

Trabajo Final de Máster en Mediación Artística: Arte para la inclusión, transformación social y el desarrollo comunitario
Facultad de Educación Universidad de Barcelona
Curso: 2024-2025

Entre hilos y agujas: la función simbólica y la práctica social del arte textil en la sanación del trauma femenino

Autora: Lingling Ni

Tutora: Ascensión Moreno González

摘要 / Resumen / Abstract

中文摘要

本研究基于艺术调解(mediación artística)与表达性艺术治疗(expressive arts therapy)的跨学科框架,探讨纺织艺术在女性创伤疗愈中的象征功能与社会实践意义。研究源于研究者的个人经验:针线不仅是手工技艺,更是一种跨越代际、承载情感的具身语言。正如 Louise Bourgeois 所言:“Art is restoration: the idea is to repair the damages that are inflicted in life...”(Bourgeois, 1995),纺织实践将破碎经验以针脚缝补,转化为新的整体。

方法上,本研究结合多案例研究与行动研究。案例部分选取 Louise Bourgeois、Magdalena Abakanowicz、盐田千春与 *Conflict Textiles*,分析纤维材料、色彩与动作如何构成创伤的象征语言;并实施为期两个月的探索性纺织工作坊,邀请 3–5 位具有创伤经历的女性参与,采用参与观察、访谈与创作记录收集资料。

研究结果显示,纤维艺术凭借材料的触感、动作的重复性与色彩的象征性,为创伤经验提供了安全的外化路径,促进情绪调节、自我理解与社群支持。正如 Bessel van der Kolk 指出:“The body keeps the score”(van der Kolk, 2014),纤维艺术为身体记忆开辟了温柔的出口;同时, bell hooks 提醒我们:“To be truly visionary we have to root our imagination in our concrete reality...”(hooks, 2000),纺织创作正是这种在现实与想象之间展开的疗愈实践。

本研究的贡献在于:一方面扩展了表达性艺术治疗的媒介研究;另一方面提出了适用于非临床语境的纤维艺术干预框架与伦理指引,揭示了其在女性创伤疗愈中的独特潜能。

关键词:纺织艺术;表达性艺术治疗;艺术调解;女性;创伤

Resumen

Este estudio, enmarcado en un enfoque interdisciplinar de mediación artística y arteterapia expresiva , examina la función simbólica y el significado social del arte textil en la sanación del trauma femenino. La investigación surge de la experiencia personal de la autora: la aguja y el hilo no constituyen únicamente destrezas manuales, sino también un lenguaje encarnado que atraviesa generaciones y porta afectos. Tal como afirma Louise Bourgeois: “*Art is restoration: the idea is to repair the damages that are inflicted in life...*” (Bourgeois, 1995), la práctica textil sutura experiencias fragmentadas, transformándose en un nuevo todo.

Metodológicamente, el trabajo combina el estudio de casos múltiples con la investigación-acción. En la sección de casos se analizan las obras de Louise Bourgeois, Magdalena Abakanowicz, Chiharu Shiota y *Conflict Textiles*, explorando cómo los materiales, los colores y los gestos configuran un lenguaje simbólico del trauma; paralelamente, se desarrolló un taller textil exploratorio de dos meses, en el que participaron entre tres y cinco mujeres con experiencias de trauma, utilizando la observación participante, entrevistas y registros de creación como estrategias de recolección de datos.

Los resultados muestran que el arte textil, gracias a la textura de los materiales, la repetición de los movimientos y la simbolicidad de los colores, ofrece una vía segura de exteriorización de la experiencia traumática, favoreciendo la regulación emocional, la autocomprendión y el apoyo comunitario. Como sostiene Bessel van der Kolk: “*The body keeps the score*” (Van der Kolk, 2014), el arte textil abre una salida delicada a la memoria corporal; a la vez, Bell Hooks nos recuerda que “*To be truly visionary we have to root our imagination in our concrete reality...*” (Hooks, 2000), y la creación textil constituye precisamente esta práctica sanadora en el umbral entre lo real y lo imaginado.

La principal contribución de este estudio radica, por un lado, en ampliar la investigación sobre los medios en la arteterapia expresiva y , por otro, en proponer un marco de intervención y directrices éticas aplicables a contextos no clínicos, revelando el potencial singular del arte textil en la sanación del trauma femenino.

Palabras clave: *arte textil; arteterapia expresiva; mediación artística; mujeres; trauma*

Abstract

This study, framed within an interdisciplinary approach of artistic mediation and expressive arts therapy, explores the symbolic function and social significance of textile art in women's trauma healing. The research stems from the author's personal experience: needle and thread are not only manual skills but also an embodied language carrying emotions across generations. As Louise Bourgeois stated, "*Art is restoration: the idea is to repair the damages that are inflicted in life...*" (Bourgeois, 1995), textile practice stitches fragmented experiences into a new whole.

Methodologically, this work combines multiple case studies with action research. The case analysis focuses on the works of Louise Bourgeois, Magdalena Abakanowicz, Chiharu Shiota, and *Conflict Textiles*, examining how materials, colors, and gestures construct a symbolic language of trauma; additionally, a two month exploratory textile workshop was conducted with 3–5 women with trauma experiences, using participant observation, interviews, and creative records for data collection.

The findings reveal that textile art, through the tactile quality of materials, the repetitiveness of gestures, and the symbolism of colors, provides a safe path for externalizing traumatic experiences, facilitating emotional regulation, self understanding, and community support. As Bessel Van der Kolk argues, "*The body keeps the score*" (Van der Kolk, 2014), textile art opens a gentle outlet for bodily memory; meanwhile, Bell Hooks reminds us that "*To be truly visionary we have to root our imagination in our concrete reality...*" (Hooks, 2000), and textile creation embodies this healing practice between reality and imagination.

The contribution of this study lies, on the one hand, in expanding research on mediums in expressive arts therapy; and on the other, in proposing an intervention framework and ethical guidelines for textile art in non-clinical contexts, revealing its unique potential in women's trauma healing.

Keywords: *textile art; expressive arts therapy; artistic mediation; women; trauma*

致谢 / *Agradecimientos*

在本论文的研究与写作过程中，我得到了许多人的关心与支持。在此，我谨向所有给予我帮助的人致以最真挚的谢意。首先，要衷心感谢我的导师 Accensión Moreno González 教授。在研究的每一个阶段，您都给予我耐心的指导与宝贵的建议。您不仅在学术上为我指明方向，更在方法选择与写作过程中给予我极大的支持与鼓励，使我能够一步步将研究落到实处。我还要特别感谢我的母亲和祖母。你们在日常生活中以针线传承下来的技艺与智慧，让我从童年时期便体会到纺织艺术所蕴含的情感与力量。这份深刻的生命经验成为我研究的出发点与灵感源泉。诚挚感谢所有参与“针线之间”纺织艺术调节工作坊的女性朋友们。你们以勇气、真诚和创造力分享了个人的经历，让这项研究不仅停留在学术层面，更与真实的生命故事紧密相连。没有你们的参与与信任，本研究将无法完成。同时，我要感谢在学习与写作期间一直陪伴我的同学、朋友与家人。是你们在我感到困惑或疲惫时，给予我鼓励与支持，让我能够坚持走完这段学术旅程。

最后，感谢所有曾给予我启发的学者与艺术家们。正是因为你们的研究与创作，我才能在理论与实践之间找到属于自己的位置。

Español

En el proceso de investigación y redacción de esta tesis he recibido el apoyo y el cariño de muchas personas. A todas ellas quiero expresar mi más sincera gratitud. En primer lugar, deseo agradecer de todo corazón a mi directora, la profesora Accensión Moreno González. En cada etapa de la investigación me brindó su paciencia, su orientación y sus valiosas sugerencias. No solo me señaló el rumbo en el ámbito académico, sino que también me ofreció un gran apoyo y aliento en la elección de la metodología y en el proceso de redacción, permitiendo llevar a cabo la investigación paso a paso. Quiero expresar un agradecimiento muy especial a mi madre y a mi abuela. A través de las técnicas y la sabiduría transmitidas en la vida cotidiana con aguja e hilo, desde mi infancia he podido experimentar la carga afectiva y la fuerza del arte textil. Esta profunda vivencia vital se ha convertido en el punto de partida y la fuente de inspiración de mi investigación. Mi más sincero agradecimiento a todas las mujeres que participaron en el taller de mediación artística textil “Entre hilos y agujas”. Con valentía, sinceridad y creatividad compartieron sus experiencias personales, haciendo que esta investigación trascendiera el plano académico para enlazarse con historias de vida reales. Sin vuestra participación y confianza, este trabajo no habría sido posible. Asimismo, quiero agradecer a mis compañeras y compañeros, amistades y familiares que me han acompañado durante este proceso de estudio y escritura. Vuestra compañía, apoyo y ánimo en los momentos de duda o cansancio me permitieron perseverar en este recorrido académico.

Finalmente, agradezco a todos los académicos y artistas que me han inspirado. Gracias a sus investigaciones y creaciones he podido encontrar mi propio lugar entre la teoría y la práctica.

Contenido

Resumen	3
Agradecimientos	5
Introducción	10
Capítulo 1. Marco epistemológico	

1.1 Teorías psicológicas y de embodiment del trauma	13
1.1.1 Tipologías de trauma: TEPT, trauma complejo y trauma del desarrollo	14
1.1.2 Memoria corporal del trauma y perspectivas neurocientíficas	14
1.1.3 Trauma intergeneracional y transmisión en la experiencia femenina	15
1.1.4 Lenguaje simbólico del trauma y mecanismos inconscientes	15
1.2 Arte y Terapia de Artes Expresivas	15
1.2.1 Origen y desarrollo de la arteterapia	16
1.2.2 Conceptos y métodos de la terapia de artes expresivas	17
1.2.3 Expresión no verbal y reparación del trauma	17
1.2.4 Práctica artística informada por el trauma	18
1.2.5 Síntesis teórica e implicaciones para la investigación	18
1.3 Mediación artística y práctica social	19
1.3.1 Concepto y características de la mediación artística	19
1.3.2 Mediación artística, resiliencia y empoderamiento	20
1.3.3 Mediación artística y sanación comunitaria	20
1.3.4 Contextos no clínicos e inclusión social	21
1.3.5 De la sanación individual a la reparación social	21
1.4 Historia, lenguaje simbólico y narrativas del trauma en el trabajo textil	25
1.4.1 “Revolución textil”, gramática simbólica y tradición del lenguaje velado	26
1.4.2 Textil y trauma: duelo público, acción colectiva y políticas del testimonio	27
1.4.3 De la regulación encarnada a la construcción de sentido	27
1.4.4 Síntesis de la revisión bibliográfica	28
Capítulo 2. Objetivos de la investigación	
2.1 Objetivo general	28
2.2 Objetivos específicos	29
Capítulo 3. Metodología de investigación	
3.1 Enfoque filosófico y metodológico	30
3.2 Estrategia interdisciplinaria y general de investigación	34
3.3 Diseño de la investigación	34
3.4 Ética de la investigación	37

Capítulo 4. Estudio de caso: Expresión del trauma y mecanismos de sanación en el arte textil

4.1 Magdalena Abakanowicz: Trauma de guerra y el cuerpo colectivo	40
4.1.1 Antecedentes y experiencia traumática	40
4.1.2 Obras representativas y lenguaje artístico	42
4.1.3 Análisis de los mecanismos de sanación	45
4.1.4 Correlatos académicos y resumen	45
4.2 Louise Bourgeois: Fracturas familiares y la relación madre hija	46
4.2.1 Antecedentes y experiencia traumática	46
4.2.2 Obras representativas y lenguaje artístico	47
4.2.3 Análisis de los mecanismos de sanación	51
4.2.4 Correlatos académicos y resumen	51
4.3 Chiharu Shiota: Memoria, color y espacialización de la ansiedad existencial	52
4.3.1 Antecedentes y experiencia traumática	52
4.3.2 Obras representativas y lenguaje artístico	53
4.3.3 Gramática triádica del color y el símbolo	57
4.3.4 Análisis de los mecanismos de sanación	59
4.4 Conflict Textiles: narrativas comunitarias y testimonios del trauma social	60
4.4.1 Orígenes y desarrollo	60
4.4.2 Niveles de los mecanismos de sanación	65
4.4.3 Resonancias con la arteterapia expresiva	66
4.5 Discusión integradora	67

Capítulo 5. Intervención práctica del arte textil en la transformación del trauma en mujeres

5.1 Marco conceptual y bases teóricas del taller	69
5.2 Presentación del proyecto	72
5.3 Fases de preparación y cronograma	74
5.3.1 Fases preparatorias y línea temporal	74
5.3.2 Participantes y contexto	77
5.3.3 Resumen del proceso de implementación	77
5.4 Procesos y observaciones generativas de los cuatro talleres	80
5.4.1 El cuerpo de la tela: despertar táctil y construcción de seguridad	81

5.4.2 Escuchar al cuerpo hablar: emociones no expresadas	87
5.4.3 La fragancia del hilo: bordar la memoria y la emoción	94
5.4.4 La melodía del alma: integración y cierre simbólico	100
5.4.5 Conclusión: la generación en la acción	104
5.5 Reflexión y limitaciones	105
Capítulo 6. Resultados y reflexiones integradas	106
6.1 Discusión: De la teoría a la acción	106
6.2 Experiencia corporal y reconstrucción de la seguridad	107
6.3 Movimiento y ritmo: regulación emocional	108
6.4 Reparación simbólica: el hilo como memoria	108
6.5 Relación y testimonio: del individuo a la comunidad	109
6.6 La estructura de la experiencia: cuerpo, acción, símbolo, relación	109
6.7 Resonancias artísticas: ecos culturales y simbólicos	109
6.8 Entretejido teórico: cuerpo, material, símbolo, comunidad	110
6.9 Dimensión social y valor aplicado	110
6.10 Limitaciones y profundidad de la comprensión	110
6.11 Volver a la pregunta: el re-tejido del trauma	111
6.12 Reflexión sobre los objetivos de la investigación	111
Capítulo 7. Conclusiones	
7.1 Resumen del estudio	113
7.2 Reflexión sobre la investigación	114
7.3 Perspectivas	115
Referencias bibliográficas.....	117

Introducción

En mi experiencia vital, el arte textil nunca ha sido simplemente una técnica. La aguja, el hilo, la tela y el ritmo de las manos portan memorias familiares y afectivas. El primer muñeco que recibí fue hecho por mi abuela con algodón crudo, relleno de algodón y ramas; no era más grande que la palma de mi mano en aquel entonces. Durante mi infancia, mi madre me compró una mochila de Disney bastante costosa al comenzar la escuela, y tras años de uso, la remendó una y otra vez. Aquellas puntadas densas se convirtieron en la huella más concreta y tierna del amor materno. Para mí, reparar la ropa dañada no era solo una necesidad cotidiana, sino también una transmisión de amor y un símbolo de seguridad.

Con el tiempo y los desplazamientos, los textiles se transformaron en un medio de conexión con mis seres queridos, quedando profundamente inscritos en mi memoria corporal. Cada vez que toco una tela suave y ligeramente amarillenta, recuerdo a mi abuela. Precisamente esta vivencia personal me hizo consciente del potencial del arte textil en la sanación del trauma femenino.

En la contemporaneidad, las mujeres enfrentan múltiples formas de trauma: la ruptura de relaciones íntimas, la violencia de género, la exclusión social y la represión derivada de las expectativas culturales sobre los roles de género. La investigación psicológica demuestra que el trauma no es un evento aislado, sino una experiencia compleja profundamente incrustada en el cuerpo y la mente (Van der Kolk, 2014; Herman, 1992). En las mujeres, el trauma no procesado suele manifestarse como una doble carga de malestar emocional y enfermedad física (Maté, 2022). Más aún, el trauma posee a menudo un carácter transgeneracional: los sufrimientos no expresados de madres y abuelas se filtran en la experiencia vital de las mujeres contemporáneas a través del clima familiar, los patrones afectivos y la memoria social (Kellermann, 2001).

En este contexto, el arte, como forma de expresión no verbal, ofrece la posibilidad de transformar la experiencia traumática. La terapia de artes expresivas enfatiza el uso de formas intermedias y multisensoriales para ayudar a expresar emociones difíciles de verbalizar (Malchiodi, 2015); la mediación artística, por su parte, amplía la función social del arte, creando espacios seguros en grupos y comunidades, y fomentando el diálogo, el apoyo y la conexión a través de la creación compartida (Moreno González, 2017). Sin embargo, la mayoría de los estudios existentes se han centrado en medios como la pintura, la danza o la música, y aún falta un análisis sistemático del papel del arte textil en la sanación del trauma. Las características de la aguja y la fibra su lentitud, repetición y cualidad encarnada, así como su profundo simbolismo cultural y de género, no han sido suficientemente incluidas en el debate académico. En realidad, en la transmisión entre madres, abuelas y comunidades, el textil ya se ha convertido en un medio fundamental de ayuda mutua, escucha y sanación entre mujeres (Parker, 2010; Andradi, 2014).

A partir de ello, este estudio busca, en el marco de la mediación artística y la terapia de artes expresivas, explorar cómo el arte textil ofrece a las mujeres un espacio seguro para expresar el trauma; cómo los materiales, los gestos y los colores portan y transforman la experiencia traumática; y cómo esta práctica desempeña una función sanadora en contextos comunitarios. El camino de investigación combina dos dimensiones: por un lado, un análisis artístico de casos como Louise Bourgeois, Magdalena Abakanowicz, Chiharu Shiota y Conflict Textiles; y por otro, el diseño e implementación de un taller textil bajo el marco de la investigación-acción, invitando a mujeres con experiencias de trauma a participar en la creación, para observar el impacto del proceso artístico en la expresión emocional y la recuperación psicológica.

Así, este estudio se origina tanto en la inspiración de mi propia experiencia vital como en una respuesta a inquietudes académicas y sociales, cuyos objetivos específicos se desarrollan en el segundo capítulo.

Antecedentes de la investigación

El origen de este estudio no proviene de una construcción académica fría y objetiva, sino que está profundamente enraizado en la experiencia vital y en la práctica artística de la

investigadora. En mi vida, el arte textil ha sido una forma encarnada de “escritura”: blando pero capaz de sostener peso, frágil pero con la fuerza de remendar las fisuras. Cada puntada, cada desgarro y cada reparación parecen narrar recuerdos imposibles de expresar con palabras.

Por ello, en esta investigación no ocupó únicamente el lugar de observadora, sino también el de narradora, diseñadora metodológica, creadora y acompañante. Mi posición oscila y se entrecruzan constantemente entre lo académico y lo práctico: soy a la vez escritora y testigo; investigadora y participante. Esta ubicación confiere al estudio un carácter exploratorio y experimental: el potencial sanador del arte textil no se queda en el plano conceptual, sino que se pone a prueba en experiencias corporales reales y en prácticas comunitarias.

En este contexto, la tarea de la investigación se fue delineando con mayor claridad: explorar los mecanismos mediante los cuales el arte textil interviene en la sanación del trauma; analizar su manifestación en creaciones artísticas paradigmáticas y en prácticas colectivas; y, a través de una intervención experimental, examinar su valor de aplicación en contextos reales. Estas tareas se especificarán más detalladamente en los objetivos de investigación expuestos en el siguiente capítulo.

Capítulo 1: Marco epistemológico

Una vez definidos los objetivos de la investigación, resulta pertinente revisar el marco académico que sostiene este trabajo y situar las perspectivas teóricas desde las cuales se ha ido configurando el interés por el arte textil y el trauma femenino. La idea de que las prácticas textiles pueden contribuir a procesos de reparación no surge de manera aislada, ni responde a una sola tradición disciplinar; más bien es el fruto de encuentros, fricciones y resonancias entre diferentes campos de conocimiento que, a lo largo del tiempo, han abordado el trauma, el cuerpo y la experiencia estética desde múltiples ángulos.

Por un lado, las teorías del trauma y la psicología permiten comprender cómo las experiencias traumáticas se inscriben en el cuerpo y condicionan modos de sentir y de relacionarse con el mundo (Herman, 1992; Van der Kolk, 2014). Por otro lado, la arteterapia y las artes expresivas destacan el lugar de lo no verbal, lo simbólico y lo corporal en los

procesos de acompañamiento y sanación, subrayando la potencia de la creación como vía de expresión y regulación (McNiff, 1992; Malchiodi, 2020). Paralelamente, la mediación artística aporta una mirada más social y relacional, situando el arte en espacios donde la comunicación, la participación y el vínculo se convierten en parte del proceso. Finalmente, la historia y la práctica del arte textil muestran cómo la fibra ha sido, en distintos contextos y épocas, un medio para narrar experiencias, conservar memorias, articular identidades y expresar formas de resistencia (Parker, 1984; Thompson, 2022).

A partir de estos ejes, este capítulo organiza la revisión bibliográfica en cuatro líneas principales:

1. *teorías del trauma y perspectivas del embodiment;*
2. *aportes de la arteterapia y de las artes expresivas;*
3. *fundamentos de la mediación artística en contextos sociales y comunitarios;*
4. *historia, simbolismo y narrativas del trauma en el arte textil.*

La intención de esta estructura no es únicamente reunir antecedentes, sino ofrecer un terreno común y coherente desde el cual comprender el lugar que ocupa el arte textil en esta investigación, y facilitar así la lectura de los capítulos posteriores, dedicados al análisis de casos y a la propuesta de taller.

1.1 Teorías psicológicas y de embodiment del trauma

En mi investigación y práctica artística, el trauma no se entiende como un término diagnóstico frío, sino más bien como una historia inscrita en el cuerpo, un flujo emocional silencioso pero persistente. Puede manifestarse en una leve tensión cervical o quedarse suspendido en un suspiro inconcluso.

Psicológicamente, el *trauma* suele definirse como la aflicción persistente que surge tras experimentar un evento que amenaza la vida, la seguridad o la integridad (American Psychiatric Association, 2013). No obstante, un número creciente de estudios muestra que el trauma no siempre es desencadenado por un desastre único; la exposición acumulativa y prolongada al estrés también puede reconfigurar profundamente los sistemas emocionales, las redes neuronales y las trayectorias vitales (Herman, 1992; van der Kolk, 2014). La afirmación

de Maté (2022) “el trauma no es lo que te pasa, sino lo que ese hecho deja dentro de ti” enfatiza que el núcleo del trauma no reside en el acontecimiento en sí, sino en la huella que sedimenta en cuerpo y mente.

1. 1.1 Tipologías del trauma: PTSD, trauma complejo y trauma del desarrollo

El trastorno de estrés postraumático (PTSD) fue identificado por primera vez en estudios con poblaciones post bélicas para describir síntomas como los flashbacks, la evitación y la hiperalerta. Posteriormente, se descubrió que muchos traumas no provienen de un único evento, sino de exposiciones repetidas y prolongadas al estrés. Herman (1992) propuso el concepto de “trauma complejo” para describir los cambios en la personalidad y la adaptación de personas sometidas a abuso prolongado, violencia doméstica o contextos opresivos. La teoría del trauma del desarrollo profundiza en cómo la falta de apego y de respuesta emocional durante las etapas críticas del crecimiento deja huellas duraderas en el desarrollo neuronal y la estructura de la personalidad (Van der Kolk, 2014). Esto coincide con la visión de Maté (2022): muchas experiencias aparentemente “ordinarias” de la infancia pueden convertirse en heridas internas persistentes cuando carecen de una respuesta emocional adecuada.

1.1.2 Memoria corporal y perspectivas neurocientíficas del trauma

El trauma es tanto un fenómeno psicológico como una experiencia corporal. (Van der Kolk, 2014) subraya que el trauma suele almacenarse en lo más profundo del sistema nervioso y manifestarse mediante síntomas somáticos como insomnio, tensión muscular o entumecimiento. La hiperactividad de la amígdala, la reducción funcional del hipocampo y la inhibición de la corteza prefrontal dificultan que las experiencias traumáticas sean integradas de forma lógica y verbal (Van der Kolk, 2014). La “teoría polivagal” de Porges (2011) explica la reacción de congelación (“freeze”) característica del trauma: ante una amenaza extrema, el organismo tiende a desconectarse para sobrevivir.

Las observaciones clínicas muestran que el trauma no resuelto “vive en el cuerpo” y puede vincularse con enfermedades crónicas, desequilibrios autoinmunes y trastornos psicosomáticos (Maté, 2015). Desde una perspectiva de género, la mayor incidencia de enfermedades autoinmunes en mujeres parece estar relacionada con la interacción entre factores biológicos y socioculturales (Kendler et al., 1999; Maté, 2015).

1.1.3 Trauma intergeneracional y transmisión en la experiencia femenina

El trauma se transmite con frecuencia de manera intergeneracional, a través de los vínculos familiares y comunitarios. Diversas investigaciones muestran que los traumas no elaborados pueden transferirse mediante los patrones de relación, la expresión emocional y las respuestas al estrés (Kellermann, 2001). En muchas culturas, las prácticas textiles femeninas como coser, tejer o bordar no solo representan habilidades técnicas, sino también formas de sabiduría vital y apoyo emocional. Estas actividades manuales crean espacios de intimidad y contención donde el dolor puede compartirse y transformarse, revelando un potencial reparador y simbólico (Maté, 2015).

1.1.4 Lenguaje simbólico del trauma y mecanismos inconscientes

La tradición psicoanalítica ofrece otra vía para comprender el trauma. Freud (1917) sostuvo que el arte cumple una función subliminal, permitiendo transformar la energía reprimida en creatividad. Jung (1964) destacó que los arquetipos y las imágenes del inconsciente colectivo ayudan a enfrentar el trauma más allá del lenguaje. Winnicott (1971) introdujo el concepto de “objeto transicional”, explicando cómo ciertos objetos pueden actuar como contenedores seguros para las emociones. En este sentido, el arte textil por su textura, suavidad y materialidad táctil crea un “espacio transicional” que permite al creador acercarse al dolor desde una distancia emocional tolerable, realizando gestos simbólicos de reparación e integración.

El trauma no es un fenómeno unidimensional, sino un entramado complejo donde confluyen lo psicológico, lo corporal, lo cultural y lo intergeneracional. Desde el PTSD hasta el trauma complejo y el del desarrollo, la investigación revela su carácter persistente y oculto; las neurociencias muestran su impacto en el cerebro y el cuerpo; y las perspectivas de género e historia familiar nos recuerdan que el trauma se inscribe en narrativas colectivas. En este contexto, el arte textil y las tradiciones manuales femeninas ofrecen una vía simbólica y corporal para la expresión y transformación del trauma.

1.2. Art y Terapia de Artes Expresivas

En la práctica artística, la creación no es solo una exploración estética y formal, sino también un proceso de diálogo con las emociones, el cuerpo y la memoria. El arte, como parte

esencial de la experiencia humana, ha sido considerado durante mucho tiempo un medio para regular las emociones, expresar el mundo interior y favorecer la recuperación psicológica.

En el arte textil, el ritmo de la aguja e hilo, la textura de los materiales y la elección de los colores convierten el acto creativo en un proceso de autorregulación psicológica y expresión simbólica. Esto se relaciona estrechamente con los principios de creatividad, no verbalidad e integración que subrayan tanto la arteterapia (Art Therapy) como la arteterapia expresiva (Expressive Arts Therapy, EXA).

1.2.1 Origen y desarrollo de la arteterapia

La arteterapia, como práctica interdisciplinaria que combina arte y psicología, tiene sus raíces en las primeras manifestaciones culturales de la humanidad.

Desde las pinturas rupestres prehistóricas, los rituales primitivos y las danzas ceremoniales, el arte ha funcionado como un mecanismo psicológico para afrontar crisis, traumas y la muerte. El ritmo, la imagen y el movimiento ayudaban a las personas a restablecer el orden en medio del caos y a liberar emociones mediante actos simbólicos, logrando así la integración del yo (Arnheim, 1993).

Como práctica profesional, la arteterapia se consolidó a mediados del siglo XX. El artista británico Adrian Hill (1945) fue quien utilizó por primera vez el término *art therapy* al descubrir, durante su recuperación en tiempos de guerra, que la pintura alivia su ansiedad y ayuda a otros pacientes a expresar sus emociones. Posteriormente, Margaret Naumburg (1947) desarrolló la *arteterapia de orientación dinámica*, considerando la obra artística como un lenguaje simbólico del inconsciente que facilita la exteriorización y comprensión de los conflictos internos; mientras que Edith Kramer (1971) destacó la función sublimatoria del proceso creativo y formuló la idea de *el arte como terapia (Art as Therapy)*.

Con el tiempo, la arteterapia se integró con la psicología, la educación y la sociología, conformando un campo disciplinar propio y aplicándose ampliamente en la intervención de la depresión, la ansiedad, el trauma y los problemas de adaptación social (Malchiodi, 2020). En la actualidad, la arteterapia se extiende más allá del contexto clínico hacia la comunidad y la educación, convirtiéndose en una herramienta que promueve la inclusión social y la participación cultural (Moreno González, 2017).

1.2.2 Conceptos y métodos de la arteterapia expresiva

La *arteterapia expresiva* (Expressive Arts Therapy, EXA) representa una expansión e integración de la arteterapia. No se limita a un solo medio, sino que enfatiza el proceso creativo transdisciplinar y multisensorial. A través de la libre combinación y transición entre pintura, danza, música, teatro o poesía, se activan múltiples experiencias sensoriales que favorecen la integración psicológica, emocional y cognitiva (Knill, Barba & Fuchs, 2005).

McNiff (1992) propuso que “*todo arte es terapéutico (All art is therapy)*”, afirmando que el núcleo de la creación radica en la expresión y la vivencia, no en la técnica ni en el resultado. Este enfoque fue respaldado por los estudios neuropsicológicos de Malchiodi (2020), que demostraron que el ritmo, las imágenes y la estructura sensorial del arte pueden activar los mecanismos autorreguladores del sistema nervioso, generando efectos estabilizadores y restauradores en personas con experiencias traumáticas.

Por tanto, la arteterapia expresiva se caracteriza por:

- *Intermedialidad: integración y libre transición entre diferentes formas artísticas;*
- *Expresión no verbal: comunicación de emociones que no pueden expresarse con palabras a través de imágenes y símbolos;*
- *Orientación al proceso: valoración del proceso creativo como experiencia emocional y psicológica, más allá del resultado final;*
- *Experiencia y co-creación: fomento de la autoexploración y la conexión social mediante la acción artística.*

1.2.3 Expresión no verbal y reparación del trauma

El trauma suele ir acompañado de bloqueos lingüísticos. Las investigaciones en neuroimagen muestran que, durante la rememoración traumática, las áreas cerebrales relacionadas con el procesamiento del lenguaje (como el área de Broca) presentan una disminución de actividad (van der Kolk, 2014). En tales casos, la creación artística se convierte en una vía alternativa de expresión. Las líneas, los ritmos, las imágenes y las sensaciones táctiles reactivan la memoria corporal, permitiendo reorganizar las emociones y narrativas a través de la experiencia sensorial.

La teoría del *objeto transicional* de Winnicott (1971) señala que los materiales suaves y táctiles poseen la capacidad de contener proyecciones emocionales, proporcionando una base psicológica de seguridad y control. En el arte textil, los hilos, las telas y los movimientos repetitivos de costura simbolizan el proceso de “reparar”: una acción que sutura lo material y, al mismo tiempo, integra lo psicológico. Así, el arte textil puede entenderse como un medio corporalidad de reparación del trauma, que permite la transformación emocional mediante una práctica no verbal, suave y sostenida.

1.2.4 Práctica artística informada por el trauma

La práctica informada por el trauma subraya la importancia de reconocer la universalidad del trauma en las intervenciones artísticas, evitando la re-traumatización y priorizando principios de seguridad, elección, empoderamiento y conexión (Malchiodi, 2020). Las características estructurales y sensoriales del acto creativo ayudan al individuo a mantenerse dentro de su “ventana de tolerancia” psicológica, facilitando la integración gradual de experiencias fragmentadas. Cuando la creación adquiere una dimensión colectiva, la participación grupal refuerza el apoyo social y la resonancia emocional, permitiendo reconstruir la confianza y el sentido de pertenencia.

En el caso de las mujeres, las cualidades rítmicas y táctiles del arte textil resultan especialmente adecuadas: los movimientos repetitivos de la aguja, la maleabilidad de los materiales y el carácter colaborativo del proceso ofrecen una vía simbólica y concreta para la reparación del trauma femenino.

1.2.5 Síntesis teórica e implicaciones para la investigación

En síntesis, el núcleo del arte y de la arteterapia expresiva reside en promover, mediante el proceso creativo, la expresión emocional, el autoconocimiento y la integración psicológica.

La naturaleza no verbal y corporal del arte convierte la creación en un camino esencial para la sanación del trauma. En los talleres de regulación a través del arte textil desarrollados en esta investigación, los principios de la arteterapia y la arteterapia expresiva constituyen el fundamento teórico. Mediante acciones corporales como tejer, coser o remendar, las participantes procesaron simbólicamente los recuerdos traumáticos, reconstruyendo en el proceso la sensación de seguridad, control y agencia. De este modo, el arte no solo es una

forma de expresión, sino también un proceso terapéutico con significado psicológico y social: sanar a través de la acción, renacer a través de la creación.

1. 3 Mediación artística y práctica social

Si la arteterapia y la arteterapia expresiva se centran principalmente en la reparación emocional y la integración psicológica del individuo, la mediación artística amplía la dimensión sanadora hacia el ámbito social y relacional. Mientras las primeras promueven el autoconocimiento y la transformación emocional a través del proceso creativo, la mediación artística utiliza la acción artística como un medio de comunicación y participación social, explorando cómo el arte puede reconstruir los vínculos entre las personas y entre el individuo y la sociedad en contextos no clínicos. En el contexto del arte contemporáneo, la mediación artística es tanto una forma de intervención social como una práctica de sanación basada en la experiencia estética.

1.3.1 Concepto y características de la mediación artística

El marco teórico de la mediación artística fue propuesto por la investigadora española Ascensión Moreno González (2017). Define la mediación artística como una práctica interdisciplinaria situada entre la educación artística, la educación social y la arteterapia, cuyo objetivo no es diagnosticar ni curar, sino crear un espacio de diálogo creativo, seguro y compartido entre individuos y colectivos a través del proceso artístico. Moreno González (2017) señala que la mediación artística se articula en torno a los ejes “juego , creación , simbolización”, donde el lenguaje simbólico del arte despierta la expresión emocional, la reflexión y la conciencia social.

Las principales características de la mediación artística son:

- ***No clínica:*** se desarrolla en espacios abiertos como museos, comunidades o instituciones educativas;
- ***Participativa y colaborativa:*** enfatiza la cocreación y el intercambio de experiencias;
- ***Social e inclusiva:*** da voz y visibilidad a grupos marginados o en situación de vulnerabilidad;
- ***Transformadora:*** promueve la autocomprepción y la reconstrucción de las relaciones sociales a través de la experiencia artística.

En este sentido, la mediación artística no es solo una metodología, sino también una filosofía social: redefine la noción de sanación a partir de la experiencia artística, desplazándose de la “reparación interior” hacia la “generación de vínculos”.

1.3.2 Mediación artística, resiliencia y empoderamiento

Basándose en la teoría de la resiliencia de Boris Cyrulnik (2009), Moreno González (2017) propone que la mediación artística fomenta un triple proceso de resiliencia, empoderamiento y simbolización (*resiliencia, empoderamiento y simbolización*). La naturaleza creativa y simbólica del arte permite a las personas expresar el dolor, transformar las emociones y recibir apoyo y reconocimiento social dentro de un espacio simbólico seguro.

En este marco, la sanación deja de ser un proceso únicamente psicológico para convertirse en una acción social . El arte actúa como un mediador entre el individuo y la comunidad: mediante la creación compartida y el testimonio mutuo, promueve la inclusión social y la recuperación emocional. Esta transformación “del yo al nosotros” convierte a la mediación artística en una vía fundamental para conectar el trauma individual con la memoria colectiva.

1.3.3 Mediación artística y sanación comunitaria

En la práctica, la mediación artística se materializa a través de proyectos públicos y comunitarios. Por ejemplo, el proyecto Conflict Textiles en Irlanda del Norte utiliza el arte textil bordados, tapices y colchas para narrar historias de violencia y desaparición. Estas obras funcionan como vehículos de memoria personal y, al mismo tiempo, como símbolos de diálogo y reconciliación colectiva (García, 2019). Estas acciones artísticas transforman las narrativas del trauma individual en testimonios colectivos, generando una regeneración social de la memoria en el espacio público.

En el taller de arte textil *Entre agujas e hilos* desarrollado en esta investigación, los principios de la mediación artística se pusieron en práctica. Las participantes, mediante la costura compartida, el intercambio y la reflexión grupal, formaron una pequeña comunidad de apoyo. En este proceso, el arte se convirtió en un puente de conexión y testimonio:

- *La repetición y el ritmo de la aguja aportaron estabilidad psicológica;*
- *La creación colectiva fomentó la empatía y el reconocimiento mutuo;*

- *La exhibición de las obras otorgó visibilidad y dignidad a las experiencias femeninas en el espacio público.*

Esta forma de acción artística no clínica revela el potencial del arte textil en la sanación social: la sanación deja de ser un monólogo individual para convertirse en una experiencia colectiva de regeneración.

1.3.4 Contextos no clínicos e inclusión social

Moreno González (2017) subraya que una de las características esenciales de la mediación artística es su naturaleza no clínica y profesional. Muchas mujeres que han atravesado experiencias traumáticas no desean integrarse en la estructura “paciente terapeuta” ni tienen acceso a recursos psicológicos especializados. La mediación artística ofrece un espacio abierto, igualitario y libre de estigmas: las participantes no se definen como pacientes, sino como co-creadoras; la creación no depende de la técnica, sino de la experiencia y la sensibilidad.

Por ello, los centros comunitarios, museos, instituciones educativas y talleres artísticos se convierten en escenarios centrales para la mediación artística. Estos espacios no clínicos transforman el arte en una práctica cotidiana de sanación, donde la reparación emocional surge de forma natural a través de la interacción social.

Esta práctica refleja el giro ético del arte contemporáneo: del ensimismamiento estético a la empatía social, de la expresión individual a la co-creación colectiva.

1.3.5 De la sanación individual a la reparación social: la dimensión relacional de la mediación artística

A lo largo de los apartados anteriores se ha ido perfilando una idea central: la sanación no ocurre únicamente en el interior de la persona, sino que se despliega en las relaciones y en los tejidos sociales que la sostienen. La mediación artística parte precisamente de esta premisa. Más que centrarse en la resolución individual del dolor, se interesa por cómo la experiencia artística permite reorganizar los vínculos, generar espacios de encuentro y favorecer una integración progresiva en la vida social.

La fuerza transformadora del arte comienza, en primer lugar, en el plano perceptivo. El contacto con los materiales, el ritmo de las acciones y la sensibilidad de los colores crean un espacio seguro en el que el cuerpo puede recuperar calma y presencia. Este retorno a la percepción abre una vía para reconectar con uno mismo desde una experiencia sensorial que no exige palabras ni explicaciones.

A ello se suma un modo particular de construir significado. En mediación artística, comprender no implica explicar la obra ni buscar un mensaje correcto; implica dialogar, observar, hacerse preguntas y compartir resonancias. El sentido emerge del intercambio más que de la interpretación externa. En este proceso, las personas no solo comprenden lo que hacen, sino cómo se sitúan frente a los demás y al mundo. La creación se convierte así en un modo de ordenar experiencias, emociones y memorias que, de otro modo, permanecen dispersas.

La dimensión más profundamente social de la mediación artística aparece en la generación de vínculos. Crear en compañía, mostrar lo creado, ser testigo de la obra del otro: todos estos gestos construyen un clima de confianza, reconocimiento y pertenencia. Para quien ha vivido situaciones de trauma o exclusión, recuperar la posibilidad de ser escuchado y de ocupar un lugar en el grupo tiene un valor reparador. La relación se convierte, entonces, en un sostén que acompaña los procesos internos y, al mismo tiempo, los transforma.

Desde esta perspectiva, la sanación deja de entenderse como un movimiento introspectivo y se revela como una acción relacional y social. Sanar es volver a participar, recuperar la agencia, encontrar nuevas formas de estar con otros y de habitar el espacio común. El arte actúa aquí como mediador: abre puertas, suaviza distancias y hace posible que experiencias habitualmente silenciadas encuentren un lugar legítimo desde el cual expresarse.

En el caso del arte textil, esta lógica se hace especialmente visible. El ritmo de las puntadas, la continuidad del hilo, el entrelazado de las fibras configuran una experiencia que combina estabilidad, repetición y simbolismo. Coser, bordar o tejer no solo organiza el pensamiento y calma el cuerpo, sino que también evoca la idea de reparar, unir y recomponer. Cuando estas acciones se realizan en un contexto grupal, la obra se convierte en un testimonio compartido: revela heridas, pero también la capacidad colectiva de sostenerlas y resignificarlas.

De este modo, el arte textil no actúa únicamente como un medio expresivo, sino como una fuerza relacional que contribuye a restituir vínculos, generar comunidad y abrir caminos de reconocimiento mutuo. A través de la mediación artística, la sanación individual se enlaza con procesos de reparación social más amplios, en los que cada gesto creativo participa de una reconstrucción simbólica y afectiva que involucra tanto a la persona como al grupo del que forma parte.

Dimensión comparativa	Arteterapia /Art Therapy	Mediación Artística /Art Mediation	Relaciones complementarias e intersecciones
Base teórica	Basada en la psicología, el psicoanálisis y las teorías de la psicoterapia (Naumburg, Kramer, Malchiodi).	Enraizada en la pedagogía, la acción social y los estudios culturales (Moreno González, Freire, Boal).	La arteterapia se centra en la reparación psicológica individual, mientras que la mediación artística se enfoca en la reconstrucción de las relaciones sociales; juntas conforman un continuo que va de la “sanación individual” a la “sanación social”.
Orientación de objetivos	Promover la expresión emocional, la integración psicológica y la reparación del trauma a través del proceso artístico.	Fomentar el diálogo social, la inclusión y la participación colectiva mediante la práctica artística.	La comprensión de sí mismo a nivel individual y la comunicación a nivel social se apoyan mutuamente.
Contexto de práctica	Frecuente en contextos clínicos, de orientación psicológica, educación y rehabilitación.	Común en proyectos comunitarios, museos, arte público e intervenciones sociales.	Los contextos no clínicos amplían la influencia de la arteterapia, permitiendo que la sanación entre en el espacio público.
Relación de participación	Estructura “terapeuta–paciente”, caracterizada por profesionalidad y confidencialidad.	Relación “mediador participante”, basada en la igualdad, la cooperación y la co-creación.	Transición de una relación vertical a una colaboración horizontal, fortaleciendo la agencia del sujeto.
Mecanismo central	Proceso creativo, simbolización, expresión no verbal y reparación encarnada.	Diálogo, cocreación, conexión social y acción simbólica.	Ambas utilizan la acción artística como mecanismo de transformación, diferenciándose por su nivel de acción (psicológico y social).

orientación a resultados	Estabilidad emocional, transformación del trauma e integración del yo.	Reconocimiento social, construcción de memoria colectiva e inclusión social.	Apoyo bidireccional entre la recuperación psicológica individual y la reparación social colectiva.
función del mediador	Terapeuta: ofrece un espacio seguro, guía la expresión emocional y la reflexión.	Mediador/facilitador: promueve el diálogo, la colaboración y la acción social.	Ambos dependen de la resonancia emocional y del cuidado ético; el primero enfatiza el apoyo interno, el segundo el empoderamiento externo.
valor práctico	Fortalece la autorregulación emocional y el autoconocimiento.	Favorece la inclusión social y la comprensión cultural.	Juntas conforman una función terapéutica dual psicológica y social del arte.

[Tabla 1-1] Comparación y relaciones complementarias entre el Arteterapia y la Mediación Artística

Descripción comparativa de los principios, metodologías y funciones terapéuticas y socioeducativas de ambas disciplinas. Elaboración propia.

De la mediación social a la acción sanadora del arte textil

En síntesis, el núcleo de la mediación artística reside en promover el diálogo social y la reparación relacional a través de la acción artística, extendiendo la sanación desde el plano psicológico individual hacia las dimensiones social y cultural. Su relación complementaria con la arteterapia hace que la mediación artística posea no solo un potencial transformador a nivel psicológico, sino también un valor de participación social y reconstrucción cultural. Mediante procesos artísticos no clínicos, colaborativos y cooperativos, los individuos pueden reorganizar sus experiencias traumáticas en un espacio seguro e igualitario, generando nuevos significados dentro de la interacción grupal.

Bajo este marco teórico, el arte deja de entenderse como un simple instrumento terapéutico y se convierte en una acción social y una práctica cultural. El poder sanador del arte proviene de su apertura y simbolismo, que permiten a las personas reparar tanto el yo fragmentado por el trauma como los lazos sociales, a través de la creación y el intercambio. En el contexto del trauma femenino, la mediación artística ofrece una nueva perspectiva metodológica para explorar la “reparación encarnada” y la “reconstrucción colectiva”.

Sobre la base de este marco teórico, el siguiente capítulo de esta investigación se centrará en el arte textil como medio específico, analizando cómo, en sus dimensiones históricas, culturales y simbólicas, se convierte en un portador esencial de las experiencias traumáticas de las mujeres. Las acciones de tejer y coser no son sólo labores materiales, sino también una escritura emocional y un tejido de la memoria. Desde la dimensión social de la mediación artística, el Capítulo 4 examinará cómo las prácticas textiles, a través de la acción corporal y la participación colectiva, conforman una “gramática sanadora de la aguja al tejido social”, ofreciendo así un camino singular para la auto-reparación femenina y la reconstrucción del vínculo comunitario.

1.4 Historia, lenguaje simbólico y narrativas del trauma en el trabajo textil: La gramática sanadora de la aguja a la comunidad

El potencial sanador del arte no se manifiesta únicamente en la reparación psicológica individual, sino también en la reconfiguración de la acción corporal y de los vínculos sociales. Tal como se ha planteado en capítulos anteriores, las teorías de la mediación artística sostienen que el sentido no se genera de manera unidireccional a través del lenguaje verbal, sino que emerge en la acción, en la relación con los materiales y en la participación situada. Desde esta perspectiva, el arte textil por su materialidad, táctilidad y densidad simbólica se convierte en un medio privilegiado para corporeizar, narrar y socializar experiencias traumáticas vividas por mujeres.

Como señala Parker (1984), el bordado y las labores de aguja han permanecido históricamente en un registro de “silencio femenino”, acumulando, desde esta posición marginalizada, una gran potencia simbólica y afectiva. Las prácticas textiles no constituyen únicamente acciones técnicas, sino una gramática en la que se sedimentan historias, emociones y memorias sociales. El ritmo de la puntada, la continuidad del hilo y la repetición del gesto permiten que el cuerpo recupere organización, estabilidad y coherencia sensible. A la vez, estas acciones configuran un sistema simbólico vinculado al trabajo femenino, a la experiencia doméstica y a las identidades culturales, haciendo que el “hacer con las manos” funcione simultáneamente como una práctica reparadora en los planos afectivo y social.

En una mirada histórica de larga duración, el textil aparece como un “lenguaje lento y profundo”. La arqueología y la antropología rastrean las primeras tecnologías de costura

hasta el Paleolítico superior, y su desarrollo no solo transformó la forma de abrigarse o sobrevivir, sino que dio forma a sistemas técnicos cotidianos, saberes corporales y estructuras de división sexual del trabajo (Gilligan, 2024). En el contexto moderno occidental, tal como señalan Adamson (2010) y Parker (2010), las labores textiles fueron clasificadas como artes menores decorativas, domésticas, femeninas, pero esta devaluación histórica permitió que se convirtieran en un microespacio político de resistencia: un lugar donde la experiencia se acumula en la repetición, donde la emoción se organiza en el gesto y donde la subjetividad se sutura en materiales culturalmente considerados insignificantes.

Con la expansión de la industria de la confección y la transformación del trabajo femenino, la costura doméstica pasó de ser una necesidad vital a una práctica de ocio. Este desplazamiento revela la movilidad constante de las mujeres entre el trabajo doméstico, productivo y afectivo (Thompson, 2022). En ese intersticio, el arte textil se “libera” del ámbito familiar y, en el presente, se reactiva como un lenguaje político, narrativo y terapéutico.

Los aportes de la historia del arte y de la crítica feminista hicieron aún más visible esta reconfiguración. Pollock (1999) sostiene que la “experiencia femenina” en el arte no es un tema esencial, sino una construcción atravesada por estructuras históricas, relaciones sociales y políticas afectivas. El arte textil puede sostener narrativas del trauma no por su supuesta suavidad o feminidad, sino por su temporalidad procesual, su repetición y su dimensión corporal, que permiten una interacción continua entre cuerpo, material y memoria. En esta temporalidad encarnada, la experiencia traumática puede ser retomada, renombrada y reubicada.

1.4.1 “Revolución textil”, gramática simbólica y tradición del lenguaje velado

Las prácticas textiles no solo producen objetos, sino también sistemas simbólicos y formas de sabiduría social. En diversas tradiciones regionales como el bordado hutsul los motivos y los colores se cargan de significados relacionados con la protección, la identidad o la fertilidad, convirtiendo la metáfora de “escribir sobre la tela” en un código culturalmente legible (Sologub-Kotzan, 2018).

En narrativas de historia pública y educación, los patrones de patchwork han sido interpretados como ayudas mnemónicas o lenguajes cifrados; aunque la historicidad de estas

afirmaciones es debatida, la asociación “patchwork, narrativa, memoria” se ha integrado en el imaginario colectivo (Time, 2007; Ayling-Smith, 2022/2023).

Estas tradiciones muestran que, cuando él habla directamente no es posible o no es segura, el textil ofrece un dispositivo para “expresar lo íntimo en la esfera pública”, en sintonía con lo que Parker denomina un “lenguaje femenino velado”.

1.4.2. Textil y trauma: duelo público, acción colectiva y políticas del testimonio

Investigaciones contemporáneas subrayan el papel del textil en las respuestas comunitarias al trauma. La tela, la costura y las acciones de vestir o ensamblar colectivamente generan espacios rituales accesibles, replicables y participativos para “marcar la pérdida” y “convocar al testigo”. Estos dispositivos permiten alojar emociones como la rabia, el miedo o la tristeza, al tiempo que promueven el diálogo comunitario y formas de reparación social (Ayling-Smith, 2022/2023; García, 2019).

Estas prácticas se alinean con los principios del enfoque informado en trauma, seguridad, elección, empoderamiento y conexión y dialogan con la propuesta de Pollock (1999, 2007) sobre el arte como ética del testimonio. La condición procesual del textil, su lentitud, su repetición, su temporalidad material permite que la acción de coser, rasgar, cubrir o recomponer funcione como mediación simbólica y como un modo de tramitar lo que aún no puede formularse verbalmente.

1.4.3. De la regulación encarnada a la construcción de sentido: beneficios psicológicos y sociales del hacer manual

Estudios de psicología de la salud y terapia ocupacional evidencian que los gestos rítmicos y repetitivos del tejido se asocian con calma, concentración y emociones positivas (Riley, Corkhill & Morris, 2013; Corkhill, 2014). Las prácticas colectivas de tejido fortalecen la conexión social y el bienestar subjetivo (Hansen, Erlandsson & Leufstadius, 2021).

Desde la perspectiva de las intervenciones creativas, el “hacer creativo como intervención” aporta sentido, desarrollo de habilidades y orientación a objetivos, consolidándose como un método eficaz en servicios con enfoque de recuperación (Hansen et al., 2021).

Las narrativas simbólicas presentes en la creación textil permiten también externalizar, reorganizar y resignificar experiencias fragmentadas (Reynolds, 2002). Esta trayectoria se corresponde con la idea de Van der Kolk (2014) sobre la regulación “de abajo hacia arriba”: el cuerpo regula antes de que el lenguaje pueda organizar la experiencia. Así, el movimiento de las manos, la repetición del ritmo y la adherencia material configuran un mecanismo encarnado de regulación emocional.

1.4.4. Síntesis de la revisión bibliográfica

La literatura coincide en que el trauma debe entenderse desde dimensiones psicológicas, corporales, culturales e intergeneracionales (Herman, 1992; Van der Kolk, 2014; Kellermann, 2001). La arteterapia y las terapias expresivas proporcionan un marco teórico no verbal basado en la práctica intermodal, la procesualidad y los principios de atención informada en trauma (Naumburg, 1947; Kramer, 1971; McNiff, 1992; Knill et al., 2005; Malchiodi, 2015, 2020).

Dentro de este marco, el arte textil destaca por su accesibilidad material, su legibilidad simbólica y su potencial para activar procesos colectivos, convirtiéndose en un medio eficaz para vincular la experiencia encarnada con la reparación relacional (García, 2019; Moreno González, 2017; Riley et al., 2013; Hansen et al., 2021; Reynolds, 2002). A partir de esta base teórica y empírica, la presente investigación adopta metodologías de estudio de caso e investigación-acción para examinar los mecanismos a través de los cuales el arte textil contribuye a la sanación del trauma en mujeres, así como su potencial en contextos no clínicos.

Capítulo 2: Objetivos de la Investigación

2.1 Objetivo General

La presente investigación tiene como propósito, desde un marco interdisciplinario que articula la Mediación Artística y la Terapia de Artes Expresivas, explorar de manera sistemática el potencial y los mecanismos de acción del arte textil en los procesos de sanación de mujeres que han vivido experiencias traumáticas.

La pregunta central que guía este trabajo es: ¿cómo puede el arte textil, a través de su materialidad, su dimensión táctil y su carácter comunitario, abrir nuevas vías para la expresión, la integración y la recuperación psicológica de dichas experiencias?

En diálogo con la psicología, los estudios artísticos, la neurociencia, la antropología y los estudios de género, la investigación busca poner de relieve las múltiples funciones del arte textil: por un lado, su capacidad de simbolizar y transformar el trauma mediante lenguajes no verbales y prácticas corporales; por otro, su potencial para generar redes de apoyo y transmitir memorias intergeneracionales a través de la creación colectiva y las dinámicas comunitarias.

El estudio no solo pretende ampliar los marcos de medios y metodologías en arteterapia, sino también examinar el alcance del arte textil en contextos clínicos y no clínicos, aportando tanto fundamentos teóricos como ejemplos prácticos que nutran las estrategias de intervención en trauma y la promoción de la salud mental.

2.2 Objetivos Específicos

I. Explicar los mecanismos de sanación del arte textil

Indagar cómo la textura de los materiales, la ritmicidad de los gestos y la participación corporal crean un espacio emocional seguro que facilita a las mujeres expresar experiencias traumáticas difíciles de verbalizar, favoreciendo la liberación emocional y la integración de la memoria (Van der Kolk, 2014).

II. Analizar obras de artistas y sus contextos culturales

Estudiar la producción de Louise Bourgeois, Magdalena Abakanowicz, Chiharu Shiota y el proyecto Conflict Textiles, para comprender cómo, a través del uso de materiales, colores y espacialidad, se configuran expresiones simbólicas del trauma, y cómo dichas obras adquieren funciones reparadoras y de diálogo social en distintos marcos culturales e históricos (Yin, 2018; Bruzzi, 2020).

III. Explorar los efectos prácticos de un taller textil

Diseñar e implementar, dentro de un enfoque de investigación-acción, un taller de pequeña escala con la participación voluntaria de mujeres adultas con experiencias traumáticas. A través de la observación participante, entrevistas semiestructuradas y análisis de las obras producidas, examinar procesos de regulación emocional,

reconstrucción del sentido de sí mismas y fortalecimiento de redes de apoyo comunitario (Leavy, 2015; Reason y Bradbury, 2008).

IV. *Evaluuar el valor del arte textil en ámbitos no clínicos*

Analizar su aplicabilidad en intervenciones comunitarias, prácticas grupales de sanación y procesos de mediación social, poniendo atención en aspectos como la seguridad psicológica, el sentido de pertenencia y la profundidad terapéutica alcanzada. Este objetivo responde a la tendencia de la arteterapia a expandirse hacia espacios públicos y busca aportar experiencias relevantes para la intervención en conflictos sociales y traumas colectivos (Herman, 1992).

V. *Construir un marco teórico interdisciplinar*

Integrar aportes de la psicología, los estudios artísticos, la neurociencia y los estudios de género en un modelo sistemático que permita comprender el arte textil como una práctica compleja psíquica, corporal, cultural y social que incide en la sanación del trauma. Este marco busca ofrecer un soporte conceptual para futuras intervenciones.

En este capítulo se han establecido los objetivos generales y específicos de la investigación. Desde cinco dimensiones mecanismos, obras, práctica, aplicación y teoría se pretende iluminar los modos en que el arte textil contribuye a la sanación del trauma en mujeres. Los objetivos se complementan entre sí: atienden tanto a las necesidades individuales de expresión emocional y reconstrucción psicológica como a la relevancia del arte textil en contextos comunitarios, de diálogo intercultural y de memoria colectiva. De este modo, el arte textil se perfila no sólo como un medio innovador dentro de la arteterapia, sino también como una práctica cultural y social con capacidad de resignificación y reparación.

Capítulo 3: Metodología y Diseño de la Investigación

3.1 Enfoque filosófico y metodológico

La metodología de este estudio se sustenta en el marco de la investigación interdisciplinaria y de la investigación cualitativa, y se apoya filosóficamente en el construcionismo (Constructionism) y en la fenomenología encarnada (Fenomenología Encarnada). Esta

combinación no responde a una superposición teórica, sino a la propia complejidad del objeto de estudio: la formación y la reparación del trauma femenino implican dimensiones emocionales, corporales, mnémicas y socioculturales; y el arte textil, como práctica material, estética y simbólica, se sitúa precisamente en la intersección de estos planos, ofreciendo un terreno fértil para comprender cómo se expresan y transforman las experiencias traumáticas.

Investigación interdisciplinaria: una vía necesaria para abordar fenómenos complejos

La investigación interdisciplinaria busca integrar teorías y métodos procedentes de distintos campos para afrontar fenómenos que no pueden comprenderse plenamente desde un único enfoque (Repko, 2012). En este estudio, aportes provenientes de los estudios artísticos, la psicología, las neurociencias, la antropología y los estudios de género se entrelazan para construir un marco de comprensión amplio y sensible a la complejidad del trauma y del arte textil.

El arte textil no solo constituye una forma estética, sino también una práctica cultural y un trabajo social (Thompson, 2022). El trauma, por su parte, no se limita a una reacción psicológica o fisiológica, sino que se inscribe en estructuras de género, relaciones sociales y contextos culturales específicos (Herman, 1992). En este sentido, la perspectiva interdisciplinaria no es un añadido accesorio, sino un enfoque fundamental que permite que distintos sistemas de conocimiento dialoguen y generen una comprensión más completa del fenómeno estudiado.

Construcción: la significación como producto de la interacción social

El presente estudio adopta una perspectiva epistemológica construcciónista, diferenciándose del constructivismo, centrado en la formación cognitiva individual. El construcción sostiene que el conocimiento y el significado se producen en el entrelazamiento del lenguaje, los símbolos culturales, la interacción social y las prácticas materiales (Berger & Luckmann, 1966).

Desde esta perspectiva, las experiencias traumáticas no poseen un “significado verdadero” o fijo; su sentido varía en función de los modos de narrarlas, de los contextos culturales y de las interacciones sociales.

La creación artística es, por tanto, un acto de producción de sentido: al exteriorizar la experiencia mediante formas materiales, esta se vuelve comunicable y compartible.

En el caso del arte textil, la textura de los materiales, la repetición de los gestos, el ritmo del hilo y la construcción de patrones permiten transformar emociones internas, recuerdos difusos y sensaciones corporales en formas visuales, táctiles y legibles (Papert, 1991; Eisner, 2002). Este proceso constituye una forma de construcción social del significado, en la que lo material y lo simbólico se articulan para reorganizar la experiencia subjetiva.

Fenomenología encarnada: el cuerpo como fundamento de la experiencia y la comprensión

La fenomenología encarnada subraya que el cuerpo no es un simple mediador, sino el punto de partida desde el cual se despliegan la percepción, la emoción y la comprensión del mundo (Merleau-Ponty, 1962).

En el ámbito del trauma, esta perspectiva adquiere un papel esencial:

- I. *el trauma suele almacenarse en niveles pre lingüísticos del cuerpo (Van der Kolk, 2014);*
- II. *sensaciones, movimientos y ritmos corporales pueden revelar huellas traumáticas antes que las palabras;*
- III. *La acción corporal ofrece un camino para reorganizar experiencias fragmentadas.*

Las características materiales del arte textil ofrecen al cuerpo un modo de expresión seguro y concreto: tocar el hilo, repetir la puntada o trazar patrones acompasados permite que el cuerpo participe activamente en la construcción del significado, facilitando la expresión, transformación e integración de memorias corporales difíciles de verbalizar.

Articulación de las bases teóricas: dimensión simbólica dimensión corporal

El constructivismo se ocupa de cómo el significado se genera en la interacción, mientras que la fenomenología encarnada se centra en la función del cuerpo en la experiencia.

La unión de ambos enfoques permite comprender:

- *la transformación simbólica del trauma a través de la creación artística, y*

- *la reorganización corporal del trauma mediante el gesto, el ritmo y la percepción táctil.*

El arte textil opera exactamente en el cruce de estas dos dimensiones: es simultáneamente una práctica simbólica y corporal; facilita la narración del trauma y favorece la reconstrucción de relaciones con uno mismo, con los demás y con el mundo.

En síntesis, la base metodológica de este estudio puede resumirse en:

- 1) *Epistemología: construcción del significado se genera en la interacción*
- 2) *Ontología / concepción de la experiencia: fenomenología encarnada el cuerpo como fundamento*
- 3) *Marco metodológico: enfoque interdisciplinario + investigación cualitativa*
- 4) *Estrategias de investigación: estudio de casos + investigación-acción*

Este marco permite abordar el arte textil como un proceso de producción simbólica, corporal y relacional, clave para comprender su potencial en la reparación del trauma femenino.

Dado que el objeto de estudio involucra experiencias subjetivas y expresión emocional, esta investigación adopta un enfoque de investigación cualitativa (Denzin & Lincoln, 2011). Los métodos cualitativos permiten explorar los significados detrás de las experiencias humanas (Creswell, 2013), capturar construcciones simbólicas en contextos naturales, y revelar fenómenos multifacéticos mediante entrevistas, observación y análisis de obras. Creswell (2013) propone diversas estrategias cualitativas, de las cuales este estudio utiliza principalmente:

- *Estudio de casos: Adecuado para analizar las estructuras simbólicas de la expresión del trauma en obras de arte textil (Yin, 2018), y para promover la construcción teórica mediante interpretaciones contextualizadas y simbólicas (Eisenhardt, 1989).*
- *Investigación-acción: A través de talleres prácticos de arte textil, se explora su potencial terapéutico en contextos comunitarios reales. Este método enfatiza la participación, la reflexión y la orientación práctica, buscando tanto la generación de conocimiento como la transformación social (Elliott, 1991; Reason y Bradbury, 2008).*

3.2 Estrategia interdisciplinaria y general de investigación

La combinación del trauma y el arte textil involucra múltiples niveles: desde los mecanismos neurobiológicos de estrés (Porges, 2011), hasta los contextos socioculturales y de género (Herman, 1992), y la transmisión intergeneracional (Kellermann, 2001). Asimismo, el arte textil es tanto una creación estética individual como un vínculo de trabajo y práctica comunitaria (Thompson, 2022). Por ello, este estudio adopta una estrategia de doble vía:

- *Estudio de casos múltiples:*

Se seleccionan cuatro casos representativos (Magdalena Abakanowicz, Louise Bourgeois, Chiharu Shiota, Conflict Textiles) para analizar cómo sus obras vehiculan narrativas de trauma, transforman experiencias emocionales y generan significados sanadores en diferentes contextos culturales (Yin, 2018; Eisenhardt, 1989).

- *Investigación-acción:*

A través de talleres pequeños de sanación mediante arte textil, se observa y analiza la liberación emocional, la transformación cognitiva y la formación de apoyo comunitario entre las participantes (Elliott, 1991; Reason & Bradbury, 2008).

Ambas vías no están separadas, sino que configuran un proceso dialógico y espiralado entre teoría y práctica: el estudio de casos proporciona marcos simbólicos y recursos artísticos para la investigación-acción, mientras que esta última contrasta y amplía la teoría con experiencias reales.

3.3 Diseño de la investigación

El diseño general sigue una estructura en espiral de tres etapas:

Etapa 1: Revisión bibliográfica y construcción teórica

Se realiza una sistematización de teorías sobre el trauma (Herman, 1992; Van der Kolk, 2014), arteterapia (Malchiodi, 2020) e historia del arte textil, para construir el marco teórico del estudio.

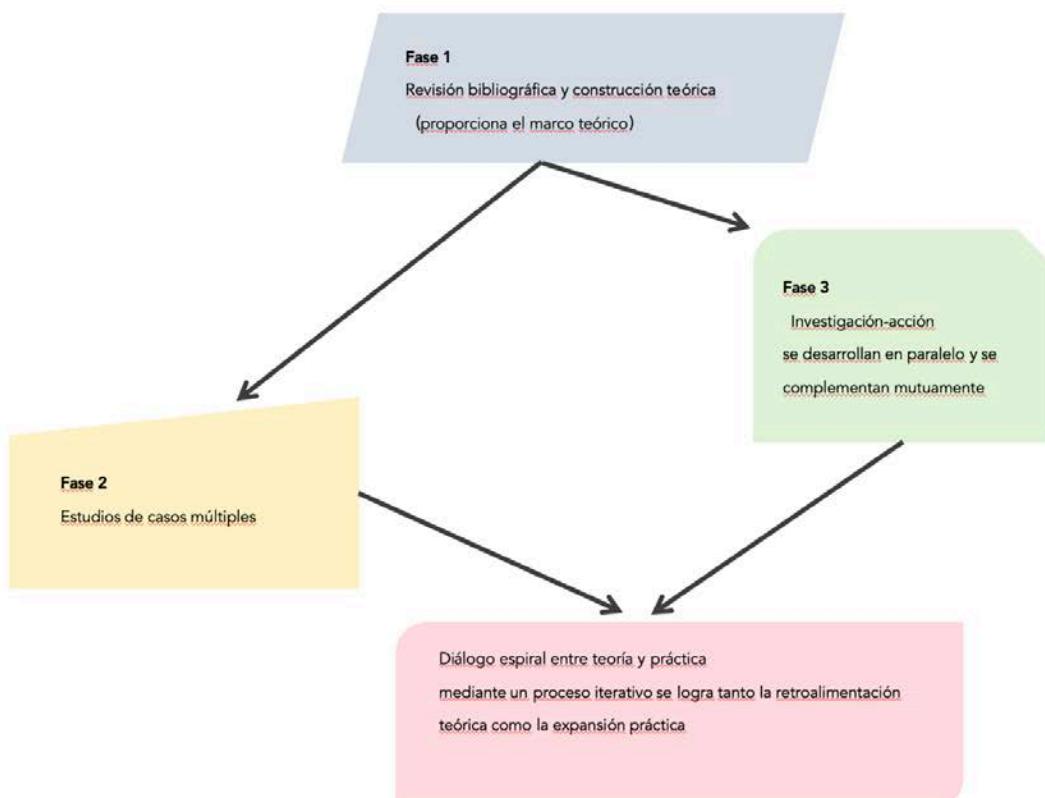
Etapa 2: Estudio de casos múltiples

Mediante análisis iconográfico, estudio contextual e interpretación simbólica, se analizan en profundidad cuatro casos de artistas/proyectos representativos, examinando el papel del arte

textil en la expresión y transformación del trauma (Yin, 2018). Sus estrategias simbólicas y modos narrativos servirán como inspiración para la práctica en la investigación-acción.

Etapa 3: Investigación-acción

Se diseña e implementa un taller centrado en el arte textil, con la participación de 3 a 6 mujeres con experiencias traumáticas. El proceso incluye observación participante, entrevistas semiestructuradas y análisis de obras (Leavy, 2015), para capturar la liberación emocional, la reconstrucción cognitiva y las dinámicas comunitarias durante la creación. La investigadora asume múltiples roles: artista-creadora, acompañante e investigadora. Esta posición representa al mismo tiempo una ventaja (empatía, cercanía experiencial) y un riesgo de sesgo o implicación emocional. Para minimizar interferencias, se utilizan diarios de investigación, discusión entre pares y reflexión crítica (Patton, 2002).



[Figura 3-2] Diagrama lógico del diseño de la investigación: estructura en espiral de tres fases

La Fase 1 (Revisión bibliográfica y construcción teórica) aporta el marco conceptual; la Fase 2 (Estudios de casos múltiples) y la Fase 3 (Investigación-acción) se desarrollan de forma paralela y complementaria. Ambas confluyen en un diálogo espiritual entre teoría y práctica, que retroalimenta la construcción teórica mediante un proceso iterativo.

Elaboración propia.

Estructura en espiral del diseño de la investigación

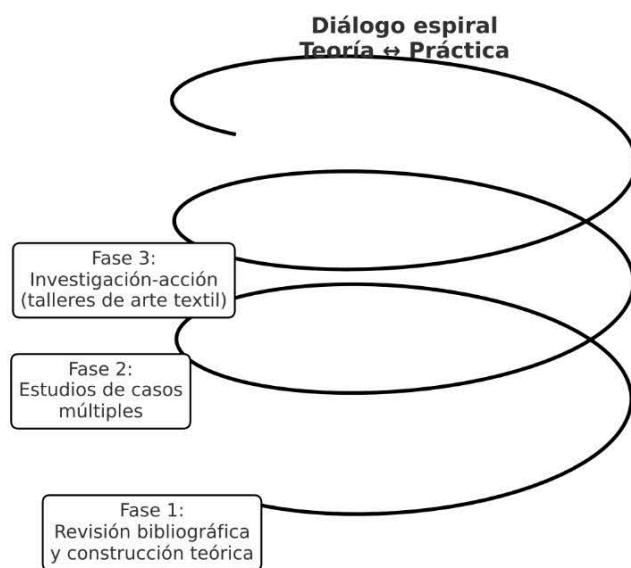


Figura 3-3. Estructura en espiral del diseño de la investigación

Representación conceptual del proceso metodológico en espiral que articula las fases de la investigación. La espiral ilustra la dinámica iterativa de las tres fases: Fase 1 (Revisión bibliográfica y construcción teórica), Fase 2 (Estudios de casos múltiples) y Fase 3 (Investigación-acción). El ascenso de la espiral simboliza el diálogo continuo entre teoría y práctica en un proceso de retroalimentación y expansión progresiva.

Elaboración propia.

Las tres etapas no son lineales, sino iterativas: la teoría nutre el análisis de casos, los casos proveen recursos simbólicos para la acción, y los resultados de la investigación-acción retroalimentan la construcción teórica (Eisenhardt, 1989).

3.4 Ética de la investigación

Dada la participación de supervivientes de trauma, este estudio hace especial hincapié en garantías éticas informadas por el trauma:

- I. **Consentimiento informado:** Se asegura que las participantes se incorporen voluntariamente tras comprender plenamente los objetivos, métodos y posibles riesgos (Lincoln & Guba, 1985).
- II. **Anonimato y confidencialidad:** Todos los datos se sodomizan y almacenan en archivos cifrados, para uso exclusivo de la investigación.
- III. **Derecho a retirarse:** Las participantes pueden abandonar el estudio en cualquier momento sin consecuencia alguna.
- IV. **Protección emocional:** Se establecen mecanismos de apoyo emocional durante la investigación, con posibilidad de intervención de profesionales de la salud mental y protocolos de derivación (Herman, 1992).
- V. **Desestigmatización:** Se evita reducir a las participantes a la condición de "víctimas", destacando en cambio su agencia, creatividad y resiliencia (Van der Kolk, 2014).

Reflexividad de la investigadora: Mediante diarios y autocrítica, la investigadora examina continuamente sus propios sesgos, emociones y relaciones de poder para reducir su influencia en el proceso (Lincoln & Guba, 1985).

Conclusión del capítulo

Este capítulo establece la lógica metodológica y el diseño general del estudio: bajo el sustento filosófico del constructivismo y la fenomenología encarnada, la investigación adopta un enfoque interdisciplinario y cualitativo; mediante una estructura en espiral de tres etapas (revisión bibliográfica, estudio de casos múltiples e investigación-acción), se genera un ciclo dinámico entre teoría, análisis y práctica. Este marco no solo proporciona una base teórico-metodológica sólida, sino que también garantiza que la investigación mantenga su

apertura y reflexividad frente a la complejidad de la experiencia humana y la práctica artística.

Este diseño sirve además como guía estructural para los siguientes capítulos: el Capítulo 4 se centrará en el análisis de cuatro casos emblemáticos, examinando las narrativas de trauma y las estrategias simbólicas en obras de arte textil, para revelar cómo éste logra vehicular y transformar experiencias traumáticas en diversos contextos culturales; estos casos no sólo ejemplifican la teoría, sino que también constituyen un recurso simbólico para la práctica subsiguiente. A continuación, el Capítulo 5 presentará la investigación-acción llevada a cabo en talleres de arteterapia textil, examinando mediante prácticas comunitarias concretas el potencial sanador del arte textil en contextos reales, y validando su papel en la facilitación de la liberación emocional, la reconstrucción cognitiva y el apoyo comunitario.

En otras palabras, la metodología aquí desarrollada provee la hoja de ruta de la investigación, mientras que el estudio de casos y la investigación-acción representan las travesías específicas: una profundiza en la descripción densa desde la obra artística hacia la teoría, la otra aplica la teoría a la práctica y evalúa su eficacia.

Capítulo 4: Estudio de caso:Expresión del trauma y mecanismos de sanación en el arte textil

En los capítulos anteriores, desde perspectivas teóricas como la psicología del trauma, la terapia expresiva a través del arte (Expressive Arts Therapy), el enfoque informado sobre el trauma (Trauma-Informed Approach) y la fenomenología encarnada, se ha analizado cómo el arte puede servir como externalización y traducción de experiencias traumáticas. Sin embargo, la profundidad teórica sólo se manifiesta plenamente al confrontarse con prácticas artísticas concretas. Como enfatizó McNiff (1992), el poder sanador del arte no reside en conceptos abstractos, sino en cómo se experimenta y atestigua en la práctica como “contenedor de imágenes y símbolos”. Por lo tanto, este capítulo analiza en profundidad, a través de cuatro casos representativos, cómo el arte textil se convierte en un medio único para la expresión del trauma y la sanación en diferentes contextos culturales e históricos.

Los cuatro casos seleccionados son: la artista polaca Magdalena Abakanowicz, la artista francesa nacionalizada estadounidense Louise Bourgeois, la artista japonesa residente en Europa Chiharu Shiota y el proyecto “Conflict Textiles”. La elección de estos casos no es casual, ya que cada uno representa diferentes niveles de experiencia traumática:

- I. *Abakanowicz: Memoria de guerra y violencia colectiva.*
- II. *Bourgeois: Fracturas familiares y trauma infantil.*
- III. *Shiota: Ansiedad existencial e identidad transcultural.*
- IV. *Conflict Textiles: Conflicto social y memoria comunitaria.*

Estos cuatro casos conforman un espectro interconectado: desde lo individual hasta lo colectivo, desde el cuerpo hasta el espacio, desde lo privado hasta lo público. Juntos revelan las múltiples posibilidades del arte textil en contextos traumáticos: la fibra no es solo un material, sino también un testigo del trauma; las acciones de tejer y coser no son solo técnicas, sino también recreación y reparación de la memoria; las instalaciones espaciales no son sólo exhibiciones artísticas, sino experiencias encarnadas que permiten al espectador adentrarse en el escenario del trauma; y los tapices colectivos no son solo creaciones, sino también narrativas y testimonios sociales.

En cuanto a la metodología de análisis, este capítulo integra enfoques psicoanalíticos, semiótica junguiana, teoría fenomenológica de la experiencia corporal, terapia expresiva a través del arte y marcos de regulación artística, centrándose en las siguientes dimensiones:

- *Materialidad: Cómo la fibra, como medio portador del trauma, con su textura, tacto y propiedades físicas, funciona como “contenedor emocional” en la terapia artística* (Malchiodi, 2020).
- *Accionalidad: Cómo acciones repetitivas como tejer, coser o desgarrar, desde la fenomenología encarnada y la regulación artística, se entienden como “recreación de la memoria corporal” y “oportunidad de autorreparación”* (van der Kolk, 2014).
- *Espacialidad: Cómo las instalaciones textiles crean espacios inmersivos que permiten al espectador ingresar corporalmente en contextos traumáticos y desencadenar una transformación emocional a través de la experiencia de “presencialidad”* (Merleau-Ponty, 1945/1962).

- **Colectividad:** Cómo las prácticas textiles grupales, a través de la creación conjunta, transforman experiencias individuales en memorias sociales compartidas, ejerciendo así una función sanadora comunitaria (Herman, 1992).

A través del análisis en profundidad de estos cuatro casos, este capítulo no solo busca ampliar la comprensión académica del arte textil, sino también revelar sus mecanismos subyacentes como forma de regulación artística. En otras palabras, este capítulo sirve como puente entre la teoría y la práctica, como un giro clave de la “reflexión” a la “acción”, y proporciona un referente teórico y metodológico para el taller artístico “Entre Hilos” del Capítulo 5.

4.1 Magdalena Abakanowicz: Trauma de guerra y cuerpo colectivo

4.1.1 Antecedentes y experiencia traumática



Magdalena Abakanowicz (1930–2017) nació en el seno de una familia aristocrática en las afueras de Varsovia, pero durante su infancia experimentó la残酷 de la Segunda Guerra Mundial. La ocupación nazi, el terror en los espacios públicos, las imágenes de cadáveres en las calles y el incidente en que su madre fue herida por un disparo alemán en 1943 se convirtieron en recuerdos psicológicos imborrables en su vida. Estas experiencias moldearon su aguda percepción de la vulnerabilidad humana y la violencia colectiva. Como ella misma expresó en sus memorias: “Nunca he podido

deshacerme de la percepción de la vulnerabilidad humana; siempre ha estado entrelazada con mis recuerdos y mi obra”.

Desde el marco psicoanalítico, estas experiencias pueden entenderse como “eventos traumáticos” en el sentido freudiano, que traspasan las defensas psicológicas y dejan huellas indelebles. Desde la perspectiva junguiana, lo que transmite no es solo su miedo personal, sino la manifestación de la “sombra” a nivel del “inconsciente colectivo” : la guerra, la violencia y la muerte se convierten en metáforas de experiencias humanas compartidas (Jung, 1964).

“I immerse myself in the crowd, like a grain in loose sand. I become engrossed in the anonymity of glances, movements, odors, in the shared breathing of air, pulsation of juices under the skin. I become like a cell of this boundless organism; I belong to another species. These cells are already ordinary, merged with one another. We destroy each other and are reborn, we hate one another, we stimulate each other. Bone structure, brain structure, and skin sensitivity are similar. It is easy to become gentle and kind, to feel the need for murder; we fill this planet.”

— Magdalena Abakanowicz, *The Crowds* (exhibition text, quoted in DESA Unicum, Warsaw)¹

“Me sumerjo entre la multitud como un grano de arena suelto. Me concentro por completo en las miradas anónimas, en los gestos, en los olores, en el aire compartido que respiramos, en el pulso de los jugos bajo la piel. Me convierto en una célula de este organismo sin límites; pertenezco a otra especie. Estas células son ya triviales, se han fundido unas con otras. Nos destruimos mutuamente y resucitamos, nos odiamos, nos estimulamos unos a otros. La estructura ósea, la estructura cerebral, la sensibilidad de la piel son semejantes. Es fácil volverse tierno y amable, sentir la necesidad de matar; llenamos este planeta.”

— Magdalena Abakanowicz, *Texto de exposición para The Crowds* (citado en DESA Unicum, Varsovia, Traducción de la autora).

¹ Traducción de la autora del texto original en inglés.

4.1.2 Obras representativas y lenguaje artístico

Serie “Abakans” (década de 1960)

La serie “Abakans”, creada por Abakanowicz en la década de 1960, sentó las bases de su lenguaje artístico textil. Utilizó fibras naturales como yute, arpilla y cuerdas de cáñamo para crear grandes esculturas colgantes. La superficie de estas obras es áspera y arrugada, evocando tanto partes de un cuerpo orgánico como restos de ruinas de guerra. Colgadas en espacios expositivos, estas piezas crean una atmósfera que a la vez protege y opriime, obligando a los espectadores a enfrentar una experiencia tensa de “presencialidad” al caminar entre ellas.



[Figura 4-1] Magdalena Abakanowicz, *Abakan Red* (1969).

Yute y resina, instalación colgante.

Serie “Backs” (1976–1980)

Esta serie consiste en decenas de figuras sin cabeza ni rostro, moldeadas en arpillera y resina. Cada una de estas espaldas es similar pero ligeramente diferente, anónimas y silenciosas. Dispuestas en el espacio expositivo, crean una atmósfera opresiva de multitudes. Al enfrentarse a este grupo, los espectadores se ven obligados a proyectarse a sí mismos, experimentando así la despersonalización del individuo bajo mecanismos de violencia colectiva.



[Figura 4-2] Magdalena Abakanowicz, *Backs* (1976–1980).

Vista expositiva: decenas de espaldas alineadas generan una atmósfera anónima y silenciosa de multitud.

Série “Crowds” (décadas de 1986–1990)

En esta serie, Abakanowicz desarrolla aún más el tema del “cuerpo colectivo”. Esculturas grupales compuestas por cientos de figuras humanas sin cabezas se disponen densamente en interiores o exteriores, combinando la pesadez escultórica con el terror colectivo por su gran número. El individuo desaparece por completo, convertido en encarnación de la “vida desnuda”.



[Figura 4-3]Magdalena Abakanowicz, *Crowds* (1986–1990).

Vista parcial de las esculturas grupales: siluetas anónimas dispuestas en el espacio, creando una atmósfera opresiva.

4.1.3 Análisis de los mecanismos de sanación

I. Externalización

A través de materiales como arpilla áspera y yute, traduce sus miedos y dolores de guerra en formas materiales tangibles. Esta externalización es similar al principio en terapia expresiva artística de “exteriorizar el caos interno convertido en imagen”, permitiendo que experiencias innombrables encuentren un contenedor.

II. Testimonio

Cuando los espectadores entran en las “Abakans” o se enfrentan a las “Crowds”, sus cuerpos se ven involucrados en relaciones espaciales que generan una fuerte sensación de opresión. Esta experiencia convierte al espectador en “testigo secundario” del trauma, participando colectivamente en el duelo y testimonio de la memoria histórica (Felman y Laub, 1992).

III. Repetición y ritualidad

Su proceso creativo, con acciones repetitivas de enrollar, desgarrar y recomponer fibras, posee un carácter ritual. Es como si, en el proceso de “hacer deshacer rehacer”, intentará constantemente reparar y digerir el trauma. Esto se alinea con el ciclo terapéutico descrito por Knill, Barba y Fuchs (2005), basado en la transición entre experiencia, simbolización e integración.

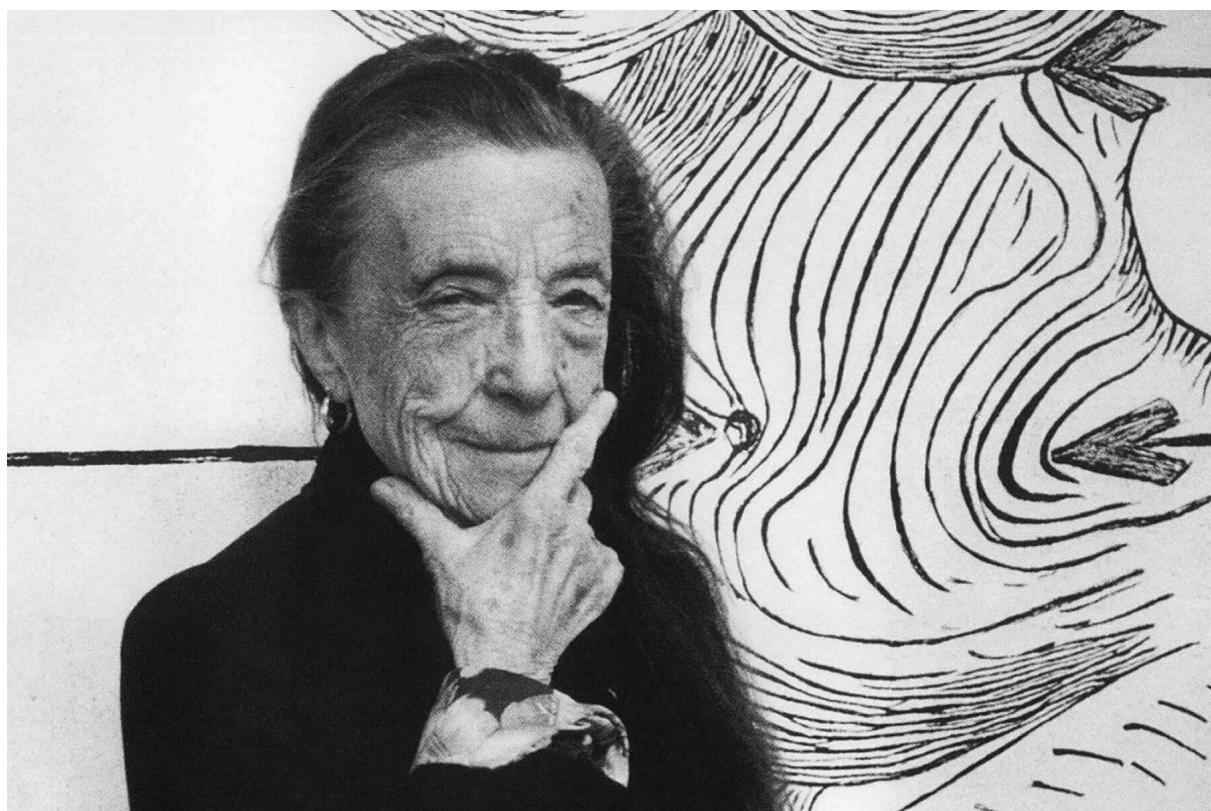
4.1.4 Correlatos académicos y resumen

Desde una perspectiva fenomenológica, la obra de Abakanowicz construye un “espacio traumático”. Los espectadores, al caminar entre las “Abakans” o enfrentarse a los incontables “Backs”, se ven corporalmente arrastrados a una experiencia de presencia ineludible. Esta experiencia no es solo visual, sino que afecta percepciones y emociones profundamente corporales (Merleau-Ponty, 1945/1962).

Desde la semiótica junguiana, las multitudes sin rostro en “Backs” y “Crowds” pueden interpretarse como la materialización de la “sombra colectiva”: representan esa parte de la experiencia oscura, reprimida y negada en la comunidad humana. Cuando el espectador se confronta con estas imágenes, también se enfrenta a la “sombra” humana.

Por lo tanto, la creación de Abakanowicz no es solo una respuesta personal al trauma de guerra, sino que se convierte en un campo sanador transpersonal: a través de la aspereza de los materiales, la opresión espacial y el anonimato de los cuerpos colectivos, despierta la empatía y el testimonio del público, transformando el trauma de una memoria individual en una memoria y testimonio colectivos.

4.2 Louise Bourgeois: Fracturas familiares y la relación de sutura madre hija



4.2.1 Antecedentes y experiencia traumática

“Art is a guarantee of sanity.”

— Louise Bourgeois, *Destruction of the Father / Reconstruction of the Father: Writings and Interviews, 1923–1997*(1998, p. 270)¹

“El arte es una garantía de cordura.”

— Louise Bourgeois, *Destrucción del padre / Reconstrucción del padre: escritos y entrevistas, 1923–1997* (1998, p. 270) Traducción de la autora

Louise Bourgeois (1911–2010) fue una artista extremadamente influyente a caballo entre los siglos XX y XXI. Su obra abarca pintura, escultura, instalación y fibras, y los temas centrales que repitió constantemente son: familia, madre, traición, deseo y miedo están estrechamente relacionados con sus experiencias infantiles. Bourgeois creció en las afueras de París, donde sus padres regentaban un taller de restauración de tapices antiguos. Su madre, postrada en cama durante largos periodos, aun así insistía en el trabajo de restauración; su padre mostraba un carácter autoritario e infiel en la vida familiar, manteniendo incluso una relación prolongada con la institutriz de Bourgeois. Estas complejas relaciones emocionales se convirtieron en un trauma psicológico ineludible a lo largo de su vida.

Bourgeois reconoció en sus últimos años: “Todos los temas de mi arte se originan en el trauma de la infancia, el arte es una forma de autoanálisis”. Desde el marco psicoanalítico, su obra puede verse como un proceso de autoterapia: a través de la creación continua, transforma dolores no verbalizados en imágenes que pueden ser vistas, tocadas y reinterpretadas. Desde la perspectiva de la terapia expresiva artística, este proceso constante de externalización, repetición y simbolización es precisamente el camino hacia la transformación de la experiencia traumática.

4.2.2 Obras representativas y lenguaje artístico

Serie “Cells” (décadas de 1980–2000)

La serie “Cells” (Celdas) es una de las creaciones más importantes de Bourgeois en sus últimos años. Utilizó jaulas de hierro, muebles viejos, espejos, ropa y textiles para construir instalaciones espaciales cerradas. Estos espacios se asemejan tanto a prisiones como a “habitaciones psicológicas” internas familiares, llenas de tensión entre voyeurismo y aislamiento. Telas, sábanas y prendas se cuelgan, desgarran y cose, con puntadas visibles que son tanto huellas de heridas como símbolos de reparación.

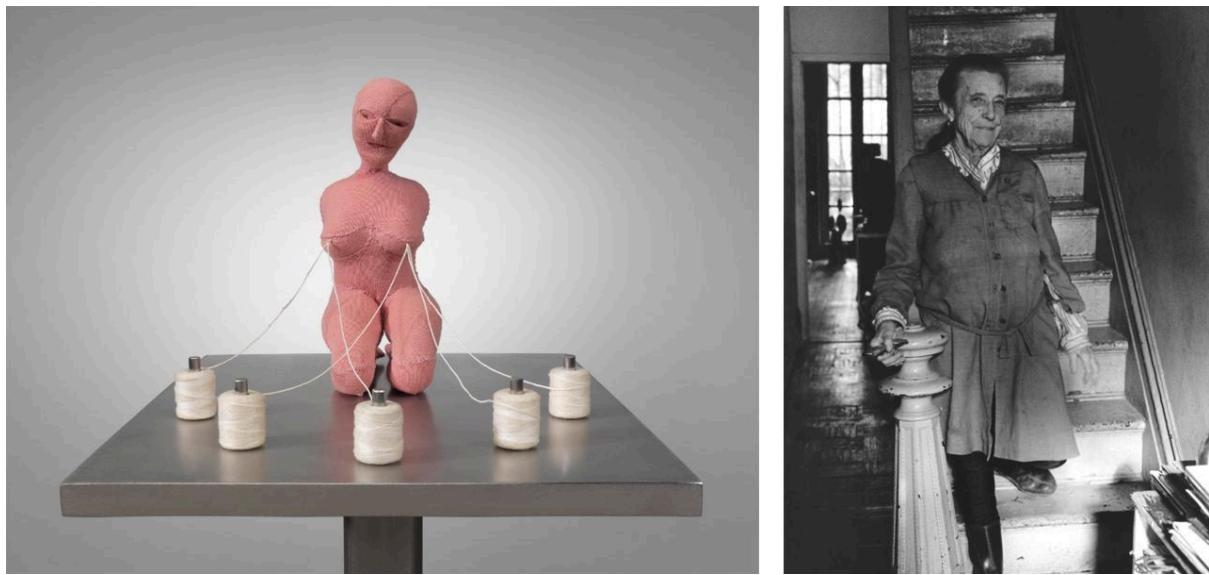


[Figura 4-4] Louise Bourgeois, *Cell (Eyes and Mirrors)* (1989–1993).

Hierro, tela, espejos y muebles de madera. La artista crea una atmósfera íntima e inquietante mediante el uso de espacios cerrados y telas rasgadas.

The Good Mother / La buena madre (2008)

La buena madre (The Good Mother, 2008) es una obra representativa de la última etapa de Bourgeois, en la que utiliza materiales textiles y técnicas de costura para expresar la relación madre-hija y las fracturas emocionales que la atraviesan. La composición está hecha de tela tensa, complementada con apliques de aluminio. El uso de la tela como medio principal confiere a la obra una fuerte dimensión corporal e íntima: la tela funciona como una segunda piel, mientras que las huellas del tinte y las uniones cosidas parecen registrar las fricciones entre criar y ser criada, entre dependencia y separación. Aunque se trata de una pieza más bien plana, carente de la envoltura espacial propia de las instalaciones, en su composición la obra proyecta con intensidad una metáfora de la maternidad: los pliegues y las curvas de la tela pueden sugerir senos, órganos reproductivos o el calor del cuerpo, mientras que los elementos metálicos de aluminio simbolizan la fortaleza oculta, la función protectora e incluso la dimensión intimidante de la madre.



[Figura 4-5] Louise Bourgeois, *The Good Mother / La buena madre* (2008).

Tela teñida de archivo y apliques de aluminio. La suavidad del tejido y las huellas del tinte encarnan la mezcla de ternura y dolor, mientras que la rigidez de los apliques refleja la tensión entre protección y represión.

“Ode à l’oubli” (2004)

Este es un libro textil creado por Bourgeois en sus últimos años, utilizando telas, ropa y tejidos heredados de su madre. Cada página combina, a través de costura y collage, fragmentos de tela en formas geométricas abstractas e imágenes corporales. Esta obra es a la vez un homenaje a su madre y una respuesta poética al olvido y la memoria. Las puntadas aquí no son solo artesanía, sino también “sutura de la memoria”.



[Figura 4-6] Louise Bourgeois, *Ode à l'oubli / Oda al olvido* (2004).

Libro de collage textil. Las puntadas funcionan como reparaciones visibles y conexiones que vinculan fragmentos de memoria material.

4.2.3 Análisis de los mecanismos de sanación

I. Dualidad de la sutura

Las puntadas en la obra de Bourgeois a menudo tienen un doble significado: por un lado, son acción de “herir” pinchar; penetrar la tela, como la experiencia traumática que repetidamente desgarra las defensas psicológicas; por otro, son acción de “reparar” volver a unir las partes desgarradas, creando una nueva integridad. Es en esta tensión entre “herir reparar” que el trauma es reconocido, recreado y parcialmente sanado.

II. Objeto transicional y contenedor

Bourgeois utiliza frecuentemente objetos íntimos como ropa, telas, sábanas. Estos objetos, en psicoanálisis, pueden considerarse “objetos transicionales” (Winnicott, 1971); portan la calidez y memoria maternal, proporcionando a la artista un “contenedor emocional” que le permite establecer simbólicamente una conexión con la ausencia de su madre a través de la creación.

III. Espacialización del teatro psicológico

Las jaulas de hierro y disposiciones de tela en la serie “Cells” crean un teatro psicológico a la vez íntimo y alienante. Los espectadores, desde fuera, pueden vislumbrar los fragmentos en su interior pero no entrar. Esta tensión espacial de “visible pero intocable” refleja precisamente la naturaleza de la experiencia traumática: almacenada, difícil de alcanzar, pero siempre presente.

4.2.4 Correlatos académicos y resumen

La obra de Bourgeois presenta una estética traumática altamente individualizada pero de significado universal. Desde la perspectiva de los estudios sobre trauma, su creación responde a las tres etapas de recuperación del trauma propuestas por Herman (1992):

- I. Seguridad:** *Establecer seguridad psicológica a través de telas y objetos familiares.*
- II. Recuerdo y duelo:** *Recrear y reparar constantemente las fracturas infantiles mediante puntadas y collage.*
- III. Reconexión:** *Transformar el dolor personal en testimonio social mediante su exhibición pública.*

Desde la terapia expresiva artística, las acciones de costura y *patchwork* de Bourgeois se alinean estrechamente con el “poder sanador de la acción repetitiva” enfatizado por McNiff (1992). Estas acciones no solo proporcionan sintonización corporal, sino que también completan, a nivel simbólico, la reorganización narrativa.

Por lo tanto, la obra de Bourgeois puede verse como una práctica artística de “autoanálisis”: a través de hilos y puntadas, transforma las fracturas familiares en huellas visuales y táctiles, permitiendo que el dolor personal encuentre reinterpretación y testimonio en un contexto social compartido. Su arte no es solo sanación personal, sino que también ofrece al espectador un espacio simbólico para dialogar con sus propias experiencias traumáticas.

4.3 Chiharu Shiota: Memoria, color y espacialización de la ansiedad existencial

4.3.1 Antecedentes y experiencia traumática

Chiharu Shiota (1972–2024) nació en Osaka y residió desde la década de 1990 en Berlín, Alemania. Su identidad transcultural y experiencia como extranjera hacen que su creación se centre profundamente en la “pertenencia”, la “memoria” y la “ansiedad existencial”. Además,

experimentó enfermedades graves a lo largo de su vida, cuyas experiencias cercanas a la muerte y conmoción de la identidad personal influyeron directamente en sus temas artísticos. Mencionó en numerosas entrevistas “el límite entre la vida y la muerte” y “la distancia entre el cuerpo y el alma”.



La creación de Shiota tiene como medio central el hilo, especialmente hilos rojos y negros. A través del enrollado, tejido y disposición espacial de hilos, crea instalaciones inmersivas que sumergen al espectador en “espacios envueltos por hilos”. Estos espacios simbolizan tanto el enredo de la memoria y la complejidad de las relaciones humanas, como crean una atmósfera emocional a la vez protectora y opresiva. En el marco fenomenológico, su obra proporciona una experiencia de “compromiso corporal”

(Merleau-Ponty, 1945/1962); los espectadores, al caminar, respirar y percibir, no solo observan el arte, sino que entran en un campo simbólico de trauma y ansiedad.

“I am always amazed by the complex connections between our everyday life, the past and the future. How to create this inexplicable perceptual network and its plasticity remains a mystery, like our brain, the universe and life itself. I have never found the answers to these questions, only more questions. These questions form the basis of my work.”

— Chiharu Shiota, *The Soul Trembles* (Mori Art Museum, 2019)¹

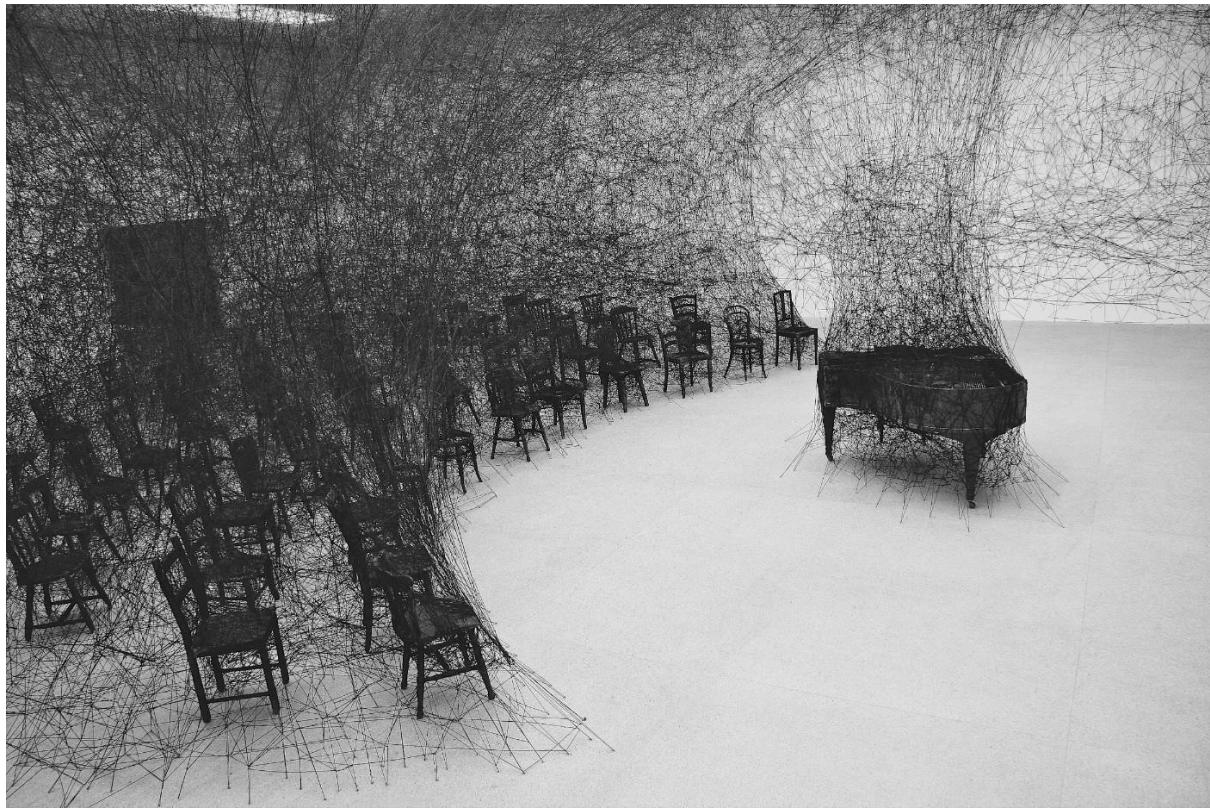
“Siempre me asombra la multiplicidad de conexiones entre las experiencias cotidianas, el pasado y el futuro. Cómo crear esta red perceptiva indescifrable y su plasticidad sigue siendo un misterio, cómo nuestro cerebro, el universo y la vida misma. No tengo respuestas para todo esto; solo puedo seguir formulando preguntas, y esas preguntas son la base de mi práctica artística.”

— Chiharu Shiota, *The Soul Trembles* (Museo de Arte Mori, 2019)

4.3.2 Obras representativas y lenguaje artístico

“In Silence” (En silencio, 2002)

El núcleo de esta obra es un piano quemado, cuyo resto es envuelto apretadamente por densos hilos negros. El piano, como “órgano sonoro”, queda aquí completamente silenciado; los hilos negros simbolizan represión, muerte y trauma innombrable. Los espectadores, frente a la obra, experimentan un silencio y una opresión casi asfixiantes.



[Figura 4-7] Chiharu Shiota, *In Silence* (2002).

Piano quemado e instalación con hilos negros. La obra simboliza la desaparición del sonido y la represión de la memoria.

(2) “The Key in the Hand” (La llave en la mano, 2015)

Esta es la obra representativa de Shiota en el Pabellón de Japón de la Bienal de Venecia. Colgó más de cincuenta mil llaves de todo el mundo, conectándose con hilos rojos que convergen en dos barcos viejos en el centro de la sala. Las llaves simbolizan memorias de vida personal y espacios íntimos; los hilos rojos simbolizan la sangre y la energía emocional. Los espectadores, de pie debajo, se sienten envueltos por una enorme red de memoria, experimentando tanto protección como el enredo ineludible de las relaciones.



[Figura 4-8] Chiharu Shiota, *The Key in the Hand* (2015).

Instalación con hilos rojos y llaves suspendidas. La red de llaves crea un espacio inmersivo que funciona como un “lugar de memoria”.

Where are we going? (2018)

En la producción más reciente de Shiota, las instalaciones de hilos blancos se han convertido en un lenguaje artístico fundamental. A diferencia de las obras con hilos rojos, que transmiten lazos de sangre, tensiones y traumas, los hilos blancos generan una atmósfera más ligera y contemplativa. Un ejemplo de ello es la instalación *Where are we going?*, presentada en 2018 en el Museo de Gotemburgo (Suecia). La obra está compuesta por capas de hilos blancos que se entrecruzan en la sala expositiva, tejiendo un espacio semitransparente en el que el espectador se adentra como si estuviera envuelto en trayectorias de memoria y de espíritu. En contraste con los hilos rojos, que simbolizan tensión y atadura, los blancos funcionan como un medio de “disolución” y “elevación”: trazan direcciones y destinos, y al mismo tiempo preservan recuerdos en medio del olvido. Mediante este cambio cromático y material, Shiota lleva la lógica del “tejer–proteger” a otro nivel: ya no se trata únicamente de la escritura del trauma individual, sino de una indagación poética sobre el fluir de la vida y su destino último.



[Figura 4-9] Chiharu Shiota, *Where Are We Going?* (2018).

Museo de Gotemburgo (Suecia). Instalación de hilos blancos. Los hilos tejen un espacio sereno y abierto que evoca el fluir de la memoria y del espíritu.

(4) “From DNA to DNA” (Del ADN al ADN, 1994)

Como obra temprana de Shiota, esta instalación construye con hilos rojos la forma de una doble hélice de ADN. Los espectadores no solo ven el símbolo estructural de la vida, sino que también se les remite a la profunda conexión entre “herencia-memoria-identidad”.



[Figura 4-10]

Chiharu Shiota, From DNA to DNA (1994).

Instalación con hilos rojos en forma de doble hélice. La obra simboliza el entrelazamiento entre herencia, memoria y existencia individual.

4.3.3 Gramática triádica del color y el símbolo

A partir de la revisión y síntesis de múltiples entrevistas realizadas a Chiharu Shiota, así como de textos curatoriales y críticas de arte, puede observarse que el color en su producción no funciona únicamente como un lenguaje formal, sino como un medio cargado de simbolismo psicológico y emocional. Diversos registros de entrevistas y comentarios críticos señalan y la propia artista ha reiterado en distintas ocasiones que el color de los hilos

representan diferentes dimensiones de la existencia humana y estados espirituales (Shiota, entrevistas en *Sohu Art*, 2021; *Gcores*, 2020; *This is Colossal*, 2022). Estos testimonios directos y las interpretaciones críticas configuran conjuntamente lo que puede denominarse una reconocible “gramática cromático emocional” en su obra.

Es necesario precisar que:

una parte de los significados asociados al rojo, al negro y al blanco procede de declaraciones explícitas de la artista, mientras que otra parte corresponde a una síntesis interpretativa elaborada a partir de las fuentes disponibles.

- *En cuanto al hilo rojo, sus significados sangre, vida, vínculos invisibles entre las personas, energía emocional han sido expresados directamente por la artista en diversas entrevistas y constituyen interpretaciones autorales explícitas (Shiota, 2021).*
- *En relación con el hilo negro, la asociación con la muerte, la represión, el sueño y la ausencia de memoria procede parcialmente de afirmaciones de Shiota (como cuando describe el negro como “una sombra silenciosa”), y parcialmente de lecturas críticas reiteradas en la literatura; de este modo, se trata de un sistema simbólico construido entre la intención de la autora y la interpretación crítica (Shiota, 2020).*
- *Respecto al hilo blanco, Shiota lo ha vinculado a la pureza, la espiritualidad y el comienzo, describiéndolo en una ocasión como “un punto de partida que respira”; sin embargo, la interpretación de este color como umbral, tránsito o regeneración pertenece a una ampliación analítica desarrollada por la crítica (Shiota, 2021).*

Este trío cromático rojo, negro y blanco no constituye solo una estrategia visual, sino que materializa la exteriorización simbólica de experiencias traumáticas. Por ejemplo, en *In Silence* (2008), la densidad del hilo negro que envuelve el piano y el espacio genera una atmósfera de duelo y estancamiento; mientras que en *The Key in the Hand*(2015), la red de hilos rojos que sostiene miles de llaves construye una metáfora visual sobre la memoria, el vínculo y el resguardo.

En consecuencia, la “gramática cromático-simbólica” presentada en este apartado no responde a una interpretación subjetiva de la investigadora, sino a un análisis sintético fundamentado en la distinción entre las declaraciones de la artista y las aportaciones críticas que las complementan.

4.3.4 Análisis de los mecanismos de sanación

Externalización y materialización

Shiota externaliza ansiedades innombrables, mutismos y fragmentos de memoria en instalaciones visuales a través de hilos y objetos viejos (pianos, llaves, barcos). Esta externalización se ajusta al principio básico de la terapia expresiva artística, dando forma concreta a emociones internas.

Espacialización y experiencia inmersiva

Los espectadores que caminan en el espacio de la red de hilos rojos se ven obligados a ajustar su respiración y su paso. Esta experiencia inmersiva no solo convierte al espectador en testigo, sino que también desencadena a nivel corporal un proceso de regulación neural “de abajo hacia arriba” (van der Kolk, 2014), formando un proceso psicológico similar a una “exposición segura”.

Colectividad y testimonio

Las cincuenta mil llaves utilizadas en *The Key in the Hand* fueron donadas por espectadores de todo el mundo, lo que significa que la obra misma es un punto de convergencia de memorias colectivas. Los espectadores en la obra no son solo experiencias individuales, sino parte de una red global de testimonio.

Correlatos académicos y resumen

La obra de Chiharu Shiota, con el hilo como símbolo central, construye un espacio existencial a la vez íntimo y opresivo. No es solo arte visual, sino un “teatro psicológico” que involucra corporal y sensorialmente al espectador en la representación espacial de experiencias traumáticas. Desde una perspectiva fenomenológica, sus instalaciones enfatizan la percepción de la “presencia corporal”, permitiendo que la experiencia traumática sea revivida a través de la respiración, el paso y el tacto. Desde la semiótica junguiana, los hilos rojos y negros constituyen la oposición arquetípica binaria de “vida y muerte”, “conexión y mutismo”.

Por lo tanto, el arte de Shiota no es solo una respuesta a experiencias personales de ansiedad y enfermedad, sino que crea para el espectador un campo sanador inmersivo. En este campo, los espectadores pueden, a través del enredo de hilos y la opresión espacial, experimentar la

catarsis emocional y la integración de la memoria. Como ella misma dijo: “Mi obra no trata sobre la muerte, sino sobre cómo la vida continúa bajo la sombra de la muerte”.

4.4 Conflict Textiles: narrativas comunitarias y testimonios del trauma social

4.4.1 Orígenes y desarrollo

El proyecto *Conflict Textiles* fue iniciado en 2008 por la curadora Roberta Bacic. Al comienzo se centró en la memoria del conflicto en Irlanda del Norte (*The Troubles*, 1968–1998), y poco a poco se amplió hasta establecer un fuerte vínculo con la tradición de las arpillerías en América Latina.

Las arpillerías surgieron en Chile bajo la dictadura de Pinochet como una forma de resistencia femenina frente a la represión y la censura. Mediante patchwork y bordado, las mujeres registraron la fractura de la vida cotidiana, la ausencia de los desaparecidos y la brutalidad del régimen (Agosin, 2008).

Así, *Conflict Textiles* se ha convertido en un “archivo textil global”, con piezas de Chile, Perú, Colombia, Irlanda del Norte, México y Palestina. Estas obras no solo guardan memorias individuales, sino que funcionan como testimonios colectivos y como medios de reflexión social (Basic, 2010).

Casos contemporáneos

Con el tiempo, *Conflict Textiles* ha superado los marcos originales de Chile e Irlanda del Norte y se ha extendido a distintos países y comunidades. Algunos ejemplos muestran sus múltiples dimensiones actuales:

(1) Zavod Tri: Historias bordadas de mujeres migrantes (Eslovenia, 2018–2022)

Proyecto de la ONG eslovena Zavod Tri, que reunió historias de mujeres migrantes de Serbia, Bosnia-Herzegovina, Ucrania y otros lugares. A partir de fotos familiares transferidas a tela y bordadas con hilos de colores, narraron experiencias de migración, pérdida y reconstrucción. Las obras son a la vez relatos personales y testimonios colectivos sobre identidades múltiples (Story Cloth Database, 2023).



[Figura . 4-11] Historias bordadas de mujeres migrantes (proyecto Zavod Tri), 2022.

(2) Common Threads Project y Border Wall Quilt Project (Estados Unidos)

El Common Threads Project, surgido en Brooklyn, aborda la violencia de género y el trauma de la guerra. Mediante story cloths, las sobrevivientes expresan dolor y procesos de recuperación, en un marco de acompañamiento terapéutico y apoyo grupal (Cohen, 2019). El Border Wall Quilt Project, impulsado por la artista Lea McComas, convoca a creadores de todo el mundo a confeccionar “bloques de tela” en respuesta crítica al muro entre Estados Unidos y México y a las políticas migratorias, convirtiendo el patchwork en protesta transnacional (McComas, 2020).



Annabel Ebersole, VA. I feel strongly that the Wall is wrong for people, trade and the environment. My brick shows "Sanctuary" blocked by barbed wire.



Susanne M Jones, VA. Separating children from their parents at our borders is an atrocity. It harkens back to the Holocaust and we must reunite families.

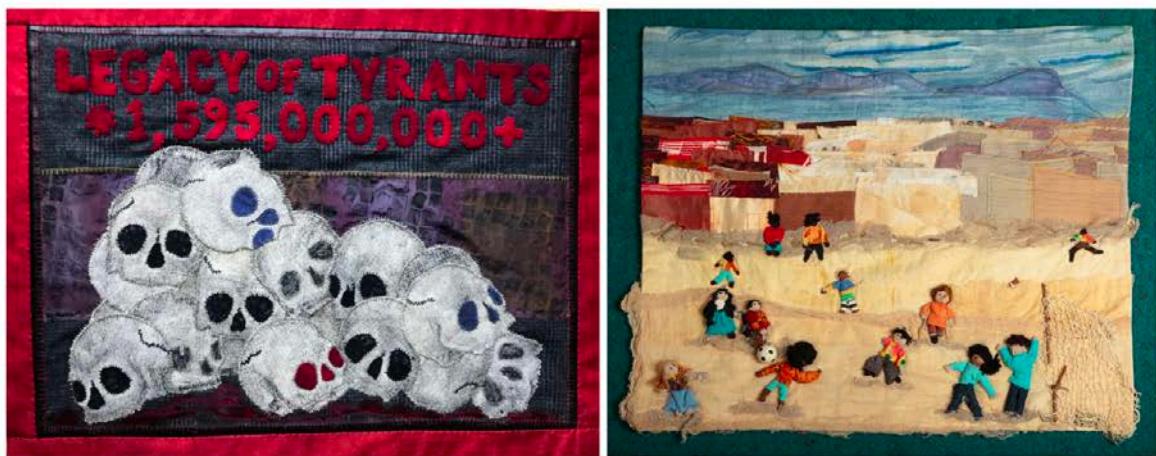
[Figura . 4-12] Exposición del Border Wall Quilt Project, Colorado, EE. UU.

(3) Base de datos y exposiciones Conflict Textiles (2008–actualidad)

Desde 2008, el proyecto está vinculado al Archivo de Internet sobre Conflictos de la Universidad de Ulster (CAIN). En 2015 se transformó en una base de datos más interactiva. Su eje es documentar conflictos, violaciones de derechos humanos y la lucha por “hacer visibles a los desaparecidos”. Para enero de 2019 incluía 361 piezas textiles y 168 actividades, con protagonismo de las arpilleras, además de colchas y tapices.



Las arpilleras, creadas colectivamente en Chile bajo la dictadura, denunciaban la violencia y la opresión social. Luego la técnica se difundió en América Latina y, en la última década, también en Europa, África y Oceanía. Las exposiciones se acompañan de proyecciones, seminarios y mesas redondas, que convierten al público de observador en participante activo. La colección física es de propiedad privada, pero la base de datos digital está abierta al público, como “archivo de memoria” en expansión, que enlaza traumas y memorias a través de telas y puntadas (Conflict Textiles, 2019).



[Figura . 4-13] Página web de la base de datos Conflict Textiles, 2008–actualidad.

Estos casos muestran cómo *Conflict Textiles* ha desbordado sus contextos iniciales y se ha convertido en una plataforma global de arte textil sobre trauma, migración y derechos humanos. En culturas diversas, las obras se activan, generando nuevas narrativas y posibilidades de sanación.

4.4.2 Niveles de los mecanismos de sanación

El proceso creativo como sanación

El patchwork es un “relato encarnado”: cuando la palabra se quiebra por miedo o represión, la aguja sustituye al lenguaje. En la costura colectiva, las mujeres comparten historias y tejen redes de apoyo, generando una solidaridad que reduce aislamiento y vergüenza (Herman, 1992).

La obra como testimonio

Cada pieza es un testimonio visual. Con telas e hilos se registran memorias borradas por los relatos oficiales. Este “testimonio no verbal” abre espacio para el duelo personal y al mismo tiempo se convierte en recurso simbólico de resistencia social (Felman y Laub, 1992).

La exposición como diálogo

Las exhibiciones no se dirigen sólo a las comunidades afectadas, sino que invitan al público global a ser “testigos secundarios”. Al mirar los textiles, los espectadores son llevados a la empatía y a la reflexión intercultural. La exposición funciona como ritual público que traslada el trauma del ámbito individual al de la memoria social (Basic, 2010).



[Figura . 4-14] Exposición de Conflict Textiles. Público en interacción con los patchworks.

4.4.3 Resonancias con la arteterapia expresiva y la regulación a través del arte

Las prácticas de *Conflict Textiles* reflejan principios centrales de la arteterapia expresiva:

- **Externalización:** transformar experiencias traumáticas indecibles en formas visibles y tangibles mediante telas e hilos;
- **Entorno contenedor:** las piezas funcionan como recipientes que sostienen dolor y duelo;
- **Reconstrucción narrativa:** la imagen textil reorganiza memorias fragmentadas y crea narrativas visuales;
- **Testimonio colectivo:** la creación y la exhibición propician la construcción de testimonio y resonancia comunitaria, favoreciendo la sanación social.

Estos mecanismos coinciden con la teoría de Herman (1992) sobre tres etapas de recuperación del trauma: seguridad, recuerdo y duelo, y reconexión. La repetición de las puntadas ofrece seguridad; la narración visual integra el trauma; y la exposición pública permite restablecer vínculos con comunidad y sociedad.

Como plataforma textil transcultural, *Conflict Textiles* prolonga la tradición de resistencia de las arpillerías chilenas y se reactiva en contextos globales de desaparición, violencia, migración y fronteras. Mediante un ciclo de “creación–testimonio–exposición”, transforma experiencias traumáticas individuales en expresiones públicas y genera testimonio colectivo.

Desde la arteterapia expresiva y la regulación artística, el proyecto muestra vías múltiples de sanación: la repetición de la puntada aporta seguridad; las piezas contienen dolor y duelo; la reconstrucción narrativa y la dimensión pública de las exposiciones permiten la reconexión con grupo y sociedad.

El valor de *Conflict Textiles* no está solo en conservar memorias de trauma, sino en abrir una posibilidad de “sanación social”: mediante el lenguaje intercultural del textil, el trauma puede ser externalizado, testimoniado e integrado de nuevo. Esto ofrece una referencia teórica y práctica clave para pensar cómo el arte textil, en el presente, regula emociones sociales e interviene en la memoria colectiva.

4.5 Discusión integradora: de los casos de estudio a la gramática sanadora del arte textil

Al revisar los cuatro casos de este capítulo, se ve que la relación entre arte textil y trauma no es casual, sino que está enraizada en las propiedades del material, en los procesos de creación y en su dimensión espacial. Tanto los “cuerpos colectivos” de yute de Abakanowicz, como las esculturas de Bourgeois hechas con reliquias maternas, los espacios de ansiedad existencial de Shiota con hilos rojos y negros, o los patchworks colectivos de *Conflict Textiles*, todos apuntan a la lógica profunda del textil como medio para expresar y elaborar el trauma.

La materialidad de la fibra: testigo del cuerpo y de la historia

Los materiales textiles guardan huellas del cuerpo y de la vida cotidiana. Ropa usada, telas, cuerdas o lanas están ligadas al contacto físico y contienen intimidad y memoria. El yute y la arpilla de Abakanowicz evocan la dureza de la guerra; los tejidos de Bourgeois conservan la presencia de la madre y de la familia; los hilos rojos y negros de Shiota remiten a la sangre, los nervios, la muerte y la memoria; y las arpillerías utilizan retazos para llevar la marca de la violencia política. En todos estos casos, la fibra no es solo un medio, sino un “testigo” que convierte la historia individual y colectiva en algo tangible y visible.

La acción de coser y tejer: repetición, reparación y externalización

En los cuatro casos, las acciones de coser, tejer o ensamblar son formas de transformar el trauma. Bourgeois repite la costura como vínculo con su madre; Abakanowicz teje y desgarra para reactivar la memoria de la guerra; Shiota proyecta la ansiedad existencial en el gesto de tensar y enredar hilos; y en las arpillerías, la costura colectiva permite a las mujeres resistir el aislamiento mediante escucha y apoyo mutuo. La repetición aporta ritmo y seguridad al creador, y abre también un cauce para la descarga emocional.

Espacialidad e implicación corporal: de mirar a estar presente

Las instalaciones monumentales de Abakanowicz, los entornos inmersivos de Shiota y las exposiciones de *Conflict Textiles* subrayan la implicación del cuerpo del espectador. Este no solo mira, sino que está presente: debe desplazarse, detenerse, respirar y sentir la tensión entre opresión y refugio. Esta presencia hace que el trauma deje de ser un relato abstracto y se convierta en experiencia sensible. El espacio se transforma así en un lugar de posible sanación.

Dimensión individual y colectiva

Cada caso aborda un nivel distinto del trauma: Bourgeois se centra en la memoria familiar e individual, Abakanowicz en el trauma colectivo de la guerra, Shiota en la ansiedad existencial y la fragilidad de la vida, y *Conflict Textiles* en la reconstrucción de la memoria social y comunitaria. En conjunto, muestran el potencial sanador del arte textil en tres niveles: individual, grupal y social y recuerdan que el trauma es tanto un hecho psicológico como cultural e histórico.

Inspiraciones y práctica: hacia el taller Entre puntadas

Estos casos no son solo referentes en la historia del arte, sino que inspiran directamente la propuesta de este estudio: el taller de regulación artística *Entre puntadas*. Bourgeois muestra cómo la repetición de la costura puede ser un ritual reparador; Abakanowicz enseña que los materiales pueden funcionar como soportes de una “arqueología del trauma”; Shiota inspira la creación de espacios inmersivos que implican al cuerpo y liberan emociones; y *Conflict Textiles* ofrece el modelo de costura colectiva y testimonio público.

El taller se construye sobre esta “gramática sanadora”. La aguja y el hilo dejan de ser simples herramientas artísticas y se convierten en puentes para la regulación emocional y la comunicación social. A través de ellos, los participantes pueden reorganizar recuerdos, externalizar emociones, experimentar resonancia colectiva y, en última instancia, encontrar en el acto de coser una vía para la sanación y la reconstrucción.

Capítulo 5: Intervención práctica del arte textil en la transformación del trauma en mujeres

5.1 Marco conceptual y bases teóricas del taller

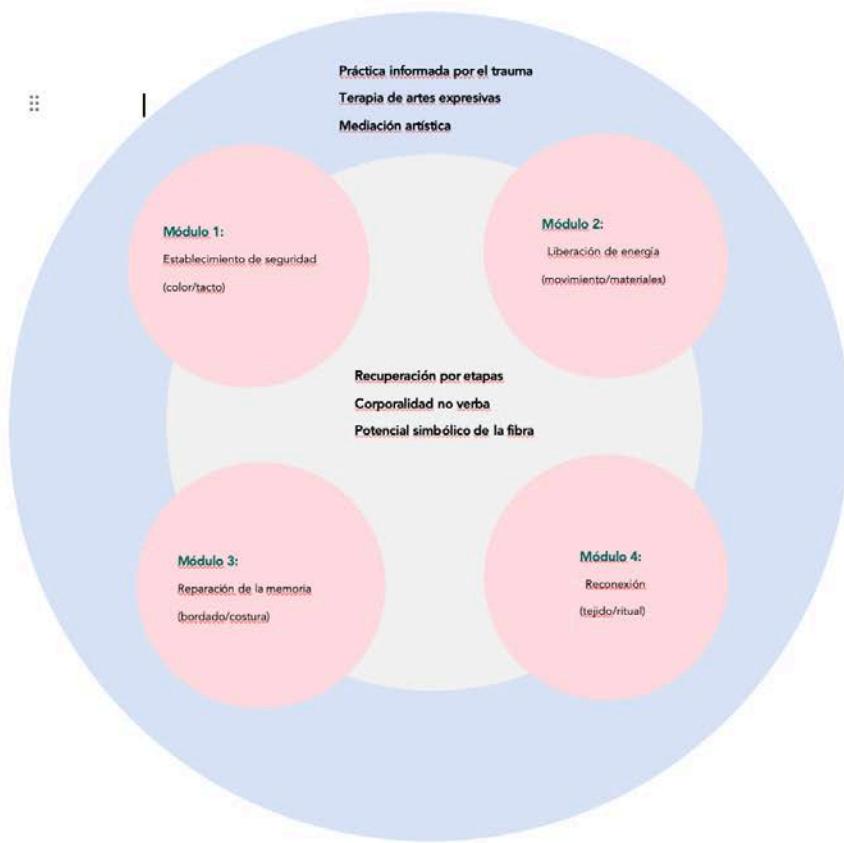
El taller de arte textil diseñado para este estudio no constituye un mero curso artístico, sino una intervención exploratoria basada en la práctica informada sobre el trauma (Trauma Informed Practice) y la mediación artística/terapia de artes expresivas (Expressive Arts Therapy). Su lógica central de diseño continúa la revisión teórica y los estudios de caso de los capítulos anteriores, enfatizando una ruta práctica guiada por el marco “teoría impulsora – progresión por etapas transformación encarnada”.

En concreto, el diseño del taller se sustenta en tres dimensiones:

Etapas en la transformación del trauma

Herman (1992) propone que la recuperación del trauma incluye tres etapas: establecimiento de seguridad, elaboración del recuerdo y reconexión. Los cuatro módulos del taller se articulan en correspondencia con este proceso:

- *Módulo I: Establecimiento de seguridad a través del color y la experiencia táctil con textiles;*
- *Módulo II: Liberación de la energía traumática mediante materiales y movimiento corporal;*
- *Módulo III: Reparación simbólica de las fisuras mnésicas mediante el bordado y el zurcido;*
- *Módulo IV: Integración y reconexión a través de un ritual de tejido conectivo.*



[Figura . 4-15] Lógica de diseño del taller de mediación en arte textil

Necesidad de expresión no verbal y encarnada

Van der Kolk (2014) señala que “el trauma se almacena en el cuerpo”, y que el lenguaje verbal por sí solo a menudo resulta insuficiente para acceder a experiencias profundas. La naturaleza táctil, rítmica y kinestésica del arte textil ofrece la posibilidad de “sortear lo racional y conectar directamente con lo corporal”.

Potencial simbólico de los materiales textiles

El arte de la fibra conlleva una imaginería de “suavidad – ruptura – reparación – conexión” (Reynolds, 2002).

La puntada, el nudo y el ritmo del tejido constituyen en sí mismos un lenguaje simbólico con cualidades transformadoras. La materialidad de las fibras y los procesos de manipulación brindan a las participantes una vía tangible, visible y compartible para la transformación del trauma.

Módulo	Bases teóricas	Referente artístico	Objetivo práctico
Módulo I: Color y proyección emocional (Tacto textil + silueta corporal)	- Jung (1964): el color y el símbolo como acceso a lo inconsciente - Winnicott (1971): el material como “objeto transicional”	Mapeo emocional del “hilo rojo” y el espacio corporal en la obra de Chiharu Shiota	Favorecer la sensación de seguridad; activar memorias corporales; posibilitar una expresión emocional no verbal que inicie procesos de transformación
Módulo II: Material y percepción corporal (Desgarre, envoltura, creación libre)	- van der Kolk (2014): el trauma se almacena en el cuerpo - Levine (1997): la liberación de energía mediante el movimiento	Sensación de desgarro y tensión corporal en las esculturas grupales de Abakanowicz	Habilitar el cuerpo como vía de expresión; transformar tensiones a través del movimiento; recuperar sensación de agencia corporal
Módulo III: Símbolo y acto simbólico (Bordado y zurcido sobre fotografía)	- Freud: sublimación y reparación simbólica - Malchiodi (2020): narrativa artística y reparación del trauma	Arte de zurcido e instalaciones textiles de Bourgeois	Tender puentes entre “memoria vivida” y “reparación simbólica”; facilitar la elaboración de fisuras de la memoria; acompañar procesos de transformación narrativa
Módulo IV: Tejido y ritual de cierre (Creación colectiva)	- Porges (2011): teoría polivagal, regulación del sistema nervioso mediante el ritmo - Herman (1992): “reconexión” en la recuperación del trauma	Función testimonial y comunitaria en los <i>Conflict Textiles</i> (arpilleras)	Promover calma mediante movimientos rítmicos; fortalecer el apoyo comunitario a través de la creación colectiva; favorecer un cierre integrador del proceso de transformación

[Tabla 5-1] Diseño del taller de transformación mediante arte textil

5.2 Presentación del proyecto



*nos acercaremos al trauma,
tocaremos la memoria,
y en el hilo y la puntada, nos encontraremos con nosotras mismas.*

*Si tú también deseas acercarte con ternura a tus heridas,
aquí te espero,
con una invitación sincera
a recorrer juntas este camino de creación compartida.*

Introducción:

Entre las agujas y los hilos hay un espacio poético, un lugar de creación y de magia, una narrativa hecha de suavidad, de movimiento y de conexión, de apoyo y de escucha.

Aquí no hay una maestra, solo acompañamiento y guía. Yo cuido este espacio tranquilo y seguro de creación, y tú eres su co-tejedora, parte viva de este territorio compartido.

Durante el próximo mes, emprenderemos un viaje pausado: entre las texturas de las fibras, en el ritmo del coser y del tejer,

Plan general de implementación de la investigación acción

Objetivo general: El taller utiliza el arte textil como el tejido, el bordado o el patchwork para guiar a las participantes en la exploración, expresión y transformación de experiencias traumáticas profundamente guardadas. A través del proceso creativo se busca despertar la memoria corporal, liberar emociones, reconstruir la identidad, y fortalecer la sensación de control y apoyo, favoreciendo así la sanación psicológica y el renacimiento interior.

En otras palabras, mediante las prácticas textiles tejer, bordar, remendar las participantes podrán expresar lo que antes permanecía en silencio, construir nuevos significados y recuperar su sentido de agencia. El encuentro grupal y la creación compartida servirán como sostén, promoviendo la expresión emocional, la autoafirmación y la resiliencia.

Público destinatario: De 3 a 6 mujeres adultas con experiencias de trauma o represión emocional, que participen de manera voluntaria.

Duración y estructura: Dos meses de trabajo, con encuentros semanales. En total, cuatro sesiones de aproximadamente 2, 5 a 3 horas cada una.

Espacio: Un entorno artístico no clínico, tranquilo, íntimo y seguro, iluminado con luz suave y acondicionado con materiales táctiles y asientos cómodos.

Principios éticos:

- 1) Consentimiento informado y derecho a retirarse;
- 2) Protección del anonimato y la privacidad;
- 3) Entorno seguro e informado sobre el trauma (seguridad, elección, empoderamiento, conexión);
- 4) Apoyo emocional y mecanismos de derivación;
- 5) Reflexión constante del rol de la investigadora y conciencia de los límites profesionales.

Preparación del espacio y los materiales:

El lugar y los recursos se organizan siguiendo los principios básicos de la mediación artística y la arteterapia expresiva, incluyendo música suave, telas, agujas, hilos de colores, tijeras,

cojines y superficies táctiles. Se buscará crear una atmósfera de seguridad, amabilidad y ausencia de juicio, donde cada participante pueda sentirse acompañada, escuchada y libre para crear.

5.3 Fases de preparación y cronograma

La investigación acción se desarrolló en cuatro fases principales, con la siguiente línea temporal: El taller “Entre agujas e hilos” se basó en los principios de la práctica informada por el trauma y de la arteterapia expresiva, con el propósito de ofrecer a mujeres con experiencias traumáticas un espacio artístico seguro, íntimo y acompañado. Desde febrero de 2025, la investigadora comenzó la recopilación y sistematización del marco teórico, integrando los contenidos aprendidos en clase sobre mediación artística y talleres abiertos con su experiencia personal en el arte textil. Durante el proceso de diseño, la reflexión y la revisión fueron constantes, buscando construir un puente coherente entre teoría y práctica.

5.3.1. Fases preparatorias y línea temporal

Entre febrero y mayo se llevó a cabo la fase de diseño y perfeccionamiento del taller. Durante este periodo se revisó varias veces la estructura y el contenido. La propuesta inicial, que contemplaba dos meses de duración, fue ajustada tras valorar los tiempos y la viabilidad a un formato más concentrado: un mes de duración, con una sesión semanal de tres horas. Este ritmo permitió mantener la seguridad emocional de las participantes y, al mismo tiempo, favorecer una experiencia terapéutica más profunda y sostenida. En junio, se realizó la preparación previa a la implementación, que incluyó la adquisición de materiales, la ambientación del espacio, el diseño del cartel y la convocatoria de las participantes. Estas acciones sentaron las bases para el desarrollo fluido del taller. Finalmente, entre el 11 de julio y el 2 de agosto, se llevó a cabo la fase de implementación, con un total de cuatro encuentros. Cada sesión se articuló en torno a un eje central tacto, acción, símbolo e integración e incluyó ejercicios de conciencia corporal, creación artística y momentos de intercambio grupal. A lo largo de todo el proceso, la investigadora realizó observaciones y registros sistemáticos, que sirvieron como material para el análisis y la reflexión posterior.

Cronograma de diseño e implementación del taller de mediación artística textil “Entre hilos” (2025)



[Figura 5-1]. Diagrama del plan de progreso del proyecto.

Esta planificación temporal equilibró seguridad, ritmo y profundidad: por un lado, evitó una sobreestimulación emocional; por otro, garantiza la continuidad de la experiencia y la integración interior, permitiendo que la sanación se desarrollara como un proceso sostenido y no abrupto.



MATERIALES DE FIBRA:

Fibras naturales: Algodón, lana, seda, lino
Fibras especiales: Nylon, plumas, tubos de plástico, etc.
Ropa vieja recolectada



[Figura 5-2] Materiales dispuestos para la sesión del taller. Fotografía de la autora.

5.3.2 Participantes y contexto

El taller se desarrolló en un espacio cerrado, tranquilo y confortable. El ambiente fue diseñado con luz tenue y cortinas suaves para crear una sensación de intimidad; el suelo se cubrió con alfombras y en una esquina se habilitó una “zona de retiro”, destinada a quienes necesitan estar solas en momentos de intensidad emocional.

Participaron cuatro mujeres, de entre 25 y 40 años, todas inscritas de manera voluntaria y con consentimiento informado firmado. Cada una manifestó haber atravesado experiencias de trauma emocional o familiar y expresó el deseo de explorarlas a través del arte dentro de un entorno seguro y libre de juicios. Todo el material visual y textual fue tratado con seudónimos para garantizar la privacidad.

La investigadora asumió tres roles complementarios durante el proceso:

- *Facilitadora: encargada de sostener el ritmo y el clima del encuentro;*
- *Observadora: responsable de registrar la atmósfera, las palabras y los gestos;*
- *Investigadora: encargada de la sistematización, reflexión y análisis posterior a cada sesión.*

Dado que el periodo del proyecto era limitado, la convocatoria se realizó dentro de un grupo con el que la investigadora ya tenía un vínculo previo de confianza. Un mes antes del inicio, se publicó la invitación a través de redes sociales dirigida a amigas y compañeras de estudios. Hubo varias personas interesadas, pero, al tratarse de un taller semanal y continuo, muchas no pudieron comprometerse con la regularidad requerida. Tras un proceso de comunicación y coordinación con las participantes más motivadas, se definieron finalmente las integrantes, las fechas y el lugar.

Esta configuración de roles permitió mantener un equilibrio entre la apertura de la práctica artística y la coherencia metodológica del estudio. Después de cada sesión, la investigadora redactó un diario de campo, registrando el clima emocional, los cambios conductuales y sus propias reacciones, constituyendo así el material primario del proceso de investigación acción.

5.3.3 Resumen del proceso de implementación

Entre el 11 de julio y el 2 de agosto de 2025, se llevaron a cabo cuatro sesiones, cada una con una duración aproximada de tres horas. Las actividades se articularon de manera progresiva, conformando una estructura de acción que avanzaba desde la percepción corporal hacia la integración emocional.

Módulo	Tema y acción central	Contenido principal	Enfoque de investigación
Taller 1: “La vida de las telas”	Despertar la memoria corporal a través de la textura de los tejidos.	Tocar los materiales, dibujar el contorno del cuerpo, elegir colores.	Construcción de la sensación de seguridad y toma de conciencia corporal.
Taller 2: “Escuchar al cuerpo hablar”	Escuchar la voz del cuerpo mediante movimientos y símbolos.	Escaneo corporal, interacción con papel, registro simbólico.	Reconocimiento emocional y liberación de energía.
Taller 3: “El aroma del hilo”	Responder a la memoria y a las emociones a través del bordado sobre fotografías.	Selección de fotografías, bordado libre, escritura sensorial.	Reparación simbólica e integración de la memoria.
Taller 4: “La melodía del corazón”	Lograr una integración a través del tejido rítmico.	Tejido libre, nombramiento y oración colectiva.	Regulación emocional y conexión comunitaria.

Cada módulo incluía tres niveles:

- I. *Conciencia y guía corporal (presencia corporal);*
- II. *Acción artística y expresión simbólica (acción simbólica);*
- III. *Compartir grupal y reflexión final (compartir y cierre).*



[Figura 5-3] Estructura visual de los tres niveles del módulo del taller

A través de esta estructura, las participantes pudieron adentrarse progresivamente en niveles más profundos de emoción y memoria dentro de un ritmo estable y contenido. Durante todo el proceso de acción, la investigadora mantuvo un registro reflexivo continuo, que abarcaba tanto la observación del entorno y las dinámicas del grupo como sus propias sensaciones y percepciones. Esta etapa de la investigación me hizo comprender que “el poder sanador e interventivo del arte textil no reside en el resultado, sino en el proceso”. Cuando el cuerpo recupera el tacto y el ritmo, las emociones vuelven a fluir; cuando las experiencias escuchadas se materializan en una obra, el trauma comienza a ser renombrado e integrado. La implementación de la investigación acción no solo confirmó la viabilidad del diseño previo, sino que permitió que la teoría encontrará nuevas interpretaciones en la práctica. Las cuatro sesiones del taller *Entre agujas e hilos* trazaron un recorrido de experiencia que fue desde el despertar sensorial hasta la integración emocional: del despertar corporal a la liberación emocional, de la reparación de la memoria a la reconstrucción del vínculo relacional.

Este proceso reveló la naturaleza singular de la acción artística: es al mismo tiempo acto de expresión y forma de comprensión; un proceso de sanación individual y una vivencia compartida de comunidad.



Tal como escribió una de las participantes, N , en la última sesión de cierre:

“No siento que tenga nada especial que decir, pero ahora me invade una gran calma, una alegría suave que nace desde dentro.”

[Figura 5-4] Registro de archivo del taller. Fotografía de la autora.

5.4 Procesos y observaciones generativas de los cuatro talleres

El taller de mediación artística textil “Entre agujas e hilos” se desarrolló en cuatro fases, y en cada una de ellas surgieron nuevas comprensiones y emociones a partir de la experiencia anterior. Estos cuatro módulos conformaron un ritmo sanador, que fue desde el despertar táctil hasta la fluidez e integración emocional. Al mismo tiempo, este recorrido funcionó como un reflejo simbólico del proceso de recuperación del trauma y como un camino práctico que constantemente regresaba al cuerpo y a las relaciones humanas.

La liberación corporal, la expresión emocional, la narración de historias y el testimonio de las demás constituyeron los pilares de una experiencia de sanación más amplia e integrada.

“Recuerda, el trauma es algo que queda encerrado en el cuerpo.”

Trauma is what's locked in the body. — Peter Alan Levine

Para quienes han vivido situaciones de trauma o desastre, hablar de lo ocurrido suele resultar casi imposible. Como dirían los irlandeses, se trata de una carga que habita en lo más profundo del alma. Crear un espacio seguro y con sentido ritual, donde el movimiento, el arte y la meditación se entrelazan, puede ayudar a aliviar ese peso interior y abrir caminos hacia la reparación emocional.

“No podemos sanar solos; nos necesitamos unos a otros.”

— Thomas Hübl

5.4.1 El cuerpo de la tela Despertar táctil y construcción de seguridad

Fecha: 11 de julio de 2025

Duración: aproximadamente 3 horas

Lugar: Biblioteca de la Universidad de Barcelona

Tema central: Reconstruir la sensación de seguridad y la conexión corporal a través de la experiencia táctil y la percepción sensorial.

Descripción del taller: La sesión comenzó con un ejercicio de respiración en silencio. La investigadora invitó a las participantes a cerrar los ojos y llevar lentamente la atención de nuevo al cuerpo. Sobre la mesa se dispusieron distintos tipos de telas: yute, algodón, seda y fragmentos de ropa usada. Las participantes fueron invitadas a tocarlas, cubrirse con ellas, frotarlas, doblarlas, explorando las diferencias de textura, temperatura y peso.

El espacio permaneció en silencio casi absoluto; solo se oía el suave roce de las telas. Algunas acariciaban lentamente los tejidos, otras se cubrían el rostro o el pecho, y otras los sostenían con fuerza entre las manos, como si intentan sujetar algo invisible. En este proceso, el tacto se convirtió en el medio a través del cual el cuerpo volvía a “hablar”. La temperatura de las

telas despertó memorias corporales dormidas y ayudó a recuperar la sensación de seguridad interior. La investigadora observó que, tras la actividad, varias participantes respiraban con más calma, sus expresiones se suavizaron y sus posturas corporales pasaron de la tensión a la relajación.

Observación participativa



[Figura 5-5] Registro del espacio del taller. Fotografía de la autora.



[Figura 5-6] Registro del espacio del taller. Fotografía de la autora.

Registro de la sesión de diálogo abierto:

Las emociones que fluyen bajo la piel se manifestaron a través de una serie de preguntas guía, abiertas y de respuesta voluntaria. A continuación, se presenta una síntesis de las intervenciones.

Preguntas:

(¿Qué parte de tu cuerpo reaccionó primero al tocar esta tela? / ¿Esa sensación era de tensión, relajación, picor, calor u otra cosa? / ¿A qué tipo de clima, olor o recuerdo te remite? / Si esta tela tuviera una emoción, ¿cuál sería? / ¿Esa emoción pertenece a tu yo actual o a tu yo del pasado? / ¿Te gustaría darle un nombre, un color o un patrón? / En tu mapa corporal, ¿dónde colocarías esta tela y por qué?)

L:*La sensación fluye desde mis manos hacia los brazos, los hombros y el cuello. Es una ligera tensión, una sensación de vulnerabilidad. Cuando prestas atención a esas percepciones tan sutiles, te das cuenta de lo fuerte que es el vínculo entre la emoción y el cuerpo. Y también de lo fácil que es olvidarlo en momentos de agitación emocional. La lana me recordó a los conejos que tuve en mi infancia; era un momento solo mío, muy corporal: acariciarlos,*

hablarles, sentir su suavidad, su vitalidad y su fragilidad. Resiliencia, flexibilidad antes solía dirigir esa suavidad hacia un modo que me hacía daño, la cortaba. Ahora, con el hilo dorado, la conduzco de otro modo: se extiende en forma de ondas, no se cierra, sino que construye puentes.

En mi mapa corporal dibujé un árbol; para mí, es un gran símbolo del cuerpo humano: tiene raíces y también futuro. El nudo de plástico rojo me recordó las injusticias que viví de joven, una represión emocional, una opresión escondida. Pero ahora, en esta etapa de mi vida, estoy redescubriendo sus raíces. Me recordó una pintura que hice a los 16 o 17 años. Siento que aún necesito crecer, cuidar mi riqueza emocional y encontrar maneras de expresarla y compartirla. Las veo como tesoros en el mar de la humanidad.

LL: Los materiales que utilicé fueron papel, sonido, yute, tubo plástico y plumas. “Al tocar el papel y escuchar su sonido, sentí algo ingenuo, infantil. El tubo de plástico simboliza algo extraño, pero necesario. La cuerda de nailon, tan blanda, me recordó al intestino, a la conexión con mi estómago. Cuando lo toqué, sentí un movimiento interno, una agitación en las entrañas. El tacto del yute me hizo pensar en el cáñamo, en la fuerza natural de la vida, me transmitió energía. La seda, tan suave, me dio la sensación de estar siendo tratada con ternura. La pluma amarilla, al tocarla, me despertó un deseo de protegerla.”

N: Una capa de sedas encantadoras me envuelve; junto a mis plumas luminosas camino firme y relajada, rodeada por mi comunidad. A veces me quito la seda, la rompo, la dejo girar en el remolino, y entonces siento una nueva energía que abre otro rumbo en mi vida. Bajo esa capa de tela escondo mis secretos más profundos; ellos me atraviesan, se convierten en remolinos que me oprimen y en ataduras que me sujetan.

A: Espérame aquí, flotando en el mar. Pasaremos un tiempo juntas. Me contarás tus historias, tus miedos, tus heridas. Yo te escucharé, con la sensibilidad que sube a mi piel junto a las emociones. ¿Y tú? ¿También me escucharás? El horizonte nos abrazará. Entonces nos miraremos a los ojos, sentiremos la conexión. Nuestra unión descansará en la orilla; tomaremos nuestras manos y juntas contemplaremos las olas.



[Figura 5-7] Registro del espacio del taller. Fotografía de la autora.

Texto original del poema:

Witte zee met wilde golven,

Bezonken onder mijn huid,

Gloeiend door beweging.

“Mar blanco, con olas salvajes,hundido bajo mi piel,ardiente en su movimiento.”

— L



[Figura 5-8] Registro de archivo del taller. Fotografía de la autora.

Resumen de la observación corporal y perceptiva entre las participantes

El hallazgo central de esta sesión fue que, cuando el cuerpo es permitido ser “visto” de manera no verbal, la sensación de seguridad reaparece. La seguridad no proviene del exterior, sino que surge en el instante en que el cuerpo vuelve a sentirse a sí mismo. A lo largo de esta serie de talleres, las cuatro participantes experimentaron y expresaron de distintas maneras su relación con los tejidos. Sus “mapas corporales” reflejan percepciones singulares del cuerpo, las emociones y la memoria: una eligió el árbol como símbolo del cuerpo, representando las raíces y el crecimiento; otra expresó la fluidez y la respiración del cuerpo a través de la forma del viento y del aire; una tercera utilizó siluetas de tela y materiales interiores para explorar la tensión entre protección externa y secreto interno; y otra evocó, mediante el sonido y el tacto, los recuerdos sensoriales de la infancia y sus conexiones psicológicas.

Estos mapas corporales no solo revelan cómo las emociones se manifiestan en la materia, sino también cómo el tacto, la memoria y la autopercepción se entrelazan en un flujo constante. El experimento *Entre el hilo y la aguja* se convirtió en un espacio de resonancia donde las participantes exploraron las relaciones entre emoción, material y cuerpo.

5.4.2 Escuchar al cuerpo hablar

Fecha: 18 de julio de 2025

Lugar: Casa de los abuelos de la participante X (afuera de Barcelona)

Tema central: Escuchar las voces y necesidades reprimidas a través del escaneo corporal y la expresión simbólica.



[Figura 5-9] Registro del proceso del taller. Fotografía de la autora.

Descripción del taller: Esta sesión dio continuidad al trabajo de conciencia corporal, pero introdujo el concepto de “escucha”. La investigadora, con palabras suaves, guió a las participantes a cerrar los ojos y recorrer mentalmente cada parte del cuerpo, observando si existían sensaciones de tensión, dolor o entumecimiento. Después, cada persona interactuó con una hoja en blanco: podían frotarla, arrugarla, rasgarla, olerla o manipularla de cualquier manera que su cuerpo deseara en ese momento. Luego, registraron en el papel los “sonidos” de su cuerpo a través de gestos, líneas o palabras. Algunas dibujaron círculos y ondas; otras marcaron con bloques de color las zonas de tensión; algunas escribieron frases breves: “Mis hombros pesan mucho.” “Siento el pecho bloqueado.” “Me cuesta sentir mi cuerpo.” “Estoy confundida.”

Estas imágenes y palabras se convirtieron en un puente entre el cuerpo y las emociones. Los actos de arrugar, rasgar o doblar el papel también funcionaron como una forma simbólica de liberación.

Observación participativa

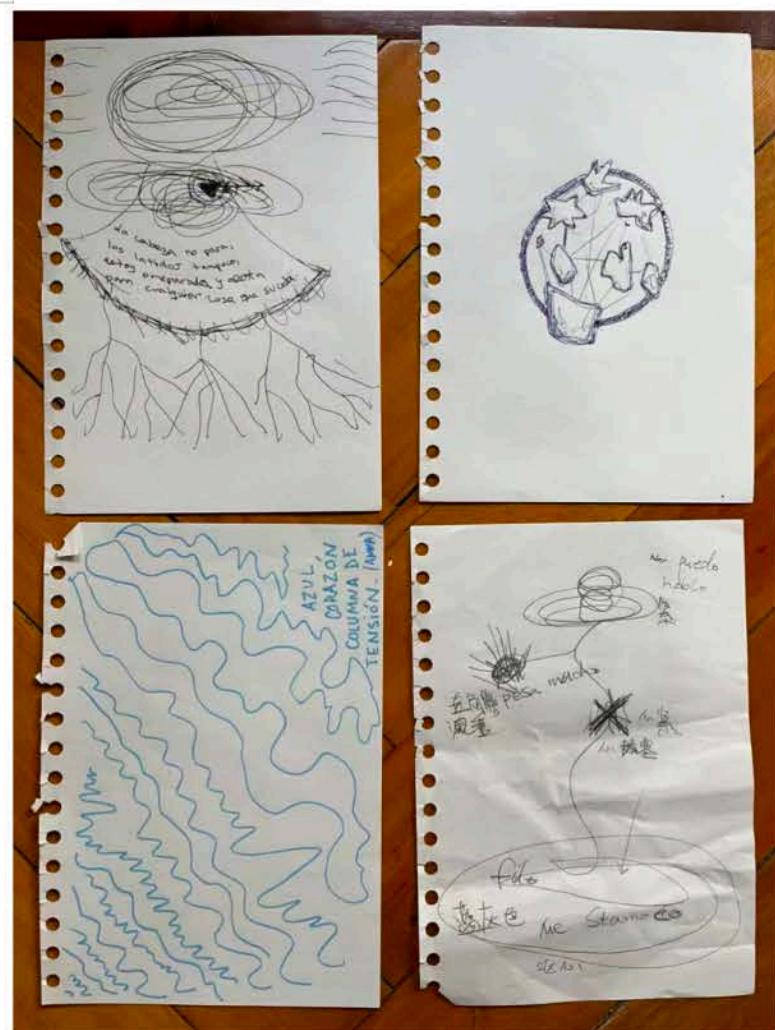


[Figura 5-10] Registro del proceso del taller. Fotografía de la autora.

Las huellas que quedaron tras la interacción con el papel mostraron cómo, en este proceso, las participantes disponían de un tiempo suficiente y un espacio tranquilo para liberar, poco a poco, las energías y emociones atascadas en el cuerpo a través del contacto con el papel.



[Figura 5-11] Registro de archivo del taller. Fotografía de la autora.



[Figura 5-12] Registro de archivo del taller. Fotografía de la autora.

Registros textuales:

N: “Mi mente no se detiene. Tampoco mi corazón. Estoy siempre en alerta, preparada para responder ante cualquier cosa que pueda suceder.”

L: Dibuja una figura circular compuesta por múltiples puntos y líneas conectadas. Entre ellos aparecen varias formas (posiblemente personas, animales o islas).

Durante la puesta en común, expresó que sabía que en su cuerpo existían emociones o sensaciones,

pero no encontraba palabras adecuadas para describirlas; por eso utilizó esos fragmentos para expresarlas.

A: “Azul, corazón, columna vertebral tensa (alma / energía vital).”

LL: “No puedo hablar. Me siento... me siento pesada, muy pesada.”

Textos y cartas de las participantes sobre la percepción corporal y los registros compartidos:



[Figura 5-13] Registro de archivo del taller. Fotografía de la autora.

L: “Emociones y pensamientos irracionales influyen profundamente en la forma en que actúo y me relaciono con los demás. Esas ideas poco saludables se han convertido desde hace tiempo en parte de mi sistema. La conexión entre mi mente y mi cuerpo debería ser más coherente, pero muchas veces no lo es. Quiero decirme a mí misma: respira, quédate contigo, suelta esas preocupaciones irracionales. Sé muy bien lo que quiero decirle a ciertas partes de mi cuerpo y de mi mente. Aunque ahora no lo escriba, lo sé, y seré más consciente de ello, hablándome con más atención y meditando sobre estas cosas durante el proceso creativo.

Trabajar con el textil es para mí una forma de meditación. En mi mente surgen muchas cosas, se generan conexiones y reflexiones sobre mi cuerpo, sobre cómo lo percibo. También sobre las preguntas que podemos formular a la inversa, como un ejercicio de pensamiento saludable. Estoy ‘luchando contra los pensamientos’, contra esas ideas dañinas y comunes sobre el cuerpo y la mente. Por eso estoy creando este conjunto (obra / símbolo): es fluido, en movimiento, pero equilibrado, un estado digno de ser buscado.”

A: “Una mujer, un pájaro. Un remolino en el espacio. Mi cuerpo desnudo. Flotamos en el flujo del amor entre madre e hija. Estamos rotas, pero seguimos juntas. Siento que estás a mi lado.”

X: “Soy tu yo adulta. Llevo conmigo tensión nerviosa, miedo e inquietud, todo lo que te conecta contigo. Pero ya no soy aquella niña de tres años, ahora tengo treinta. Quiero que sepas que estás a salvo, que te amo, que no necesitas tenerlo todo. Te abrazo. Gracias por haberme cuidado y protegido todo este tiempo. Ahora me siento acompañada, con una mano que puedo sostener. Gracias por preocuparte por mí, deseo que todo esté bien. A los tres años no tenía herramientas para enfrentarme al mundo, pero ahora tengo muchas. Aunque a veces sigo sintiéndome atrapada, como tú a los tres años, indefensa y frágil ante el mundo. Mi mente sigue siendo muy inquieta, caótica; me cuesta calmarme, y a menudo siento incomodidad. Pero poco a poco estoy aprendiendo a reconectarme con mi cuerpo. Al final solo quiero abrazarte con ternura. Elegí la figura de una muñeca y, con estos tejidos, hice una niña pequeña. Deseo que sea tratada con dulzura, que sea cuidada; solo quiero cuidar de ella con amor.”

LL: “En mi cuerpo hay mucha energía atrapada: dolor, corazones rotos, malestar y asfixia. Pero no sé por qué, el último momento que quedó en mi mente fue una sensación muy suave.

Por eso elegí algunos pañuelos usados y los coloqué uno al lado del otro, simbolizando mi mirada hacia la infancia y mi deseo de ser cuidada, ese cuidado que quizás nunca recibí realmente en mis primeros años de vida. Coso estos pañuelos juntos con la esperanza de que puedan reparar y sanar las heridas rotas de mi interior. Debajo de los pañuelos bordé un corazón dorado y después cubrí la superficie con los pañuelos cosidos. Quise expresar que cada persona merece ser valorada, que todos merecemos amor. Deseo aprender a amarme y a ver la luz dentro de mí.”



[Figura 5-14] Registro del proceso del taller. Fotografía de la autora.

El taller terminó en un ambiente de amor y calma.

Al recordar todo el proceso, aún puedo sentir esa energía sutil y real fluyendo en el espacio. No apareció de manera intensa, sino que se manifestó poco a poco a través de cada toque, cada puntada, cada pausa, filtrándose en el cuerpo y en las emociones de cada persona. El taller transitó de la extrañeza inicial a una cercanía profunda, recorriendo un proceso de transformación desde los materiales hacia el cuerpo, y desde los movimientos hacia las emociones.

Cada participante se acercó a sí misma y a los demás a su propio ritmo. El tacto fue siempre el punto de partida de todo el proceso. Cuando los dedos tocaban la superficie de las telas, de las fibras, de los hilos o de los objetos antiguos, la memoria corporal se despertaba suavemente. Era una escucha silenciosa: escuchar el sonido de la tela, la respuesta de la piel, y también el eco interior. Algunas regresaron, con el calor de la lana, a fragmentos de su infancia; otras recordaron la alegría del juego a través del sonido del papel; y algunas sintieron una tristeza

suave al coser los viejos pañuelos. El material se convirtió en una extensión de las emociones, a la vez contenedor de memoria y canal de expresión.

A través de esos pequeños gestos, las participantes volvieron a sentir su cuerpo, ordenaron sus emociones y experimentaron, en un nivel sutil, una nueva forma de estar consigo mismas.

En los últimos momentos del taller, el ambiente se volvió especialmente suave y abierto. Todas se sentaron en círculo, compartiendo sus obras y sus sensaciones. Fue entonces cuando una de las participantes habló por primera vez de una experiencia que había guardado durante años. Sin revelar detalles íntimos, su voz era tranquila, con lágrimas en los ojos, mezclando serenidad y dolor. Escuchamos en silencio, sin interrumpir. Luego, de forma natural, nos abrazamos. No fue un gesto de consuelo, sino de resonancia. En ese espacio de confianza, cada una pudo sentir la presencia de las demás.

Me di cuenta de que ese fue el momento en que un espacio de sanación se estableció verdaderamente. Cuando las participantes se sienten seguras, vistas y aceptadas, algunas emociones reprimidas durante largo tiempo fluyen de manera natural. Lo único que podemos hacer es acompañar y escuchar, permitir que esas emociones tengan la oportunidad de ser liberadas, tocadas y comprendidas. Aquí, el arte deja de ser un medio de expresión para convertirse en una forma de conexión, que permite a las personas reencontrarse con su propio ser.

El taller fue tanto una creación colectiva como una nueva comprensión de lo que significa “estar presente”. Las puntadas, las telas y las historias me hicieron ver la parte más humana a la que puede llegar el arte: esa parte suave, auténtica e inacabada. Cada una de nosotras trajo sus propios hilos y nudos; en el espacio compartido los tejimos, los deshicimos y los reparamos juntas. Nos abrazamos, ofreciéndonos apoyo y cariño mutuo: la sanación, tal vez, estaba ocurriendo de una manera invisible.

5.4.3 La fragancia del hilo — Bordar la memoria y la emoción

Fecha: 25 de julio de 2025

Lugar: Casa de Ling

Tema central: Reconectar con la memoria personal a través de la acción simbólica del bordado sobre fotografías.



Descripción del taller:

Este fue el más silencioso y emocionalmente profundo de los cuatro talleres. Las participantes fueron invitadas a traer una fotografía que tuviera un significado especial para ellas: un familiar, un momento del pasado, un lugar. Eligen colores e hilos y comenzaron a bordar libremente sobre la imagen. En el espacio casi no se hablaba; solo se escuchaba el sonido de las agujas atravesando el papel. Esa repetición rítmica se convirtió en una respiración emocional. Algunas cosieron con hilo rojo la imagen de su madre; otras entrelazaron nudos diciendo que representaban “las partes que aún no se han desatado”.

Observación participativa



[Figura 5-15] Registro del proceso del taller. Fotografía de la autora.

textos de obras y de las sesiones de compartir:



A: La mirada: ahora con color, con más vitalidad; la energía como la luz que se refleja en el mar.

Hoy hay una niña que observa, y también es observada.

¿Qué necesita?

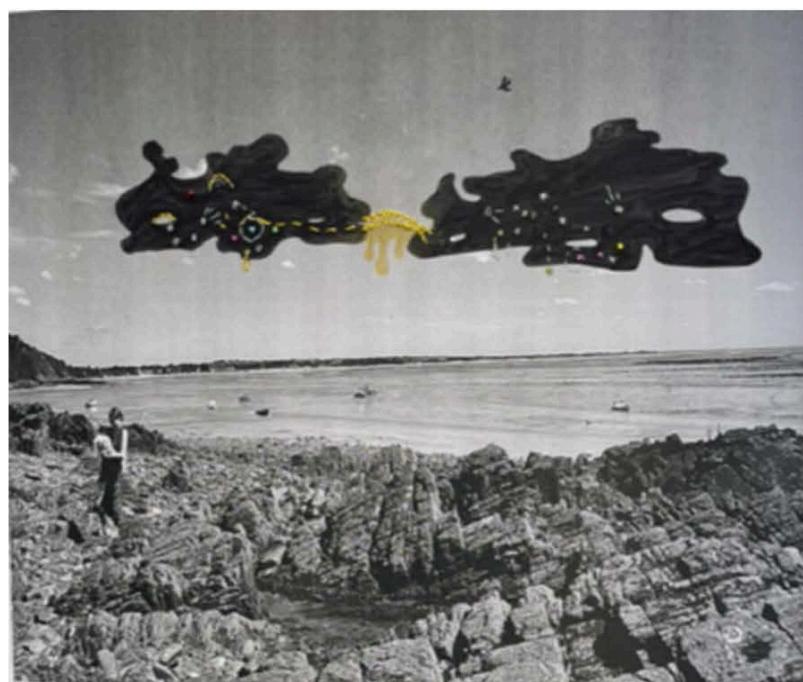
“Buscar un hogar en el océano.”

“Cuidarme. Mirarme. Abrazarme.”

“Jugar. Probar. Crear.”

Enterrar esos recuerdos suavizados en la arena de la playa.

[Figura 5-16] Registro de archivo del taller. Fotografía de la autora.



[Figura 5-17] Registro de archivo del taller. Fotografía de la autora.

L:Sí, ahora ya no se trata del dolor, sino de algo parecido a la amistad. No es tanto “decir”, sino “sentir”. Quiero transmitirle mi esfuerzo por crecer, ese camino que yo ya recorrió y que ella apenas comienza a tocar: ella está intentando comprender y transformarse, aunque todavía no haya alcanzado el nivel necesario, ya siente el peso y la presión de ello. Al mismo tiempo, quiero transmitirle una sensación de esperanza, porque ya ha entrado en el proceso de enfrentarse y de conectarse.

Aún hay muchas semillas que necesitan crecer, pero también descubro que la abundancia original ya existía, solo que antes no podía acceder fácilmente a ella. La guardaré cerca del corazón, como cuando se intenta dar calor a un pequeño pájaro. En mí siempre hay una “sombra de amistad”, que por mi propia causa no ha podido florecer plenamente con alguien que ha sido muy importante para mí. Hace algunos años, un impacto fuerte me hizo darme cuenta de ello; desde entonces he intentado avanzar, pero he descubierto que el problema está más profundo y más arraigado dentro de mí.

Nunca aprendí a “existir para mí misma”, a ocupar un espacio propio sin adaptarse continuamente a los demás. *Como en la fotografía: mi mar es pequeño, el agua no llega a los barcos, y faltan los peces brillantes y las conchas que puedan transmitir secretos e historias. He estado intentando hacer mi mar más abundante, construir caminos hacia los otros, compartir en ambas direcciones nuestras experiencias del pasado y del presente. Pero con esa amiga siempre hay un miedo: miedo de no hacer lo suficiente o de terminar cerrándose otra vez, aunque durante años he intentado no pensar así. Ese “trauma del rechazo” aún está relacionado con ella y sigue activándose dentro de mí.*

La foto fue tomada por esa amiga, en un momento en que estábamos a la vez cerca y lejos: cerca, porque intentó acercarse; lejos, porque recibí su mundo sin mostrarle el mío. A través de esta obra intenté transformarme, reconstruir la relación con esa situación y con ella, y empezar a vernos desde una forma de “compartir el mundo en igualdad”. Será un paso hacia una verdadera reciprocidad.



LL: Mi abuela ya no es en mi corazón una figura concreta del recuerdo, sino un símbolo, una representación de la sabiduría familiar. Aunque parece algo distante, siempre siento en ella una fuerza que proviene de lo más profundo de la sangre: laboriosidad, sabiduría, resistencia. Mi tía es la continuación y el enlace de esta herencia; mi abuela es como un hilo azul claro, cuya energía y sabiduría seguirán transmitiendo. Es como el agua, como el viento, como una nube. La madre que aparece en la foto es como otro "yo" en otro tiempo. Mis sentimientos hacia mi madre y mi hermana son complejos. Como no vivimos juntas, la presencia de mi madre me da energía; es como el sol, irradia una luz dorada que me ilumina y me permite verme a mí misma. Es una resonancia profunda, una conexión entre madre e hija que, aunque separadas, permanecen unidas. Por eso, entre nosotras siempre existe una sensación de distancia. Pero deseo construir una conexión real con ella. Quiero acercarme, comprenderla y compartir con ella todos los juguetes de mi infancia. Esa emoción de querer acercarme tiene los colores rosa, azul y amarillo entrelazados: suaves y luminosos. Representa un deseo el de volver a coser los hilos que el tiempo separó, de reconectar el lazo natural que nos une. Siento que ahora estoy más cerca de ellas: de mi familia, de mi madre e incluso de mis antepasados, que me apoyan y me fortalecen de una manera invisible. Es una presencia tierna y firme que me sostiene durante la creación y la autoexploración. Gracias, gran energía materna.



N:Siento amor, color y energía.

Ahora me gusta más esta imagen: tiene más color y resalta el gesto de buscar flores con mi sobrina.

Ona, te quiero y te echo de menos.

Deseo que podamos estar juntas.

X, dile a mamá que nos veamos, que hagamos algo juntas.

Después de la pandemia, pasear por el Parque Güell abandonado: jugar, buscar flores.

Quiero guardar este recuerdo en un rincón hermoso de mi corazón y mostrárselo a Ona.

[Figura 5-18] Registro de archivo del taller. Fotografía de la autora.



[Figura 5-19] Registro del proceso del taller. Fotografía de la autora.

Una fotografía en blanco y negro nos devuelve a un tiempo que no resulta fácil enfrentar. Es un espacio sellado por el polvo, lleno de emociones complejas, sutiles e inefables. Intentamos bordar con hilos de colores, usar símbolos, reparar y reconstruir, para volver a narrar y establecer una nueva relación con ese recuerdo. Al finalizar el taller, cada una miró hacia el pasado desde una nueva perspectiva y sensibilidad. Aquel recuerdo que antes generaba inquietud o dolor empezó a ser aceptado con suavidad. Durante el acto creativo, encontramos más valentía, más espacio y más amor para enfrentarlo, conviviendo con esa memoria de una forma más tierna y reconciliada.

5.4.4 La melodía del alma Integración y cierre simbólico

Fecha: 2 de agosto de 2025

Lugar: En la montaña (cerca de Munet E)

Tema central: Integrar las emociones y reconstruir las relaciones a través del tejido rítmico.



Descripción del taller: La última sesión se centró en la música y el tejido. La investigadora invitó a las participantes a elegir lana, tiras de tela, plumas u otros materiales naturales para tejer, anudar o entrelazar libremente. Realizamos ejercicios de sonido para establecer una conexión entre el cuerpo y la mente. En medio de la naturaleza, los sonidos del viento, de los pájaros, de la respiración y de las vibraciones del cuerpo se entrelazaban en el aire. La música emergía suavemente desde lo más profundo, con un ritmo lento. Algunas se balanceaban de pie, otras permanecían con

los ojos cerrados en silencio. El movimiento de tejer se convirtió en parte de la respiración. Con el paso del tiempo, las emociones fluyeron del interior hacia afuera: algunas se conmovieron, otras tarareaban suavemente.

Cuando las obras estuvieron terminadas, cada participante dio un nombre a su creación:

“Estoy aquí.”

“Descanso.”

“Seguir caminando.”

Finalmente, nos sentamos en círculo y realizamos una breve oración:

“Te veo. Gracias.”

Observación participativa — textos de obras y de las sesiones de compartir:



[Figura 5-20] Registro del proceso del taller. Fotografía de la autora.



LL: “*La canción en mi corazón se llama Tristeza suave. Es una canción sobre la tristeza, sobre muchos recuerdos del pasado, sobre la separación.*

Durante el proceso de tejido me sentí en calma; la memoria y las emociones seguían su propio ritmo, y a través de los hilos, los colores y los sonidos expresaban la melodía interior.”

[Figura 5-21] Registro de archivo del taller. Fotografía de la autora.



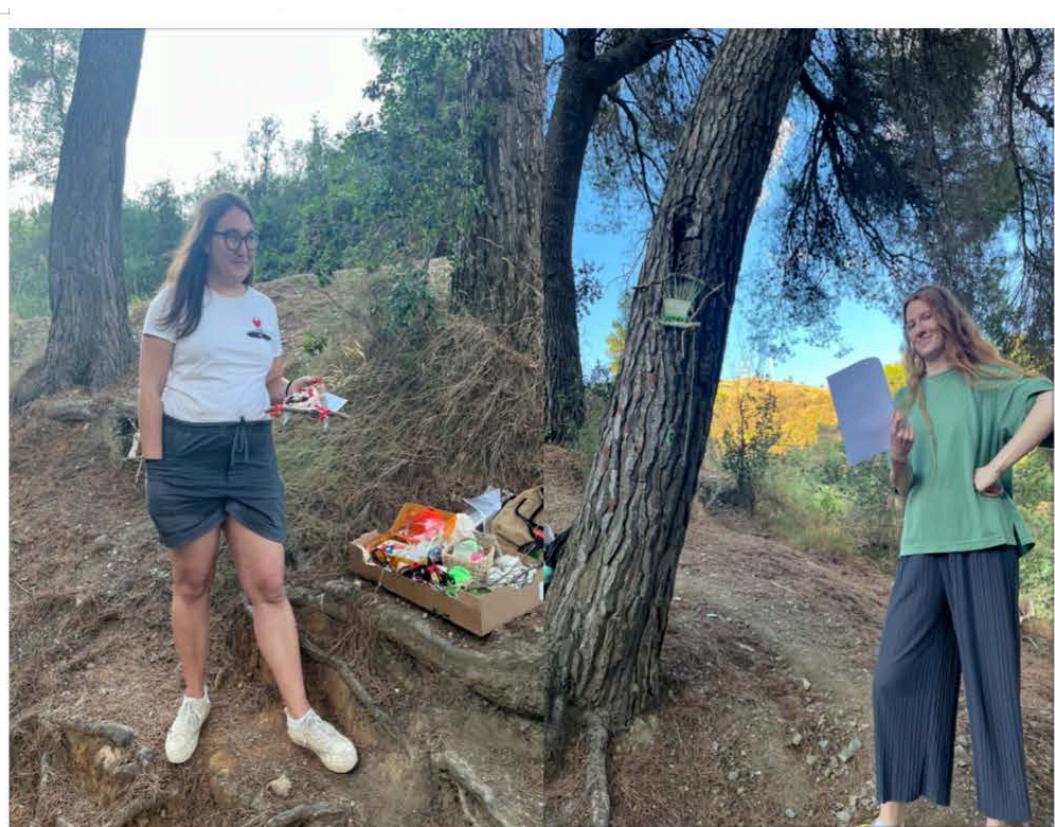
L: “*El viento en mis brazos. En los encuentros anteriores me había centrado más en mi pasado y mi presente, pero al crear esta obra sentí un flujo hacia el futuro. Era como componer una melodía que formará parte de una canción cotidiana aún inacabada, pero que ya está en proceso de surgir. La relación entre el tejido y la música me resulta muy natural; en mi interior están profundamente conectados. Esta obra es como una composición que puede ser cantada: la melodía cambia con las diferentes texturas de los hilos, formando una línea, un camino. Quiero agradecer a mi yo del pasado y del futuro por haber sabido reconocer y afrontar lo necesario, y por haber aprendido a conectar.”*

[Figura 5-22] Registro de archivo del taller. Fotografía de la autora.



N: "Me gusta mucho crear en la naturaleza. El proceso de tejer me relaja y me permite estar en silencio conmigo misma. El entorno es suave y abierto; la luz y el aire naturales hacen que una se sienta libre. Durante la actividad teji una espiral de colores: es una canción interior llena de sol, fuerza, color y alegría, una felicidad simple y pura."

[Figura 5-23] Registro de archivo del taller. Fotografía de la autora.



[Figura 5-24] Registro del proceso del taller. Fotografía de la autora.

Nuestro taller se llamaba *La melodía del alma*. Desde la primera sesión utilizamos las telas como medio para conectar con las emociones corporales, acercándonos paso a paso a nosotras mismas y tocando las memorias guardadas en el cuerpo. Esos recuerdos, a veces dulces y a veces dolorosos, son partes auténticas de nuestra experiencia. A través de este proceso aprendimos gradualmente a enfrentar las sensaciones y fragmentos que antes eran difíciles de tocar.

En el flujo de creación y de intercambio, llegamos al último tramo de este viaje. Elegimos el tejido como forma de expresión, permitiendo que las canciones interiores fluyen naturalmente entre las manos y los hilos. Fue una creación libre, sin límites ni juicios: cualquier emoción que emergiera era bienvenida y aceptada. Al final del taller, sentí que algo había cambiado en cada una. Después de un mes de encuentros, diálogos y exploraciones, nuestra conexión se volvió más suave y profunda. Parecía que una nueva versión de cada una comenzaba a formarse, y una energía nueva fluía silenciosamente por el cuerpo y el corazón. Incluso cuando hablábamos de la tristeza y la pérdida, aparecieron más ternura y más espacio interior. Esas emociones dejaron de ser solo dolor para convertirse en algo que podía ser visto y abrazado.

5.4.5 Conclusión: La generación en la acción

Los cuatro talleres conformaron un ciclo corporal completo y fluido: de la percepción a la escucha, de la reparación a la integración. La experiencia del trauma fue reactivada, expresada y resignificada a través de la acción artística. La textura de las telas despertó las memorias más profundas del cuerpo; el papel y el movimiento liberaron las emociones reprimidas; el ritmo de la aguja realizó una reparación simbólica; y la co-creación del tejido permitió reconstituir los vínculos dentro del grupo.

Entre cada creación y cada momento de intercambio, las emociones pasaron gradualmente del silencio a formas visibles. Las narraciones de los participantes evolucionaron de “no puedo hablar” a “quiero hablar”, y finalmente a “ya puedo enfrentarme a ello”. La acción artística no “curó” a nadie, pero ofreció un espacio donde los fragmentos reprimidos pudieron ser vistos, escuchados y comprendidos. La sanación no es un final, sino el inicio de un nuevo flujo emocional. Cada hilo registra un instante de reconocimiento y también un tipo de valentía que sigue naciendo.

5.5 Reflexión y limitaciones

El proyecto *Entre hilos y agujas* siguió el hilo conductor del tacto, el símbolo, el ritmo y la integración, combinando las cualidades materiales del arte textil con una práctica artística informada por el trauma. Buscó explorar, en un contexto no clínico, una forma de sanación colectiva suave y abierta. Este proceso respondió a la lógica simbólica mencionada en el capítulo anterior (como el remiendo en la obra de Bourgeois o la dimensión comunitaria de *Conflict Textiles*) y al mismo tiempo proporcionó una base práctica para el análisis de los capítulos siguientes.

A diferencia de los estudios teóricos previos, este proyecto estuvo más cerca de la vida y de las personas. Participaron cuatro mujeres, de entre 25 y 40 años. Aunque el número de muestras fue pequeño, permitió una observación más profunda y detallada. El ciclo corto (cuatro sesiones) dio a cada encuentro una fuerte sensación de presencia: el flujo emocional, la generación de confianza y el proceso en el que las obras se extendían del cuerpo al símbolo se hicieron especialmente evidentes.

Durante el proceso, yo fui a la vez guía y participante. Esta doble posición aportó una rica resonancia, pero también algunas limitaciones en la observación. Como guía, puede generar confianza y conexión emocional con las participantes, manteniendo un espacio creativo abierto y fluido; pero como investigadora, debía recordarme constantemente mantener un equilibrio entre la implicación y la observación. Cuando experimentaba junto a ellas los altibajos emocionales, algunos momentos o detalles quizás no pudieron registrarse de inmediato. Sin embargo, esta limitación no constituye un defecto, sino parte del propio proceso de investigación acción: la participación auténtica implica que la neutralidad total es imposible.

El entorno no clínico ofreció una libertad distinta a la de la terapia psicológica. No hubo diagnósticos ni etiquetas de “problema”; en su lugar existieron el compartir y la empatía. El ambiente abierto permitió que las participantes se acercaran a sus emociones y recuerdos a su propio ritmo. Ante las emociones intensas, mi papel fue más el de acompañante, utilizando el arte como mediador de regulación más que como método terapéutico. Juntas, con materiales, ritmos y gestos, sostuvimos las emociones y reparamos los vínculos. Esa apertura también implicó cierta imprevisibilidad: a veces las emociones superaron lo esperado, otras veces las

participantes necesitaron más tiempo para integrar la experiencia. El proceso artístico no puede sustituir el apoyo clínico, pero puede ofrecer una puerta de entrada al “ser visto” y abrir un espacio para la comprensión. En conjunto, estas limitaciones no reducen el valor del estudio; al contrario, lo acercan más a la realidad humana. La participación profunda en un grupo pequeño permite percibir con detalle los cambios emocionales de cada persona. El trabajo conjunto a corto plazo mostró la fuerza de las relaciones que se generan en la acción. La resonancia, el silencio, la escucha y la compañía entre investigadora y participantes fueron parte del propio proceso de sanación. El valor de esta investigación no reside en ofrecer respuestas, sino en mostrar una posibilidad: que la sanación no consiste en cerrar heridas, sino en aprender a convivir con ellas; que el arte no elimina el dolor, sino que le da forma, voz y color. Nos recuerda que la comprensión también puede ocurrir en los bordes suaves, entre los hilos y las puntadas, en esas conexiones pequeñas pero verdaderas.

Capítulo 6 : Resultados y reflexiones integradas

6.1 Discusión: De la teoría a la acción La trayectoria generativa de la investigación

Esta investigación se ha desarrollado en un movimiento continuo entre la teoría y la acción. El punto de partida fue una pregunta sencilla: ¿puede el arte textil convertirse en un medio de mediación para las experiencias traumáticas de las mujeres? Después de cuatro talleres y una reflexión constante, esta pregunta no pudo responderse con un simple “sí” o “no”, sino que fue llevada al propio espacio de la práctica:

en las manos y los hilos, en el tacto y el ritmo, en las narrativas individuales y la presencia colectiva. La sanación no aparece como un resultado externo, sino como un proceso que se “hace” en la acción misma(Leavy, 2015; Reason y Bradbury, 2008). Este capítulo reúne los registros de los talleres, los textos de las participantes y los diálogos teóricos, para explicar a través de la expansión de la experiencia corporal cómo el arte textil logra integrar lo psicológico y lo social dentro de una práctica no verbal.

Etapa / Dimensión	Experiencia y acción central	Fundamento teórico / Palabras clave	Generación de emoción y significado
Experiencia corporal y reconstrucción de la sensación de seguridad	<i>Tocar los tejidos, conciencia de la respiración, creación conjunta de seguridad.</i>	<i>van der Kolk (2014); Ogden et al. (2006)</i>	<i>El cuerpo es nuevamente percibido; la sensación de seguridad surge a través de la acción táctil.</i>
Movimiento y ritmo	<i>Coser, tejer, acciones repetitivas.</i>	<i>Levine (1997); Moon (2007)</i>	<i>El ritmo aporta regulación y sensación de control, permitiendo la liberación emocional.</i>
Reparación simbólica	<i>Bordado, costura, nombramiento de la obra.</i>	<i>Winnicott (1971); Malchiodi (2020); Reynolds (2002)</i>	<i>La acción simbólica reconstruye el sentido y la continuidad de la memoria.</i>
Relación y testimonio	<i>Tejido conectivo, nombrar y compartir.</i>	<i>Herman (1992); Kester (2013); Bishop (2012)</i>	<i>Ser visto y estar en presencia de otros posibilita una sanación de carácter social.</i>
Síntesis de la estructura experiencial	<i>Cuerpo → acción → símbolo → relación (generación en espiral).</i>	<i>Csordas (1994)</i>	<i>La sanación es un proceso dinámico y continuo de generación.</i>
Resonancias entre arte y teoría	<i>Bourgeois, Abakanowicz, Chiharu Shiota, Conflict Textiles.</i>	<i>Parker (2010); Bryan-Wilson (2017)</i>	<i>Responder a la fractura con suavidad; la acción genera conexión.</i>
Dimensión social y aplicación	<i>Acción artística no clínica, espacio abierto.</i>	<i>Bourriaud (1998); Kester (2013)</i>	<i>El arte se convierte en un mecanismo de apoyo social y en un contenedor emocional.</i>

[Tabla 6-1]. Estructura de la experiencia corporal y correspondencias teóricas en la mediación del trauma a través del arte textil

Descripción de las fases corporales, los procesos sensoriales implicados y sus relaciones con los marcos teóricos que sustentan la mediación del trauma mediante prácticas textiles.

Elaboración propia.

6.2 Experiencia corporal y reconstrucción de la sensación de seguridad

El trauma es, ante todo, una experiencia corporal y no una simple memoria. Van der Kolk (2014) señala que el trauma se almacena en el sistema nervioso y en la memoria muscular, y que las defensas corporales suelen operar de manera inconsciente. En las primeras fases de los talleres comenzamos desde el tacto: la lana llevó a una participante a la sensación infantil de acariciar un conejo; el “susurro” del papel despertó en otra una infancia olvidada; la fuerza del cáñamo y la extraña “necesidad” del tubo plástico dejaron huellas claras en el cuerpo. El

ritmo de respiración tacto pausa permitió que la tensión se aflojó poco a poco. La sensación de seguridad no fue algo “dado” por la facilitadora, sino algo cocreado en la acción táctil. Cuando el cuerpo volvió a sentirse y sus límites fueron restablecidos, las emociones comenzaron a fluir (Ogden, Minton y Pain, 2006). En este sentido, el arte textil funcionó como un contenedor corporal seguro (*embodied safe container*); la temperatura del material devolvía a las personas al tiempo propio del cuerpo.

6.3 Movimiento y ritmo: el lenguaje invisible de la regulación emocional

Una vez establecida la seguridad inicial, el movimiento se convirtió en el canal principal de transformación emocional. Las acciones de perforar, enroscar, anudar y tejer, con su repetición controlada, formaron un circuito rítmico de “repetir pausar continuar”. Dentro de este ciclo, las participantes recuperaron la respiración y la sensación de control. Una de ellas, mientras bordaba una fotografía, dijo con claridad: “Cada puntada es cómo reparar el tiempo.” Otra, al desatar y volver a anudar, expresó: “Puedo detenerme y continuar.”

Levine (1997) subraya que la reparación no es cognitiva, sino que ocurre mediante el ritmo, liberando la energía congelada y restaurando la autorregulación. Moon (2007) añade que el ritmo de la acción artística tiene una función de *attunement* (sintonización psicológica), permitiendo que el individuo encuentre estabilidad a través de la concentración. Así, la estructura motriz del arte textil no es solo un lenguaje formal, sino un mecanismo psicológico corporeizado.

6.4 Reparación simbólica: el hilo como lenguaje de la memoria

Cuando el cuerpo y la acción se activan, las emociones toman forma simbólica. Winnicott (1971) propuso el concepto de “objeto transicional” como mediador entre el mundo interno y el externo. En el tercer taller, *La fragancia del hilo*, las participantes bordaron sobre fotografías antiguas: la aguja atravesando el papel se asemejaba a un acercamiento a la grieta; la costura de los hilos apuntaba a la comprensión y a la reorganización. Alguien escribió “el instante de ser vista”; otra combinó “suavidad” y “resistencia”, construyendo un sistema simbólico personal (suave/áspido, espiral/atacada, etc.).

Malchiodi (2020) afirma que la creación simbólica permite que las experiencias “no dichas” sean nombradas e integradas. Reynolds (2002) señala que la flexibilidad de las fibras

posibilita la transformación emocional a una distancia segura, evitando la repetición del trauma. Por tanto, el arte textil no solo sutura las fisuras emocionales, sino que reconstruye la continuidad del sentido en el acto mismo de hacer.

6.5 Relación y testimonio: del individuo a la comunidad

La recuperación del trauma depende de la reconstrucción de las relaciones. El modelo de tres etapas de Herman (1992) seguridad, recuerdo y reconexión se manifestó claramente en la segunda mitad de los talleres. En *La melodía del alma*, el tejido rítmico y la oración compartida crearon un espacio ritual común: las obras fueron nombradas, colocadas y vistas; ser vistas se convirtió en una parte esencial de la sanación.

Durante una de las sesiones finales, una participante habló por primera vez sobre su adopción, la búsqueda de su madre y las emociones al enterarse de su enfermedad. El silencio, el abrazo y la presencia colectiva se convirtieron en testigos sin juicio. Esto refleja la estética dialógica de Kester (2013): el arte no es sólo expresión, sino una relación social de escucha y contención mutua. La experiencia individual fue reconocida en la presencia del grupo, transformando el aislamiento en conexión (Bishop, 2012).

6.6 La estructura de la experiencia: cuerpo , acción, símbolo , relación

En conjunto, la ruta de sanación a través del arte textil presenta un ciclo espiral: del cuerpo a la acción, de la acción al símbolo, y del símbolo de vuelta a la relación. Estos cuatro niveles no son lineales, sino dinámicos y mutuamente estables. El tacto despierta el cuerpo, la acción genera ritmo, el ritmo se condensa en símbolo, y el símbolo tranquiliza nuevamente al cuerpo. La sanación, por tanto, es un proceso continuo y generativo, no un logro único (Csordas, 1994). La flexibilidad del material textil y la apertura del proceso ofrecen el medio material y emocional que sostiene este ciclo psicológico.

6.7 Resonancias artísticas: ecos culturales y simbólicos paralelos

El remiendo de Louise Bourgeois, las multitudes de fibras de Abakanowicz, los hilos rojos de Chiharu Shiota, y los bordados comunitarios de Conflict Textiles revelan, en distintas formas, la posibilidad del “hilo como lenguaje emocional”. Parker (2010) observa que la costura se transforma de labor doméstica en un lenguaje político de la experiencia femenina. Brian

Wilson (2017) interpreta el trabajo repetitivo de las fibras como un “gesto de resistencia”. Reynolds (2002) concibe la creación textil como un “espacio metafórico de reparación emocional”.

Estas prácticas generan ecos paralelos con los resultados de esta investigación: ya sea en la costura individual o en el tejido conectivo, la suavidad responde a la fractura, y la acción genera conexión.

6.8 Entretejido teórico: cuerpo , material , símbolo , comunidad

Desde una perspectiva interdisciplinar: el cuerpo es la puerta de entrada de la emoción (van der Kolk, 2014), el material es su contenedor (Winnicott, 1971), el símbolo su vía de transformación (Malchiodi, 2020), y la comunidad su lugar de integración (Herman, 1992; Bishop, 2012). Esto permite comprender la sanación en el arte textil dentro de un continuo psico-social, en consonancia con la noción de encarnación cognitiva de Csordas (1994): el conocimiento no se genera en el pensamiento abstracto, sino en la experiencia del cuerpo y la acción. El arte textil, así, no es solo una forma de expresión, sino un modo de producir significado a través de la acción.

6.9 Dimensión social y valor aplicado

En el plano social, esta investigación confirma la viabilidad del arte textil en contextos no clínicos. Con una metodología abierta y no diagnóstica, se ofreció a las participantes un espacio grupal seguro donde la conexión y el apoyo crecieron a través de la acción.

Esto coincide con la estética relacional de Bourriaud (1998): el arte es un campo de generación de relaciones sociales, no un objeto aislado. Por su bajo umbral técnico y su alta inclusividad, las acciones textiles pueden ofrecer un complemento flexible para la salud mental pública y el cuidado comunitario (Kester, 2013).

6.10 Limitaciones y profundidad de la comprensión

El tamaño de la muestra fue reducido (4 participantes de 25 a 40 años) y el periodo breve (4 sesiones), por lo que las conclusiones son de carácter cualitativo. El doble rol de la investigadora como guía y participante generó resonancia emocional profunda, pero también

implicó posibles omisiones en el registro. El espacio no clínico aportó libertad y cercanía, pero también exigió sostener los picos emocionales desde la mediación artística más que desde la intervención terapéutica.

Aun así, la descripción profunda de un pequeño grupo permitió una observación más íntima y fiel a la vida real. La interacción entre investigadora y participantes formó parte del propio proceso de sanación (Leavy, 2015; Candy, 2006).

6.11 Volver a la pregunta: el retejido del trauma

Finalmente, volvemos a la pregunta inicial: ¿cómo puede el textil, con su materialidad, tactilidad y dimensión comunitaria, ofrecer un camino de expresión e integración a las experiencias traumáticas de las mujeres? La respuesta no es una conclusión, sino una apertura: cuando la mano se mueve, el hilo fluye y el cuerpo respira, el trauma se está re-tejiendo. Como afirma Butler (2004), la vulnerabilidad no es debilidad, sino la condición misma de la relación. Entre hilos y puntadas, respondemos a la fractura con suavidad, generamos significado en la repetición y reconstruimos fuerza a través de la conexión.

6.12 Reflexión sobre los objetivos de la investigación

Tras el análisis, la experiencia y el diálogo teórico desarrollados en este capítulo, resulta necesario volver a los objetivos planteados al inicio y considerarlos desde la perspectiva de la investigación acción y de la mediación artística. Como señala Moreno González (2017), la comprensión en arte terapia o en los procesos de mediación artística afines no surge de un marco previo, sino que se genera en la acción, la reflexión y la relación. Con esta mirada, la siguiente reflexión revisa cómo dichos objetivos fueron alcanzados, ampliados o incluso redefinidos a lo largo del proceso.

Objetivo 1: Explicar los mecanismos de lo terapéutico en el arte textil

Estos mecanismos no emergieron como una deducción teórica, sino como un tejido que se forma entre el tacto, el gesto y el símbolo. La práctica del taller confirmó lo propuesto por McNiff (1998) sobre la capacidad autorreguladora y generativa de la acción artística, y dialoga con la idea de Eisner (2002) de que el arte organiza la experiencia a través de los

sentidos y del hacer. Así, los mecanismos identificados no constituyen un modelo fijo, sino una estructura dinámica coherente con la procesualidad y la corporeidad propias de la mediación artística.

Objetivo 2: Analizar obras de artistas y sus contextos culturales

Las obras no sólo aportaron un lenguaje simbólico, sino también un marco emocional y cultural compartido. Garcés (2013) sostiene que el arte crea un “mundo común”, mientras Lacy (1995) destaca la fuerza transformadora de la experiencia que se hace visible. Desde este objetivo, el análisis se amplía más allá de lo estético hacia lo relacional y lo social, ofreciendo claves metodológicas para comprender la mediación a través del arte textil.

Objetivo 3: Explorar los efectos prácticos del taller de arte textil

Los cambios observados en el taller surgieron del propio hacer, más que de indicadores externos. Bishop (2012) y Kester (2013) recuerdan que el sentido en el arte participativo emerge en la relación y en el diálogo; Hooks (1994) y Freire (1970) subrayan la importancia de un espacio abierto que favorezca la agencia de las participantes. Desde esta perspectiva, los “efectos” no son resultados lineales, sino manifestaciones emocionales, simbólicas y relacionales. En este sentido, el objetivo puede considerarse cumplido.

Objetivo 4: Evaluar el valor del arte textil en contextos no clínicos

Los resultados muestran que un espacio abierto y no diagnóstico ofrece una base ética adecuada y favorece la aparición de apoyos comunitarios y procesos simbólicos significativos. No obstante, también se hacen visibles ciertas limitaciones como los tiempos y los límites del acompañamiento que obligan a mantener este objetivo en un estado de apertura. Ello coincide con la naturaleza no lineal y expansiva de la mediación artística.

Objetivo 5: Construir un marco teórico interdisciplinar

El marco interdisciplinar no fue aplicado de forma prefijada, sino que se configuró progresivamente entre la experiencia, los materiales y el símbolo. Las aportaciones de Eisner (2002), McNiff (1998), Csordas (1994) y otros autores delinearon un paisaje teórico que fundamenta la mediación a través del arte textil. Su validez quedó confirmada en la investigación-acción, permitiendo integrar el cuerpo, la simbolización y lo relacional. Este

objetivo puede considerarse alcanzado y constituye una de las contribuciones centrales del estudio.

Resumen

Como muestra esta revisión, los cinco objetivos se respondieron o ampliaron de distintas maneras en el desarrollo de la investigación. Más que una lista de tareas, funcionaron como líneas de orientación que fueron definiéndose en la acción, la reflexión y el encuentro con las participantes. La mayoría se materializó de forma orgánica en el taller y en el diálogo teórico; el objetivo relativo a los contextos no clínicos permanece abierto, en coherencia con la naturaleza procesual de la mediación artística.

En este sentido, esta sección no solo responde a los objetivos iniciales, sino que reafirma la posición de la investigación: el sentido se genera en la acción, aparece en el material y adquiere forma en la relación.

Con el cierre de este capítulo, se vuelve evidente que esta investigación no buscaba “explicar” por qué el arte textil puede resultar terapéutico, sino permitir que ese proceso se hiciera visible en el encuentro continuó con los materiales, el cuerpo y las otras. El movimiento del hilo, el ritmo de la puntada, la obra que toma forma lentamente sobre la mesa: estos gestos minúsculos configuran un modo de comprender, y al mismo tiempo una vía para tocar, renombrar y reubicar la herida.

Como afirma Garcés, el arte nos introduce en un “mundo compartido”, y es precisamente en ese compartir donde investigadora y participantes construyen un espacio de copresencia, tan provisional como real. En este espacio, el sentido no se impone: se va formando, casi en silencio, en el desplazamiento de las manos y en la trama de relaciones que allí se van tejiendo.

Capítulo 7: Conclusiones

7.1 Resumen del estudio

A través del taller *Entre hilos y agujas*, esta investigación exploró las posibilidades del arte textil en los procesos de sanación del trauma femenino. En términos generales, los resultados muestran que el arte textil no es solo una actividad creativa, sino una práctica corporeizada con potencial terapéutico. Durante el proceso de tacto, movimiento y creación, las participantes fueron desarrollando una conciencia más profunda del cuerpo y encontraron nuevas formas de expresar sus emociones.

En las diferentes fases del taller, las reacciones corporales fueron especialmente evidentes: la textura de las telas permitió redescubrir los límites corporales, mientras que acciones como desgarrar o anudar se convirtieron en salidas para la liberación emocional. Esta experiencia corporal respondió a la afirmación de Van der Kolk (2014) sobre que “el trauma se almacena en el cuerpo” y mostró la importancia de las vías no verbales.

Al mismo tiempo, los colores, las puntadas y los materiales de las obras contenían emociones y memorias complejas. El bordado sobre fotografías y los gestos de coser simbolizaron la reparación y la re-narración; el tejido, por su parte, reforzó el tema de la *conexión*, permitiendo que la experiencia individual fuese compartida y testimoniada dentro del grupo.

El ambiente grupal también desempeñó un papel fundamental. El silencio y la compañía se convirtieron en fuerzas de apoyo en muchos momentos; la sensación de seguridad fue construyéndose gradualmente, y entre las participantes se formó una red invisible de confianza. Los cuestionarios y las respuestas orales confirmaron esta observación: aparecieron reiteradamente palabras como “seguridad”, “apoyo” y “encontrar una forma de expresión”.

En síntesis, este estudio alcanzó los objetivos propuestos: el arte textil ayudó a las participantes a aumentar la conciencia corporal y la transformación emocional, y, a través de las obras simbólicas y la interacción grupal, ofreció nuevas vías para la expresión e integración del trauma. Estos resultados demuestran que el arte textil puede funcionar, en contextos no clínicos, como una forma suave, efectiva y creativa de intervención frente al trauma.

7.2 Reflexión sobre la investigación

Al revisar el proceso completo, fui tomando conciencia de que las decisiones metodológicas y mi propia posición como investigadora influyeron profundamente en los resultados. La

combinación del taller grupal con métodos cualitativos me permitió captar tanto las experiencias sutiles de los participantes como los detalles simbólicos de sus obras. Sin embargo, el número limitado de casos y la corta duración del proceso determinan que las conclusiones sean de carácter exploratorio más que generalizable.

Por otro lado, mi doble papel como investigadora y facilitadora generó una tensión constante. Como facilitadora, debía crear un ambiente seguro y conducir el desarrollo de las actividades; como investigadora, debía mantener cierta distancia para observar y analizar. Este vaivén de roles me hizo sentir en ocasiones una contradicción: una intervención excesiva podría afectar la expresión natural de las participantes, pero una distancia demasiado grande podría hacerme perder la sensibilidad del momento.

Fue precisamente este ejercicio de ajuste y reflexión el que me permitió comprender mejor que la investigación cualitativa no consiste en una “observación objetiva”, sino en una experiencia compartida en la que investigadora y participantes construyen significado. También comprendí que los “vacíos” del estudio merecen ser reconocidos. No todas las emociones pudieron ser expresadas en los talleres, ni todos los traumas pudieron transformarse en el tiempo disponible. Reconocer estas limitaciones, en lugar de buscar apresuradamente un “resultado de sanación”, fue una de las lecciones más importantes que aprendí en este proceso.

7.3 Perspectivas

Aunque el alcance de este estudio fue limitado, abrió una vía valiosa para seguir explorando. La práctica del arte textil demuestra que las formas de expresión no verbales, corporales y simbólicas pueden ofrecer a las mujeres con trauma un camino de apoyo diferente al de la psicoterapia tradicional. Investigaciones futuras que se desarrollen con grupos más amplios o mediante observaciones longitudinales podrían mostrar con mayor amplitud los efectos sostenidos del arte textil en la recuperación del trauma.

Al mismo tiempo, la colaboración interdisciplinar resulta esencial. Los estudios psicológicos sobre el trauma, las exploraciones artísticas sobre materialidad y forma, y las perspectivas sociológicas sobre las relaciones grupales pueden dialogar entre sí con las prácticas de sanación a través del arte textil, construyendo así un marco teórico más completo.

Asimismo, deseo que este tipo de talleres se introduzca con mayor frecuencia en contextos comunitarios, educativos y sociales no clínicos, como una forma de apoyo accesible y amable, ofreciendo alternativas a aquellas mujeres que no desean o no pueden acceder a los sistemas terapéuticos convencionales. En última instancia, considero que el arte textil no es solo una práctica artística, sino una forma de construir relaciones. A través de las conexiones entre hilos, agujas y telas, une la experiencia individual con la atmósfera colectiva. Las futuras investigaciones y prácticas que profundicen en este potencial de “conexión” podrán ofrecer un apoyo más tierno y duradero a las mujeres que han vivido experiencias traumáticas.

Esta investigación nació de un deseo alojado en mi propio cuerpo: una herencia de la sabiduría y del amor materno que circulan en mi linaje familiar. Quiero agradecer sinceramente a las participantes y a mi directora de tesis. Este es un estudio pequeño, pero profundamente honesto. También es una respuesta y una reflexión sobre mi propio proceso de creación en el arte textil. Tal vez sea el comienzo de una investigación más profunda y madura sobre mujeres, sanación, comunidad y arte textil.

Referencias bibliográficas

- Adamson, G. (2010). *The craft reader*. Berg.
- Agosín, M. (2008). *Tapestries of hope, threads of love: The arpillera movement in Chile*. Rowman & Littlefield.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders*(5th ed.).
- Andradi, M. A. (2014). *Cuerpos, telas y memorias: Prácticas textiles de mujeres en contextos de violencia y resistencia*. Revista de Estudios de Mujer y Cultura, 19(2), 45–62.
- Auther, E. (2010). *String, felt, thread: The hierarchy of art and craft in American art*. University of Minnesota Press.
- Ayling-Smith, B. (2022). *Introduction: Textiles and trauma*. *TEXTILE: Cloth and Culture*, 21(2), 406–408.
- Bacic, R. (Ed.). (2010). *Textiles of conflict: Stitched testimonies*. Ulster University.
- Battista, J. (2014). *Magdalena Abakanowicz*.
- Bishop, C. (2012). *Artificial hells: Participatory art and the politics of spectatorship*. Verso.
- Bourgeois, L. (1995). *Art is restoration*. Tate Publishing.
(Entrada añadida: corresponde a tu cita textual.)
- Cohen, C. (2019). *Common Threads Project: Trauma healing through story cloths*. CTP Publications.
- Conflict Textiles. (2019). Archivo digital de memorias textiles.
(Si deseas URL, puedo añadirla.)
- Corkhill, B. (2014). *Knitting and well-being*. *TEXTILE*, 12(1), 34–57.
- Creswell, J. W. (2013). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches*(3rd ed.). Sage.
- Csordas, T. (1994). *Embodiment and experience: The existential ground of culture and self*. Cambridge University Press.
- Denzin, N. K., & Lincoln, Y. S. (2011). *The Sage handbook of qualitative research* (4th ed.). Sage.
- Eisenhardt, K. M. (1989). *Building theories from case study research*. *Academy of Management Review*, 14(4), 532–550.
- Eisner, E. (2002). *The arts and the creation of mind*. Yale University Press.
- Elliott, J. (1991). *Action research for educational change*. Open University Press.
- Felman, S., & Laub, D. (1992). *Testimony: Crises of witnessing in literature, psychoanalysis, and history*. Routledge.
- Freire, P. (1970). *Pedagogía del oprimido*. Siglo XXI Editores.

- Freud, S. (1917). Introductory lectures on psychoanalysis. Hogarth Press.*
- Garcés, M. (2013). Un mundo común. Bellaterra.*
- García, M. (2019). Conflict Textiles: Memory, trauma and reconciliation through fabric narratives. Museum International, 71(1–2), 28–37.*
- Gilligan, I. (2024). Paleolithic eyed needles and the evolution of dress. Science Advances.*
- Gores, C. (2020). Interview with Chiharu Shiota. Gcores Art Review.*
- Hansen, B. W., Erlandsson, L.-K., & Leufstadius, C. (2021). Creative activities as intervention in occupational therapy. Scandinavian Journal of Occupational Therapy, 28(1), 63–77.*
- Herman, J. L. (1992). Trauma and recovery. Basic Books.*
- hooks, b. (2000). All about love: New visions. HarperCollins.*
- Illanes Andradi, M. A. (2014). Cuerpos, telas y memorias...*
(Ya incluida arriba como Andradi.)
- Jung, C. G. (1964). Man and his symbols. Doubleday.*
- Kellermann, N. P. F. (2001). Transmission of Holocaust trauma—An integrative view. Psychiatry, 64(3), 256–267.*
- Kendler, K. S., Karkowski, L. M., & Prescott, C. A. (1999). Stressful life events and major depression. American Journal of Psychiatry, 156(6), 837–841.*
- Kester, G. (2013). Conversation pieces: Community and communication in modern art. University of California Press.*
- Knill, P. J., Barba, H. N., & Fuchs, M. N. (2005). Principles and practice of expressive arts therapy: Toward a therapeutic aesthetics. Jessica Kingsley.*
- Kramer, E. (1971). Art as therapy with children. Schocken Books.*
- Lacy, S. (1995). Mapping the terrain: New genre public art. Bay Press.*
- Leavy, P. (2015). Method meets art: Arts-based research practice (2nd ed.). Guilford Press.*
- Levine, P. A. (1997). Waking the tiger: Healing trauma. North Atlantic Books.*
- Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (1985). Naturalistic inquiry. Sage.*
- Malchiodi, C. A. (2015). Creative interventions with traumatized children. Guilford Press.*
- Malchiodi, C. A. (2020). Trauma and expressive arts therapy: Brain, body, and imagination in the healing process. Guilford Press.*
- Maté, G. (2015). How to build a culture of good health. YES! Magazine.*
- Maté, G. (2022). The myth of normal: Trauma, illness, and healing in a toxic culture. Avery.*

- McComas, L. (2020). *The Border Wall Quilt Project*. Colorado Art Press.
- McNiff, S. (1992). *Art as medicine: Creating a therapy of the imagination*. Shambhala.
- Merleau-Ponty, M. (1962). *Phenomenology of perception*. Routledge & Kegan Paul.
- Moon, B. (2007). *The dynamics of art as therapy*. Charles C Thomas.
- Moreno González, A. (2017). *La mediación artística*. Octaedro.
- Ogden, P., Minton, K., & Pain, C. (2006). *Trauma and the body: A sensorimotor approach to psychotherapy*. Norton.
- Papert, S. (1991). *Situating constructionism*. MIT Press.
- Parker, R. (2010). *The subversive stitch: Embroidery and the making of the feminine*. Women's Press. (Original work published 1984)
- Patton, M. Q. (2002). *Qualitative research & evaluation methods* (3rd ed.). Sage.
- Porges, S. W. (2011). *The polyvagal theory*. Norton.
- Reason, P., & Bradbury, H. (2008). *The Sage handbook of action research* (2nd ed.). Sage.
- Reynolds, F. (2002). *Symbolic aspects of coping with chronic illness through textile arts*. *The Arts in Psychotherapy*, 29(2), 99–106.
- Repko, A. F. (2012). *Interdisciplinary research: Process and theory* (2nd ed.). Sage.
- Riley, J., Corkhill, B., & Morris, C. (3 February 2013). *The benefits of knitting for personal and social wellbeing*. *British Journal of Occupational Therapy*, 76(2), 50–57.
- Shiota, C. (2015). *The Key in the Hand [Exhibition catalogue]*. Venice Biennale.
- Shiota, C. (2021). Interview in Sohu Art Journal.
- Storycloth Database. (2023). Zavod Tri migrant women embroidery project.
- Thompson, N. (2022). *Culture as weapon: The art of influence in everyday life*. Verso.
- van der Kolk, B. A. (2014). *The body keeps the score*. Viking.
- Winnicott, D. W. (1971). *Playing and reality*. Tavistock.
- Yin, R. K. (2018). *Case study research and applications: Design and methods* (6th ed.). Sage.

