandolfi y Cortazar, 2007, p.2). Logrando sin duda, enriquecer al proyecto, en una búsqueda permanente de ofrecer espacios de promoción de salud, de mejor calidad.

En relación a la Expresión Plástica como metodología, y las diversas formas de pensarla que plantea Pampliega, entiendo que en el proyecto Arte y Emoción, las tres dimensiones se encuentran contempladas, siendo material para el análisis y el estudio de las experiencias que van emergiendo, con el fin de sistematizar, y de poder producir conocimiento.

En la actualidad, el contexto social y sanitario sigue estando atravesado por la pandemia por COVID-19. Siendo que la inestabilidad social continua y la presencialidad sigue inhabilitada en el contexto educativo, estimo que editar una nueva versión del proyecto Arte y Emoción, podría ser beneficioso para aquellas niñas y niños que participaran. Alejandra Bentancor (2021), licenciada en psicología, especialista en niñez, alerta la importancia para niñas y niños de recuperar los espacios grupales y colectivos, “teniendo en cuenta la baja o nula socialización a la que están expuestos, la cantidad de experiencias ausentes y fundamentales para su desarrollo emocional y el proceso de crecimiento durante los primeros años de vida” (Perez, 2021, párr.2).

Referencias bibliográficas

- Agallo, A. (1994) Dinámicas de grupos, más de 100 juegos para practicar en clase. Buenos Aires: Espacio Editorial.
- Aguado, A. M., & Heredia, L. N. (1995). La comunicación no verbal. *Tabanque: revista pedagógica*, (10), 141-154.
- Alvarez, V. (2015) Los vínculos en el Taller de Libre Expresión. (Tesis de grado, Universidad de la Republica, Montevideo)
<https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/bitstream/20.500.12008/5473/1/%C3%81lvarez%2C%20Virginia.pdf>
- Amorín, D. (2009). Cuadernos de psicología evolutiva. Introducción a los métodos y técnicas para la investigación en Psicología Evolutiva (Vol. 2) Montevideo: Psicolibros.
- Ardoino, J. (1997). La implicación. Noción y concepto. Conferencia dictada en el Centro de Estudios de la Universidad. UNAM, México 4 de Noviembre.
- Bleger, J. (1967). Psicoanálisis del encuadre psicoanalítico. *Revista de psicoanálisis*, 24(2), 241-258.
- Bowlby, J. (1989). Una base segura: aplicaciones de una teoría de apego. Barcelona: Paidós.
- Gallardo, A. (2009) Educación plástica en Educación Infantil. Revista digital: Innovación y experiencias educativas, (nº15)
- Calvino, M. (2008). Trabajar en y con Grupos. La Habana: Felix Varela
- Campos, M. R., & Anabalón, M. (2013). *Implicancias para la psicología del modelo de negociación basado en las relaciones* (Doctoral dissertation, Universidad Academia de Humanismo Cristiano).
- Cano, A. (2012). La metodología de taller en los procesos de educación popular. Revista Latinoamericana de Metodología de las Ciencias Sociales, 2 (2), 22-51. En Memoria

Académica. Disponible en:

http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/art_revistas/pr.5653/pr.5653.pdf

Cardona, R. (2017). *Las ciencias sociales en el fortalecimiento de la empatía y convivencia: perspectiva sociológica y caso de estudio en un colegio de Medellín- Colombia*. (Tesis de grado, Universidad de Antioquia, Medellín).
http://bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/10495/14065/1/CardonaRicardo_2017_CienciasSocialesFortalecimiento.pdf

CEPAL UNESCO (2020) La educación en tiempos de la pandemia de COVID-19

Chóliz, M. (2005): *Psicología de la emoción: el proceso emocional*
www.uv.es/=cholz

Chóliz, M. y Gómez, C. (2002). Emociones sociales II (enamoramamiento, celos, envidia y empatía). En F. Palmero, E.G: Fernández-Abascal, F. Martínez y M. Chóliz (eds.), *Psicología de la Motivación y Emoción* (pp. 395-418). Madrid: McGrawHill

Damasio, A. (2009) *En busca de Spinoza. Neurobiología de la emoción y los sentimientos*. Madrid: BROSMAC.

Díaz, Y., Pérez, J., Báez, F., y Martín, M. (2012) Generalidades sobre promoción y educación para la salud. *Revista Cubana de Medicina General Integral*. 2012;28(3): 299-308
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252012000300009&lng=es&tlng=es.

Elices, M. (2015). Emoción y Cognición. En A. Vásquez Echeverría (Ed.) *Manual de Introducción a la Psicología Cognitiva* (pp. 223-248). Montevideo: Udelar

Escudero, P. (2016) *Análisis del Rol del/la Psicólogo/a en el Primer Nivel de Atención en Salud a partir de una intervención realizada en la Escuela N° 139 "Calabria"* (Tesis de grado, Universidad de la República, Montevideo)

Fascioli, L. (1998). ¿Participar en un grupo? Y eso...¿me puede curar? En *Revista Tramas perspectiva psicoanalítica vincular*. Tomo IV . Año 4 (pp. 87 -104). Montevideo: AUPVC.

Fernandez-Abascal, E., Garcia Rodriguez, B., Jimenez Sanchez, M.^a, Martín Díaz, M.^a, Dominguez Sanchez, F. (2010). *Psicología de las emociones*. Madrid: Ramón

Areces.

Fernández, M. F. (2011). La empatía desde dos miradas: la evolución y la educación. *VII Encuentro Interdisciplinario de Ciencias Sociales y Humanas/2011*, 1(1).

Fernández-Dols, J. M. (1994). El comportamiento no verbal. En J. F. Morales, E. Reboloso, J. M. Fernández-Dols, C. Huici, J. Marqués, D. Páez, J. A. Pérez (eds.). *Psicología social* (pp.362-390). Madrid: McGraw-Hill/Interamericana de España S.A.

Gandolfi, A. Cortazar, M, 2007. "El Desafío de la Interdisciplina en la formación de los profesionales de la Salud" En: VIII Jornadas de Psicología Universitaria. A medio siglo de la Psicología Universitaria en el Uruguay, Facultad de Psicología, UDELAR, Montevideo.
https://psico.edu.uy/sites/default/files/cursos/apas_El%20desafio-de-la-interdisciplina.pdf

Gardner, H. (2011) *Inteligencias Múltiples. La teoría en la práctica*. Barcelona: Paidós

Garrido, G., González, G. (2020). Do the COVID-19 Pandemic and lockdown measures increase the risk of violence against children and teenagers?. *Archivos de Pediatría del Uruguay*, 91(4), 194-195. Epub 01 de agosto de 2020.
<https://dx.doi.org/10.31134/ap.91.4.1>

Gelsi, P. (2011). Transferencia y empatía. *Ciencias Psicológicas* V(1):117-122. Recuperado de <https://revistas.ucu.edu.uy/index.php/cienciaspsicologicas/article/view/103/91>

Giroux, H. (1998). *La escuela y la lucha por la ciudadanía*. Siglo XXI. México.

Guenechea, N. (2014) *Contribución de la expresión plástica al desarrollo emocional infantil*. (Tesis de grado, Universidad de Valladolid, Valladolid)
<http://uvadoc.uva.es/handle/10324/7312>

Heller, E. (2008) *Psicología del Color. Cómo actúan los colores sobre los sentimientos y la razón*. Barcelona: Gustavo Gili.

Hernández, J., López, R., Caro, O. (2017, diciembre 5) Desarrollo de la empatía para mejorar el ambiente escolar. *Educacion y Ciencia*, pp. 217- 244

Herrero, R (2015) *Las emociones y la expresión plástica en el aula de Educación Infantil* (Trabajo de grado, Universidad de Valladolid, Valladolid)

<http://uvadoc.uva.es/handle/10324/15992>

Jeta, M. (1998) El desarrollo emocional infantil (0-6 años): pautas de educación.

Ponencia presentada en el congreso de Madrid. España.

Kleinginna, P.R. and Kleinginna, A.M. (1981) "A Categorized List of Emotion Definitions with Suggestions for a Consensual Definition", *Motivation and Emotion* 5: 345–379.

<https://doi.org/10.1007/BF00992553>

Perez, F. (2021, abril 27). El impacto de la pandemia en la salud mental de los niños y las niñas de Uruguay. *La Diaria*

<https://ladiaria.com.uy/salud/articulo/2021/4/el-impacto-de-la-pandemia-en-la-salud-mental-de-los-ninos-y-las-ninas-de-uruguay/>

León, F. G., Pérez, R. M. L., Hernández, L. M., & Gran, B. C. (2014). Comunicación no verbal en la negociación: la importancia de saber expresar lo que se dice. *Revista electrónica de psicología Iztacala*, 17(2), 646.

Lidón Villanueva, Vicente Prado-Gascó, Remedios González e Inmaculada Montoya.

Conciencia emocional, estados de ánimo e indicadores de ajuste individual y social en niños de 8-12 años. *anales de psicología*, 2014, vol. 30, nº 2 (mayo), 772-780

<http://dx.doi.org/10.6018/analesps.30.2.159261>

Malo, E. (2008) *Guía didáctica: Expresión Plástica I*. Universidad Técnica Particular de Loja, Ecuador.

Maureira, F. & Sanchez, C. (2011) Emociones biológicas y sociales. *Gaceta de Psiquiatría Universitaria*. Vol 7. 183-189

Mestre, J., Brackett, M., Guil, R., Salovey, P. (2007) *Inteligencia Emocional: definición, evaluación y aplicaciones desde el modelo de habilidades de Mayer y Salovey*. Universidad de Cádiz, España.

http://extension.uned.es/archivos_publicos/webex_actividades/5413/inteligenciaemocionaldefinicionevaluacionyaplicaciones.pdf

Meza, M. (2019). El arte, un camino para sanar. *Avances En Psicología*, 18(1), 77-84.

<https://doi.org/10.33539/avpsicol.2010.n.18.1921>

- Morales, H. L., Agulla, L., Zabaletta, V., Vivas, L., & López, M. (2017). Rostros, gestos y emociones: procesamiento diferencial de las expresiones faciales emocionales en población infanto-juvenil según el sexo. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 9(3), 31-43
- Moreno, S. (2010) "Un diálogo entre la práctica y la teoría", en *Sinéctica*, núm.25, ITESO, Guadalajara, pp. 89-97.
- Myers, D. (2010) *Psychology*. Worth Publishers. 9. Edic. New York (pp. 497-553)
- Olivera, J. (2010). *Acerca del concepto de empatía. Su rol y evaluación en psicoterapia*. (Tesis de grado, Universidad de Belgrano, Buenos Aires). Recuperado de <http://repositorio.ub.edu.ar/handle/123456789/1560>
- OMS (2016) ¿Qué es la promoción de la salud? párr. 1. <https://www.who.int/features/qa/health-promotion/es/>
- Ordóñez-López, A; González-Barrón, R; Montoya-Castilla, I. (2016). Conciencia emocional en la infancia y su relación con factores personales y familiares. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, vol. 3, pp. 79-85 Universidad Miguel Hernández de Elche Alicante, España
- Ossa, K. (2019) *Estrategias lúdico-pedagógicas, basadas en el arte, para el fomento de la empatía en niños preescolares de la institución Newport School de Floridablanca*. (Tesis de grado, Universidad autónoma de Bucaramanga, Santander)
- Pampliega, L. Á. (2010, septiembre). LA EXPRESIÓN PLÁSTICA EN EDUCACIÓN INFANTIL . *Revista digit@l Eduinnova* , 16-17
- Ramos, P. R. (2013). La validez y la eficacia de los ejercicios respiratorios para reducir la ansiedad escénica en el aula de música. *Revista Internacional de Educación Musical*, (1), 23-30. <http://revistaeducacionmusical.org/index.php/rem1/article/view/16>
- Real Academia Española: *Diccionario de la lengua española*, 23.ª ed., [versión 23.4 en línea]. <<https://dle.rae.es>> [13 de marzo, 2020]
- Rebellato, J.L. (1997) Horizontes éticos en la práctica social del educador. Ficha realizada por el Centro de Formación del INAME.

- Reeve, J. (2002). *Motivación y Emoción*. México: McGRAW-HILL/INTERAMERICANA
- Riviere, P. (1975) El proceso grupal. Del psicoanálisis a la psicología social. Buenos Aires: Nueva visión.
- Riviere, P. (1984) El Concepto de Portavoz, en Temas de Psicología Social N°6, Buenos Aires: Ediciones 5.
- Rossell, T. (1998). Trabajo social de grupo: grupos socioterapéuticos y socioeducativos. *Cuadernos de trabajo social*, (11), 103-122.
- Salvia, Agustín (Mayo, 2010). La medición del progreso humano en la dimensión social como una medida de cumplimiento de derechos. Encuentro de investigadores Latinoamericanos sobre la Medición del Progreso de las Sociedades y el Bienestar de sus Habitantes, Distrito Federal.
http://wadmin.uca.edu.ar/public/ckeditor/La_Medici-n_del_Progreso_Social_como_Medida_de_Cumplimiento_de_Derechos_Sociales.pdf
- UNICEF (2020) Retomar la educación después del Covid-19. Recuperado de <https://www.unicef.org/uruguay/retomar-la-educacion-despues-del-covid-19>
- Zarraga, C., Bonache, J. (2005) Equipos de trabajo para la gestión del conocimiento: la importancia de un clima adecuado. Cuaderno de Economía, N°22. págs. 27-48
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2162906>