

Artículo

El Cine Como Estrategia Terapéutica en Niños y Adolescentes

Francisco Cruz-Quintana^{1,2} , María Nieves Pérez-Marfil^{1,2} , Elena Navarro^{1,2} 
Cayetana Correa-Delgado¹  y Víctor Cruz-García³

¹Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológico. Universidad de Granada (España)

²Centro de Investigación Mente, Cerebro y Comportamiento (CIMCYC). Universidad de Granada (España)

³University School (Ciclos Formativos). Programa Cine Base de la Escuela Superior de Cine y Audiovisuales de Cataluña (ESCAC) (España)

INFORMACIÓN

Recibido: 18/09/2025

Aceptado: 02/11/2025

Palabras clave:

Cineterapia

Terapia psicológica

Niños

Adolescentes

Recursos audiovisuales

RESUMEN

Las tareas intersesión en psicoterapia se describen como todos aquellos quehaceres que el terapeuta asigna al paciente para que este lleve a cabo por su cuenta, en los periodos entre las distintas sesiones. Entre otros recursos, cada vez se promueve con mayor frecuencia por parte de los profesionales la implementación de técnicas y recursos audiovisuales aplicados de manera complementaria, o integrada como módulos, dentro de los tratamientos psicológicos. Todas las investigaciones destacan el potencial del cine como una estrategia complementaria eficaz para los problemas de salud mental en niños y adolescentes. Integrado de manera adecuada en la práctica clínica, el cine, cortometraje, videos *ad hoc*, secuencias y documentales pueden facilitar la comprensión de los propios estados emocionales, promover la resiliencia y mejorar la calidad del proceso terapéutico. A lo largo de este trabajo, se presenta un recorrido basado en la revisión de la literatura sobre cómo el cine puede ser usado a modo de recurso en la psicoterapia y se proporciona un listado de películas que pueden ser de interés en el contexto terapéutico para abordar problemas psicológicos en niños y adolescentes.

The Use of Cinema as a Therapeutic Approach in Children and Adolescents

ABSTRACT

Inter-session tasks in psychotherapy are defined as activities assigned by the therapist for the patient to carry out independently between sessions. Among the various resources available, the use of audiovisual materials—either as complementary tools or as integrated modules within psychological treatments—is increasingly promoted by mental health professionals. Research consistently highlights the potential of cinema as an effective complementary strategy for addressing mental health issues in children and adolescents. When appropriately integrated into clinical practice, films, short films, *ad hoc* videos, sequences, and documentaries can enhance the understanding of emotional states, foster resilience, and improve the overall quality of the therapeutic process. This paper presents a literature-based overview of how cinema can be utilized as a resource in psychotherapy and provides a curated list of films that may be of therapeutic value for addressing psychological problems in children and adolescents.

Keywords:

Cinematherapy

Psychological therapy

Children

Adolescents

Audiovisual resources

Introducción

Los tratamientos psicológicos han mostrado eficacia, efectividad y eficiencia para abordar los trastornos psicológicos en general, así como también para diferentes dificultades socioemocionales que pueden tener lugar en la infancia y la adolescencia (Fonseca-Pedrero et al., 2021; Weisz y Kazdin, 2018). Diferentes revisiones sistemáticas y metaanálisis, como han señalado Fonseca-Pedrero et al. (2021), muestran que en población infanto-juvenil, las intervenciones psicológicas son el tratamiento de elección para muchos problemas, son beneficiosas, evidencian efectos duraderos en los estudios de seguimiento, y han mostrado ser eficaces y útiles en diversos ámbitos de aplicación, más allá de los habituales contextos sanitarios como, por ejemplo, en la promoción y la prevención de problemas de salud mental en contextos educativos y sociales.

El contexto psicoterapéutico no es el contexto de un laboratorio y, por tanto, las herramientas y el modo de construir ese espacio relacional de seguridad y acogimiento, es amplio y diverso. Entendemos que una psicoterapia puede convertirse para las personas que la necesitan en una segunda oportunidad para construir una salida narrativa diferente a las cuestiones que le aquejan, que no esté mediatizada por el síntoma (Álvarez, 2024; Cruz-Quintana, 2020).

Como clínicos, comprobamos una y otra vez que el paciente/cliente tiene una narrativa, conocimiento y saber propio acerca de lo que le pasa, o bien se interroga por ello. Es decir, tiene y sostiene alguna teoría sobre lo que le hace sufrir. Además, este conocimiento sobre sí mismo se estructura en esquemas que determinan lo que vivencia, así como su organización, que en muchos casos es parte del problema que nos plantea. Estas teorías de entrada no son falsas ni verdaderas, pero sí tienen un lugar y estructura narrativa en el discurso que sostiene el paciente sobre lo que dice que le pasa o bien silencio, y eso tiene legitimidad (Cruz-Quintana, 2020). El sufrimiento humano, leve o grave, se presenta en personas concretas, con biografías concretas y contextos de vida también particulares que, en determinados momentos, se confrontan con situaciones y experiencias que exceden sus recursos generando problemas en sus vidas de los cuales no saben cómo salir o no encuentran las estrategias internas o externas para hacerlo (Cruz-Quintana, 2020).

Por todo lo anterior, hay que decir que confrontar el sufrimiento humano no siempre es fácil. Se hace evidente que muchas veces los pacientes tienen dificultades en reconocer o abordar directamente las problemáticas que los aquejan. Estas problemáticas en determinados casos pueden ser demasiado intensas y dolorosas o también estar asociadas a sentimientos de vergüenza o culpa relacionadas con su propia persona, o bien con acontecimientos de su vida frente a los cuales han generado fuertes defensas (Cruz-Quintana, 2020; Fernández-Álvarez, 2020). Estas situaciones se pueden presentar también en el tratamiento de niños y adolescentes. Frente a esta evidencia, se hace conveniente considerar el uso de estrategias que supongan un modo indirecto de abordar la problemática sin generar inquietud innecesaria.

Las tareas intersesión en psicoterapia se describen como todos aquellos quehaceres que el terapeuta asigna al paciente para que este lleve a cabo por su cuenta en los periodos entre las distintas sesiones. En la actualidad forman parte de la mayoría de las psicoterapias, bien de manera estructurada o puntualmente por necesidad del propio tratamiento. Las tareas intersesión están consideradas uno de los denominados factores comunes en

psicoterapia (Fernández-Álvarez, 2020). En este sentido, cada vez se promueve con mayor frecuencia por parte de los profesionales la implementación, entre otras, de técnicas y recursos audiovisuales, tanto aplicados de manera complementaria, o integrada como módulos, dentro de los tratamientos psicológicos y también en contextos académicos y de formación clínica y sanitaria (Cruz-García y Escribano-Cubas, 2025; Pannu y Goyal, 2024).

En contextos académicos, el cine se ha convertido en un recurso válido en todos los niveles educativos. A través del cine, entre otros temas, se pueden abordar temáticas relativas a la salud mental de las personas, a los procesos de vivencia de su sufrimiento, confrontación, estigma y estrategias vitales, al proceso llevado por sus familias y las repercusiones asociadas, a trastornos mentales específicos, o bien modelos psicológicos en psicoterapia, estereotipos de estilos y modos de proceder de psicoterapeutas (Astudillo y Mendinueta, 2008; Vivas-Rodríguez et al., 2022). En contextos terapéuticos, el cine cobra terreno como una estrategia complementaria en el abordaje psicológico, convirtiéndose el uso de películas en terapia en un área de gran potencialidad e interés (Cruz-García y Escribano-Cubas, 2025; Guoqing y Sabran, 2024; Sacilotto et al., 2022; Villegas y Mallor, 2011). En este contexto, se le ha denominado también cineterapia y se define como el uso de películas comerciales, escenas, cortometrajes, videos creados *ad hoc* o series y documentales breves, como herramienta de apoyo a las terapias psicológicas en sus distintos formatos, individual, familiar, de pareja o de grupo (Hamilton, 2023; Sharp et al., 2002; Villegas y Mallor, 2011).

Después de un largo desarrollo de casi tres décadas (Hesley y Hesley, 2001; Heston y Kottman, 1997; Marsick, 2010; Powell et al., 2006; Sharp et al., 2002), se le considera una estrategia terapéutica que implica el trabajo psicológico de manera intencional sobre las experiencias de los pacientes tras el visionado de películas recomendadas por un psicoterapeuta para iniciar, procesar o reforzar, entre otras cosas, el cambio terapéutico o bien aspectos trabajados en sesión para focalizar componentes claves de la terapia. Se considera que las películas suministran metáforas que propician poder buscar nuevos significados a la problemática que presentan los pacientes y a la vez proporcionan diferentes modelos de comportamiento y afrontamiento (Cruz-García y Escribano-Cubas, 2025; García-Martínez y Moreno-Mora, 2011; Pannu y Goyal, 2024). Constituye, por tanto, un trabajo complementario bajo supervisión de un psicoterapeuta.

Habitualmente, el proceso se describe como sigue: la selección de una película adecuada relacionada con las dificultades del paciente por parte del psicoterapeuta, la visualización con el paciente o su asignación como tarea y la posterior discusión sobre el tema de la película, los pensamientos, las emociones y los sentimientos generados así como su seguimiento (Ballard, 2012; Cruz-García y Escribano-Cubas, 2025; Guoqing y Sabran, 2024). El objetivo de este modo y estrategia de intervención es producir efectos sobre el bienestar de los pacientes y ayudarles a afrontar dificultades con las que se encuentran en sus vidas, aprovechando las características particulares que presenta el medio audiovisual (Sacilotto et al., 2022).

Astudillo y Mendinueta (2008) plantean que el cine tiene: 1) la capacidad y facilidad de despertar sentimientos y emociones, facilitando conectar con el mundo interior del espectador, a través de la trama que los diferentes personajes presentan; 2) procura

llegar al espectador a través de la empatía hacia las personas y la proyección de las experiencias propias con lo que se ve en la pantalla; 3) moviliza pensamientos, afectos y varios sentidos a la vez, y 4) a través de la empatía que se construye entre el espectador y las vivencias de los actores, es capaz de facilitar una mejor comprensión del ser humano. Esta capacidad que tiene el cine se puede convertir, como se ha señalado en la literatura especializada, en un aliado y gran recurso en terapia, al posibilitar que las personas se confronten o se reconozcan en algunos de los personajes o bien características de los mismos, que en la pantalla presentan problemáticas similares a las suyas y puedan por tanto, emocional y cognitivamente, comprender mejor lo que les pasa a ellos, considerando sus dificultades desde una perspectiva diferente. Se ha destacado que este modo de trabajo también ayuda a fortalecer la alianza terapéutica (García-Martínez y Moreno-Mora, 2011).

La aplicación del cine y el video modelado (que implica la presentación al paciente de grabaciones en video con el objetivo de que las observe, comprenda y aprenda por observación de cara a situaciones de su vida diaria), se consideran, por tanto, un enfoque terapéutico innovador que aprovecha y considera el impacto emocional y psicológico que producen las películas para ayudar en el tratamiento psicológico. Este enfoque se vale, como ya se ha planteado, del impacto multisensorial del cine para influir en pensamientos, sentimientos y valores. Por una parte, ver películas puede activar áreas del cerebro implicadas en el procesamiento emocional, las respuestas empáticas y la resolución de problemas, lo que lo convierte en una potente intervención para la salud mental y, por otra, al integrar elementos cinematográficos como la narrativa, el desarrollo de personajes y la interacción emocional, facilita el procesamiento emocional, la comprensión y la recuperación en contextos terapéuticos (Pannu y Goyal, 2024). En este sentido, las publicaciones relativas a la aplicación, en concreto, del cine, series y el video modelado para tratar dificultades psicológicas, que retomaremos más adelante, han aumentado exponencialmente (Cruz-García y Escribano-Cubas, 2025; Pannu y Goyal, 2024).

De la misma manera que han aumentado las publicaciones sobre protocolos, estudios de eficacia, ejemplos de intervenciones sobre el uso terapéutico, también ha ocurrido en el contexto de la divulgación. Por dar algunas referencias, en nuestro país se pueden citar libros como: *Cine, metáforas y psicoterapia* (Caro-Gabalda, 2018); *Psicología y cine. Vidas cruzadas* (García-García, 2010); *Emoción* (Herrero-Herrero, 2018); *Aprender psicología desde el cine* (Molina del Peral y Del Nogal-Tomé, 2013); o, *Trampas: Un viaje por la psicología y el juego de azar en el cine* (Navas-Pérez y Perales-López, 2024), entre otros. También son de destacar en el ámbito divulgativo algunos blogs, como “*Psicología y cine*”, o canales en youtube como *Farid Dieck* y *Fatty Martin*.

Las Ventajas del Cine

Los distintos autores en este campo inciden en las ventajas que tiene el cine sobre otros recursos, subrayando de manera especial la facilidad para transmitir emociones y conocimientos gracias a su narrativa. Estas ventajas convierten al cine, en el ámbito de la psicoterapia y en contextos psicoterapéuticos, en una alternativa importante cuando otros recursos no han tenido efecto. Como se ha puesto de relieve en la literatura, aunque su uso puede variar en función de la experiencia clínica, la orientación teórica, el entorno

laboral y otras características de la práctica de los profesionales, se constata un alto grado de consenso en que el uso terapéutico de películas es un recurso con gran potencialidad y capacidad para promover cambios importantes en el ámbito cognitivo y en la emisión de respuestas emocionales y conductuales más flexibles (Tylikowska y Tucholska, 2017).

En España, a diferencia de otros países, existe poca información sobre el grado en que los profesionales de la psicología utilizan películas en la práctica clínica y aunque existen listados de películas clasificadas por temáticas diversas muy interesantes y útiles, tanto en revistas como en portales suficientemente reconocidos, aún son escasos los estudios que presentan e incorporan conjuntos estandarizados de estímulos y protocolos. Un estudio llevado a cabo por Lampropoulos et al. (2004) planteó como objetivo aclarar las actitudes y patrones de los profesionales clínicos en el uso de películas con fines terapéuticos y proporcionar datos piloto sobre la utilidad de películas específicas que abordan temas psicológicos. Algunos de los resultados de su estudio mostraron que el 67 % de los psicólogos colegiados de la Asociación Americana de Psicología (APA), utilizaban películas en su práctica y el 88 % reconocía los beneficios potenciales del uso de películas con fines terapéuticos.

En nuestro país, junto a la variedad de recursos *online* actualizados para la selección de películas apropiadas, García Martínez y Moreno Mora (2011) dan ejemplos de películas que podrían ser utilizadas en distintas situaciones como Terapia de Familia, desempleo, adolescencia, vejez, jubilación, abuso de sustancias, esperanza o integración escolar.

La literatura señala, por tanto, que los hallazgos de encuestas y la perspectiva de expertos subrayan el impacto positivo de incorporar películas en las prácticas terapéuticas, destacando su potencial como valiosos recursos para fomentar el bienestar psicológico y el desarrollo personal. Junto con estudios de casos individuales, intervenciones grupales y estudios cualitativos, cada vez es más frecuente encontrar investigaciones que respaldan empíricamente el trabajo con películas como una técnica de asesoramiento psicológico. Por su parte, varias revisiones sistemáticas se han publicado mostrando la evidencia empírica de los estudios existentes e igualmente algunas limitaciones de su uso. Se pueden consultar, entre otros, el trabajo de Powell et al. (2006), *Cinematherapy as a Clinical Intervention: Theoretical Rationale and Empirical Credibility*, el de Sacilotto et al. (2022), *Through the Looking Glass: A Scoping Review of Cinema and Video Therapy* y el de Powell y Newgent (2010), *Improving the Empirical Credibility of Cinematherapy: A Single-Subject Interrupted Time-Series Design*.

Psicoterapia y Cine en la Infancia y Adolescencia

No cabe duda de que los problemas de salud mental en niños y adolescentes se han convertido en una preocupación creciente en las últimas décadas, especialmente después del COVID. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2024), uno de cada siete jóvenes de entre 10 y 19 años padece algún tipo de trastorno mental. Estas afecciones representan el 15% de la carga mundial de morbilidad entre los adolescentes. La depresión, la ansiedad y los trastornos del comportamiento se encuentran entre las principales causas de enfermedad y discapacidad en esta población. Cuando un problema de salud mental de un niño o de un adolescente no se trata, sus consecuencias se extienden a la edad adulta, perjudican su

salud física y mental y limitan sus posibilidades de desarrollo en el futuro. Ante este escenario de crecimiento de los problemas, junto a los tratamientos estandarizados, los profesionales de la salud mental han explorado también diversas estrategias terapéuticas que permitan conectar con niños y jóvenes de manera efectiva (OMS, 2024).

Hay que tener en cuenta que los niños y adolescentes presentan un desarrollo cognitivo y emocional aún en desarrollo, y el cine proporciona una vía indirecta, lúdica, menos amenazante y segura, que le puede permitir al profesional acceder a contenidos psicológicos complejos, establecer una buena vinculación terapéutica, conocer y comprender al menor, acompañarlo en el proceso de elaboración de sus pensamientos, emociones y reflexiones sobre su comportamiento y el impacto que tienen en él y en otros. La psicoterapia con niños y adolescentes se ha beneficiado del lenguaje y técnicas audiovisuales, fáciles de administrar y flexibles, para facilitar la expresión emocional, el desarrollo de habilidades sociales y la resolución de conflictos internos. La identificación con personajes, la proyección emocional y la reflexión posterior son también elementos clave en el trabajo con niños y adolescentes (Fernández de Juan, 2006; Gagliano et al., 2023; Mitchell et al., 2004). A través del cine, los jóvenes pueden reconocer síntomas y problemáticas similares a las suyas, adquirir nuevos recursos de afrontamiento y normalizar, en la medida de lo posible, sus experiencias.

Fernández de Juan (2006) plantea que: 1) La proyección de un film puede tener gran influencia en los niños con relación a los problemas diversos con los que se enfrenta; 2) las películas pueden ser agentes de cambio en niños pequeños, cuyos comportamientos aún son flexibles y modificables, resultando efectivas para hacer disminuir la timidez y promover la sociabilidad; 3) a través de la cineterapia se pueden plantear y abordar una serie de situaciones asociadas a la infancia, a las relaciones personales, relaciones familiares, duelo, logro e individualidad, etapas del desarrollo, amistad y superación de obstáculos, amistad, violencia y otros. Por otra parte, la evidencia sugiere también que los adolescentes responden positivamente a intervenciones tempranas y simples, que incluyen apoyo psicosocial e intervenciones educativas, tanto en entornos clínicos como incluso cuando se ofrecen en entornos no clínicos. Como plantean Gagliano et al. (2023), la cineterapia puede ayudar a los adolescentes a gestionar los desafíos de la vida, desarrollar nuevas habilidades, aumentar la conciencia y ofrecer nuevas formas de pensar sobre problemas específicos.

Evidencias y Aplicaciones

En cineterapia aplicada a la infancia y adolescencia, la literatura específica muestra resultados en diversos campos de aplicación y problemáticas. Tanto en intervenciones como en investigación, se han usado diferentes formatos, diseños experimentales utilizando vídeos o documentales creados *ad hoc* en los que algunos actores muestran habilidades de interés para el caso del paciente. En particular, la mayoría de los clínicos no aplican criterios estándar para utilizar estímulos de vídeo en sus estudios. En cambio, adoptan un paradigma *ad hoc* o incluso dibujos animados o documentales, según sea necesario (Golan et al., 2010; Isong et al., 2014). Aunque la mayoría de los estudios destacan los beneficios de la cineterapia, también se identifican aspectos a mejorar, como la adecuación de los tratamientos según la gravedad del problema, la claridad en los criterios de selección y el tamaño de la muestra

seleccionada, así como la necesidad de directrices más precisas sobre la elección de películas y el desarrollo del proceso terapéutico (Saciotto et al., 2022).

La única revisión sistemática realizada, que sepamos hasta el momento, sobre los efectos de la cineterapia específicamente en jóvenes que padecen problemas de salud mental, es la llevada a cabo por Guoqing y Sabran (2024). Este trabajo – al que remitimos al lector interesado – pone en evidencia que la investigación sobre la cineterapia para la salud mental de los jóvenes realizada en numerosos países, muestra buenos resultados en muy diversos ámbitos como, por ejemplo, autoestima, empatía, problemas familiares, trastornos alimentarios, problemas de ansiedad, miedo, depresión, problemas interpersonales, motivación, habilidades sociales, conducta prosocial, entre otros.

De los trabajos que se citan en la revisión anterior, reseñamos de manera particular, por su interés, el estudio piloto llevado a cabo por Gagliano et al. (2023). En su investigación, estos autores demuestran que un programa de cine puede generar cambios mensurables en las áreas emocional, conductual y social de niños y adolescentes con trastornos psiquiátricos o del neurodesarrollo y animarlos a desarrollar habilidades en su vida personal y académica, explorar sus áreas de interés e interactuar con el mundo que los rodea. Por otra parte, los hallazgos del trabajo ofrecen una base empírica para comprobar la eficacia de un método de realización cinematográfica estructurado que se puede replicar en contextos más amplios (escuela y comunidades) para promover el bienestar psicológico de niños y adolescentes.

Consideraciones del uso de Películas en Psicoterapia en la Infancia y Adolescencia

El uso de películas como complemento terapéutico debe estar en todo momento cuidadosamente trabajado por el terapeuta. Este debe seleccionar una película cuyos personajes tengan problemas similares a los del niño o adolescente. La película seleccionada debe animar al niño a resolver sus dificultades y tener un final en el que los problemas del protagonista se resuelvan (Guoqing y Sabran, 2024). El terapeuta también debe asegurarse de que la película es apropiada tanto por edad como por contenido. En este sentido, debe conocer muy bien las experiencias del niño ya que, de no hacerlo, podría seleccionar una película que evocara experiencias traumáticas que podrían dar lugar a emociones inadecuadas o a un rechazo del procedimiento. También es importante que el terapeuta conozca el tipo de películas que le gustan al niño y sus aficiones ya que así se puede mejorar el interés que genere la película y sus beneficios (Turns y Macey, 2015). Otro aspecto clave a tener en cuenta es que no se trata simplemente de ver una película, sino del proceso terapéutico que se deriva del visionado de la misma, que incluye, entre otros posibles, una discusión sobre metáforas que se abordan, similitud y diferencias entre los personajes y el paciente, emociones que suscita, etc. (Turns y Macey, 2015).

Existe un amplio número de películas que pueden servir para trabajar aspectos psicológicos en terapia con niños y adolescentes en función de la problemática y edad de los mismos. De hecho, son extensos los temas abordados: el abandono, el abuso, la adopción, el consumo de alcohol y drogas, la muerte y la agonía, el duelo, el divorcio, la adolescencia, la familia, la vocación, la amistad, el juego, los problemas alimentarios, las enfermedades mentales,

las enfermedades físicas y la sexualidad. Estos materiales han sido respaldados por un número cada vez mayor de recomendaciones de profesionales sobre cómo utilizarlos en la práctica clínica (véase [Dermer y Hutchings, 2000](#); [Gagliano et al., 2023](#); [Hesley y Hesley, 2001](#)).

A modo de ejemplo, y sin pretender ser exhaustivos, hemos elaborado un listado de películas que nos parecen interesantes para trabajar con población infantil y adolescente y que recogemos en las [tablas 1 a 9](#). Las dos primeras tablas presentan películas para público infantil ([tabla 1](#)) y adolescente ([tabla 2](#)) con información sobre la

Tabla 1
Películas Dirigidas a Población Infantil

Película, año, director y guionista/s	Problema de interés que abordan	Temas que se pueden trabajar con la película	Género	Público objetivo/recomendado
<i>Inside Out</i> (2015) Directores: Pete Docter y Ronnie del Carmen. Guionistas: Pete Docter, Meg LeFauve y Josh Cooley	Tristeza, cambios en la adolescencia, disociación	Gestión emocional propia, Comprensión de emociones, confusión ante el cambio	Comedia, Drama	Todos los públicos
<i>Inside Out 2</i> (2024) Director: Kelsey Mann. Guionistas: Meg LeFauve y Dave Holstein	Ansiedad, sentimiento de pertenencia, frustración	Gestión y comprensión emocional propia de la ansiedad, comprensión de la adolescencia	Comedia, Drama, <i>Coming of age</i>	Todos los públicos
<i>Where the Wild Things Are</i> (2009) Director: Spike Jonze Guionistas: Spike Jonze y Dave Eggers	Conducta agresiva infantil, Soledad	Autorregulación emocional y autoconocimiento	Fantasia, Drama	Todos los públicos
<i>The Goonies</i> (1985) Director: Richard Donner. Guionistas: Chris Columbus. Historia de Steven Spielberg	Miedo y entendimiento al diferente	Refuerzo de grupo, importancia del círculo social y reconocimiento al diferente que puede ser un aliado, aunque al principio nos daba miedo	Aventura, Comedia	Todos los públicos
<i>Encanto</i> (2021) Directores: Jared Bush y Byron Howard; co-dirección: Charise Castro Smith Guionistas: Charise Castro Smith y Jared Bush	Problemas de autoestima, presión familiar	Necesidad de cumplir expectativas, traumas transgeneracionales, refuerzo de la identidad individual	Comedia, Drama, Musical	Todos los públicos
<i>Lilo & Stitch</i> (2002) Directores: Chris Sanders, Dean DeBlois Guionistas: Chris Sanders, Dean DeBlois, Chris Kekaniokalani Bright	Depresión infantil, soledad, pérdida, conducta disruptiva	La familia no convencional, adopción, aceptación del diferente	Comedia, Drama	Todos los públicos

Tabla 2
Películas Dirigidas a Población Adolescente

Película, año, director y guionista/s	Problema de interés que abordan	Temas que se pueden trabajar con la película	Género	Público objetivo/recomendado
<i>The Perks of being a wallflower</i> (2012) Director y guionista: Stephen Chbosky (adaptación de su novela)	Depresión, abuso sexual, ansiedad	Aceptación, valor de la amistad y su poder de curación, represión de recuerdos traumáticos, distorsión de la realidad tras abuso sexual	Drama, <i>Coming of age</i>	Adolescentes, jóvenes y adultos
<i>Me, Earl and the dying girl</i> (2015) Director: Alfonso Gómez Rejón Guionista: Jesse Andrews (basado en su propia novela)	Miedo a la pérdida, Negación del duelo	Acompañamiento en la enfermedad terminal, aceptar el duelo y la muerte, cuidado en la enfermedad	Comedia, Drama	Adolescentes, jóvenes y adultos
<i>Paranoid Park</i> (2007) Director y guionista: Gus Van Sant (adaptación de la novela de Blake Nelson)	Culpa, Soledad, Disociación, Aislamiento emocional, Trauma	La necesidad de hablar para aliviar la culpabilidad, aprender a no resguardarse en uno mismo ante el trauma	Drama	Adolescentes, jóvenes y adultos
<i>The Virgin Suicide</i> (1999) Director y guionista: Sofia Coppola (adaptación de la novela de Jeffrey Eugenides)	Depresión, presión e influencia de grupo, represión sexual, suicidio	Represión sexual y familiar como forma y detonante depresivo, efecto llamada y romantización adolescente del suicidio	Drama, Suspense	Jóvenes y adultos
<i>Mid 90s</i> (2018) Director y guionista: Jonah Hill	Soledad, sentimiento de pertenencia, modelos de comportamiento	La masculinidad tóxica, la normalización de comportamientos conflictivos por aceptación	Drama, <i>Coming of age</i>	Adolescentes, jóvenes y adultos
<i>Good Will Hunting</i> (1997) Director: Gus Van Sant. Guionistas: Matt Damon y Ben Affleck	Trauma infantil, inadaptación social	Normalización del proceso terapéutico, comprensión de altas capacidades	Drama	Adolescentes, jóvenes y adultos
<i>Mustang</i> (2015) Directora: Deniz Gamze Ergüven Guionistas: Deniz Gamze Ergüven y Alice Winocour	Soledad, aislamiento, relaciones familiares y culturales tóxicas	Represión familiar, represión cultural, represión religiosa, represión de la comunidad, aislamiento, libertad	Drama, Drama social	Adolescentes, jóvenes y adultos

Tabla 3*Películas Para Trabajar el Duelo en la Infancia y Adolescencia*

Película, año, director y guionista/s	Problema de interés que abordan	Temas que se pueden trabajar con la película	Género	Público objetivo/recomendado
<i>A Monster Calls</i> (2016) Director: J. A. Bayona. Guionista: Patrick Ness (novela y adaptación cinematográfica)	Duelo en la infancia, acoso escolar, enfermedad terminal, culpa	Acompañamiento e incomprensión ante la enfermedad terminal, autoconocimiento y gestión de emociones asociadas, entendimiento del proceso de duelo y la culpa	Drama, Fantasía	Todos los públicos
<i>Estiu 1993</i> (2017) Directora y Guionista: Carla Simón	Duelo en la infancia, conducta disruptiva, soledad, necesidad de atención, enfermedad heredada	Auto represión de emociones, entendimiento del proceso de duelo, adaptación al cambio traumático	Drama	Todos los públicos
<i>I Kill Giants</i> (2010) Director: Anders Walter. Guionistas: Joe Kelly (adaptación del cómic/novela gráfica de Joe Kelly y J. M. Ken Niimura)	Duelo en la infancia, Negación del duelo	Refugio del duelo en la imaginación, trauma infantil, apoyo emocional en figuras no paternas, análisis de metáfora	Fantasía, Drama	Todos los públicos
<i>Coco</i> (2017) Director: Lee Unkrich y Adrian Molina Guionistas: Adrian Molina y Matthew Aldrich	Duelo no resuelto, memoria	Importancia de la memoria y los recuerdos, importancia de cerrar los duelos	Comedia, Musical	Todos los públicos
<i>Onward</i> (2020) Director: Félix van Groeningen Guionistas: Dan Scanlon, Jason Headley y Keith Bunin	Negación de la pérdida, negación del duelo	Negar la pérdida, apoyo familiar, búsqueda de sentido tras pérdida traumática	Comedia, Aventura	Todos los públicos

Tabla 4*Películas Para Trabajar Abuso y Trauma Infantil en la Adolescencia*

Película, año, director y guionista/s	Problema de interés que abordan	Temas que se pueden trabajar con la película	Género	Público objetivo/recomendado
<i>Mysterious Skin</i> (2004) Director y guionista: Gregg Araki	Abuso sexual en la adolescencia, disociación de la realidad, prostitución masculina	Memoria reprimida, afectación del trauma al comportamiento, mecanismos de defensa mentales	Drama, <i>Coming of age</i>	Jóvenes, adultos
<i>Precious</i> (2009) Director: Lee Daniels Guionista: Geoffrey S. Fletcher (adaptación de la novela <i>Push</i> de Sapphire)	Abuso físico y sexual, racismo y gordofobia, embarazo adolescente, contexto de pobreza	Importancia de la educación, embarazo adolescente, cuidados de síndrome de Down, trauma por abuso sexual de un familiar, rechazo familiar	Drama, Drama social	Jóvenes, adultos
<i>Room</i> (2015) Director: Lenny Abrahamson Guionista: Emma Donoghue (adaptación de su propia novela)	Trauma infantil severo, disociación de la realidad, rechazo al hijo	Exploración del vínculo materno-filial, rechazo a hijo tras trauma, reintegración tras trauma	Drama	Jóvenes, adultos
<i>It Follows</i> (2014) Director y guionista: David Robert Mitchell	Abuso sexual, paranoia, herencia traumática	La herencia de los traumas, la importancia del apoyo en el trauma, enfermedades de transmisión sexual, culpa, análisis de metáfora	Terror, Terror psicológico	Adolescentes, jóvenes y adultos
<i>Fish Tank</i> (2009) Directora y guionista: Andrea Arnold	Abuso, desestructuración emocional, idealización, contexto de pobreza	Abuso por parte de núcleo familiar cercano, relaciones tóxicas, marginación social	Drama, Drama social	Jóvenes y adultos
<i>Carrie</i> (1976) Director: Brian De Palma Guionistas: Lawrence D. Cohen (adaptación) y Stephen King (novela)	Represión emocional, acoso escolar, represión familiar	Represión de la madre, represión religiosa, acoso escolar, culpa, sentimiento de venganza	Terror, Drama	Adolescentes, jóvenes y adultos

Tabla 5

Películas Para Trabajar Abandono o Disfuncionalidad en Infancia y Adolescencia

Película, año, director y guionista/s	Problema de interés que abordan	Temas que se pueden trabajar con la película	Género	Público objetivo/recomendado
<i>The Florida Project</i> (2017) Director y guionista: Sean Baker	Abandono, Contexto de pobreza	Negligencia parental, abandono emocional, escape de la realidad, importancia de amigos	Drama, Drama social	Adolescentes, jóvenes y adultos
<i>Sen to Chihiro no Kamikakushi (El viaje de Chihiro)</i> (2001) Director y guionista: Hayao Miyazaki	Abandono, soledad, explotación infantil, obligado a crecer	Crecimiento y madurez, padres ausentes, pérdida de la infancia, soledad	Fantasia, Drama	Todos los públicos
<i>Coraline</i> (2009) Director: Henry Selick Guionistas: Henry Selick y Caroline Thompson (adaptación del libro de Neil Gaiman)	Abandono, disociación de la realidad, soledad	Padres emocionalmente ausentes, disociación de la realidad, análisis de metáfora	Fantasia, Drama	Todos los públicos
<i>Tideland</i> (2005) Director: Terry Gilliam Guionistas: Terry Gilliam y Tony Grisoni (adaptación de la novela de Mitch Cullin)	Abandono, escapismo de la realidad psicótico, trauma fuerte, negación de duelo, duelo traumático	Disfuncionalidad familiar extrema, psicosis por trauma, fantasía como defensa de una realidad dura	Fantasia adulta, Drama	Jóvenes y adultos
<i>Hotaru no Haka (La tumba de las luciérnagas)</i> (1988) Director: Isao Takahata Guionistas: Isao Takahata y Akiyuki Nosaka	Duelo bélico, duelo traumático, abandono de la sociedad	Infancia vulnerable ante conflictos bélicos, individualismo extremo, consecuencias de la guerra, deshumanización	Drama	Jóvenes y adultos

Tabla 6

Películas Para Trabajar la Identidad y los Roles de Género en Infancia y Adolescencia

Película, año, director y guionista/s	Problema de interés que abordan	Temas que se pueden trabajar con la película	Género	Público objetivo/recomendado
<i>20000 especies de abejas</i> (2023) Directora y guionista: Estibaliz Urresola Solaguren	Disforia de género, contexto ideológico hostil	Aceptación, construcción de la identidad, importancia del entorno familiar	Drama	Todos los públicos
<i>Billy Elliot</i> (2000) Director: Stephen Daldry Guionista: Lee Hall	Rol de género impuesto, incompreensión	Roles de género en la sociedad, aceptación de lo diferente, Entendimiento parental	Drama, Musical	Todos los públicos
<i>Luca</i> (2021) Director: Enrico Casarosa Guionistas: Jesse Andrews y Mike Jones	Rechazo social, incompreensión	Análisis de metáfora, miedo al rechazo, autoestima	Aventura, Comedia	Todos los públicos

Tabla 7

Películas Para Trabajar Psicopatía, Sociopatía o Problemas Graves de Salud Mental en la Adolescencia

Película, año, director y guionista/s	Problema de interés que abordan	Temas que se pueden trabajar con la película	Género	Público objetivo/recomendado
<i>We need to talk about Kevin</i> (2011) Directora: Lynne Ramsay Guionistas: Lynne Ramsay y Rory Stewart Kinnear (adaptación de la novela de Lionel Shriver)	Psicopatía adolescente, terror parental	Vínculo madre-hijo, maldad injustificada, consecuencias de la inacción, culpa	Drama	Jóvenes y adultos
<i>Donnie Darko</i> (2001) Director y guionista: Richard Kelly	Esquizofrenia, Delirio, psicosis, medicación	Delirios, síndrome del elegido, conducta disruptiva	Ciencia-ficción, Drama	Adolescentes, jóvenes y adultos
<i>Elephant</i> (2003) Director y guionista: Gus Van Sant	Alienación, violencia extrema, acoso escolar	Consecuencias del abandono parental, Consecuencias del acoso escolar, consecuencias de la radicalización	Drama, Basada en hechos reales	Jóvenes y adultos
<i>Mommy</i> (2014) Director y guionista: Xavier Dolan	Conducta disruptiva, violencia intrafamiliar, violencia de hijo a madre	Inestabilidad emocional, violencia física y verbal hacia figura parental, conflicto madre-hijo, enamoramiento hacia la madre	Drama	Jóvenes y adultos
<i>Girl, Interrupted</i> (1999) Director: James Mangold Guionistas: James Mangold, Lisa Loomer y Anna Hamilton Phelan (adaptación de las memorias de Susanna Kaysen)	Trastorno límite de la personalidad, sociopatía, psicopatía	Estigma social de la enfermedad mental, consecuencias de ese estigma social, suicidio, internamiento	Drama	Adolescentes, jóvenes y adultos

Tabla 8*Películas Para Trabajar el Punto de Vista de la Población Infantil y Adolescente Sobre el Mundo del Adulto*

Película, año, director y guionista/s	Problema de interés que abordan	Temas que se pueden trabajar con la película	Género	Público objetivo/recomendado
<i>Boyhood</i> (2014) Director y guionista: Richard Linklater	Diferentes crisis de crecimiento desde infancia a adolescencia	Efecto de los problemas parentales, desarrollo personal, relaciones familiares, importancia del paso del tiempo	Drama	Adolescentes, jóvenes y adultos
<i>Beast of the southern wild</i> (2012) Director: Benh Zeitlin Guionistas: Benh Zeitlin y Lucy Alibar	Abandono, abandono emocional, huida fantasiosa	Disociación de la realidad, relación paterno-filial, pérdida, enfrentar el abandono	Fantasia, Drama	Todos los públicos
<i>The Babadook</i> (2014) Directora y guionista: Jennifer Kent	Depresión parental, conducta disruptiva infantil, duelo no resuelto	Análisis de metáfora, miedo como metáfora del trauma, disociación, rechazo al hijo	Terror, Drama	Adolescentes, jóvenes y adultos
<i>Afternoon</i> (2022) Directora y guionista: Charlotte Wells	Depresión parental, incomprensión infantil hacia la adultez y la depresión	Relación paterno-filial, memoria, trauma sin resolver, entendimiento de la depresión	Drama	Jóvenes y adultos
<i>Little Miss Sunshine</i> (2006) Directores: Jonathan Dayton y Valerie Faris Guionista: Michael Arndt	Conductas familiares, prejuicios familiares, intento de suicidio	Concepto de fracaso y frustración, autoaceptación, autoestima, familia disfuncional	Comedia, Drama	Todos los públicos

Tabla 9*Películas Para Trabajar Adicciones en Población Adolescente*

Película, año, director y guionista/s	Problema de interés que abordan	Temas que se pueden trabajar con la película	Género	Público objetivo/recomendado
<i>Beautiful boy</i> (2019) Director: Felix Van Groeningen Guionista: Luke Davies.	Adicción a las drogas, conducta disruptiva, rotura familiar	Lucha emocional contra adicciones, amor parental, consecuencias de las recaídas, amor tóxico	Drama	Jóvenes y adultos
<i>Requiem for a dream</i> (2000) Director: Darren Aronofsky Guionista: Hubert Selby Jr. y Darren Aronofsky	Múltiples adicciones, abandono emocional	Conductas autodestructivas, delirios, disociación, conductas obsesivas, vacío emocional, consecuencias de la adicción extrema	Drama	Jóvenes y adultos
<i>Don Jon</i> (2013) Director y guionista: Joseph Gordon-Levitt	Adicción a la pornografía, incapacidad para amar verdaderamente	Intimidación real vs ficticia, disociación, masculinidad tóxica	Comedia, Drama	Jóvenes y adultos

película (año, director, guionistas) y aspectos psicológicos que se pueden trabajar a partir del visionado de la misma. Las [tablas de la 3 a la 9](#) presentan películas que abordan problemáticas específicas que pueden darse en población infanto-juvenil y que consideramos útiles para abordarlas en el ámbito clínico. En estas tablas se incluye información de la película, problemas que abordan, género y público al que van dirigidas.

Cineterapia con *Del Revés (Inside Out)*: Ejemplo de una Propuesta de Guía Teórica y Práctica

En la línea de dar visibilidad a distintas propuestas rigurosas respecto a los planteamientos metodológicos de trabajo, sin perder de vista la flexibilidad que implica trabajar en psicoterapia y en concreto con niños y adolescentes, la propuesta de trabajo que desarrolla [Rosenfeld \(2018\)](#) con la película *Del Revés (Inside Out)* es muy destacable. Esta autora plantea que *Inside Out* ofrece una oportunidad única y sin precedentes para que los profesionales de la salud mental exploren tramas complejas con sus pacientes, puesto que ofrece la oportunidad de abordar temas relacionados con la experiencia emocional de forma directa.

[Rosenfeld \(2018\)](#) plantea que esta película: 1) ha recibido un amplio reconocimiento tanto de la crítica como del público; 2) está basada en teorías psicológicas consolidadas, es un claro ejemplo de trabajo en colaboración y asesoramiento entre profesionales de la psicología y guionistas y directores de cine ([Cruz-García y Escibano-Cubas, 2025](#)). Este trabajo puede dotar a los psicólogos de referencias y material cinematográfico que pueda servir de apoyo a su labor profesional en sus diferentes áreas, especialmente para adolescentes que reciben terapia estándar tradicional; y 3) la película también está dirigida a niños y familias, es animada y tiene clasificación de apta para todos los públicos, lo que la convierte en una sugerencia de fácil acceso y no genera controversias. Para mostrar cómo utilizar los personajes, la trama y las imágenes de la película con pacientes, la autora revisa dos modalidades psicoterapéuticas distintas: la psicodinámica desde una orientación intersubjetiva actual y la terapia de aceptación y compromiso.

La película sigue a Riley, una niña de 11 años cuya familia acaba de mudarse de Minnesota a San Francisco. La acción principal se desarrolla en la mente de Riley, donde los personajes protagonistas son sus cinco emociones principales: Alegría, Tristeza, Ira, Miedo y Asco ([Langley, 2015](#)). La autora plantea que,

a medida que avanza la trama, se van haciendo evidentes temas de relevancia en psicoterapia: todas las emociones son importantes, todos los sentimientos tienen un propósito y el entorno influye en la expresión emocional. A lo largo del trabajo se describen los principios básicos de cada uno de los modelos psicoterapéuticos, se utilizan ejemplos específicos de la película para ilustrar conceptos teóricos clave, se incluyen ejemplos y sugerencias sobre cómo integrar los momentos clave de la película en la terapia. Es relevante también que la autora realiza al final de su trabajo un ejemplo de superposición teórica y sugerencias para futuras direcciones.

Conclusiones

Todas las investigaciones destacan el potencial de la cineterapia como una estrategia complementaria eficaz para los problemas de salud mental en niños y adolescentes. Su implementación ha sido beneficiosa para un gran número de problemas y trastornos psicológicos comunes en esta población.

El cine, cortometraje, videos *ad hoc*, secuencias y documentales, son herramientas significativas aplicables en la psicoterapia con niños y adolescentes, facilitando la expresión emocional y promoviendo la reflexión personal. Su valor reside en la capacidad para conectar con las emociones humanas a través de historias que reflejan los propios conflictos internos. Al integrarse de manera ética y planificada dentro de la intervención psicológica, el cine y otras técnicas audiovisuales pueden convertirse en un aliado terapéutico valioso.

El cine puede, en consecuencia, ser una herramienta eficaz en la psicoterapia infantil y adolescente. Su carácter simbólico, narrativo y emocional permite conectar con los jóvenes de una forma que va más allá del lenguaje verbal. Integrado de manera adecuada en la práctica clínica, el cine puede facilitar la comprensión de los propios estados emocionales, promover la resiliencia y mejorar la calidad del proceso terapéutico.

La investigación y la práctica futura deberán demostrar en detalle la metodología y procedimiento de cada proceso de selección de películas para mejorar aún más la eficacia de la cineterapia y proporcionar una metodología repetible para terapeutas y participantes posteriores, asimismo simplificar y facilitar los procedimientos en el tiempo y el espacio.

Algunas revisiones sistemáticas sugieren que la integración de herramientas biotecnológicas, como la neuroimagen y los biomarcadores en investigación, podría refinar significativamente la selección y personalización de las intervenciones de terapia cinematográfica. Estas tecnologías pueden proporcionar una comprensión más profunda de los impactos neurobiológicos y psicológicos de las películas en las personas, lo que permite tratamientos más personalizados y efectivos para niños y adolescentes.

La principal crítica al uso de la cineterapia y el tratamiento con video es que no en todos los casos presentan un conjunto estandarizado de estímulos y protocolos. Por esta razón, los estudios que se realizan en la actualidad se orientan a crear protocolos estandarizados, sobre todo en la práctica, para los distintos tipos de pacientes. En cualquier caso, el uso de la cineterapia como recurso terapéutico es una estrategia de gran utilidad sobre la que se debe seguir investigando.

Financiación

El presente trabajo no recibió financiación específica de agencias del sector público, comercial o de organismos no gubernamentales.

Conflicto de Intereses

Los autores declaran que no tienen ningún conflicto de intereses.

Referencias

- Álvarez, J. M. (2024). Regla 4: “Elegir entre lo malo y lo peor (I)” - Seminario diez reglas clínicas para principiantes. *La otra psiquiatría*. <https://www.youtube.com/watch?v=TTpnhYivoJg>
- Astudillo, W., y Mendinueta, C. (2008). El cine como instrumento para una mejor comprensión humana. *Revista de Medicina y Cine*, 4, 131-136. https://revistas.usal.es/cinco/index.php/medicina_y_cine/article/view/16546
- Ballard, M. B. (2012). The family life cycle and critical transitions: Utilizing cinematherapy to facilitate understanding and increase communication. *Journal of Creativity in Mental Health*, 7(2), 141-152. <https://doi.org/10.1080/15401383.2012.685004>
- Caro-Gabalda, I. (Ed.) (2018). *Cine, metáforas y psicoterapia*. Pirámide.
- Cruz-Quintana, F. (2020). Perspectivas en psicoterapia. Psicoterapia y pseudociencias. *Boletín de Psicoterapia*, 7-12. División de Psicoterapia (DPSIT). Consejo General de la Psicología de España.
- Cruz-García, V., y Escribano-Cubas, S. (2025). Cine y aprendizaje por simulación en pérdidas y duelo. Recursos en la enseñanza y en la práctica clínica. En F. Cruz-Quintana, M. Fernández-Alcántara y N. Pérez-Marfil (coords.), *Las pérdidas y sus duelos. Nuevas perspectivas en el estudio, evaluación e intervención* (pp. 181-193). Pirámide.
- Dermer, S-B., y Hutchings, J. B. (2000). Utilizing movies in family therapy applications for individuals couples and families. *The American Journal of Family Therapy*, 28(2), 163-180. <https://doi.org/10.1080/019261800261734>
- Fernández-Álvarez, H. (2020). La psicoterapia en su laberinto. *Revista de Psicoterapia*, 31(116), 5-27. <https://doi.org/10.33898/rdp.v31i116.405>
- Fernández de Juan, T. (2006). Niños violentados: el cine-debate como opción terapéutica. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 11(2), 293-307. <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:151454367>
- Fonseca-Pedrero, E., Pérez-Álvarez, M., Al-Halabí, S., Inchausti, F., López-Navarro, E., Muñoz, J., ..., y Montoya-Castilla, I. (2021). Tratamientos psicológicos empíricamente apoyados para la infancia y adolescencia: estado de la cuestión. *Psicothema*, 33(3), 386-398. <https://doi.org/10.7334/psicothema2021.56>
- Gagliano, A., Costanza, C., Bazzoni, M., Falcioni, L., Rizzi, M., ScaffidiAbbate, C., Vetri, L., Roccella, M., Guglielmi, M., Livio, F., Ingrassia, M., y Benedetto, L. (2023). Effectiveness of an educational filmmaking project in promoting the psychological well-being of adolescents with emotive/behavioural problems. *Healthcare*, 11(12), 1695. <https://doi.org/10.3390/healthcare11121695>
- García-García, A. (2010). *Psicología y cine. Vidas cruzadas*. UNED.
- García-Martínez, J., y Moreno-Mora, D. (2011). El trabajo con películas en psicoterapia. *Revista de Psicoterapia*, 22, 5-20. <https://doi.org/10.33898/rdp.v22i86/87.622>
- Golan, O., Ashwin, E., Granader, Y., McClintock, S., Day, K., Leggett, V., y Baron-Cohen, S. (2010). Enhancing emotion recognition in children with autism spectrum conditions: an intervention using animated vehicles with real emotional faces. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 40(3), 269-279. <https://doi.org/10.1007/s10803-009-0862-9>
- Guoqing, W., y Sabran, K. (2024). Integrating biotechnological insights into cinema therapy for young adults with mental health issues: A systematic

- review, *Journal of Commercial Biotechnology*, 29(3), 326–343. <https://doi.org/10.5912/jcb1519>
- Hamilton, J. (2023). Mindful film therapy. University of Lincoln. Conference contribution. <https://hdl.handle.net/10779/lincoln.25184633.v1>
- Herrero-Herrero, M. (2018). *Emoción, empatía y cine*. Cinestesia.
- Hesley, J.W., y Hesley, J.G. (2001). *Rent two films and let's talk in the morning. Using popular movies in psychotherapy* (2nd ed.). Wiley.
- Heston, M. L., y Kottman, T. (1997). Movies as metaphors: A counseling intervention. *The Journal of Humanistic Education and Development*, 36, 92–99. <https://doi.org/10.1002/J.2164-4683.1997.TB00377.X>
- Isong, I. A., Rao, S. R., Holifield, C., Iannuzzi, D., Hanson, E., Ware, J., y Nelson, L. P. (2014). Addressing dental fear in children with autism spectrum disorders: A randomized controlled pilot study using electronic screen media. *Clinical Pediatrics*, 53(3), 230–237. <https://doi.org/10.1177/0009922813517169>
- Lampropoulos, G. K., Kazantzis, N., y Deane, F. P. (2004). Psychologists' use of motion pictures in clinical practice. *Professional Psychology: Research and Practice*, 35(5), 535–541. <https://doi.org/10.1037/0735-7028.35.5.535>
- Langley, T. (2015). Inside out: Emotional truths by way of Pixar. *Psychology Today*. <https://www.psychologytoday.com/us/blog/beyond-heroes-and-villains/201506/inside-out-emotional-truths-way-pixar?mssockid=089b988c8fdd61bd37038cea8e0c60c8>
- Marsick, E. (2010). Film selection in a cinematherapy intervention with preadolescents experiencing parental divorce. *Journal of Creativity in Mental Health*, 5(4), 374–388. <https://doi.org/10.1080/15401383.2010.527789>
- Mitchell, J., Sharp, C., Tuckey, R., y Wassom, J. (2004). Once upon a time for school counselors. *MSCA's The Counseling Interviewer*, 37(1), 17-20.
- Molina del Peral, J. A., y Del Nosal Tomé, M. (2013). *Aprender psicología desde el cine*. Desclee De Brouwer.
- Navas-Pérez, J.F., y Perales- López, J.C. (2024). *Trampas: Un viaje por la psicología y el juego de azar en el cine*. Next Door Publishers, S.L.
- Organización Mundial de la Salud (OMS, 2024). *La salud mental de los adolescentes*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- Pannu, A., y Goyal, R. K. (2024). Cinematherapy for depression: Exploring the therapeutic potential of films in mental health treatment. *The Journal of Psychology*, 159(5), 329–357. <https://doi.org/10.1080/00223980.2024.2409227>
- Powell, M. L., y Newgent, R. A. (2010). Improving the empirical credibility of cinematherapy: A single-subject interrupted time-series design. *Counseling Outcome Research and Evaluation*, 1(2), 40–49. <https://doi.org/10.1177/2150137810373920>
- Powell, M. L., Newgent, R. A., y Lee, S. M. (2006). Group cinematherapy: Using metaphor to enhance adolescent self-esteem. *The Arts in Psychotherapy*, 33(3), 247-253. <https://doi.org/10.1016/J.AIP.2006.03.004>
- Rosenfeld, J. (2018). Cinematherapy with inside out: A theoretical and practical guide. *Graduate School of Professional Psychology: Doctoral Papers and Masters Projects*. https://digitalcommons.du.edu/capstone_masters/297
- Sacilotto, E., Salvato, G., Villa, F., Salvi, F., y Bottini, G. (2022). Through the looking glass: A scoping review of cinema and video therapy. *Frontiers in Psychology*, 12, 732246. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.732246>
- Sharp, C., Smith, J. V., y Cole, A. (2002). Cinematherapy: Metaphorically promoting therapeutic change. *Counselling Psychology Quarterly*, 15(3), 269-276.
- Turns, B., y Macey, P. (2015). Cinema narrative therapy: utilizing family films to externalize children's problems'. *Journal of Family Therapy*, 37, 590-606. <https://doi.org/10.1111/1467-6427.12098>
- Tylikowska, A., y Tucholska, K. (2017). Cinematherapy possibilities: How to use films to solve psychological or social problems and enhance quality of life in the elderly. *Active and Healthy Ageing*, 13(1), 33-47. <https://ojs.wsb.edu.pl/index.php/bgs/article/view/743>
- Villegas, M., y Mallor, P. (2011). Recursos analógicos en psicoterapia (II). El cine. *Revista de Psicoterapia*, 22(86/87), 21–56. <https://doi.org/10.33898/rdp.v22i86/87.623>
- Vivas Rodríguez, M. E., Cantero Sánchez, F. J., y Salado Navarro, V. (2022). La comunicación del psicólogo a través del cine: Análisis del estereotipo fílmico. *Revista Panamericana de Comunicación*, 4(1), 155–173. <https://doi.org/10.21555/rpc.v4i1.2559>
- Weisz, J. R., y Kazdin, A. E. (2018). The present and future of evidence-based psychotherapies for children and adolescents. En J. R. Weisz y A. E. Kazdin (eds.), *Evidence-based psychotherapies for children and adolescents* (3ª ed., pp. 577–595). Guilford Press.