

**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA DE
SANTA ELENA**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
INSTITUTO DE POSTGRADO**

TÍTULO DEL TRABAJO

**ARTETERAPIA COMO PRÁCTICA PSICOPEDAGÓGICA PARA
REDUCIR EL ESTRÉS Y LA ANSIEDAD ESCOLAR**

AUTOR:

Lic. María Cristina León Borbor.

TRABAJO DE TITULACIÓN EN MODALIDAD

EXAMEN DE CARÁCTER COMPLEXIVO

Previo a la obtención del título de:

MAGÍSTER EN PSICOPEDAGOGÍA

TUTOR:

Lic. Joseph Taro, PhD.

**Santa Elena, Ecuador
2025**



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA DE
SANTA ELENA**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
INSTITUTO DE POSTGRADO**

TRIBUNAL DE GRADO

Los suscritos calificadores, aprueban el presente trabajo de titulación, el mismo que ha sido elaborado de conformidad con las disposiciones emitidas por el Instituto de Postgrado de la Universidad Estatal Península de Santa Elena.

**Ing. Michell Garzón Fuentes, Mgtr.
COORDINADORA DEL
PROGRAMA**

**Lic. Joseph Taro, PhD.
TUTOR**

**Lic. Marcia Ullauri Carrión, PhD.
ESPECIALISTA 1**

**Lic. Lianet Alonso Jiménez, PhD.
ESPECIALISTA 2**

**Abg. María Rivera González, Mgtr.
SECRETARIA GENERAL**



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA DE
SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
INSTITUTO DE POSTGRADO**

CERTIFICACIÓN:

Certifico que luego de haber dirigido científica y técnicamente el desarrollo y estructura final del trabajo, este cumple y se ajusta a los estándares académicos, razón por el cual apruebo en todas sus partes el presente trabajo de titulación que fue realizado en su totalidad por María Cristina León Borbor, como requerimiento para la obtención del título de Magíster en Psicopedagogía.

Atentamente,

Lic. Joseph Taro, PhD.
C.I. 0965336993
TUTOR



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA DE
SANTA ELENA**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
INSTITUTO DE POSTGRADO**

DECLARACIÓN DE RESPONSABILIDAD

Yo, María Cristina León Borbor

DECLARO QUE:

El trabajo de Titulación, **Arteterapia como práctica psicopedagógica para la reducción del estrés y la ansiedad escolar**, previo a la obtención del título en Magíster en Psicopedagogía, ha sido desarrollado respetando derechos intelectuales de terceros conforme las citas que constan en el documento, cuyas fuentes se incorporan en las referencias o bibliografías. Consecuentemente este trabajo es de mi total autoría.

En virtud de esta declaración, me responsabilizo del contenido, veracidad y alcance del Trabajo de Titulación referido.

Santa Elena, a los 23 días del mes de marzo del año 2025

Lic. María Cristina León Borbor
C.I. 2450298803
AUTORA



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA DE
SANTA ELENA**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
INSTITUTO DE POSTGRADO**

AUTORIZACIÓN

Yo, María Cristina León Borbor

DERECHOS DE AUTOR

Autorizo a la Universidad Estatal Península de Santa Elena, para que haga de este trabajo de titulación o parte de él, un documento disponible para su lectura consulta y procesos de investigación, según las normas de la Institución.

Cedo los derechos en línea patrimoniales de la investigación con fines de difusión pública, además apruebo la reproducción de este informe de investigación dentro de las regulaciones de la Universidad, siempre y cuando esta reproducción no suponga una ganancia económica y se realice respetando mis derechos de autor.

Santa Elena, a los 23 días del mes de marzo del año 2025

Lic. María Cristina León Borbor

C.I. 2450298803

AUTORA



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA DE
SANTA ELENA**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
INSTITUTO DE POSTGRADO**

CERTIFICACIÓN DE ANTIPLAGIO

Certifico que después de revisar el documento final del trabajo de titulación denominado **Arteterapia como práctica psicopedagógica para la reducción del estrés y la ansiedad escolar**, presentado por la estudiante, **María Cristina León Borbor** fue enviado al Sistema Antiplagio Compilatio, presentando un porcentaje de similitud correspondiente al 4%, por lo que se aprueba el trabajo para que continúe con el proceso de titulación.

 **CERTIFICADO DE ANÁLISIS**
magister

**María Cristina León Borbor -
Antiplagio**

4%
Textos sospechosos

2% Similitudes
0% similitudes entre comillas
0% entre las fuentes mencionadas
2% Idiomas no reconocidos
0% Textos potencialmente generados por la IA

Nombre del documento: María Cristina León Borbor - Antiplagio.docx ID del documento: a3e8ac12a105d2bb53b8a8b95b201c6fa3a82710 Tamaño del documento original: 124,17 kB Autor: María Cristina León Borbor	Depositante: María Cristina León Borbor Fecha de depósito: 23/3/2025 Tipo de carga: url_submission fecha de fin de análisis: 23/3/2025	Número de palabras: 6746 Número de caracteres: 44.624
---	---	--

Lic. Joseph Taro, PhD.
C.I. 0965336993
TUTOR

AGRADECIMIENTO

A Dios, por darme sabiduría y valentía, para no rendirme al afrontar este reto académico.

A la Universidad Estatal Península de Santa Elena, por abrirme sus puertas una vez más, y ser parte de mi formación.

Finalmente, un agradecimiento de manera especial a mi tutor, PhD. Joseph Taro, por brindarme su apoyo con mucha paciencia, siendo un guía excepcional en el desarrollo de este trabajo.

DEDICATORIA

Dedico este trabajo a la persona que nunca ha dejado de creer en mí, quien me motiva a seguir creciendo: mi mami, María Lourdes Borbor Neira, gracias por ser la mujer fuerte y valiente que más me inspira. Gracias por todo el amor, esfuerzo y dedicación, mi profesora mamá.

A mis segundos padres, Alberto Borbor e Ydalia Neira; a Juan Carlos, Alberto Frederis, Édgar Orlando, Alexandra Marisol, Lila Idalia; a mis tíos políticos Viviana y Nicolás; a cada uno de mis primos; y a mi mejor amiga, Arlette, por acompañarme en cada uno de mis logros de la manera más honesta y desinteresada.

De la misma manera, a mi amigo y compañero de esta aventura, Leiver. Gracias por no dejarme sola y aventurarte a mi lado.

Por último, pero no menos importante, a mi fuente de felicidad: mis gordos Latte y Zeus.

Con amor, María Cristina ♥

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	16
1.1. Problema	18
1.2. Objetivo General.....	18
1.3. Objetivos Específicos.....	18
2. REVISIÓN DE LA LITERATURA	19
2.1 Antecedentes de la investigación	19
2.1.1 Antecedentes internacionales.....	19
2.1.2 Antecedentes nacionales	20
2.2 Conceptos fundamentales	21
2.2.1 Arteterapia.....	21
2.2.2 Beneficios generales de la aplicación de arteterapia en diversos contextos	22
2.2.3 Actividades artísticas empleadas en la arteterapia.....	23
2.2.4 Estrés escolar	24
2.2.5 Síntomas y manifestaciones del estrés escolar.....	25
2.2.6 Ansiedad escolar	26
3. METODOLOGÍA	27
3.1. Enfoque.....	27
3.2. Alcance	27
3.3. Diseño	27
3.4. Población.....	28
3.5. Muestra	28

3.6.	Técnicas e instrumentos	28
3.6.1	Técnicas	28
3.6.2	Instrumentos psicométricos aplicados	29
3.6.3	Aplicación de instrumentos y ejecución de taller	32
3.6.4	Práctica psicopedagógica	33
4.	RESULTADOS Y DISCUSIÓN	33
4.1.	Resultados	33
4.2.	Discusión de resultados.....	38
5.	CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	40
5.1.	Conclusiones	40
5.2.	Recomendaciones	41
6.	BIBLIOGRAFÍA	42

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Población de estudio.	28
Tabla 2. Descriptores cualitativos para los rasgos de puntuación del IECI.....	30
Tabla 3. Descriptores cualitativos para los rasgos de puntuación del CMASR-2	32
Tabla 4. Resultados de la aplicación inicial del Inventario de estrés cotidiano infantil (IECI)	34
Tabla 5. Resultados de la aplicación inicial del CMASR-2.....	34
Tabla 6. Resultados de la aplicación final del ICEI.....	37
Tabla 7. Resultados de la aplicación final del CMASR-2	37

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Resultados de la aplicación inicial del Inventario de estrés cotidiano infantil (IECI)	34
Figura 2. Resultados de la aplicación inicial del CMASR-2	35
Figura 3. Resultados de la aplicación final del IECI	37
Figura 4. Resultados de la aplicación final del CMASR-2.....	38

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo 1. Certificado antiplagio.....	46
Anexo 2. Inventario de estrés cotidiano infantil.....	47
Anexo 3. Cuestionario de ansiedad manifiesta.....	48
Anexo 4. Cronograma de actividades.....	49
Anexo 5. Fotografías	51



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA DE
SANTA ELENA**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
INSTITUTO DE POSTGRADO**

**ARTETERAPIA COMO PRÁCTICA PSICOPEDAGÓGICA PARA LA
REDUCCIÓN DEL ESTRÉS Y LA ANSIEDAD ESCOLAR**

RESUMEN

El presente trabajo investigativo respaldado por la experiencia práctica trató de la implementación de la arteterapia como estrategia psicopedagógica en cuanto a la reducción de niveles de estrés y ansiedad en niños del sexto grado de la Escuela de Educación Básica "Mercedes Moreno Irigoyen", teniendo como objetivo evaluar la eficacia de su aplicación, adoptando un enfoque cuantitativo con diseño cuasiexperimental y un alcance correlacional. Para la recolección de datos se emplearon instrumentos psicométricos, la "Escala de ansiedad manifiesta en niños" (CMASR-2) y el "Inventario de estrés cotidiano infantil" (IECI), aplicados antes y después del desarrollo de la actividad práctica, que consistió en la ejecución del taller de arteterapia "Los colores de la tranquilidad: explorando el arte y las emociones". Los resultados obtenidos indicaron que a partir de su realización los niveles de estrés se redujeron en un 50% mientras que los niveles de ansiedad disminuyeron en un 33,33%, evidenciando la efectividad de la aplicación de arteterapia como una estrategia psicopedagógica, estos hallazgos reforzaron la importancia en cuanto a la necesidad de la implementación de arteterapia en contextos escolares. Esta experiencia práctica aportó evidencia empírica en cuanto al empleo de la arteterapia dentro del ámbito educativo, destacando su relevancia como una herramienta complementaria para las intervenciones psicopedagógicas.

Palabras claves: Arteterapia, estrés, ansiedad, estrategia psicopedagógica



UPSE

**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA DE
SANTA ELENA**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
INSTITUTO DE POSTGRADO**

**ART THERAPY AS A PSYCHOPEDAGOGICAL PRACTICE FOR THE
REDUCTION OF STRESS AND SCHOOL ANXIETY**

ABSTRAC

This research project, supported by practical experience, focuses on the implementation of art therapy as a psychopedagogical strategy for reducing stress and anxiety levels in six-grade children at the School of Basic Education "Mercedes Moreno Irigoyen", with the objective of evaluating the effectiveness of its application, adopting a quantitative approach with a quasi-experimental design and a correlational scope. For data collection, psychometric instruments were used, the "Manifest Anxiety Scale for Children" (CMASR-2) and the "Children's Daily Stress Inventory" (IECI), applied before and after the development of the practical activity, which consisted of the conducting of the art therapy workshop "The Colors of Tranquility: Exploring Art and Emotions". The results obtained indicated that following its implementation, stress levels were reduced by 50%, while anxiety levels decreased by 33.33%, demonstrating the effectiveness of art therapy as a psychopedagogical strategy, these findings reinforced the importance of implementing art therapy in school contexts. This practical experience provided empirical evidence regarding the use of art therapy within the educational field, highlighting its relevance as a complementary tool for psychopedagogical interventions.

Keywords: Art therapy, stress, anxiety, psychopedagogical strategy

1. INTRODUCCIÓN

El ser humano a lo largo de su vida desarrolla habilidades esenciales que permiten su integración en diversos entornos, favoreciendo la comunicación, entendimiento y formación tanto personal como profesional. Dentro del ámbito educativo, la adquisición de estas habilidades es crucial, puesto que impactan el bienestar emocional y desarrollo académico en los estudiantes. Ante esto, los docentes y profesionales del área psicopedagógica asumen la responsabilidad de implementar actividades que fortalezcan dichas capacidades, empleando técnicas innovadoras, para facilitar la expresión emocional y la reducción de aspectos negativos tales como el estrés y la ansiedad, buscando promover un entorno educativo más equilibrado.

En la actualidad, la salud mental en niños es un tema de gran interés y relevancia, debido a que la exposición a situaciones adversas durante la infancia puede llegar a tener un impacto negativo, entre los trastornos más comunes se encuentran la ansiedad, el estrés, los problemas de atención, el insomnio y, en ocasiones, la aparición de conductas disruptivas (Monjarás et al., 2021). Diversos factores, como los niveles socioeconómicos o las dinámicas familiares, contribuyen a generar problemas emocionales en una de las poblaciones más vulnerables, como son los niños, derivando en situaciones de gravedad al ser esta la etapa en la que el sistema nervioso se encuentra en pleno desarrollo (Pérez y Cernuda, 2020).

La salud emocional durante la etapa infantil es un aspecto fundamental para el desarrollo integral de los niños en el contexto educativo. En los últimos años, el campo de estudio de psicología y neurociencia en Ecuador ha presentado avances significativos. Sin embargo, las investigaciones relacionadas sobre emociones y trastornos emocionales en niños siguen siendo limitadas. A nivel mundial, se estima que el 10% y 20% de estudiantes enfrentan este tipo de dificultades, resaltando su relevancia como el factor principal que afecta el bienestar emocional e integral de esta población (García et al., 2020). En el contexto

ecuatoriano, esta carencia de estudios limita la implementación de estrategias eficaces para prevenir y manejar trastornos emocionales en el entorno escolar, perpetuando problemáticas asociadas al estrés, ansiedad y depresión.

En este escenario, surge la arteterapia como una alternativa psicopedagógica innovadora en cuanto a la expresión y regulación emocional. A través del empleo de diversas formas artísticas como la pintura, el dibujo y la escultura, se ofrece un espacio seguro en el que los estudiantes puedan explorar y compartir sus emociones. La efectividad de su aplicación se ha evidenciado en diversos estudios en los cuales se destaca su impacto en la reducción del estrés y la ansiedad en diversas poblaciones, en los que se incluyen niños, jóvenes y adolescentes en entornos educativos (Méndez et al., 2023; Rojas y Galván, 2020).

El empleo del arte como medio de expresión, permite la canalización de emociones, el fortalecimiento del autoconocimiento y la creación de un ambiente escolar saludable e inclusivo. Por muchos años, el arte ha sido consolidado como un medio creativo indispensable para el bienestar físico, mental y emocional. Concebido como una actividad lúdica que permite transmitir sentimientos, vivencias y experiencias a través de símbolos e imágenes. Asimismo, se ha demostrado que es un método efectivo para el aprendizaje, facilitando el desarrollo de habilidades, promoviendo la asimilación de conocimientos de manera práctica y significativa (Bennásar, 2020).

En Ecuador, donde el acceso a recursos de manejo de salud es limitado, la implementación de la arteterapia ofrece alternativas innovadoras que responden a las necesidades actuales de los estudiantes. El presente trabajo tuvo como finalidad abordar las necesidades de bienestar emocional en el contexto educativo ecuatoriano, empleando actividades de arteterapia como estrategia psicopedagógica, buscando reducir la ansiedad en estudiantes a través del arte, promoviendo la interacción positiva en las aulas de clases. Estas

acciones contribuyen significativamente en el desarrollo integral de los estudiantes, transformando el entorno escolar en un espacio inclusivo y saludable, con énfasis en la mejora de la calidad de educativa y desarrollo emocional.

1.1. Problema

¿Puede la implementación de arteterapia como práctica psicopedagógica contribuir a la reducción del estrés y la ansiedad en los estudiantes del sexto grado de la Escuela de Educación Básica Mercedes Moreno Irigoyen?

1.2. Objetivo General

Implementar actividades de arteterapia como práctica psicopedagógica para reducir el estrés y la ansiedad en estudiantes del sexto grado de la Escuela de Educación Básica Mercedes Moreno Irigoyen.

1.3. Objetivos Específicos

1. Identificar sustentos teóricos que respalden la efectividad de aplicación de la arteterapia en la reducción de estrés y ansiedad escolar.
2. Detectar los niveles actuales de estrés y ansiedad en niños del sexto grado "A" previo a la aplicación de la práctica psicopedagógica a través de instrumentos psicométricos.
3. Evaluar la efectividad de aplicación del taller de arteterapia en la reducción del estrés y ansiedad en niños del sexto grado "A" mediante la comparación de los instrumentos psicométricos aplicados.

2. REVISIÓN DE LA LITERATURA

2.1 Antecedentes de la investigación

2.1.1 Antecedentes internacionales

El abordaje de la arteterapia en diferentes contextos, permite entender su impacto en la salud emocional de los individuos. En este sentido, la indagación a través de investigaciones previas ha permitido abordar el análisis en cuanto a su efectividad en la reducción de distintos problemas emocionales. Desde esta perspectiva Méndez et al (2023) demostraron los efectos positivos de la aplicación de arteterapia en el ámbito oncohematológico para la reducción de niveles de ansiedad. En este caso, mediante un programa de intervención, se realizaron 8 sesiones, en las que se observó la disminución significativa de episodios de ansiedad y una mejora en las emociones placenteras de los participantes. El estudio resaltó la importancia de implementación de este enfoque terapéutico para el manejo de emociones displacenteras, mismo que se podría aplicar en otros contextos, como, por ejemplo, el educativo, para reducir problemas de estrés y ansiedad en los estudiantes.

El trabajo investigativo "*Arteterapia: una experiencia de implementación remedial voluntaria en universitarios*" realizado en el contexto por Rojas y Galván (2020) demostró la eficacia de la arteterapia en la reducción del estrés. Dentro de este, los participantes indicaron que los talleres ofertados les ayudaron a compartir emociones difíciles, generando un ambiente relajado y positivo. Las sesiones impartidas favorecieron el autoconocimiento y la aceptación personal, además del aumento de seguridad para afrontar sus problemas, tanto emocionales como formativos. Este hallazgo resaltó el valor de la arteterapia en contextos educativos, especialmente para la mitigación de la tensión académica.

2.1.2 Antecedentes nacionales

Dentro del contexto ecuatoriano, diversos estudios han explorado el potencial de la arteterapia en los entornos educativos, enfatizando que el empleo de actividades artísticas puede tener efectos positivos en la reducción del estrés escolar, tal es el caso de Cabrera y Zhindón (2023), que en su trabajo "*Actividades artísticas como mecanismo para reducir el estrés: caso de estudio la filigrana*", destacan que la etapa escolar es un proceso complejo para los estudiantes, debido a que deben equilibrar sus actividades curriculares con sus obligaciones familiares y desafíos de salud, factores que combinados son causantes de altos niveles de estrés. Además, en él se enfatiza la importancia de abordar esta problemática debido a su incidencia en el la actitud y académico en los niños.

Existe evidencia teórica de que la presencia del estrés y la ansiedad puede relacionarse con situaciones netamente académicas. Reveló y Suárez (2024) en su investigación "*Estrés cotidiano y ansiedad manifiesta en niños institucionalizados y no institucionalizados. Un estudio en Ecuador*", demostraron que los niños institucionalizados presentan más problemas de estrés y ansiedad que aquellos que no forman parte de una institución educativa como tal, en este trabajo investigativo se emplea la **Escala de ansiedad manifiesta en niños (CMASR-2)** y el **Inventario de estrés cotidiano infantil (IECI)**, cuestionarios que ayudan medir ambas variables de estudio.

Los antecedentes mencionados evidenciaron la efectividad de la aplicación de arteterapia en diversos contextos y poblaciones, destacando su potencial para la regulación emocional. Sin embargo, persiste una brecha en su implementación en el sistema educativo ecuatoriano, por lo que en la realización de este trabajo se ejecutó un taller de arteterapia en la Escuela de Educación Básica Mercedes Moreno Irigoyen, con el objetivo de evaluar su impacto y contribución en cuanto a la reducción de estrés y ansiedad escolar, proporcionando

herramientas para el manejo emocional de los estudiantes. Además, se hace énfasis de la utilización de instrumentos empleados en estudios previos para la medición de las variables de interés, asegurando la consistencia y validez de resultados.

2.2 Conceptos fundamentales

2.2.1 Arteterapia

La arteterapia es un proceso creativo con fines terapéuticos, en el que se emplean diversos medios y materiales artísticos, especialmente los que se relacionan con las artes visuales, abarcando disciplinas como la pintura, escultura, entre otras modalidades actuales como la fotografía y los vídeos, incluyendo manifestaciones más tradicionales como la danza, la música y el teatro. Dentro de este contexto, se ha mencionado que el arte ha sido utilizado como una forma de comunicación no verbal, en el que es un medio expresivo facilitando el uso de imágenes que se derivan de la abstracción, tanto de manera espontánea como inconsciente (Villar-Terrero et al., 2022).

De acuerdo con Bassols (2006), la arteterapia es un proceso de acompañamiento para las personas que enfrentan dificultades en diversas áreas. A través de las distintas formas de expresión artísticas como la creación de obras plásticas, sonoras, dramáticas, teatrales y escritas, se busca generar un cambio, facilitando la autocomprensión y promoviendo la transformación emocional. El enfoque de la arteterapia permite explorar, expresar y procesar las emociones de manera segura y constructiva, favoreciendo el bienestar, adaptación y relación con el entorno, ya sea este personal, laboral o educativo, convirtiéndolo en un lugar sano y equilibrado para el desarrollo de sus individuos.

La arteterapia integra una variedad de enfoques en su aplicación, adaptadas a las necesidades de los individuos. Desde la perspectiva cognitiva emplea estrategias psicológicas, permitiendo a las personas desarrollar un grado mayor de autoconocimiento, en el que la

experiencia es un factor clave e importante para el aprendizaje. Por otro lado, el enfoque psicoanalítico profundiza la introspección, facilitando el reconocimiento de emociones y dificultades. Además, posee una dimensión artística, debido a que permite la creación y expresión de emociones y sentimientos convirtiéndose en un medio para alcanzar objetivos terapéuticos efectivos (Junge, 2015).

2.2.2 Beneficios generales de la aplicación de arteterapia en diversos contextos

La práctica de la arteterapia puede ser aplicada en diferentes contextos, puesto que se caracteriza por su capacidad y flexibilidad de adaptación tanto a nivel grupal como individual, su implementación abarca entornos escolares, hospitalarios y clínicos privados. En el ámbito hospitalario y clínico, la arteterapia favorece a que los individuos que la practiquen tengan una actitud positiva, ayudando a disminuir los sentimientos de tristeza y depresión por los que pasan, promoviendo el bienestar emocional y la resiliencia (Dumas y Aranguren, 2013). Este tipo de resultados destacan la versatilidad de la arteterapia como una herramienta para el apoyo emocional, siendo viable en cuanto a la aplicación de esta práctica en diferentes áreas.

La arteterapia ha demostrado ser una terapia complementaria efectiva, generando beneficios en personas de todas las edades y condiciones. En el caso de los adultos mayores, se ha comprobado que facilita la expresión emocional, favorece la cohesión y promueve el autoconocimiento y la resiliencia, contribuyendo a la mejora de autoestima. Por otra parte, la arteterapia ha demostrado ser una terapia capaz de generar beneficio a todas las personas, facilitando la expresión y cohesión grupal, contribuyendo a mejorar la autoestima y relaciones interpersonales, favoreciendo al envejecimiento más tranquilo y saludable (Tapia et al., 2022). Estos hallazgos evidencian un impacto significativo de la arteterapia para el bienestar emocional y social de los individuos en general.

Otro beneficio importante de la aplicación de la arteterapia como proceso creativo es la interacción continua a través de la vivencia práctica. Diversos estudios como el de Gutierrez (2018) han demostrado que durante las sesiones en familia, los integrantes se enfrentan, debaten y se aconsejan de manera conjunta, en la que comparten tanto frustraciones como logros, promoviendo la exploración individual y colectiva, en la que los miembros de la familia se creen capaces de resolver y realizar proyectos en conjunto, resaltando el papel importante de la arteterapia como una herramienta para fortalecer el desarrollo de habilidades y lazos interpersonales.

2.2.3 Actividades artísticas empleadas en la arteterapia

Para la implementación de arteterapia como práctica psicopedagógica, se debe tener en cuenta distintas actividades adaptadas a las necesidades y características de los niños, en especial de aquellos que presenten alguna dificultad específica que se quiera abordar. Esto implica brindar un espacio seguro y estimulante donde puedan expresarse de manera libre y creativa, fortaleciendo de esta manera sus habilidades socioemocionales. Entre las actividades de arteterapia más adecuadas para trabajar con niños se encuentran:

La realización de mandalas, es una actividad que facilita la conexión con cuerpo, mente y espíritu. De acuerdo con Villar-Terrero et al (2022), el empleo de esta actividad ayuda a vincular a los seres humanos con el entorno que los rodea, promoviendo integridad y equilibrio, reduciendo la sensación de emociones negativas como el estrés y la ansiedad. Dibujar y colorear mandalas contribuye al desarrollo de habilidades en niños, jóvenes y adolescentes, favoreciendo de manera significativa a la regulación emocional, la tranquilidad y la autoconciencia, permitiendo alcanzar estados de relajación y meditación elevados.

El dibujo es otra de las actividades más empleadas en la práctica de arteterapia, autores como Avendaño (2022), mencionan que el dibujo como recurso en la arteterapia permite a las

personas que lo empleen expresar de forma simbólica o creativa emociones y pensamientos. El dibujo va más allá de una actividad recreativa, se convierte en una herramienta esencial para el autoconocimiento que permite exteriorizar sentimientos reprimidos. Además, se enfatiza que el dibujo permite identificar aspectos que requieren atención y fortalecimiento del bienestar emocional.

2.2.4 Estrés escolar

El estrés es un fenómeno que afecta a individuos de todas las edades, puede manifestarse de distintas formas, ya sea en situaciones laborales, estudiantiles o familiares. Castillo-Navarrete et al. (2020), definen al estrés como una respuesta neuroendocrina, inmunológica y conductual ante cualquier situación externa, que se perciba como amenazante o peligrosa, desempeñando un papel importante en la adaptación y supervivencia de los seres vivos. Por otro lado, el estrés escolar es un procedimiento interno y sistémico de cada individuo, se encuentra caracterizado por la naturaleza adaptativa y psicológica, desarrollado principalmente en el ámbito educativo, se presenta cuando los estudiantes se encuentran sometidos a situaciones de alta demanda relacionadas al desempeño escolar (Terrazas et al., 2022).

De acuerdo con Ticona et al. (2021), el concepto de estrés escolar ha sido difícil de definir debido a su complejidad, porque involucra factores individuales como contextuales. Sin embargo, destaca que tanto niños como adolescentes han enfrentado situaciones de demanda emocional requiriendo el empleo de estrategias de afrontamiento ante estresores internos y externos. Estos estresores se pueden relacionar tanto a la carga académica como a asuntos familiares.

El estrés ha sido definido como un problema de gran magnitud debido a los efectos que tiene sobre los individuos, en los que se incluyen afectaciones al bienestar físico, psicológico

y conductual Jurado-Botina et al. (2022). El estrés escolar impacta al aprendizaje de los estudiantes, puesto que influye en la motivación y la percepción del entorno educativo, la sobrecarga de tareas, el trato y el carácter de los docentes son considerados los principales estresores, enfatizando que son factores causantes de presión que dificultan el desarrollo emocional y cognitivo de los estudiantes.

2.2.5 Síntomas y manifestaciones del estrés escolar

El estrés escolar suele manifestarse de diferentes formas, acorde a la situación percibida por el individuo. En este sentido Valencia (2018) citado por Sánchez et al., (2022), menciona que se presenta de manera sistemática y adaptativa en tres fases. La primera, la exposición a una serie de exigencias percibidas como estresantes, situación provocante de desequilibrio que, posteriormente se expresa mediante síntomas físicos y psicológicos, los cuales obligan a los estudiantes a la implementación de estrategias de afrontamiento, para autorregular sus emociones, contribuyendo en la mitigación de los efectos negativos que produce el estrés.

Los síntomas más frecuentes que se derivan del estrés escolar se clasifican tanto en físicos como psicológicos, entre los primeros se destaca la fatiga, los problemas digestivos y la hiperventilación, seguidos por la ansiedad, depresión y tristeza, siendo los estresores más comunes las evaluaciones, la carga excesiva de tareas, y la presión en cuanto al tiempo dado para la realización de trabajos o proyectos escolares (Sánchez et al., 2022).

De manera complementaria, Armenta et al. (2020), destaca que las manifestaciones físicas de estrés escolar más comunes son la fatiga crónica, el miedo y la somnolencia, a nivel psicológico se puede presentar inquietud, tristeza, problemas de concentración, incapacidad de relajación y a angustia, mientras que el ámbito conductual existe el aumento o disminución del consumo de alimentos, en el caso de los adulto el consumo de bebidas alcohólicas es otra de las manifestaciones que se incluyen en este punto.

2.2.6 Ansiedad escolar

La ansiedad es una respuesta emocional natural frente a circunstancias que los individuos perciben como amenazante. Los Trastornos de Ansiedad (TA) se encuentran caracterizados por la presencia de temores o preocupaciones intensas y persistentes, incluso en situaciones donde no se presenta un peligro real para la persona que lo experimenta, dichas manifestaciones pueden interferir de manera significativa en la vida cotidiana, afectando el bienestar social, académico y laboral (Delgado et al., 2021).

De acuerdo con Colunga-Rodríguez et al., (2021), la ansiedad escolar se caracteriza por la presencia de preocupaciones intensas antes situaciones cotidianas. Los niños, niñas y adolescentes que presentan trastorno de ansiedad suelen preocuparse en exceso por su rendimiento escolar o actividades extracurriculares que se realizan en las instituciones, derivando en muchas ocasiones a pensamientos catastróficos que podrían desencadenar problemas o sintomatologías físicas, afectando así la capacidad para desenvolverse con fluidez en su entorno cotidiano.

En el ámbito escolar, la ansiedad se presenta como el miedo excesivo a las evaluaciones, la presión académica e incluso la interacción social, factores que afectan el bienestar y rendimiento académico de los estudiantes. Este tipo de ansiedad pueden generar bloqueos mentales, impidiendo que los estudiantes no se expresen de manera clara o recuerden algo de información durante los exámenes. Además, ha permitido llevar un ciclo de autoexigencia y preocupación constante, aumentando la sensación de incapacidad y, por ende, disminuyendo la confianza en sí mismos (Lagos et al., 2022).

3. METODOLOGÍA

3.1. Enfoque

El trabajo presenta un enfoque cuantitativo, debido a que se centra en la recolección y análisis de datos numéricos (Hernández-Sampieri, 2018), siendo empleado con el propósito de poder evaluar el impacto de la aplicación de arteterapia en la reducción del estrés y la ansiedad escolar. Mediante este enfoque, se buscó observar la relación entre la intervención psicopedagógica (arteterapia) y las variables dependientes (estrés y ansiedad escolar), empleando métodos estadísticos para obtener conclusiones fundamentadas sobre su efectividad.

3.2. Alcance

El alcance investigativo es correlacional, en él no sólo se describe la presencia de ansiedad en los estudiantes, sino que también examina cómo la arteterapia influye en su reducción. En este trabajo no se manipularon variables, se analizaron los niveles de estrés – ansiedad y como estos cambiaron con la implementación de actividades artísticas, buscando la comprensión de la correlación significativa entre la arteterapia y la reducción de estrés y ansiedad, proporcionando información sobre su impacto en el bienestar emocional.

3.3. Diseño

El diseño de estudio es cuasiexperimental con medición pretest, puesto que se aplicaron instrumentos psicométricos antes de la aplicación del taller de arteterapia, permitiendo analizar los cambios en los niveles de estrés y ansiedad escolar tras la intervención, evaluando el impacto a través de la comparación de los resultados obtenidos en ambas mediciones. Además, la recolección de datos se realizó en un período de tiempo específico, facilitando la identificación de las variaciones en los niveles de ambas variables derivadas de una práctica.

3.4. Población

La población escogida para la ejecución de este trabajo fueron los estudiantes del sexto grado paralelo "A", distribuidos de la siguiente manera:

Tabla 1. *Población de estudio.*

Sexo	Cantidad
Femenino	17
Masculino	10
Total	27

3.5. Muestra

Para la selección de la muestra, se empleó la **Escala de Ansiedad Manifiesta en Niños (CMASR-2)** y el **Inventario de estrés cotidiano infantil (IECI)**. Aquellos participantes que obtuvieron puntuaciones indicativas tanto de ansiedad como de estrés, fueron la muestra definitiva para la elaboración de la investigación y se encuentran representadas en la **Tabla 4**. Resultados de la aplicación inicial del Inventario de estrés cotidiano infantil (IECI) y **Tabla 5**. Resultados de la aplicación inicial del CMASR-2 del documento.

3.6. Técnicas e instrumentos

3.6.1 Técnicas

En la elaboración del presente documento se emplearon dos instrumentos psicométricos, la Escala de Ansiedad Manifiesta en Niños (CMASR-2) y el Inventario de estrés cotidiano infantil (IECI) como pre test, para tener un punto inicial y poder observar cambios significativos antes y después de la aplicación del taller de arteterapia propuesto, esclareciendo a partir de ellos la existencia de la problemática de estrés y ansiedad escolar en los estudiantes de la población escogida.

3.6.2 Instrumentos psicométricos aplicados

3.6.2.1 Inventario de estrés cotidiano infantil (IECI)

El inventario de estrés cotidiano evalúa los factores que generan estrés en la infancia y las respuestas emocionales, conductuales, cognitivas y psicofisiológicas. Fue desarrollado por Trianes y proporciona una puntuación total que representa el estrés cotidiano, en el que se miden dimensiones como problemas de salud, psicosomáticos, estrés escolar y familiar, este instrumento consta de 22 ítems con respuestas dicotómicas, las cuáles permiten identificar situaciones estresantes que se derivan de la interacción diaria con el entorno (Torres et al., 2014).

Dentro de los 7 ítems que abordan el estrés escolar en el IECI, se incluyen:

- **Ítem 2.** "Las tareas del colegio me resultan difíciles"
- **Ítem 5.** "Normalmente saco malas notas"
- **Ítem 8.** "Mis profesores son muy exigentes conmigo"
- **Ítem 11.** "Participo en demasiadas actividades extracurriculares"
- **Ítem 14.** "Me cuesta mucho concentrarme en una tarea"
- **Ítem 17.** "Me pongo nervioso o nerviosa cuando me preguntan los profesores"
- **Ítem 20.** "En el colegio mis compañeros se meten mucho conmigo"

Trianes et al. (2011), realizaron un estudio con 1957 niños en 24 escuelas españolas, demostrando que el instrumento mide de manera confiable el estrés en niños, debido a que los puntajes fueron consistentes en las diferentes áreas evaluadas, confirmando su validez de aplicación en estudios sobre el estrés escolar e infantil, permitiendo una comprensión clara de los factores que afectan el bienestar emocional en los estudiantes.

Para el análisis de resultados del inventario de estrés cotidiano, se debe considerar las puntuaciones obtenidas, calculándolas mediante las respuestas de los participantes, transformadas a puntuaciones T de Baroles, permitiendo una interpretación estandarizada de los niveles de estrés escolar, permitiendo la comparación con valores referenciales.

Tabla 2. *Descriptorios cualitativos para los rasgos de puntuación del IECI*

Rangos de puntuación	Descriptor
Puntuación T de 55 o menos	Indica que no hay problemas de estrés significativos.
Puntuación T entre 55 y 65	Indica presencia de sintomatología leve asociada al estrés
Puntuación superior a 66	Indica presencia de sintomatología grave asociada al estrés.

Nota de tabla. *Información basada en datos del IECI*

3.6.2.2 Escala de ansiedad manifiesta en niños (CMASR-2)

La escala de ansiedad manifiesta fue elaborada por Reynolds y Richmond en 1985, es un autoinforme compuesto por 49 ítems con respuesta a manera dicotómica (Sí/No), en la que se evalúa la ansiedad en niños de entre 6 y 19 años. Puede ser aplicada de manera individual o grupal, en ella se generan puntuaciones en seis escalas: defensividad, respuestas inconsistentes, ansiedad total, ansiedad fisiológica, inquietud y ansiedad social (Reynolds et al., 1997).

Dentro de la escala de ansiedad social, se incluyen 12 ítems que ayudan a evaluar la ansiedad en exámenes, familia y escuela que ayudan a medir la ansiedad escolar, en los que se incluyen:

- **4.** "Tengo miedo que otros niños se rían de mí durante clases"
- **9.** "Siento que alguien va a decirme que hago mal las cosas"

- 10. "Tengo miedo que los demás se rían de mí"
- 13. "Parece que las cosas son más fáciles para los demás que para mí"
- 22. "Siento que a los demás no les gusta cómo hago las cosas"
- 23. "Me da miedo hablar en voz alta ante mis compañeros durante las clases"
- 27. "Me siento solo(a) aunque esté acompañado(a)"
- 28. "En la escuela se burlan de mí"
- 36. "Los demás son más felices que yo"
- 37. "Temo hablar en voz alta delante de un grupo"
- 41. "Me preocupa que durante la clase me hagan participar"
- 47. "Muchas personas están en mi contra"

En el contexto ecuatoriano, la validación de la aplicación de este instrumento se realizó con niños de 6 a 11 años. Los resultados del estudio demostraron que el instrumento es confiable, puesto que las pruebas ejecutadas confirmaron que mide la ansiedad de manera consistente en esta población, lo que respalda el uso de esta escala en investigaciones en las que la población sean niños y adolescentes. Esto de acuerdo con Ortega y Moreno (2019), citado por Reveló y Suárez (2024).

Al igual que el instrumento anterior, el CMASR-2 posee puntuaciones T normalizadas, el uso de estas puntuaciones facilita la comprensión entre cada una de las escalas, y en el caso de esta escala se da de la siguiente manera:

Tabla 3. *Descriptorios cualitativos para los rasgos de puntuación del CMASR-2*

Rangos de puntuación	Descriptor
71 y más	Extremadamente problemático
61-70	Moderadamente problemático
40-60	No más problemático que para la mayoría de los sujetos
39 y menos	Menos problemático que para la mayoría de las personas

Nota de tabla. *Información tomada del manual CMASR-2*

3.6.3 Aplicación de instrumentos y ejecución de taller

Para la aplicación de los instrumentos y posterior ejecución de taller de arteterapia, se siguieron las siguientes acciones:

- Se coordinó el ingreso y autorización por parte de las autoridades de la institución para la aplicación y ejecución de la metodología propuesta.
- Se obtuvo el consentimiento informado de manera oral de los tutores legales de los estudiantes participantes.
- Se realizó la aplicación del IECI, por medio de Google Forms, mientras que el pretest CMASR-2 se aplicó de manera presencial en el aula de clases (10 de febrero de 2025).
- Se desarrollaron las sesiones del taller "Los colores de la tranquilidad: explorando el arte y las emociones", con los del sexto grado "A" de la Escuela de Educación Básica "Mercedes Moreno Irigoyen".
- Se realizó la evaluación de la efectividad de la intervención psicopedagógica, a través de la observación directa.

3.6.4 Práctica psicopedagógica

La experiencia proyectada consistió en la implementación del taller de arteterapia: **“Los colores de la tranquilidad: explorando el arte y las emociones”** en la Escuela de Educación Básica Mercedes Moreno Irigoyen, desarrollado con el objetivo de reducir la ansiedad escolar en los estudiantes del sexto grado, dicha población participó de manera voluntaria con el consentimiento de sus tutores. Para medir el impacto en cuanto a la reducción de las variables del trabajo se aplicaron dos instrumentos psicométricos, el IECI y el CMAS-R2, mismos que fueron aplicados antes y después de dar inicio a las sesiones de arteterapia, para evaluar los cambios en cuanto a los niveles de estrés y ansiedad, logrando evidenciar la efectividad de la arteterapia en el bienestar emocional, el taller fue desarrollado durante una semana, los días lunes, miércoles y viernes, teniendo una duración de 45 minutos dentro de la jornada escolar.

4. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. Resultados

Antes de la aplicación del taller de arteterapia

Dentro de la primera fase de la experiencia práctica de este trabajo se obtuvieron los resultados de la aplicación de instrumentos psicométricos; en la variable estrés escolar, dos niños y dos niñas presentaron un puntaje mayor a 66, que, acorde al manual propuesto por Trianes et al (2011) es indicativo de presencia de sintomatología grave de estrés escolar, por lo que se infiere que los 4 niños tienen problemas relacionados al mismo. Por otro lado, en la variable ansiedad escolar, se presenta a un niño y dos niñas con puntajes mayor a 70, lo que de acuerdo al manual de la escala CMASR-2 propuesto por Reynolds et al., (1997) es indicativo de presencia de ansiedad social, y de acuerdo a diversos autores, puede ser considerado como ansiedad escolar, debido a los ítems que dentro de este se miden.

Tabla 4. Resultados de la aplicación inicial del Inventario de estrés cotidiano infantil (IECI)

Sexo	Población	Muestra con síntomas	Porcentaje con síntomas
Femenino	17	2	11,8%
Masculino	10	2	20%
Total	27	4	14,8%

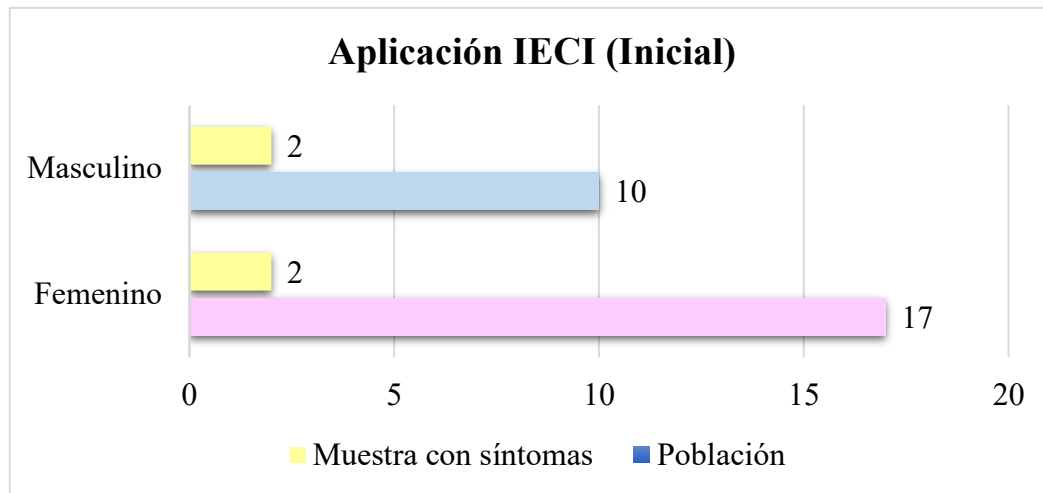


Figura 1. Resultados de la aplicación inicial del Inventario de estrés cotidiano infantil (IECI)

Tabla 5. Resultados de la aplicación inicial del CMASR-2

Sexo	Población	Muestra con síntomas	Porcentaje con síntomas
Femenino	17	1	5,9%
Masculino	10	2	20%
Total	27	3	11,1%

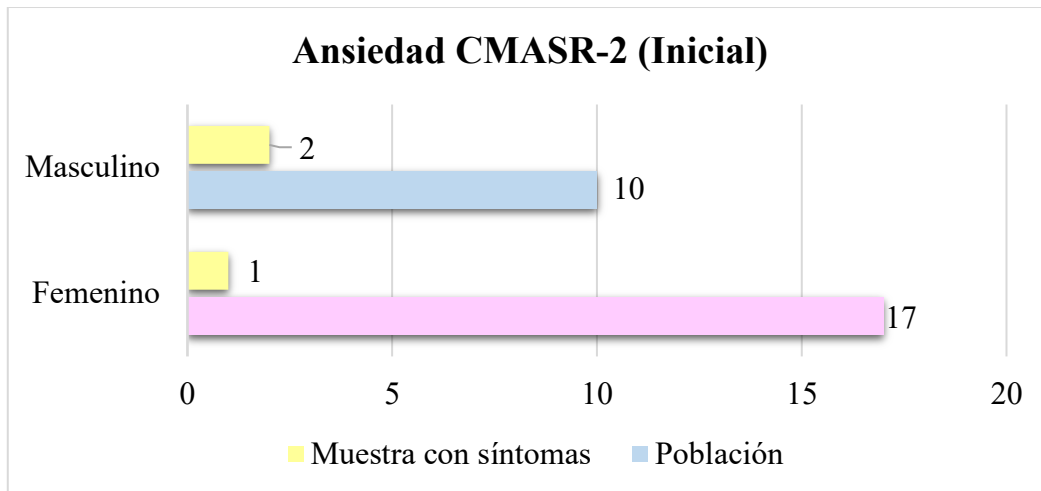


Figura 2. Resultados de la aplicación inicial del CMASR-2

Sin embargo, posterior a la aplicación de los test, durante la observación en la aplicación del taller se evidenciaron dificultades de expresión emocional en más estudiantes, sugiriendo que la existencia de estrés y ansiedad podría ser mayor de lo que se pudo reflejar con la aplicación de los instrumentos. Cabe recalcar que el taller no solo permitió la intervención psicopedagógica hacia aquellos estudiantes que presentaron las problemáticas investigadas, sino que, además, brindó a los demás participantes estrategias efectivas para la autorregulación emocional.

Una vez completada la primera fase de la puesta en práctica del trabajo, que fue la aplicación de los pretest, se desarrollaron las actividades planificadas y organizadas con anticipación. Las actividades propuestas tuvieron un mismo objetivo, reducir los niveles de estrés y ansiedad, y fueron cumplidas acorde al cronograma inicial para que todo se ejecutara acorde a lo previsto. El proceso de desarrollo del taller se adjunta de manera detallada en el **Anexo 4** de este documento, al igual que fotografías que demuestran su ejecución.

Durante la realización del taller, se pudo observar a medida que los estudiantes participaban en las actividades artísticas, mostraban mayor disposición en cuanto a la expresión de sus emociones, algunos de los niños que fueron parte, en un inicio se avergonzaban o no quería hablar ante sus demás compañeros, porque sentía temor a que lo que expresaran

estuviera de alguna u otra manera incorrecta. Este temor como lo señala Colunga-Rodríguez et al., (2021), es una manifestación común de la ansiedad, y se da incluso en ausencia de amenazas reales.

A medida que el taller avanzaba, los estudiantes mostraban más apertura de expresión en sus emociones, el aumento de confianza en varios niños que tenían miedo de expresarse ante una audiencia iba disminuyendo, demostrando que, Bassols (2006), estuvo en lo correcto cuando mencionó que la arteterapia permite explorar, expresar y procesar las emociones de manera segura y constructiva, favoreciendo la relación con el entorno. La expresión artística no favorece solo gestión emocional, sino que ayuda también a reducir el miedo a juicio por parte de otros.

El último día de puesta en práctica del taller, a modo de observación directa, se reflejaron cambios significativos en cuanto a la participación por parte de los estudiantes, teniendo como resultados la comprobación de la efectividad del taller para la mejora y reducción de problemas de estrés y ansiedad escolar en los estudiantes del sexto "A". Sin embargo, siguiendo con lo establecido dentro de los objetivos, se volvió a aplicar los instrumentos para dar continuidad y confiabilidad al presente trabajo.

Después de la aplicación del taller de arteterapia

Posterior a la ejecución del taller de arteterapia, se realizó una segunda evaluación empleando los mismos instrumentos psicométricos para medir los cambios en cuanto a los niveles de estrés y ansiedad. Los resultados revelaron una reducción significativa en la cantidad de los estudiantes que presentaron puntajes indicativos de presencia de estrés y ansiedad. Específicamente se pudo observar la disminución del 50% en los niveles de estrés, y de un 33,33% en los niveles de ansiedad, lo que sugiere que el taller tuvo un impacto positivo para el bienestar de los estudiantes, demostrados de la siguiente manera:

Tabla 6. Resultados de la aplicación final del ICEI

Sexo	Población	Muestra con síntomas	Porcentaje con síntomas
Femenino	17	1	5,9%
Masculino	10	1	10%
Total	27	2	7,4%

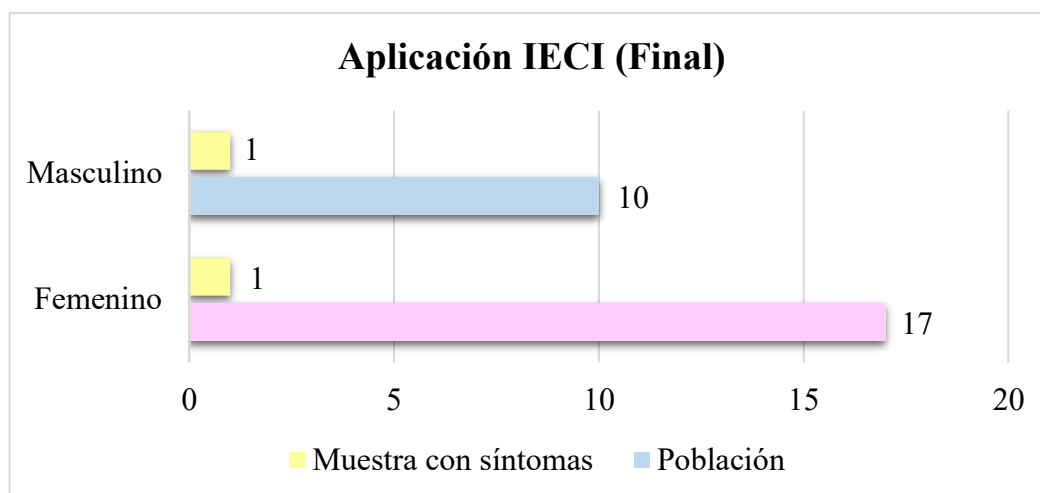


Figura 3. Resultados de la aplicación final del IECI

Tabla 7. Resultados de la aplicación final del CMASR-2

Sexo	Población	Muestra con síntomas	Porcentaje con síntomas
Femenino	17	1	5,9%
Masculino	10	1	10%
Total	27	2	7,4%

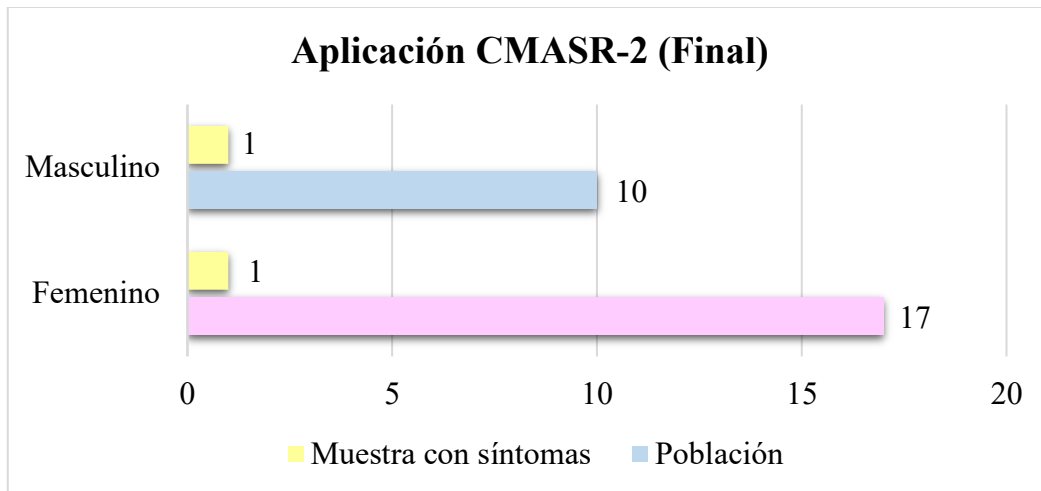


Figura 4. Resultados de la aplicación final del CMASR-2

Los hallazgos obtenidos sugieren que el taller brindó un espacio seguro para muchos de los niños pudieran explorar y procesar sus emociones, se destaca la observación en cuanto al aumento progresivo en la participación por parte de los niños, que refleja resultados positivos del taller, brindándoles herramientas para afrontar situaciones desafiantes además de fomentar el gestionamiento emocional por parte de los estudiantes.

4.2. Discusión de resultados

El objetivo del trabajo práctico fue implementar un taller de arteterapia como práctica psicopedagógica para reducir el estrés y la ansiedad en estudiantes del sexto grado "A" de la Escuela de Educación Básica "Mercedes Moreno Irigoyen", los resultados posterior a la aplicación de instrumentos, mostraron que una parte muy reducida de estudiantes presentó síntomas para estas variables, sin embargo, a consideración personal, los resultados no evidenciaron a cabalidad a todos los participantes que presentaban dichas problemáticas, debido a la resistencia a la participación que se evidenció por parte de algunos de ellos al inicio de la ejecución del taller.

La observación directa durante la aplicación de la práctica permitió identificar una mejora en la actitud y participación por parte de los estudiantes, que se relaciona a la formación

de un espacio seguro, en el que los estudiantes pudieron expresarse de manera libre a través de los medios artísticos y creativos, un aspecto clave de la arteterapia. Esta mejora en cuanto a la participación posterior a la aplicación de la práctica psicopedagógica se ha visto en estudios como el propuesto por Rojas y Galván (2020), en el que aplicó arteterapia con estudiantes universitarios y como resultados obtuvo cambios significativos en cuanto a las actitudes de los estudiantes, además de destacar el incremento en la facilidad de expresión emocional.

Además, con los comentarios emitidos por los participantes, que en su mayoría fueron de aquellos que presentaron indicios de tener dificultades emocionales, se pudo establecer un análisis en cuanto al aumento de confianza en ellos, otro punto significativo, puesto que a partir de la confianza surge el incremento de la autoestima, que se asemeja a los resultados obtenidos en el estudio de Tapia et al. (2022), que, a pesar de haberse realizado con persona fuera del contexto escolar, nos menciona que la aplicación de arteterapia ayuda a la cohesión grupal, que contribuye a mejorar la autoestima y, por ende, las relaciones interpersonales.

Los resultados obtenidos sugirieron que el taller de arteterapia propuesto fue de impacto positivo en la reducción del estrés y ansiedad. La disminución observada, en la proporción de los estudiantes que manifestaron síntomas de estrés y ansiedad en el instrumento aplicado, sugiere que la arteterapia pudo haber proporcionado estrategias y herramientas efectivas para la regulación emocional. Estos hallazgos resaltaron la efectividad de la aplicación de arteterapia para la mejora del bienestar emocional, destacando su potencial de intervención dentro del ámbito escolar.

Los resultados destacables dentro de este trabajo son consistentes con la propuesta de práctica e investigación establecida, además, proporciona evidencia preliminar sobre la utilidad de la arteterapia como una herramienta que se puede emplear en el ámbito educativo. Por lo que se destaca que, para la elaboración de trabajos futuros, se debe tener en consideración otro

tipo de actividades artísticas para profundizar aún más el potencial de la arteterapia como una herramienta educativa, además es recomendable que se empleen muestras más grandes, debido a que les permitirán explorar a mayor profundidad las variables

5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

- A partir de la investigación realizada, se logró identificar y analizar diferentes sustentos teóricos que respaldaron de manera positiva la aplicación de arteterapia como una herramienta efectiva para la reducción del estrés y ansiedad escolar. La literatura consultada demostró que su implementación permite explorar emociones de manera creativa facilitando la regulación emocional, contribuyendo de manera significativa en el manejo de estrés y ansiedad, en especial dentro del contexto escolar.
- A través de la aplicación de los instrumentos psicométricos se tuvo un panorama en cuanto a los niveles de estrés y ansiedad presente en los niños. Los resultados obtenidos sirvieron como base para establecer un punto de referencia para medir el impacto de la arteterapia en la reducción de estos niveles, permitiendo evaluar de manera objetiva los cambios en los estudiantes antes y después de la práctica, facilitando la comprensión de la efectividad de aplicación del taller.
- La implementación del taller de arteterapia tuvo como resultados la reducción significativa en los niveles de estrés y ansiedad, que se evidenciaron mediante la comparación de resultados obtenidos de los instrumentos aplicados. Este hallazgo resaltó la efectividad de la arteterapia como práctica psicopedagógica en el contexto escolar, demostrando así que las actividades que involucran al arte son una estrategia valiosa para la mejora del bienestar emocional, además que su aplicación fomenta el desarrollo de un entorno educativo seguro y saludable.

5.2. Recomendaciones

- Se recomienda que en las instituciones educativas se implemente la arteterapia como una herramienta complementaria para abordar problemas emocionales.
- Replicar la ejecución del taller en otras instituciones, a través de la capacitación a docentes, para que pueda ser aplicada como una herramienta terapéutica efectiva en el contexto escolar.
- Para investigaciones futuras, se recomienda emplear poblaciones más grandes, para obtener una mayor muestra, que el trabajo sea más riguroso para explorar a profundidad los mecanismos a través de los cuales la arteterapia puede promover el bienestar emocional.

6. BIBLIOGRAFÍA

- Armenta, L., Quiroz, C., Abundis, F., & Zea, A. (2020). Influencia del estrés en el rendimiento académico de estudiantes universitarios Influence of stress on the academic performance of university students. *Espacios*, 41.
- Avendaño Valencia, A. M. (2022). *El dibujo como herramienta pedagógica y terapéutica en el desarrollo psicosocial, físico y emocional en niños, niñas y adolescentes con déficit de atención, lenguaje y autismo*. <https://repository.uniminuto.edu/handle/10656/17111>
- Bassols, M. (2006). El arteterapia, un acompañamiento en la creación y la transformación. *Arteterapia. Papeles de Arteterapia y Educación Artística Para La Inclusión Social*, 1(2006).
- Bennásar, M. (2020). ISSN Online: 2692-3203 ISSN Impreso: 2692-319x | VOLUMEN 01 | 2020 | www.metropolis.metrouni.us 19 Perspectivas Curriculares para la Enseñanza y Aprendizaje de la Educación Física aplicada a la Lúdica. *Metropolis*, 1(1).
- Cabrera Aucay, M. X., & Zhindón Duarte, J. A. (2023). Actividades artísticas como mecanismo escolar para reducir el estrés: caso de estudio la filigrana. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(1). https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i1.5046
- Castillo-Navarrete, J., Guzmán-Castillo, A., Bustos N., C., Zavala S., W., & Vicente P., B. (2020). Propiedades Psicométricas del Inventario SISCO-II de Estrés Académico. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación – e Avaliação Psicológica*, 56(3). <https://doi.org/10.21865/ridep56.3.08>
- Colunga-Rodríguez, C., Ángel-González, M., Vázquez-Colunga, J. C., Vázquez-Juárez, C. L., & Colunga-Rodríguez, B. A. (2021). Relación entre ansiedad y rendimiento académico en alumnado de secundaria. *Revista de Estudios e Investigación En Psicología y Educación*, 8(2). <https://doi.org/10.17979/reipe.2021.8.2.8457>

- Delgado, E. C., De La Cera, D. X., Lara, M. F., & Arias, R. M. (2021). Generalidades sobre el Trastorno de Ansiedad. *Revista Cúpula*, 35(1).
- Dumas, M., & Aranguren, M. (2013). Beneficios del arteterapia sobre la salud mental. *V Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional En Psicología XX Jornadas de Investigación Noveno Encuentro de Investigadores En Psicología Del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2013. Beneficios.*
- García, J. M., Jiménez, C. E., Cargua, N., & Aparicio, M. del P. (2020). Diferencias en ansiedad escolar en alumnado ecuatoriano de bachillerato según sexo y curso. *European Journal of Child Development, Education and Psychopathology*, 8(1).
<https://doi.org/10.30552/ejpad.v8i1.129>
- Gutierrez Ajamil, E. (2018). Arteterapia familiar en oncología pediátrica. *Psicooncologia*, 15(1). <https://doi.org/10.5209/PSIC.59183>
- Hernández-Sampieri, Roberto., & Mendoza Torres, C. Paulina. (2018). *Metodología de la investigación : las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw-Hill Education.
- Junge, M. B. (2015). History of Art Therapy. In *The Wiley Handbook of Art Therapy*.
<https://doi.org/10.1002/9781118306543.ch1>
- Jurado-Botina, L., Montero-Bolaños, C., Carlosama-Rodríguez, D., & Tabares-Díaz, Y. (2022). Estrés académico en estudiantes universitarios de Iberoamérica: una revisión sistemática. *Cuadernos Hispanoamericanos de Psicología*, 2021(2).
<https://doi.org/10.18270/chps..v2021i2.3917>
- Lagos San Martín, N. G., Palma Luengo, M. R., & Ossa Cornejo, C. J. (2022). Estudio longitudinal de la ansiedad escolar en niños chilenos de educación primaria. *Revista Costarricense de Psicología*, 41(1). <https://doi.org/10.22544/rcps.v41i01.01>

- Méndez Suárez, M., Pilar Rubio, M. J., Barrantes Fernández, T., & Villalón Rodríguez, A. (2023). Arteterapia y evolución de los aspectos emocionales y de la ansiedad en un contexto oncohematológico: un estudio de caso. *Arteterapia. Papeles de Arteterapia y Educación Artística Para La Inclusión Social*, 18(1). <https://doi.org/10.5209/arte.83633>
- Monjarás Rodríguez, M. T., Lucio y Gómez-Maqueo, M. E., Romero Godínez, E., & Durán Patiño, C. (2021). Afrontamiento y Estrés en Preescolares: El Papel de la Edad y el Sexo. *Acta de Investigación Psicológica*, 11(3). <https://doi.org/10.22201/fpsi.20074719e.2021.3.389>
- Pérez Peláez, M. E., & Cernuda Lago, A. (2020). La actividad artística como regulador de los procesos de ansiedad y agresividad en niños. *Revista Portuguesa de Educação*, 33(2). <https://doi.org/10.21814/rpe.17739>
- Reveló-García, A., & Suárez-López, A. G. (2024). ESTRÉS COTIDIANO Y ANSIEDAD MANIFIESTA EN NIÑOS INSTITUCIONALIZADOS Y NO INSTITUCIONALIZADOS. UN ESTUDIO EN ECUADOR. *PSICOLOGÍA UNEMI*, 8(14). <https://doi.org/10.29076/issn.2602-8379vol8iss14.2024pp65-77p>
- Reynolds, C. R., Richmond, E. D., Refugio, M. M., Saldaña, R., & Corona, P. (1997). Escala de Ansiedad Manifiesta en Niños Revisada Segunda edición Manual moderno®. *Psychological Assessment*.
- Rojas Borboa, G. M., & Galván Parra, L. A. (2020). Arteterapia: una experiencia de implementación remedial voluntaria en universitarios. *RIDE Revista Iberoamericana Para La Investigación y El Desarrollo Educativo*, 11(21). <https://doi.org/10.23913/ride.v11i21.687>
- Sánchez Domínguez, J. P., Damián Mendoza, E., Pozo Osorio, M. C., & Baz Salinas, E. A. (2022). Estrés académico y ansiedad en estudiantes de psicología. *Dilemas*


Contemporáneos: Educación, Política y Valores.

<https://doi.org/10.46377/dilemas.v10i1.3283>

- Tapia Corral, A. I., Hinojosa Espinosa, A. M., Muñoz Atiaga, D. R., & Ortega Freire, Y. M. (2022). La Arteterapia como herramienta Estimulante para la Actividad Cognitiva en Adultos Mayores. *Dominio de Las Ciencias, ISSN-e 2477-8818, Vol. 8, Nº. 1, 2022 (Ejemplar Dedicado a: Enero-Marzo 2022)*, 8(1).
- Terrazas, A., Velázquez-Castro, J., & Testón-Franco, N. (2022). El estrés académico y afectaciones emocionales en estudiantes de nivel superior. *Revista Innova Educación, 4(2)*. <https://doi.org/10.35622/j.rie.2022.02.008>
- Ticona, M., Zela Payi, N. O., & Vásquez Machicao, L. (2021). Ansiedad y estrés en la educación virtual en el periodo de emergencia sanitaria por el COVID-19. *Revista Científica de Sistemas e Informática, 1(2)*. <https://doi.org/10.51252/rcsi.v1i2.161>
- Torres, M. V. T., Fernández-Baena, F. J., Espejo, M. E., Mena, M. J. B., & Montero, E. F. M. (2014). ¿Qué es el estrés cotidiano infantil?: Detección e intervención psicoeducativa. *Padres y Maestros / Journal of Parents and Teachers, 0(360)*.
- Trianes, M. V, Blanca, M. J., Fernández-Baena, F. J., Escobar, M., & Maldonado, E. F. (2011). IECI. Inventario de estrés cotidiano infantil. *Madrid: TEA Ediciones, 13*.
- Villar-Terrero, A.-R., Mata De Salcedo, C., & Rosario-Rodríguez, J. (2022a). El arteterapia para mejorar la convivencia en el aula y la inteligencia intrapersonal. *Dialnet , 7(2)*.
- Villar-Terrero, A.-R., Mata De Salcedo, C., & Rosario-Rodríguez, J. (2022b). El arteterapia para mejorar la convivencia en el aula y la inteligencia intrapersonal. *Dialnet , 7(2)*.

7. ANEXOS

Anexo 1. Certificado antiplagio




CERTIFICADO DE ANÁLISIS
magister

María Cristina León Borbor - Antiplagio

4%

Textos sospechosos



2% Similitudes
 0% similitudes entre comillas
 0% entre las fuentes mencionadas

2% Idiomas no reconocidos
 0% Textos potencialmente generados por la IA

Nombre del documento: María Cristina León Borbor - Antiplagio.docx

ID del documento: a3e8ac12a105d2bb53b8a8b95b201c6fa3a82710

Tamaño del documento original: 124,17 kB

Autor: María Cristina León Borbor

Depositante: María Cristina León Borbor

Fecha de depósito: 23/3/2025


Tipo de carga: url_submission

fecha de fin de análisis: 23/3/2025



Número de palabras: 6746

Número de caracteres: 44.624




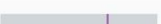

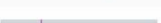



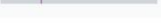
Ubicación de las similitudes en el documento:



Fuente principal detectada

Nº	Descripciones	Similitudes	Ubicaciones	Datos adicionales
1	 es.slideshare.net cmars-escala-de-ansiedad-manifiesta-en-ninos PPT Descar... https://es.slideshare.net/slideshow/cmars-escala-de-ansiedad-manifiesta-en-ninos/271719110 2 fuentes similares	< 1%		🔗 Palabras idénticas: < 1% (68 palabras)

Fuentes con similitudes fortuitas

Nº	Descripciones	Similitudes	Ubicaciones	Datos adicionales
1	 kupdf.net IECI.docx - Free Download PDF https://kupdf.net/download/ieci.docx-59948865d0d60db6a300d1a_pdf	< 1%		🔗 Palabras idénticas: < 1% (19 palabras)
2	 www.dspace.uce.edu.ec Estudio del nivel de ansiedad en integrantes de una es... http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/30065	< 1%		🔗 Palabras idénticas: < 1% (21 palabras)
3	 ojs.unemi.edu.ec https://ojs.unemi.edu.ec/index.php/faso-unemi/artide/view/1817#:~:text=El+objetivo+de+la+inv...	< 1%		🔗 Palabras idénticas: < 1% (13 palabras)
4	 ojs.unemi.edu.ec https://ojs.unemi.edu.ec/index.php/faso-unemi/artide/download/1962/1755/6622	< 1%		🔗 Palabras idénticas: < 1% (13 palabras)
5	 1library.co Top PDF Estrategias de gestión de procesos administrativos orientad... https://library.co/title/estrategias-de-gestion-de-procesos-administrativos-orientados-a-la-pa...	< 1%		🔗 Palabras idénticas: < 1% (11 palabras)

Anexo 2. Inventario de estrés cotidiano infantil

IECI

Recuerda que debes rodear con un círculo la respuesta elegida.

1	Este año he estado enfermo o enferma varias veces.	SI	NO
2	Las tareas del colegio me resultan difíciles.	SI	NO
3	Visito poco a mis familiares (abuelos, tíos, primos, etc.).	SI	NO
4	Con frecuencia me siento mal (tengo dolores de cabeza, náuseas, etc.).	SI	NO
5	Normalmente saco malas notas.	SI	NO
6	Paso mucho tiempo solo o sola en casa.	SI	NO
7	Este año me han llevado a urgencias.	SI	NO
8	Mis profesores son muy exigentes conmigo.	SI	NO
9	Hay problemas económicos en mi casa.	SI	NO
10	Tengo cambios de apetito (a veces como muy poco y a veces como mucho).	SI	NO
11	Participo en demasiadas actividades extraescolares.	SI	NO
12	Mis hermanos y yo nos peleamos mucho.	SI	NO
13	A menudo tengo pesadillas.	SI	NO
14	Me cuesta mucho concentrarme en una tarea.	SI	NO
15	Paso poco tiempo con mis padres.	SI	NO
16	Me preocupa mi aspecto físico (me veo gordo o gorda, feo o fea, etc.).	SI	NO
17	Me pongo nervioso o nerviosa cuando me preguntan los profesores.	SI	NO
18	Mis padres me regañan mucho.	SI	NO
19	Mis padres me llevan muchas veces al médico.	SI	NO
20	En el colegio mis compañeros se meten mucho conmigo.	SI	NO
21	Mis padres me mandan más cosas de las que puedo hacer.	SI	NO
22	Me canso muy fácilmente.	SI	NO

**ES MUY IMPORTANTE
QUE NO ESCRIBAS
NI HAGAS MARCAS
EN ESTE RECTÁNGULO.**



Autores: M. V. Trianes, M. J. Blanca, F. J. Fernández-Baena, M. Escobar y E. F. Maldonado.
Copyright © 2011 by TEA Ediciones, S.A., Madrid, España. Este ejemplar está impreso en DOS TINTAS. Si le presentan un ejemplar en blanco y negro es una reproducción ilegal. En beneficio de la profesión y en el suyo propio NO LA UTILICE - Edita: TEA Ediciones, S.A.; Fray Bernardino de Sahagún, 24; 28036 Madrid. Printed in Spain. Impreso en España.

Anexo 3. Cuestionario de ansiedad manifiesta

CMASR-2

Cuestionario-Perfil

Cecil R. Reynolds, PhD, y Bert O. Richmond, Ed.D

Fecha: _____

Nombre: _____

Edad: _____ Grado escolar: _____

Femenino Masculino

Instrucciones

Las oraciones que aparecen en este formulario dicen cómo piensan y sienten algunas personas acerca de ellas mismas. Lee con cuidado cada oración y luego encierra en un círculo la palabra que corresponda a tu respuesta. Encierra en un círculo la palabra Sí si piensas que así eres. Encierra en un círculo la palabra No si crees que no eres así. Responde a cada oración, incluso si te resulta difícil elegir una respuesta que se aplique a ti. No marques Sí y No para la misma oración. Si quieres cambiar tu respuesta, marca una X encima de tu primera respuesta y luego encierra en un círculo tu nueva elección.

No hay respuestas correctas ni incorrectas; sólo tú puedes decirnos cómo piensas y sientes con respecto a ti mismo. Recuerda, después de leer cada oración, pregúntate: "¿Es cierto en mi caso?". Si es así, encierra Sí en un círculo; si no lo es, encierra el No.

Copyright © 2008 by WESTERN PSYCHOLOGICAL SERVICES. Not to be reproduced in whole or in part without written permission. All rights reserved.

Manual Moderno®
 D.R. © 2012 por
 Editorial El Manual Moderno, S.A. de C.V.
 Av. Sonora 206, Col. Hipódromo, 06100, México, D.F.
 Miembro de la Cámara Nacional de la Industria
 Editorial Mexicana, Reg. núm. 39

Todos los derechos reservados.
 Ninguna parte de esta publicación puede ser reproducida, almacenada en sistema alguno o transmitida por otro medio —electrónico, mecánico, fotocopiador, etcétera— sin permiso previo por escrito de la Editorial.

Encierra en un círculo una respuesta por cada oración.

continúa al reverso de esta página

1. Muchas veces siento asco o náuseas.	Sí	No
2. Soy muy nervioso(a).	Sí	No
3. Muchas veces me preocupa que algo malo me pase.	Sí	No
4. Tengo miedo que otros niños se rían de mí durante la clase.	Sí	No
5. Tengo demasiados dolores de cabeza.	Sí	No
6. Me preocupa no agradarle a los otros.	Sí	No
7. Algunas veces me despierto asustado(a).	Sí	No
8. La gente me pone nervioso(a).	Sí	No
9. Siento que alguien va a decirme que hago mal las cosas.	Sí	No
10. Tengo miedo que los demás se rían de mí.	Sí	No
11. Me cuesta trabajo tomar decisiones.	Sí	No
12. Me pongo nervioso(a) cuando las cosas no me salen como quiero.	Sí	No
13. Parece que las cosas son más fáciles para los demás que para mí.	Sí	No
14. Todas las personas que conozco me caen bien.	Sí	No
15. Muchas veces siento que me falta el aire.	Sí	No
16. Casi todo el tiempo estoy preocupado(a).	Sí	No
17. Me siento mal si la gente se ríe de mí.	Sí	No
18. Muchas cosas me dan miedo.	Sí	No
19. Siempre soy amable.	Sí	No
20. Me enojo con facilidad.	Sí	No
21. Me preocupa lo que mis papás me vayan a decir.	Sí	No
22. Siento que a los demás no les gusta cómo hago las cosas.	Sí	No
23. Me da miedo hablar en voz alta ante mis compañeros durante la clase.	Sí	No
24. Siempre me porto bien.	Sí	No

Nota: Este cuadernillo está impreso en rojo. NO LO ACEPTE si no cumple ese requisito.

	DEF	FIS	INQ	SOC
Puntuación natural (reactivos 1-24) ▶	—	—	—	—

0616



MP
90-2

Anexo 4. Cronograma de actividades

Días	Lunes	Miércoles	Viernes
Objetivo por sesión:	Expresar e identificar emociones experimentadas en el ámbito escolar.	Fomentar la concentración y la calma a través de dibujos libres y mandalas	Promover la relajación a través del dibujo y las emociones
Recursos	- Lápices de colores - Marcadores - Hojas blancas. - Lápiz y borrador. - Recortes - Goma - Tijera.	- Hojas blancas, - Marcadores - Lápices de colores, - Lápiz de papel - Borrador, - Compás - Regla	- Lápices de colores - Marcadores - Hojas blancas. - Lápiz y borrador
Introducción	10 minutos - Bienvenida y explicación del taller. - Aplicación del CMASR-2	5 minutos - Ejercicio de relajación profunda acompañado de música tranquilizante y explicación de la actividad del día.	5 minutos - Explicación breve de lo que se realizará en la sesión del día acompañado de ejercicio de un ejercicio de relajación
Desarrollo	25 minutos - Actividad principal: Elaboración un árbol de las emociones, en él reflejarán una variedad de emociones que	30 minutos - Actividad principal: Dibujo libre "La libertad de mis emociones" - Crear y colorear mandalas.	35 minutos - Actividad principal: Dibujo libre "Autorretrato emocional", los participantes se dibujarán a sí mismos, pero enfatizando sus

han experimentado en la escuela.	emociones en lugar de su apariciencia física.
--	---

Cierre	10 minutos	10 minutos	10 minutos
	- Exposición voluntaria de el árbol de las emociones elaborados por los estudiantes.	- Reflexión grupal de los dibujos elaborados en cuanto a la actividad principal.	- Reflexión grupal de los dibujos elaborados en cuanto a la actividad principal.
	- Ejercicio de relajación, , respiración profunda y visualización creativa	- Exposición de las mandalas de manera voluntaria, explicando cómo se sintieron en el proceso de elaboración.	- Exposición de los dibujos explicando su significado.
		- Ejercicio de relajación y respiración profunda.	- Aplicación de instrumentos - Cierre del taller.

Anexo 5. Fotografías











