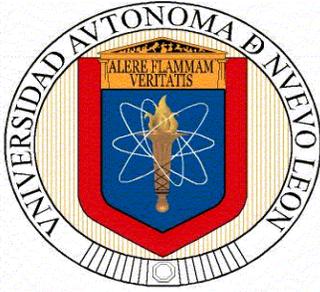


**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN  
FACULTAD DE ARQUITECTURA**



**Maestría en:**

**Ciencias con Orientación en Gestión e  
Innovación del Diseño**

**Tema**

**La importancia de los procesos artísticos para el  
desarrollo y bienestar de grupos sociales en  
vulnerabilidad**

**Asesor:** *DR. GERARDO VÁZQUEZ RODRÍGUEZ*

**Alumno:** LAV. ABEL ALVINCE DUCATEL PETIT FRERE

San Nicolás de las Garza Nuevo León a 6 de Abril del 2012

# INDICE

	<b>Página</b>
<b>1.1. NTRODUCCION</b>	<b>4</b>
<b>1.2. Objetivos generales</b>	<b>6</b>
<b>1.3. Objetivos específicos</b>	<b>6</b>
<b>1.4. Hipótesis</b>	<b>7</b>
<b>II.- EL ARTE Y SU ROL EN LA VIDA DEL SER HUMANO</b>	<b>7</b>
<b>2.1 La psicología del arte</b>	<b>9</b>
<b>2.2. Descripción de medios artísticos para el trato de Personas con diferentes problemáticas</b>	<b>12</b>
<b>2.3. Medios artísticos</b>	<b>14</b>
<b>III.- El Arte-Terapia como medio de sanación emocional</b>	<b>16</b>
<b>3.1. Un poco de Historia del Arte-Terapia</b>	<b>21</b>
<b>3.2. ¿A quién se dirige el Arte-Terapia?</b>	<b>23</b>
<b>3.3. El rol del Terapeuta</b>	<b>26</b>
<b>IV.- TIPOS DE ARTE-TERAPIA Y OTRAS</b>	<b>30</b>
<b>V. LA IMPORTANCIA DEL DESARROLLO DE LA CREATIVIDAD EN EL ARTE-TERAPIA</b>	<b>38</b>
<b>5.1 El pensamiento y su desarrollo en la creatividad</b>	<b>41</b>
<b>VI. ARTE Y ARTE-TERAPIA EN CONJUNCIÓN PARA LA SOCIEDAD</b>	<b>45</b>
<b>6.1 Teorías del Arte-Terapia y su aplicación</b>	<b>47</b>
<b>VII.-EDUCACIÓN EN EL ARTE-TERAPIA Y OTROS APUNTES</b>	<b>52</b>
<b>VIII.- METODOLOGÍA APLICADA</b>	
<b>8.1 Descripción</b>	<b>58</b>
<b>8.2. Objeto del grupo de investigación</b>	<b>59</b>
<b>8.3. Descripción de Metodología</b>	<b>60</b>

<b>8.4. Resultados de la Investigación</b>	<b>61</b>
<b>8.4.1. Evaluación de grupo</b>	<b>62</b>
<b>8.4.2. Entrevistas con las alumnas</b>	<b>66</b>
<b>8.4.3. Contexto y avances de las alumnas</b>	<b>73</b>
<b>IX.-CONCLUSIONES</b>	<b>87</b>
<b>X.-BIBLIOGRAFÍA</b>	<b>89</b>

## **I.-INTRODUCCIÓN**

En el año 2006 a 2010 se me presentó la oportunidad de formar parte del equipo de trabajo del Consejo de Desarrollo Social del estado de Nuevo León, específicamente impartiendo talleres de pintura mural, óleo y acuarela a niños, jóvenes y adultos en centros comunitarios, los cuales tienen como principal objetivo el capacitar a las personas para que en un futuro próximo puedan apoyar a la economía de su familia con el oficio aprendido.

En el transcurso de estos años, observe los beneficios que obtuvieron las personas que asistían al taller y no sólo en el aspecto económico, sino también pude constatar que a través de la expresión artística, las personas, sin importar cuál era su género, edad, profesión, ocupación, discapacidad o su problemática de vida (violaciones, abandonos, violencia física y/o verbal, soledad, entre otras) podían encontrar paz, así como desahogo y libertad dentro de las actividades que practicaban

En el presente trabajo se analizan definiciones, métodos y aplicaciones de algunos escritores, pintores o terapeutas, donde cada uno define el arte como el proceso de trabajar favorablemente, apoyando con sus ideas y capacidades a los pacientes. Mostrando que los métodos que ellos utilizan pueden ayudar a poner en práctica el arte como terapia, y como sus aplicaciones ayuda a crear un cambio en las personas y así puedan salir adelante con esmero diario. Toda esta experiencia lleva hasta una definición del arte; El arte es una terapia real que expresa sentimientos, pensamientos, ideas y sueños es la acción de llenar el corazón de alegría y felicidad para todo ser humano que busca expresar sus sentimientos, sus ideas a través de su imaginación y pueda plasmar sus emociones y percepción.

En esta época en donde el estrés tiene una importancia muy grande en nuestra sociedad, el ser humano necesita buscar la manera idónea de escapar de sus ocupaciones cotidianas como es el trabajo o quehaceres de la casa. Ésta actividad de "liberación" de estrés debe darle la oportunidad de expresar sus ideas, debe motivarlo a querer invertir su

tiempo y darle la posibilidad de encontrar y usar diferentes herramientas para ayudarlo, sería hablar, de una especie de terapia.

Ahora bien, los problemas del mundo contemporáneo son evidentes: hambre, guerra, analfabetismo, injusticia, contaminación, criminalidad, delincuencia y una interminable lista de fenómenos similares. ¿Estos problemas se van a resolver solos? ¿Se van a resolver sólo con la buena intención de quien desea resolverlos? Tal vez lo primero que se necesite para empezar a resolver estos problemas es, sin duda, el deseo de resolverlos, el compromiso decidido para solucionarlos y, entre otras cosas, el conocimiento técnico para iniciar acciones. Sin embargo, es claro que ha habido buenas intenciones, compromiso y conocimiento, pero esto no ha permitido su solución.

A todo ser humano, los problemas (un problema es la situación que una persona juzga como mala, que representa un déficit, un inconveniente, y muestra una falta de armonía o simplemente un enigma) llegan a motivarlo para aceptar el reto de solucionarlos, manteniendo un punto de vista positivo sobre la vida y la fuente de la que puede surgir el goce. En muchas ocasiones sufrimos problemas y nos toma más tiempo de lo esperado lograr solucionarlos, o llega a ocurrir que, simplemente no lo solucionamos y se agrava.

Las respuestas que se han dado hasta ahora no han sido suficientemente buenas; no habido la suficiente dosis de eficiencia, eficacia y/o relevancia en la empresa de resolverlos. Falta creatividad.

Buscar la solución al problema implica conseguir lo que le resulta deseable a la persona, y que puede lograr la armonía en su ser. Es necesario seleccionar la mejor alternativa de las que existan para solucionar nuestros problemas, la cual puede significar consuelo, darnos el conocimiento necesario para resolverlo o dar con el resultado que se pretende encontrar.

Se puede definir que el arte es un lenguaje creado por la fantasía, por medio del cual el hombre expresa y comunica a los demás su estado de ánimo, cualquiera que este sea: triste, alegre, colérico, etc. Es por eso que, la expresión mediante el arte es la forma más eficaz de poder controlar el estrés y los diferentes tipos de problemas a los que nos pudiéramos enfrentar, por tal motivo es de vital importancia que el ser humano vaya descubriendo mediante su experiencia cómo ser creativo a través de la aplicación del arte.

Así mismo, este trabajo registrará el beneficio, el acompañamiento y el impacto del arte, en las vidas de alumnas de pintura y dibujo, específicamente del trabajo de mujeres adultas y personas jubiladas. Realizando un recorrido simbólico que permita una mayor comprensión de sus progresos, a través de sus producciones artísticas y obras plásticas.

### **1.1 OBJETIVO GENERAL**

- a) Como objetivo del presente trabajo nos hemos puesto el comprobar que la actividad artística, particularmente la pintura, propicia un proceso de transformación y de mejora en la calidad de vida de mujeres adultas, especialmente en aquellas que se encuentran jubiladas, por representar una alternativa al uso de su tiempo libre.

### **1.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- a) Explicar las diversas técnicas artísticas que se emplean actualmente como medio terapéutico, así como la existencia de estos métodos prácticos y la importancia que los procesos artísticos tienen en el desarrollo y bienestar de grupos sociales en vulnerabilidad.
- b) Dar a conocer las bondades de la actividad artística (pintura) como medio ocupacional del tiempo libre.

c) Conocer las técnicas pictóricas más adecuadas en función de la condición de jubiladas como actividades ocupacionales del tiempo libre.

d) Definir la terapia artística apropiada de acuerdo a grupos particulares.

### **1.3 HIPÓTESIS**

Suponemos que la aplicación de diferentes técnicas artísticas propicia un gran cambio positivo en la vida de aquellas personas que las practican, podríamos decir que el arte es una terapia real y efectiva en los procesos de mejoramiento para la calidad de vida en grupos vulnerables de la sociedad.

## **II.- EL ARTE Y SU ROL EN LA VIDA DEL SER HUMANO**

“Todo arte es la creación de formas perceptibles, que expresa emociones y sentimientos humanos”<sup>1</sup>

Desde tiempos remotos el ser humano siempre ha creado representaciones artísticas que le permiten recrear sus experiencias, procesos vitales y evolución. Desde la era prehistórica de las cavernas, los seres humanos ya creaban configuraciones que servían de equivalentes a sus procesos vitales. A este proceso de expresión vital se le ha llamado arte, y el proceso por el cual esto ocurre en el fondo, sigue siendo todavía en cierta forma

---

<sup>1</sup> Lange S. 1966 “Los problemas de arte”. Buenos Aires. Ediciones Infinito

misterioso. Para poder comprender y entender el arte de hoy (dígase siglo XXI), habrá que considerar toda producción artística del hombre que ha tenido lugar desde tiempo remotos y su importancia.

Podemos entonces, hacer la siguiente definición sobre el arte: Es la transformación de la materia, mediante el uso de una técnica para realizar una representación.

Encontramos que, el arte es el concepto que engloba todo tipo de creatividad realizada por el ser humano, sirve para poder expresar sus sentimientos, las ideas más profundas que atraviesan en su imaginación, y es donde puede plasmar emociones, percepciones y ver el contexto de su vida social en distintas percepciones. El arte estimula las capacidades propias del individuo, desarrolla su creatividad y expresión individual funcionando como un medio para lograr satisfacción y mejorar personalmente. e permite al individuo proyectar conflictos internos y, por tanto ofrece la posibilidad de resolverlos. Toda persona es capaz de ser creativa y esto es una necesidad, un impulso innato que reside en nosotros. En la posibilidad de crear, es en donde está la gran fuerza terapéutica del arte.

Cuando creamos de forma consciente o inconsciente estamos expresando todas las partes de nuestro ser y nos damos la posibilidad de liberarnos, nos sentimos conscientes y da potencia a la creatividad en nuestra vida, despertándola y convirtiéndola en una pieza más de ese motor que nos hace funcionar.

Así podemos decir que el arte es un recurso de comunicación que utiliza la creatividad, del cual se obtiene información de aquello que los pacientes plasman y las técnicas que utilizan. Tal información puede ser positiva o negativa. Además, este recurso nos permite un contacto directo con el estudiante, y representa una comunicación efectiva en relación con su trabajo.

cada arte supone un aprendizaje e investigación personal que lleva de viaje de aventuras a la persona convirtiéndola en protagonista de su vida. Con cada trabajo está la

oportunidad de llegar más allá en el auto-conocimiento, atravesar barreras, soltar cargas, disipar fantasías, hacer duelos, superar conflictos, animar el alma.

## **2.1 La psicología del arte**

En la actualidad la psicología del arte nos ayuda a analizar los procesos artísticos, estudiando las semejanzas y contrastes que presentan en su comportamiento creativo los seres humanos, y explorando las claves del aprendizaje del arte y del deleite estético, especializándose en mostrar las diferentes maneras o métodos de expresión e interpretación del hombre y la sociedad. Esta rama de la psicología, trata de elaborar teorías acerca tanto de la actividad creativa como de la perceptiva, utilizando sus conceptos y principios. Lo que pretende esta área de la psicología, es registrar el modo particular que cada uno tiene de construir una imagen, buscando revelar aquello que nos motivó a crear esa imagen.

En cuanto a las relaciones que la psicología del arte mantiene con otras disciplinas artísticas, como la danza, el teatro, la literatura, etc. se han de destacar los aportes esenciales de la filosofía para la comprensión de los fenómenos estéticos, también es de gran importancia comprender, por ejemplo, el aporte de la historia del arte. Todo esto con el fin de apreciar y dar su justa importancia al arte, pues la vinculación entre la psicología del arte con las disciplinas mencionadas muestran la necesidad de un trabajo interdisciplinario. Tomar en cuenta esta área de la medicina es muy importante para poder conocer, y analizar el pensamiento del ser humano, y así llegar a un mejor entendimiento de la creatividad y del arte. Nos sorprendería aprender que, la verdad es que los gustos estéticos no son tan individuales como la mayoría creemos. Imaginemos el siguiente caso: Nos encontramos ante un grupo grande de personas, las cuales a la hora de seleccionar determinadas obras, tendrán una preferencia generalizada por algunas de ellas. Pero esto no es lo único, sino que cuanto más factores culturales compartan ya sea edad, grupo

étnico y nivel socio-económico, más claramente se verá esta coincidencia de gustos estéticos. Esto nos demuestra, además, que la valoración artística está en gran medida relacionada con el medio histórico-cultural en el que vive cada individuo.

Tomemos en cuenta lo que dice el autor Mario Rodríguez Guerras al cual establece que "para encontrar lo que afecta a las creaciones del hombre de esta época, hay que observar dos aspectos:

1.- La exigencia de una definición más precisa del arte, a través de un pensamiento más científico y enfocado a la razón.

2.-La consideración de las formas, incluso antes del contenido." <sup>2</sup>

Cuando se realiza un relato, ya sea poético, plástico o musical, ese relato nos está contando una línea de pensamiento. El autor, al hacerlo, organiza los espacios del lenguaje desde su punto de vista individual. Estos espacios están constituidos no sólo por distintos tipos de lenguajes, sino también por recuerdos que pueden despertar ciertas emociones, tanto positivas como negativas. Aquí se están involucrando campos de fuerza lingüística, literarios, emotivos, cognitivos, racionales, anímicos. Todos interactúan desde el punto de vista del autor y también desde el punto de vista del espectador, oyente o lector, formándose el tan ansiado diálogo o comunicación entre ambos. Este diálogo, entre autor y espectador, oyente o lector, se da cuando el material visto por cada uno logra un punto de aceptación o de rechazo. Cada persona tiene su propia manera de ver las cosas. Esa mirada no es universal, cada uno tiene su punto de vista. A veces coincidimos, otras más habrá discrepancias en nuestras opiniones sobre una misma situación. Estos diálogos o puntos de vista, concordantes o no, se pueden dar de dos maneras:

1.-Desde el aquí y el ahora (lo actual), pudiendo cambiar la opinión en el momento.

2.-Desde el aquí y el ayer. Un concierto de Beethoven o una escultura de Miguel Ángel (el ayer), es decir, que no es necesaria la coexistencia temporal.

---

<sup>2</sup> <http://revista.escaner.cl/node/1205>

También esa coincidencia, ya sea favorable o no, se puede dar por un recuerdo o tal vez una emoción. Algunas personas ven algo y se emocionan, otras pueden sentir rechazo; es decir que el diálogo, tan ansiado en la comunicación visual, se da por lo positivo, lo negativo y aún por el sentimiento de rechazo que pudiéramos sentir.

Algunas veces esa imagen que se rechazó en un principio, comienza a sernos familiar, a internalizarse al verla en repetidas ocasiones, nos crea incógnitas y cuando, después de muchos años, después de muchas vivencias, se nos vuelve a mostrar esa imagen, es como si ya no nos impactase tan negativamente: incluso a veces podemos ver algo imaginario, figurativo o evocador aún dentro de la misma abstracción.

También es cierto que, el problema de la percepción es uno de los más importantes de la psicología del arte. Pero no es su problema central, pues él mismo se encuentra en dependencia de la solución que le demos a otras cuestiones que se encuentran en el centro mismo de nuestro problema. La psicología del arte tiene que comenzar no con aquel capítulo que habitualmente se relaciona con las vivencias estéticas elementales, sino con los otros problemas, los que tienen que ver con los sentimientos y la fantasía. Podemos afirmar inclusive, que la comprensión adecuada de la psicología del arte podrá resultar solo de la intersección de estos dos problemas.

Es así, que hago uso de conocimientos del arte y los combino con aquellos que he podido desarrollar a través de mi trabajo, y concluyo diciendo que el arte nos sirve para ayudar a la gente a salir del rincón del estrés. Haciendo uso de las herramientas que esta área nos da para ayudar a los demás, no sólo a crear arte sino a que el creador muestre su trabajo y sea empujado a desarrollar su creatividad.

## **2.2 Descripción de medios artísticos para el trato de personas con diferentes problemáticas**

Dentro del Arte, encontramos diferentes técnicas. Que además de ser herramientas de expresión artística, pueden ser consideradas un proceso terapéutico

que logra plasmar sentimientos, ideas, frustraciones, acontecimientos, etc. que han marcado su vida de manera positiva o negativa.

A continuación se enumeran las diferentes técnicas artísticas y se da una breve descripción de las mismas.

### A. Técnica del pastel:

Es una técnica que consiste en hacer uso de colores pasteles, son una especie de gis. Se trabaja como un polvo y que se difumina sobre la superficie, por lo que hay que saber difuminar bien en esta técnica. Se puede dibujar sobre cascarón de huevo, papel canson, o cualquier superficie plana como el piso.

### B. Pintura (mural):

Pintura bidimensional condicionada por los paramentos arquitectónicos o muros que actúan de soporte. Una de las técnicas propias de la pintura mural y la más común es el temple. Requiere de un proceso de preparación del muro previo a la ejecución de la obra. Primero se le da un enlucido de yeso blanco, se lijan las irregularidades y se pasa una mano de templa por toda su extensión. Cuando está seca se disimulan los fallos o grietas con una masilla confeccionada con tres partes de yeso blanco y una tierra blanca, amasada con el mismo temple, la cual se conserva en un envase apropiado para ser utilizada de un día para otro. Una vez seco este material se lija y se repasan de templa. [www.artelisa.com](http://www.artelisa.com)

C. La técnica de acuarela :

Esta técnica pictórica consiste en una pintura a base de agua, se trabaja sobre papel o cartón, con la textura transparente en aplicación diluyendo en agua la pintura. En ésta técnica no se utiliza el color blanco. El resultado es un trabajo agraciado, transparente y en tonos naturales, y su método se comienza mezclando goma arábica soluble en agua, para su posterior aplicación en papel cartón y en diferentes tipos de papeles. En el procedimiento usamos el papel y agua y aplicamos directo.

D. La técnica de óleo:

Se trata de una mezcla de resinas y aceites con pigmentos. Los aceites le dan fluidez y con los pigmentos se puede hacer más espeso y duro. Las pinturas al óleo aportan mucha capacidad de representación porque nos permiten crear muchos tonos y la calidad de los colores es muy alta. Permite trabajar despacio porque se seca lentamente, lo que permite hacer degradados, fundidos y sombreados tranquilamente mientras observamos la realidad. Pero sobretodo una vez seca, la pintura continúa teniendo un color vivo y potente, gracias a sus bases aceitosas.[www.pinturayartistas.com](http://www.pinturayartistas.com)

## **2.3 Medios artísticos**

Algunas artes y técnicas artísticas se han convertido en verdaderos instrumentos terapéuticos para aquellas personas que las practican, ya que sus bondades son infinitas. Todos estos instrumentos terapéuticos tienen diferente impacto en nosotros, pero todos el mismo fin, ser un medio de expresión positivo para nuestro ser. A continuación se describen brevemente algunas de estas terapias, comentando básicamente lo que la persona logra y hace en ellas

### **A. Expresiones Plásticas**

Facilita la expresión mediante medios no verbales, como dibujos, esculturas, collages y otras técnicas provenientes de las artes plásticas permite que emociones y sensaciones que intervienen en un proceso terapéutico tomen colores, líneas formas y movimientos para que el material inconsciente se haga presente en forma visual y expresar con símbolos e imágenes lo que en ocasiones no se puede transmitir con palabras. No es necesario contar con ningún conocimiento artístico previo para participar de este medio terapéutico.  
[Espaciologopedico.com/¿Qué es arte terapia?](http://Espaciologopedico.com/)

### **B. Musicoterapia**

La aplicación científica del arte de la música con finalidad terapéutica, para prevenir, restaurar y acrecentar la salud tanto física como mental y psíquica del ser humano, a través de la acción del musicoterapeuta. Al decir arte de la música alude al hecho de que solo la música que sea arte puede ayudar realmente al ser humano, debido a su significado profundo. Al hablar de obra de arte se toma en un sentido muy amplio; no se limita a las obras de los grandes maestros, sino a toda pieza musical (clásica, folklórica, popular) actual o del pasado capaz de

generar emoción, ya que si es capaz de generar emoción puede tener valor terapéutico para aquella persona concreta que la percibe con tal contenido.

**Poch 1981, programa de formación para mediadores en musicoterapia y discapacidad libro de ponencias 2002**

### **C. Psicodrama:**

Consolida los alcances del teatro en el campo de la psiquiatría, al colocar un actor-paciente en un escenario teatral, donde éste dramatiza su patología y sus vivencias frente a un público también conformado por pacientes. El paciente psicodramático se enfrenta ante una audiencia con la que establece una especie de identificación por repercusión, al representar en escena conflictos humanos que también pueden ser vivencia dos por ellos. El psicodrama se adhiere al empeño en transformar la actitud pasiva del espectador, y traza un amplio sistema de correlaciones con el público teatral con la finalidad de experimentar una terapia que le ayudara al paciente, en su proceso de curación.

Moreno J.L 1995.Terapia de acción y principios de su práctica Ed Lumen. Argentina

### **D. Danza terapia:**

Nace de la danza en su forma más simple: de los movimientos naturales y espontáneos del ser humano. Es una técnica corporal que interrelaciona arte (danza) y ciencia (psicología) para la atención de problemas de salud y de aprendizaje en un proceso de integración psicofísica.

La expresión de la interioridad de las personas a través de la danza – movimiento permite el surgimiento y el posterior desarrollo de la creatividad, la expresión y la sensibilidad favoreciendo la aceptación de uno mismo y de los demás. A través del trabajo individual y/o grupal se potencia la construcción de un yo corporal más seguro.[www.biomanantial/terapias alternativas](http://www.biomanantial/terapias alternativas)

Las artes son medias para explorar nuestro propio paisaje interior. Cuando las artes nos conmueven de una manera genuina, descubrimos lo que somos capaces de experimentar. Las artes nos ayudan a descubrir el contorno de nuestro ser emocional. Ofrecen recursos para experimentar el alcance y la variedad de nuestra receptividad y nuestra sensibilidad.

Por medio de las artes aprendemos a ver lo que no habíamos advertido, a sentir lo que no habíamos sentido y a emplear formas de pensamiento propias de las artes. Estas experiencias tienen una importancia fundamental porque, por medio de ellas, emprendemos un proceso donde se reconstruye nuestro ser

El arte y la creación de la mente Elliot W Eisner Paidós 2002 España

Fragmento de la carta de Pietro, un estudiante romano de artes plásticas, después de participar en un seminario sobre línea y color impartido por María Fux quien es bailarina, coreógrafa y danza terapeuta argentina. Poseedora de una estética propia y una comprensión de la Danza como camino hacia la plenitud de las potencialidades expresivas que toda persona posee.

Creadora de la Danza terapia, su trabajo es interactivo, reuniendo en sus clases alumnos down, sordos, débiles mentales, personas con dificultades de aislamiento, o soledad, ancianos, entre otros.

“Hoy por primera vez en mi vida, en dos horas he esculpido y pintado millares de líneas o de masa o manchas de color; por primera vez quizá he descubierto mi vientre extrayendo mi ser y mi cuerpo y el espacio y los cuerpos de mis compañeros, estimulo mi conciencia en el sentido de conocer y buscar en lo profundo de las vísceras mi alegría, mi vida y la de los otros, gracias a María Fux, que me ha quitado de las espaldas la gruesa columna de mármol que me hacía iniciar con gran temor o desconfianza mis relaciones con los demás. Después he valorado en las otras horas el contacto humano y honesto que me habían ofrecido desde el nacimiento, que yo no había sabido nunca apreciar y acercar sin temor y desconfianza.”

### **III.- EL ARTE-TERAPIA COMO MEDIO DE SANACIÓN EMOCIONAL**



“Una obra de arte no es auténtica o verdadera ni en virtud de su contenido, ni en virtud de su forma pura, sino porque el contenido se ha hecho forma” H. Marcuse (1972)<sup>3</sup>.

Algunas definiciones del arte-terapia son las siguientes:

- a) Es la manifestación de la actividad humana mediante la cual se expresa una visión personal y desinteresada que interpreta lo real o lo imaginario con recursos plásticos, lingüísticos o sonoros<sup>4</sup>.

---

<sup>3</sup> “El arte como forma de la realidad”, New Left Review 74 (Julio-Agosto de 1972), 51-58

<sup>4</sup> <http://diccionario.realacademiaespañola.com>

- b) Actividad que requiere de un aprendizaje y a su vez puede limitarse a una habilidad técnica: como al mismo tiempo ampliarse hasta el punto de incluir una visión particular del mundo<sup>5</sup>.
- c) La concepción del arte, consiste en manifestar la belleza como la única materia del arte, y basta para resolver cuanto al arte concierne<sup>6</sup>.
- d) Es el descubrimiento de los elementos artísticos que pueden dar un valor agregado a la vida, los cuales reflejan a profundidad el contexto cultural de los individuos; es decir, a través de una técnica se pueden plasmar formas que reflejan la realidad del individuo<sup>7</sup>.

El objetivo del arte-terapia, es estimular a los pacientes a expresar sus sentimientos y emociones bajo una forma visual o plástica (pintura, escultura, dibujo, música, etc.). Es un método ideal para relajarse y resolver de manera natural los problemas. No importa el talento o la capacidad que se tenga para producir arte, lo imprescindible es saber escuchar la "voz" interior y expresarse a través de la creación artística.

Si por Arte-terapia entendemos la aplicación del arte y su manifestación como elemento curativo de nuestra propia vida, entonces podríamos decir que la premisa sería el restablecimiento de la armonía que debe existir en nuestro interior psíquico, con respecto al mundo que nos rodea, nuestros semejantes y todo aquello que convive con nosotros en esta arca de Noé que denominamos mundo y de la cual somos una parte indisoluble.

La práctica del Arte Terapia se basa en el conocimiento del desarrollo humano y de las teorías psicológicas, que se ponen en práctica a través de distintos medios terapéuticos tanto educacionales como cognitivos, psicológicos y otros, con el objetivo de ayudar en los casos de conflictos emocionales, deficiencias psíquicas y sociales, autoestima, desestructuración personal y familiar y otros problemas sociales y psicológicos.

---

<sup>5</sup> <http://diccionario.babylon.com/arte/>

<sup>6</sup> <http://www.artyletras.com/leontolstoi01.htm>

<sup>7</sup> <http://www.asociacionspanola/arteterapia>

Se centra en la evolución creativa que atraviesa la persona durante el desarrollo de su trabajo artístico, sin que tenga importancia el resultado estético. Se basa en la idea de que a través de las propuestas creativas realizadas, el cliente o paciente puede llegar a expresar lo que le pasa y encontrar el significado de sus conflictos psíquicos o emocionales, favoreciendo su comprensión y posterior resolución. Y fomenta el autoconocimiento, la reflexión, la creatividad, así como despierta las facultades del hemisferio derecho de nuestro cerebro.

En esta actividad se utilizan métodos terapéuticos *creativos de lenguaje verbal y no verbal* que facilitan la exploración de las emociones, el cuerpo y la mente, tales como: *la pintura, la escultura, el barro, la danza, representaciones teatrales, la expresión corporal y vocal, la música y diferentes instrumentos musicales, la fotografía, video-terapia, escritura creativa, foto-poesía, relajaciones, visualizaciones, afirmaciones, trabajo con mándalas, land-art, entre otros.*

Algunos de los beneficios que la actividad artística puede ofrecer con una regulación terapéutica adecuada son los siguientes:

- ❖ El medio artístico proporciona una herramienta capaz de comunicar a niveles no verbales.
- ❖ El acto de dibujar o realizar cualquier tipo de actividad artística permite al individuo experimentar sensaciones físicas del movimiento y explorar el espacio de las formas representadas.
- ❖ La presencia física de los materiales, objetos e imágenes facilita que la persona con autismo interactúe con el terapeuta de una forma menos directa de la que se puede plantear en una situación verbal.
- ❖ Los procesos artísticos pueden afectar de manera positiva el autoestima y calmar frustraciones ya que proporcionan oportunidades de éxito: no hay forma errónea de manipular los materiales en una actividad artística, siempre que no se usen para destruirse a uno mismo, al terapeuta o al espacio.
- ❖ Los procesos artísticos proporcionan experiencias de cambio y transformación. Es muy difícil realizar dos obras plásticas literalmente iguales.

- ❖ Los procesos artísticos capacitan el desarrollo de la imaginación y capacidades de juego.
- ❖ El uso en sí mismo de los materiales artísticos proporciona un beneficio a la persona, no necesariamente se ha de llegar a la manufactura de un producto final.

La práctica del arte terapia es la clave para ayudar a los seres humanos a pensar de una manera diferente, y ayuda a desarrollar conocimiento a través de la creatividad, así como contribuir a tener mayor control sobre el estrés. Nos facilita expresar y cambiar la experiencia interior, ayuda a identificar conflictos y transformarlos de manera creativa, para percibir el mundo de manera diferente. Esta disciplina busca rescatar el efecto sanador de la expresión artística.

Precisamente la terapia a través del arte, se apoya en la base de la propia condición del arte, en poder reflejar y predecir los procesos personales y sociales, se basa en la capacidad de desentrañar estos procesos cuando pueda existir algún tipo de conflicto personal y social. Emplear la capacidad artística para tratar enfermedades, supone contemplar un gran *crisol de disciplinas*, ya que aúna las cualidades del psicoanálisis, la psiquiatría, la pedagogía y la sociología.

El arte permite proyectar conflictos internos y, por tanto ofrece la posibilidad de resolverlos. Toda persona es capaz de ser creativa y esto es una necesidad un impulso innato en el individuo. Esta posibilidad de crear, es donde reside la gran fuerza terapéutica del arte. Esta terapia da soporte terapéutico a las personas que se encuentran en una situación de angustia emocional, ya que, en una sesión de arte-terapia se busca que la persona deje a un lado el miedo a expresarse, que haga salir sus emociones y sentimientos reprimidos y alojados en el inconsciente, para salir y ayudarnos a conocer sus orígenes, estimulando las capacidades propias del individuo, desarrollando su creatividad y expresión individual, funcionando como un medio para lograr satisfacción y mejora personal.

El proceso terapéutico es una actividad que ayuda a todas las personas adultas a empezar con una disciplina, que les permite tener un control sobre sí mismas para poder realizar un ejercicio terapéutico, por el beneficio de su salud y con el objetivo de seguir activas después su jubilación, para evitar entre otras cosas, enfermedades, estrés y más. Es un proceso para las personas que tienen la necesidad de enfrentar o buscar la manera más adecuada de salir adelante con su vida

### **3.1 UN POCO DE HISTORIA DEL ARTE-TERAPIA**

En el antiguo Egipto había un lugar que se llamaba el *Templo de la Belleza*, en donde las personas que eran delincuentes, enfermos mentales o físicos, incluso ladrones comunes, eran llevadas y sometidas a terapias, muy conocidas actualmente, pero que en realidad son muy antiguas, como el *aroma terapia*, la *musicoterapia* o la *gemoterapia*.

Luego, al entrar en armonía con su cuerpo y mente, gracias al aprendizaje de oficios, esas personas volvían a ser reinsertadas en la sociedad, totalmente transformadas y en armonía consigo mismas y con el mundo.

También en la Antigüedad Clásica, se conocían las propiedades terapéuticas del arte y los beneficios que trae practicarlas, tales como una mejora en el equilibrio de la vida del ser humano y una elevación de la consciencia<sup>8</sup>.

Es en el siglo XX cuando el arte empieza a ser considerado como una alternativa *de tratamiento terapéutico*. Comenzó a usarse en los hospitales durante la Segunda Guerra Mundial, por Adrian Hill, un artista que pasaba su convalecencia en un sanatorio, Hill se dedicó a pintar para liberarse de la nostalgia, el aburrimiento y los malos recuerdos. Posteriormente, comenzó a compartir con los otros enfermos, los reconfortantes efectos de su actividad creativa en aquellas épocas tan angustiantes. Según parece, algunos de los

---

<sup>8</sup> <http://artterapia.wordpress.com/>

pacientes comenzaron a dibujar y a pintar las terribles escenas de muerte y desolación que habían vivido en el frente; estas pinturas les servían para poder comunicar su sufrimiento y sus temores.

Poco después de finalizada la guerra, en 1946, Adrian Hill, *se convierte en el primer terapeuta artístico* que trabaja de forma remunerada en un hospital. Si Freud creía que *los símbolos escondían sentimientos y fantasías inconscientes*, Jung (un reconocido terapeuta \_\_\_años), pensaba que *dichos símbolos revelaban los conceptos más ocultos*.

Jung había descubierto, a través de su propio proceso, que el uso de materiales artísticos y el dibujo de mándalas eran herramientas muy útiles, por esto para muchos Carl Gustav Jung fue el precursor del arte terapia<sup>9</sup>.

En los últimos años se han producido avances significativos, tal es el caso de países como *Gran Bretaña*, donde desde 1999 el arte terapia cuenta con un status profesional reconocido dentro del servicio de Sanidad. Esta posición implica necesariamente una formación reconocida y un registro de profesionales con un estatuto protegido. Posteriormente, es ahí en donde *se institucionaliza* el arte terapia como una disciplina reconocida desde los ministerios; tanto el de Educación (con la admisión de esta disciplina a sus planes de estudio), como el ministerio de Trabajo, al ser reconocida como una nueva profesión cuyo ejercicio implica estar inscrito en los organismos competentes, estar colegiado y poseer los correspondientes permisos.<sup>10</sup>

Desde sus inicios han existido dos corrientes fundamentales en el Arte-Terapia, una que hace énfasis en el aspecto psicoterapéutico y otra que acentúa el aspecto artístico. Más tarde surge la Terapia Artística con una orientación existencialista y humanista, luego llega el Arte Terapia de orientación psicoeducativa, principalmente cognitiva y conductual, para seguir con el Arte Terapia de orientación sistémica y enfoques que buscan la integración teórica.

---

<sup>9</sup> <http://www.ucm.es/info/mupai/alcaide3.htm>

<sup>10</sup> [http://www.asanart.es/docs/nuevos\\_caminos.pdf](http://www.asanart.es/docs/nuevos_caminos.pdf)

La terapeuta Margaret Naumburg, pionera reconocida de la terapia artística en los Estados Unidos trabajó desde la perspectiva psicoanalítica, alentaba a sus pacientes a dibujar espontáneamente y luego a hacer asociaciones libres a partir de sus obras, entiendo las imágenes como una forma de comunicación entre paciente y terapeuta con el objetivo principal de facilitar que los contenidos alojados en el inconsciente afloraran al plano consciente.

Actualmente en el Arte-terapia participan equipos de profesionales, en colaboración con psicólogos o psicopedagogos, en instituciones públicas y privadas, y en consulta privada. En España se está trabajando por el reconocimiento social y profesional a través de una formación profesional en varias universidades y con la futura regulación de terapias naturales.

### **3.2 ¿A QUIÉN SE DIRIGE EL ARTE-TERAPIA?**

Las sesiones de Arte-terapia se dirigen al público *en general, tenga o no alguna enfermedad o patología*, ya que la arte-terapia es una herramienta más para el crecimiento personal y la auto-sanación. *En ningún caso se necesitan tener nociones artísticas previas.*

Desde mi punto de vista el arte-terapia es adecuada para aquellas personas que quieran tener un medio de expresión que facilite la articulación verbal de los conflictos, sensaciones y sentimientos a través de la exploración artística. También es útil a aquellos que necesiten ayuda para encontrar otras formas de comunicación con uno mismo y con los demás. Así mismo, nos propicia un proceso de creación-transformación, en el cual se establecen las condiciones idóneas para desarrollar el potencial creativo y auto-curativo que está en cada uno de nosotros. Es positivo si buscamos entregarnos al juego, aprender a escucharnos, a observarnos, y hacer un recorrido simbólico por nuestro interior. En este proceso, prima lo auténtico de uno mismo a lo estético, sea lo que sea, sin juzgar, no existen calificativos de si es bonito o feo, todo se acepta para ser observado con una mirada neutral, respetando la libre expresión.

Es también una buena opción para aquellas personas que buscan un medio de resolución de emociones, mejora del estado anímico y fortalecimiento de la autoestima. Es por tal motivo que el dolor, el mal, el trauma, se convierten en las mayores pruebas que las personas que sean adeptas al arte-terapia deben de superar, y gracias al arte encuentran la manera de enfrentarlas. Mediante el arte terapia se busca canalizar todos estos sentimientos y transformarlos en obras que vengan de la creación de cada una de estas personas. El fin no es avergonzarse de aquello que molesta, sino transformarlo en creación de sí mismo.

Esta terapia no solamente se puede utilizar en todo tipo de patologías y enfermedades crónicas, sino también en los procesos de auto conocimiento.

“Cualquier persona que esté pasando por una crisis, por un momento en el que quiera impulsar un cambio, puede obtener mucha ayuda de estas terapias artísticas”.

Esta alternativa terapéutica también sirve para “paliar el fracaso escolar” y ayuda eficazmente en la falta de concentración y atención, y la desorientación de la pubertad.

Ahora bien, el arte terapia como su nombre lo indica es el encuentro entre dos proyectos, uno artístico y el otro terapéutico, se trata de un acompañamiento a personas con dificultades sociales, psicológicas, físicas, educativas, existenciales, a través de sus producciones artísticas, de tal manera que el trabajo realizado a partir de sus creaciones genere un proceso de transformación de sí mismas y les ayude a integrarse en sus grupos de referencia social, de una manera crítica y creativa.<sup>11</sup>

El proceso creativo que se encuentra en el arte terapia y que forma parte de la expresión personal, ayuda a las personas a resolver conflictos y problemas, a desarrollar habilidades interpersonales, controlar la conducta, reducir el estrés, aumentar el autoestima, tener una mayor consciencia de uno mismo, y alcanzar una introspección más

---

<sup>11</sup> <http://www.tallerdelretrato.com> Ana

profunda. Por ejemplo, los niños y los adultos que han estado expuestos a traumas, como aquellos que sufren por depresión, ansiedad o alguna otra enfermedad seria mental o física, pueden obtener enormes beneficios del proceso curativo del arte terapia.

Para poder identificar quién puede hacer uso de las bondades del arte-terapia, hay que aprender a leer los diferentes sectores que se encuentran en nuestra sociedad y ver quiénes son los más afectados o quién tiene más necesidad, si los niños, adolescentes o, bien, los adultos. El pintar o crear es un punto muy importante para cualquier persona, sin importar clase social, edad y sexo. Sin embargo, se dará el caso en el que las personas no saben lo que quieren. El psicoanálisis nos ha enseñado que muchos de nuestros deseos son inconscientes o semiconscientes. Quien no se conoce a sí mismo no puede desarrollarse; de la misma manera que quien no conoce un aparato no puede sacarle el mejor provecho ni beneficiarse de él.

Más allá del encanto de las creaciones de las personas que reciben arte-terapia, hay que entender que éstas son poderosamente expresivas. En sus creaciones, el arte se manifiesta como una poesía, la cual es capaz de llenar el corazón con alegría, felicidad; sólo es cuestión de saber tomar la decisión de empezar a crear, de jugar con los colores que tenemos a nuestras manos, con los cuales somos capaces de crear, dibujar y pintar.

### **3.2 EL ROL DEL TERAPEUTA**

Ahora bien, el empleo del Arte-Terapia puede y debe ser motivado, así como guiado, pero de ninguna manera desde el enfoque que adquiere a la luz de la psicología analítica, la cual tiende a exponer los complejos del individuo. Hacer esto, sería equivalente a desvirtuar el proceso curativo que viene siempre desde nuestro propio inconsciente en su búsqueda de equilibrio.

La artista y educadora Edith Kramer, hace énfasis en el proceso creativo artístico y sus propiedades interactivas y curativas. Basándose en el concepto de sublimación, enfatiza el arte en sí mismo como terapia, más que la psicoterapia que usa el arte como herramienta terapéutica, asignándole al arte-terapeuta el rol de ayudar al paciente a producir un trabajo artístico que contenga y exprese material emocionalmente cargado, actuando como un yo auxiliar y promoviendo la toma de conciencia de patrones de comportamiento recurrentes.<sup>12</sup>

El rol del terapeuta es el de guiar el proceso de revelación de los conflictos inconscientes en el paciente y ayudar a tratarlos, atribuyendo mayor importancia a la comunicación y el entendimiento que a la competencia del producto artístico, por lo que la evolución del tratamiento dependerá de la relación transferencial y del esfuerzo continuo que el paciente haga para interpretar sus dibujos.<sup>13</sup> Ninguna terapia depende tanto de otro factor, como de la actividad de la persona. El individuo inmerso en el proceso de cambio responde tanto a la obra creada como a la creación de la relación que se va dando entre el paciente y el arte-terapeuta.

El trabajo es guiado y con constante apoyo en todo momento por el arte-terapeuta, pues éste nos ayuda a la aceptación de la realidad tal cual, por dolorosa que sea, pero transfigurándola de manera que ésta nos ayude. Ayuda a ver los aspectos

---

<sup>12</sup> [http://es.scribd.com/doc7235257/22/diversas\\_orientaciones-Teoricas-del-arte-terapia](http://es.scribd.com/doc7235257/22/diversas_orientaciones-Teoricas-del-arte-terapia)

<sup>13</sup> Margaret Naumburg, El Arte como Terapia, Ed Herder

positivos de un buen trabajo de arte en el cual se refleja la persona, mientras éste trabajo le ayuda a superar sus conflictos, y le anima a sentir la satisfacción de haber realizado una obra digna de ser mostrada, que tiene un gran valor artístico.

“El arte es terapéutico cuando consigue cambios estimulados por el terapeuta que dirige las sesiones y el paciente que participa activamente en su sanación, ya que la terapia se basa en la relación entre una persona que está pasando por una etapa crítica, física o psíquicamente, un enfermo que ha perdido la salud por diferentes motivos y un terapeuta que trata de, partiendo de la situación actual, acompañarlo en el restablecimiento de la salud”

El Arte-Terapia se basa en ayudar a la persona afectada de alguna patología a obtener algún tipo de transformación o cambio. Para lograr esto se ha de recoger al enfermo donde está, tanto si es una enfermedad crónica como si no lo es. Se le coloca en un ambiente protegido y a través de la práctica artística la persona puede revisar, observar y cambiar aquellos esquemas que la han llevado a no estar sano.

El terapeuta no debe perder de vista que las terapias que utilizan el arte, se ocupan de encontrar un lenguaje artístico que permita manifestar lo que no se puede expresar de otra forma y tiene el propósito de tratar problemas psicológicos, afectivos o sociales con la asistencia de un terapeuta artístico. Lo importante en la terapia es el proceso que utiliza la persona para comunicar su interioridad y esto trasciende lo puramente estético.

“Observando la creación, tanto el terapeuta como el paciente ven reflejado el mundo interno y establecen dónde se encuentra el desequilibrio. Los elementos artísticos son el marco, un marco seguro, donde empezar a efectuar cambios que después se trasladarán a la vida cotidiana”.

Las técnicas de la terapia artística no se centran en el valor estético del trabajo artístico, sino sobre el proceso terapéutico, considerando que todo individuo, tenga o no

formación artística, posee la capacidad latente para proyectar sus conflictos internos por medio del arte.

La obra plástica es un lenguaje en imágenes, simbólico, metafórico, que expresa lo afectivo, las relaciones y los procesos creativos que vive la persona.<sup>14</sup> Es un medio de comunicación entre terapeuta y la persona que recibe esta terapia, el cual le permite al segundo comunicar contenidos, sensaciones y vivencias emocionales, que el lenguaje verbal no expresa claramente. La obra de arte puede contener ciertos símbolos que el terapeuta puede analizar, de la misma manera como se interpretan sueños en el psicoanálisis, pero con la diferencia que, es la persona que creó esa obra la que está encargada de interpretar esos símbolos artísticos que ha creado. Al final, la obra realizada es un nexo entre la persona creadora y el arte-terapeuta.

Debido a que las herramientas que se requieren para llevar a cabo el arte, no las podemos encontrar en las aulas de la escuela o en las colonias, o en ocasiones no se cuenta con los recursos económicos necesarios para adquirir los materiales y poder pintar, se puede buscar ayudar a aquellas personas para brindarles la oportunidad de producir, crear o expresar lo que les duele, lo que sienten, lo más grande de la vida. La cantidad de bocetos que presente la persona, servirán al terapeuta para evaluar el nivel de creatividad con el cual cuentan.

Todas las personas utilizan su propio punto de vista para crear, a través de un proceso de aceptación de ideas a explotar durante el proceso creativo; Esta forma de ver y de construir puede ser utilizada en cualquiera de las artes: música, pintura, dibujo, escultura, fotografía. Es a través de estas técnicas que de vez en cuando reducimos nuestra realidad, de forma tal que vemos sólo lo que queremos ver y, por supuesto, creemos lo que vemos, lo registramos y volvemos a construir a partir de esto nuestra propia imagen de lo conocido, es decir, construimos y organizamos espacios alrededor de nuestro propio mundo, no sólo del visible sino del subjetivo.

---

<sup>14</sup> <http://www.asociacionspanola/arteterapia>

Es por lo anterior, que hay que entender que, la motivación desempeña un papel muy importante en el progreso de la persona; pero hay que llevarla más allá y no sólo motivar a quien hace con calidad técnica las cosas, sino también a aquel que intenta hacerlas bien, en nuestro caso se motivará el deseo de ser creativo, fomentando la búsqueda de nuevas ideas, porque cuando se encuentra algo nuevo se sentirá una satisfacción por el trabajo mismo y la actividad artística nos permitirá ver las cosas diferentes y tener un quehacer motivante para el día con día.

#### IV.- TIPOS DE ARTE-TERAPIA Y OTRAS

Como se ha explicado, el arte-terapia es de gran ayuda y puede adaptarse a las necesidades de cada persona puesto que existen muy variadas técnicas, ya que se valen de las expresiones del arte, por lo que abarca desde la música hasta la pintura en su práctica. La utilización de las terapias que utilizan la música como elemento catártico que a continuación se describirán, son de gran ayuda para la sociedad, ya que basándonos en su utilización con fines terapéuticos, estas personas pueden expresar sentimientos positivos como es la libertad, la paz, etc. y/o sentimientos negativos que son reflejo de diversos problemas personales, ya sean abandono, traumas, depresiones, etc.

##### a) Terapias musicales

*P.F. Oswald*, KIEN ES escribe: "La música representa un refinamiento artístico de actividades biológicamente conducidas que sirve a la necesidad de comunicación, auto orientación, contacto social y expresión emocional a través de la producción de sonidos".<sup>15</sup>

La utilización de la música para otros fines no recreacionales, ha seguido caminos similares al drama.

En la bibliografía consultada, se refieren 3 argumentos fundamentales para su aplicación:<sup>16</sup>

- ❖ El estudio de la influencia de diferentes elementos de la música.
- ❖ El efecto terapéutico a partir de mecanismos Psicofisiológicos.

---

<sup>15</sup> Oswald PF. Facilitación psicoterapéutica de la creación musical. Am J Psychother 1992; 46(3):383-404.

<sup>16</sup> O'Callahan CC. Communicating with brain-impaired palliative care patients through music therapy. J Palliat Care 1993;9(4):53-5

- ❖ El poder afectivo y comunicacional de la música.

Tranquard, enuncia 3 aspectos de la Musicoterapia:<sup>17</sup>

- ❖ La Sonoterapia: Se refiere al poder fisiológico de la vibración;
- ❖ La Ritmoterapia: Se refiere al poder dinámico genérico de la música, en que el ritmo estimula la interacción entre los niveles sensorial, afectivo e intelectual.
- ❖ La Meloterapia: Consiste en el poder afectivo, comprobándose clínicamente que la melodía contiene una fuerza propulsora que despierta la actividad motriz y las emociones.

Estas terapias son útiles desde la estimulación a su uso cotidiano en la vida de los seres humanos acompañando diversas actividades cognitivas y diferentes estados emocionales, lo cual tiene un efecto saludable, Es también vehículo idóneo para la transmisión de mensajes de salud y de interés comunitario; también como elemento motivacional importante para el inicio de programas de Intervención, y como recurso para dinamizar el curso de los mismos, como en los programas de estimulación temprana a los niños.

En la prevención es utilizada en estrategias anti-estrés y en la psicoprofilaxis del dolor y del parto; además acompañada de otras técnicas puede proporcionar relajación profunda y ser un inductor para la meditación.<sup>18</sup>

---

<sup>17</sup> Patrick **Tranquart**, maestro estucador de Livarot (Francia)

<sup>18</sup> Loroño A. Biomúsica. Manual de musicoterapia. Madrid: Cuadernos, 1987:3-42.

En el plano de la curación se han utilizado las 3 vertientes fundamentales de aplicación de acuerdo con el tipo de paciente y tipo de problema, aunque no es frecuente su utilización en la atención primaria, pues hasta el momento se aprovechan poco las posibilidades materiales que en esta dirección pueda tener el paciente o grupo de la comunidad, y en rehabilitación la música siempre es un medio que estimula la mejoría de los estados afectivos, e impone estados de ánimo aprovechables en las situaciones psicológicas de pérdida.

b) Terapias danzarias.

La danza es una actividad que *permite la satisfacción de la necesidad de comunicación y movimiento del ser humano en todas las edades*, y a la que se adjudica un valor importante en la conservación de la salud.

Se reconocen 2 aspectos a los que va dirigido el estudio de los efectos terapéuticos de la danza:

- ❖ El movimiento como una necesidad física y psicológica del ser humano.
  
- ❖ La danza como comunicación de sentimientos, deseos y vida interna del ejecutante.

La danza, como recurso terapéutico, puede dar respuesta a las diferentes tareas de la atención primaria, donde la creación de grupos de danza en la comunidad resulta un movilizador para la respuesta activa a los problemas de salud; así como también en la prevención, utilizando los beneficios del ejercicio físico y las posibilidades

comunicacionales para programas de enfermedades crónicas, para el trabajo con adolescentes y otros grupos vulnerables.

En la curación, actualmente la danza terapia es ampliamente utilizada en instituciones psiquiátricas y de salud, encontrándose reportes nacionales de la aplicación de la técnica de Psicoballet.<sup>19</sup> En el caso de los niños con retardo del desarrollo psíquico, que eran motivo de frecuente interconsulta en el centro escolar por los fracasos académicos y trastornos de procesos como la atención y la concentración,<sup>20</sup> ha resultado una buena opción.

No es frecuente la utilización de la danza como recurso que contribuya a la rehabilitación en el área de salud, sin embargo, considero que es un elemento que debe estudiarse e incorporarse dentro de los programas de rehabilitación fisioterapéutica de la atención primaria.

A continuación se mencionarán diversos tipos de terapia que existen para solucionar los diferentes problemas que se le pueden presentar a cada individuo, es importante recordar que algunas de éstas son diferentes al Arte-Terapia. Sin embargo, no es el fin de este trabajo encasillar a la persona en el uso del arte-terapia, por lo que procuraré dar una breve descripción de otras alternativas terapéuticas que pueden adaptarse de mejor manera a otras necesidades.

a) Terapia Conductual:

El objetivo último de esta terapia es la modificación de la conducta. Es un conjunto de métodos de tratamiento psicológico basados en el aprendizaje y dirigidos a sustituir las

---

<sup>19</sup> Fariñas G. Psicoballet, método cubano de psicoterapia de grupo. México, DF: Universidad Autónoma de Puebla, 1993:2-13, 24-35.

<sup>20</sup> Llera E de la. Psicoballet y retraso en el desarrollo psíquico. I Congreso Internacional de Medicina Familiar. Resúmenes. La Habana: Palacio de las Convenciones, 1998:91.

conductas inadecuadas por otras que se adapten de mejor manera ya sea a la forma de vida del paciente, y a aquellas normas de comportamiento que dicta la sociedad.

La terapia de conducta proviene de los trabajos realizados por el fisiólogo ruso Iván P. Pavlov y de la psicología de la conducta.

En la década de 1920, con la aplicación de los principios del condicionamiento animal a los seres humanos realizada por el Psicólogo John B. Watson, comienzan a utilizarse algunos métodos de modificación de conducta. Años después, la Psicóloga Mary Cover Jones dirigió algunos experimentos para atenuar los miedos y fobias en los niños. En la década de 1940, el médico sudafricano Joseph P. Wolpe elaboró un tratamiento para eliminar la ansiedad en los adultos. A partir de ese momento, una serie de investigaciones permitieron consolidar esta modalidad de terapia: una de ellas extiende los principios clásicos del condicionamiento a problemas como *la incontinencia o el alcoholismo*; otra permite aplicar los principios del condicionamiento operante de B. F. Skinner a la educación de niños minusválidos en las escuelas y al tratamiento de adultos en los psiquiátricos.

Hoy, las técnicas de modificación de conducta más utilizadas son *la desensibilización sistemática* (permite tratar trastornos de los que conocemos la causa), la terapia inversiva (para desactivar malas costumbres) y el *biofeedback* (trastornos de origen físico). Sin embargo, al estar orientadas hacia las conductas observables y no tanto al análisis de sus causas, estas técnicas son rechazadas por numerosos psicólogos.

b) Arte terapia individual:

Si el problema de la persona requiere un grado de intimidad alto para poder resolver sus conflictos internos, es recomendable realizar un trabajo individual. También es aconsejable en pacientes demasiado retraídos, agresivos o con poca autonomía para trabajar en grupo, ya que en estos casos se puede dar una atención más personalizada por parte del arte terapeuta. El arte terapia individual se puede aplicar desde cualquier

enfoque teórico-metodológico, dependiendo de la formación y de las necesidades de cada persona.

c) Arte terapia Dual:

Cuando el contexto del tratamiento se centra en mejorar las relaciones entre dos personas, ya sean la conjunción de niño-padre, marido-mujer, amantes, compañeros de trabajo o amigos, etc., el formato dual será el más adecuado.

Generalmente, el trabajo con los medios visuales y plásticos se centrará en ayudar a que la persona consiga enfrentarse a los problemas, necesidades y puntos de vista del otro.

d) Arte terapia Familiar:

En cuanto al arte terapia familiar, la organización implica la participación de los padres con sus hijos. Se suele ofrecer cuando alguno de los miembros sufre problemas que afectan a la familia, o en situaciones donde toda la familia tiene dificultades de interacción como unidad. Aunque el arte terapia familiar admite cualquier enfoque, la orientación más utilizada en el arte terapéutico es la sistemática, muy influenciada por la teoría de grupos y las ciencias de la comunicación.

e) Terapia ocupacional:

Es un tratamiento médico que implica una actividad útil planeada, la cual favorece la recuperación de las personas afectadas por una enfermedad mental o una incapacidad física que algunas veces aparecen tras un accidente.

Este tipo de terapia es proporcionada por un terapeuta ocupacional bajo la dirección de un médico. Considerada en su origen como una forma de ocupar el tiempo de los pacientes en periodo de convalecencia, en la actualidad la terapia ocupacional se ha convertido *en un programa de actividades de trabajo que se seleccionan por su valor físico, mental, emocional y vocacional.*

El trabajo del terapeuta está basado en la valoración que realiza el médico sobre el diagnóstico, pronóstico, personalidad y limitaciones físicas y emocionales, así como en los objetivos que se persiguen. Con frecuencia el terapeuta emplea una forma de rehabilitación vocacional para la que selecciona actividades que tratan de enseñar tareas básicas de la vida diaria a aquellos que nunca las han aprendido o que las han perdido, como en el caso de quienes han sufrido una amputación o de aquellos que por otra razón están impedidos físicamente.

Además, cuando el terapeuta trabaja con pacientes que nunca han tenido un empleo, que han desempeñado tareas que no requerían ninguna técnica, o con aquellos cuyo tipo de trabajo debe cambiar debido a la incapacidad adquirida, debe también recurrir al uso de pruebas pre-vocacionales y a la orientación.

El terapeuta calificado puede estar instruido en actividades como la jardinería, las industrias manuales, la música, distintos tipos de entretenimientos, y la enseñanza en artesanías como el modelado de arcilla o la marroquinería. Después de determinar la buena disposición del paciente para participar en un campo determinado, el terapeuta utilizará una o más de estas actividades para obtener el resultado deseado. Con independencia de que trate con un enfermo físico o emocional, un paciente crónico, adultos normales, ancianos o niños, el terapeuta desarrolla su trabajo en dos áreas: la funcional y la psicológica.

f) Terapia funcional:

La terapia funcional se centra en las funciones y disfunciones del sistema muscular y nervioso, y en cómo las actividades planeadas pueden ayudar a desarrollar o restablecer las capacidades sensoriales, motoras y perceptivas.

Está indicada en aquellos casos en que la incapacidad física limita las actividades de una persona en términos de cuidados diarios, ocio y trabajo. La terapia funcional también tiene en cuenta las motivaciones de los pacientes para llevar a cabo las actividades con sentido terapéutico.

g) Arte terapia Grupal:

El arte terapia grupal se realiza cuando están involucradas en el proceso más de dos personas. Son recomendables en casos donde sería necesaria la independencia respecto al arte terapeuta o cuando no se esté preparado para una relación arte terapéutica con un grado alto de intimidad.

Los enfoques socio-culturales de tratamiento arte-terapéutico conciben al individuo como parte de un sistema global de relaciones, influenciado por condicionantes sociales y culturales. Las tareas artísticas servirán para desarrollar una identidad social priorizando las relaciones interpersonales con los compañeros. Por lo tanto, analizar los vínculos generados en la interacción con los demás es fundamental para la comprensión global del individuo. De esta manera el Arte-Terapia grupal proporciona un espacio único para hacer visibles los comportamientos emergentes en las relaciones cotidianas y aprender nuevas habilidades sociales.

## **V.- LA IMPORTANCIA DEL DESARROLLO DE LA CREATIVIDAD EN EL ARTE-TERAPIA**

*"A menudo los descubrimientos se realizan por no seguir instrucciones; por salirse de la carretera, por enseñar lo no ensayado." F. Tyger.<sup>21</sup>*

La creatividad es un recurso que nos muestra un camino hacia el encuentro y la revisión de nuestro yo, aquí y ahora, un camino hacia la toma de conciencia. Nos ayuda a soltar nuestro cuerpo tensionado por los conflictos, entender los miedos vividos y desarmarlos, trabajar la ansiedad, el estrés y por supuesto potencializar nuestra autoestima.

*Es la sustancia misma de la cultura y del progreso.* Sin la creatividad estaríamos en los comienzos de la Edad de Piedra, viviendo en la selva y comiendo raíces. Todo lo que hay en el Cosmos puede dividirse en dos grandes reinos: la naturaleza y la cultura. Todo lo que no es natural es artificial o arte-facto, es decir, fruto de la acción transformadora del hombre.

A principios de siglo XX, dos grandes exponentes de las ciencias del hombre en Estados Unidos hicieron una afirmación desconcertante y paradójica: "La mayoría de las personas pasan la vida y se mueren sin haber desarrollado más que el diez por ciento de sus capacidades".

La aseveración es tanto más significativa y grave cuanto que, por lo que se sabe, fue pensada independientemente y expresa las experiencias de dos ilustres investigadores. El primero de ellos es William James, el "padre de la psicología americana", y el segundo Frederick Taylor, pionero de la administración científica del personal de las empresas.

---

<sup>21</sup> <http://www.enplenitud.com/como-resolver-problemas-en-forma-creativa.html#ixzz1oYNuQ645>

Parece imposible, además de absurdo, tamaño desperdicio del 90% de las capacidades humanas; pero en la medida en que estas dos autoridades se hayan acercado a la verdad, la situación es deplorable y desoladora, y nos impone un análisis severo.

Todos los seres humanos llevamos dentro un pozo inagotable de ingenio y creatividad; es nuestro y nos pertenece y, sin embargo, no lo reconocemos como propio. No es ajeno, extraño, desconocido. Creemos estar en lo cierto cuando afirmamos que la creatividad está fuera de nosotros, generalmente en otros seres humanos a los que sus talentos los han elevado a la categoría de "creativos"<sup>22</sup>

Pero la creatividad se impone en nuestra vida aun a pesar de nosotros, y de la misma forma en que la tecnología avanza a pasos agigantados, el hombre contemporáneo se ve obligado a generar nuevos enfoques, nuevos caminos, nuevas ideas en todas sus áreas de influencia.

Hoy, como nunca, se necesitan individuos creativos para "salvar" el salto entre una sociedad tecnificada, entre una tecnología y un hombre semiparalizado, asombrado, pasivo. Necesitamos gente capaz de seguir demostrando la supremacía del individuo sobre toda máquina. Por eso, el primer punto de partida para encarar el tema de la creatividad, es comprender que no es un atributo especial de unos pocos, no es una cualidad distintiva de algunos individuos, no es algo con lo que algunos nacen y otros no.

La capacidad de crear es una potencialidad latente en todos los seres humanos, nace con la persona y puede, o no, desarrollarse, no importando si este desarrollo es prematuro o tardío. El hombre, expresa sus talentos a temprana edad o en sus años maduros, y hay más de un caso que así lo confirma.

La creatividad es también una técnica de trabajo en conjunto, ya que, por definición, trata de aprovechar todos los recursos y encaminarlos a un objetivo. Esto aplicado a un trabajo específico, debe dar la solución ideal. Si nos preguntamos quienes

---

<sup>22</sup>[http://www.redaccion-digital.com.ar/creatividad\\_el\\_tesoro\\_oculto\\_del\\_hombre.htm](http://www.redaccion-digital.com.ar/creatividad_el_tesoro_oculto_del_hombre.htm)

son más creativos, es seguro que lleguemos a la conclusión de que son los niños, la pregunta ahora es: ¿Qué cambia cuando crecen? Esta es una cuestión muy delicada que se requiere estudiar muy a fondo.

El principio de la personalidad creativa está, en la infancia. El niño es naturalmente creativo: imagina, combina, transforma, idealiza, estructura, desestructura y re-estructura las cosas. Se expresa de manera abundante con mímica, dibujos, construcciones y representaciones. Semejante espontaneidad y riqueza requiere padres pacientes, tolerantes y abiertos, y profesores preocupados más por estimular que por enseñar, más por liberar energías que por disciplinar, más por lograr que sus alumnos aprendan a pensar que por enseñarlos a memorizar: profesores cuya relación con los alumnos no sea del tipo "estímulo – respuesta", sino que nazca de la franca co-experiencia.

Existen algunos cambios inobjetables en el ser humano cuando éste se adentra a la etapa adulta y abandona por completo su infancia, por ejemplo: obtiene mayores conocimientos, adquiere otras preocupaciones, cambia sus objetivos, ejercita poco la creatividad, hay falta tiempo, tiene cosas más importantes que hacer, pierden la individualidad, en muchos casos trata de hacer las cosas tan bien como los otros. Solo aquellas personas que por diferentes motivos tienen seguridad en sí mismos, tienen la facilidad de seguir siendo creativos y es muy probable que no hayan perdido lo que tenían cuando eran niños; mucha motivación por lo que hacen.

Se puede decir que las justificantes sobre la importancia y variables que nos empujan al proceso creativo son muchas, pero aunque la creatividad es la facultad de crear una idea propia, el desarrollo del ser humano en cuanto a la creatividad, dependerá de su necesidad de expresarse.

La formación de la personalidad, los rasgos y actitudes ligadas con la creatividad son: la autocrítica. El autoconocimiento y la autocrítica ayudarán a quien busque ser creativo, a conocer bien sus propias capacidades e intereses. Las personas se hacen más creativas con solo tomar mayor conciencia de qué es lo que hacen y cómo sus acciones se

relacionan con su medio ambiente. Para captar las cosas con exactitud hay que hacerse sensible a los detalles, hay que habituarse a poner los cinco sentidos en lo que se hace, así como desarrollar el espíritu de observación y el gusto por el experimento.

Un hábito que ayuda a fomentar la creatividad es aquel que consiste en relacionar unas cosas con otras. En el fondo pensar es relacionar y, en un nivel superior de comprensión, todo tiene relación con todo. Al incrementar la habilidad de asociar queda aumentada la capacidad general de la inteligencia y del pensamiento. En este proceso se pueden realizar muchas actividades ordinarias, y hasta rutinarias, con intención creativa. A partir de las nuevas adquisiciones de la psicología del pensamiento y de la creatividad, se han diseñado muchos ejercicios, prácticas y estrategias. Algunas son tan sencillas como el sentido común, otras son tan complicadas como la alta tecnología.

## **5.1 El pensamiento y su desarrollo en la creatividad**

Ahora bien, por lo que sabemos podemos dividir la creatividad en tres tipos: espontánea, inducida y forzada. La creatividad es espontánea cuando la idea llega de momento. Inducida cuando tenemos un motivo para que, se pueda decir que es lo más común; y la creatividad es forzada cuando no tenemos un problema por resolver, sino que tratamos de buscarlos.

El pensamiento creativo es antes que todo un pensamiento y de la misma forma en que todos tenemos una manera de pensar distinta, así también la creatividad individual será distinta, tanto en formación como en origen o desarrollo. Es importante poder conocer y analizar el pensamiento del ser humano para llegar a un mejor entendimiento de la creatividad y del arte.

Existen diversos ejercicios de transformaciones (mentales) de cosas, que ayudan al terapeuta y a las personas en general a tener un mayor entendimiento de cómo piensan

los demás, o en este caso la persona que se está tratando. Algunos de estos ejercicios se describen brevemente a continuación:

1. Dado un objeto, o una situación cualquiera, nos proponemos la tarea de imaginar todos los modos posibles de mejorarla. Para tal fin, son de ayuda listas de verbos como la siguiente: <sup>23</sup>

❖ Relacionar	Comparar
❖ Combinar	Agregar algo
❖ Enfatizar	Subrayar algo
❖ Disminuir	Acortar
❖ Sustituir	Omitir
❖ Reubicar	Inclinar
❖ Invertir	Rotar
❖ Dividir	Separar
❖ Omitir	Ocultar algo
❖ Ampliar	Expandir
❖ Contrastar	Oponer

2. La lluvia de ideas.

Se le llama también torrente, torbellino o promoción de ideas, y valoración diferida; Es el método más conocido, y tal vez el de mayor eficacia a corto plazo. Consiste en anotar todas las ideas o conceptos que se relacionen con una idea dada.

Lo creó Ala Osborn, un publicista norteamericano que partió de una observación tan sencilla como original y novedosa: en un grupo de discusión se emplea mucho más tiempo en criticar ideas que en producirlas. La proporción promedio resulta de uno a tres,

---

<sup>23</sup><http://www.ilvem.com/shop/otraspaginas.asp?paginanp=468&t=LOS-EJERCICIOS-MENTALES.htm>

es decir, por un minuto de proposición de ideas y/o soluciones, hay tres minutos de críticas a las mismas; y además, suele existir una gran confusión, pues a las proposiciones de unos suceden inmediatamente las de los otros, y también las críticas son sucedidas por críticas.<sup>24</sup>

### 3. La Cinética.

El recurso más obvio para lograr desestructurarse consiste en actividades que exijan soltar el libre vuelo de la fantasía y rompan los moldes de lo usual y convencional.<sup>25</sup>

Aunque la invención puede llamarse racional, la experiencia de todos los días nos dice que los caminos para llegar a ella no lo son. Los inventores muchas veces proceden como lo hacemos todos cuando queremos armar un rompecabezas: al tanteo.

Los métodos anteriores, tienen por objetivo desarrollar la creatividad y motivar la imaginación, ya que ésta es una cualidad necesaria y que se encuentra inevitablemente unida a la creatividad.

Carla García (KIEN ES) dice: La creatividad y la patología no están asociadas entre sí, son otros factores mucho más complejos los que pueden ser generadores de problemas psicológicos. En todo caso la creatividad es una característica inherente al ser humano independientemente de sus actividades profesionales.

Mientras que la imaginación es considerada, de acuerdo con los aportes de Vigotski (1990).<sup>26</sup> Como:

---

<sup>24</sup> <http://es.scribd.com/MIsabelvg/d/84955959-Creatividad>

<sup>25</sup> <http://es.scribd.com/doc/57887406/Introduccion-a-la-Psicologia>

Una actividad psicológica que está formada por complejos procesos de pensamiento en sus relaciones igualmente complejas con la emoción, siendo por tanto *fundamental para la recreación de la realidad. La imaginación es la actividad en la que el sujeto se reconstituye a sí mismo y de este modo, su objetividad a través de los procesos creadores es condición para la transformación de la realidad social de la cual participa activamente.*<sup>27</sup>

Es a través de la creatividad que la persona busca mejorar, para ser independiente en su forma de vivir y poderse expresar de diferentes maneras, por eso parece natural que el hombre busque la verdadera relación que puede existir entre el arte terapia y el progreso.

Pero no sólo el proceso creativo implica profundas satisfacciones; también los resultados, es decir, las creaciones propiamente dichas. Estas vienen a ser una dilatación y una prolongación de la persona a través del tiempo y el espacio. El arquitecto permanece en su edificio y el escritor en su libro aun cuando físicamente los separen miles de kilómetros, o la muerte haya segado la vida de estos autores. De este modo, la creatividad aumenta el valor y la consistencia de la personalidad, favorece el autoestima y consolida el interés por la vida y la presencia en el mundo.

El ambiente de aceptación mutua y de convivencia con el que contribuye el arte terapia, constituye la plataforma ideal para que florezca la actividad inédita, ambiciosa, arriesgada y de alta proyección. Así se educa no tanto tal o cual actividad creativa sino, lo que es más importante, la actitud creativa.

---

<sup>26</sup> Psicólogo ruso Lev Semionovich Vygotski (1990)

<sup>27</sup> <http://www.whohub.com/es520/cuales-problemas-psicologicos-habituales-artistas-120>

## **VI.- ARTE Y ARTE-TERAPIA EN CONJUNCIÓN EN PRO DE LA SOCIEDAD**

El arte-terapia debe ser entendida como un campo específico de actuación dentro del ámbito general del arte, pues el arte atiende a las funciones básicas del ser humano, como la espiritualidad y los afectos entre otras, siendo la actividad artística un rasgo característicos de todas las sociedades y de cada una de las culturas.

El arte nos muestra las tendencias internas de la sociedad. Es el ámbito idóneo para el desarrollo de la expresión personal y de la comunicación para el individuo, tanto consigo mismo como con quienes lo rodean. El arte, es también un método para ampliar el alcance de las experiencias, para desarrollar la intuición y la sensorialidad. Nos provee de un área en donde las experiencias pueden ser elegidas, variadas y repetidas a voluntad. Es, en última instancia, un medio apropiado para trabajar en terapia, la posibilidad de variar, repetir y destruir a voluntad la propia obra, como representación de estos procesos.<sup>28</sup>

Existe una disciplina en el arte y la terapia que refleja la función psicológica social de cada interesado, esta es la educación artística. El arte-terapia entendida como "terapia con intermediación artística" debe gran parte de su desarrollo, a las relaciones históricas que ha tenido desde sus inicios con la educación artística.

Casi todas las terapias artísticas poseen numerosas cualidades *terapéuticas tales como: satisfacción, relajación, evasión, divertimento, todo esto resulta en un equilibrio mental, pero no es el objetivo principal del arte terapia.*

*La terapia a través del arte* permite cambiar o aceptar aspectos de uno mismo que nos impiden llevar una vida normal e independiente. Y es que, el concepto de autoexpresión también se encuentra en las bases del arte terapia y permite desarrollar el concepto del yo, así como una más profundo autoconciencia. Posibilita expresar nuestros sentimientos, emociones y pensamientos aportándonos seguridad y confianza en nosotros

---

<sup>28</sup> [http://www.entreculturas.org/files/documentos/estudios\\_e\\_informes/mibro\\_experto](http://www.entreculturas.org/files/documentos/estudios_e_informes/mibro_experto)

mismos y esto es de gran importancia, porque son muchos los desequilibrios afectivos o mentales que están asociados, de alguna manera, a una falta de seguridad en uno mismo.

El arte terapia se ocupa de la persona. No es un proyecto sobre ella, sino un proyecto con ella, a partir de su malestar y de su deseo de cambio. Delante de los problemas de la persona (síntomas, problemas de comportamiento), *el arte terapia, propone la creación de formas de producción complejas: pintura, música, escritura, danza, improvisación teatral, cuentos y el canto a partir de un recorrido simbólico, que ayude al desarrollo general del ser y el bienestar de la persona.*

*El arte* es la mejor forma de abordar un trabajo terapéutico con una persona adulta, es la manera más fácil de profundizar en el proceso de la razón de un ser activo. Brinda la posibilidad de usarla como terapia en las personas para que éstas, puedan encontrar una forma más creativa de recuperar su manera de vivir y lograr esa estabilidad que requieren. Es una terapia en la que el paciente se ha de implicar y contribuir a su proceso de curación. Otra diferencia con el arte en sí, es que en las terapias artísticas no son importantes ni la habilidad o conocimientos plásticos de la persona.

El arte no solamente da un valor de utilidad a quien lo practica, sino que además, relaciona de una forma más profunda al ser creador con el proceso de creación, para poder lograr o revivir la expresión de emociones interiores, mientras se utilizan elementos artísticos como medio de expresión en el producto. Es así que las personas llegan a producir obras artísticas que los ayudan a sentir un progreso en sus conflictos emocionales, o de la índole que estos sean.

Para entender mejor el aspecto comunicativo del arte, es preciso mencionar el aspecto catártico del mismo. Esta catarsis significa *la posibilidad que nos brinda el arte de ser utilizado para acceder al inconsciente de una forma que no es controlada por la razón.* El significado de las imágenes provenientes de nuestra inconsciente no suele ser entendido de forma completa por el que las realiza y esto influye en que las imágenes surgen con mayor libertad. En definitiva la actividad artística aporta una información muy valiosa

acerca de nuestro mundo interior, al no resultar censurada ni reprimida por la mente consciente.

De hecho, P. Schilder (1935) *consideraba los dibujos como equivalentes al material de los sueños para reflejar el inconsciente*. Es importante para el individuo que pueda identificarse con lo que hace, conocerse, saber cómo piensa, expresar lo que siente y ser partícipe del mundo que lo rodea. De esta forma puede desarrollar aptitudes positivas hacia sí mismo y hacia los demás.<sup>29</sup>

Para hablar de arte y arte terapia es de suma importancia acoger al paciente, darle un espacio donde expresarse en confianza, es necesario lograr generar un vínculo desde donde partir.

## **6.1 TEORÍAS DEL ARTE-TERAPIA Y SU APLICACIÓN**

A continuación se enumeran algunos terapistas y psicólogos, dando sus definiciones de arte, de terapia y algunas técnicas que ellos aplican en el arte-terapia.

### ➤ Ana Bonilla Ríos

Significado de Arte: Medio de comunicación para brindarle a cualquier persona otros canales expresivos y creativos que fortalezcan su desarrollo personal y social.

Significado de Terapia: Herramienta de comunicación que sirve para poder ayudar a toda persona que siente el deseo de expresar, trabajar o que simplemente busca de una forma de poder salir adelante.

Modo de aplicación: Son canales expresivos y creativos que fortalezcan su desarrollo personal y social, así como la aplicación de distintos medios plásticos que sirven de

---

<sup>29</sup>[http://www.google.com.mx/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&ved=0CCMQFjAA&url=http%3A%2F%2Fdialnet.unirioja.es%2Fservlet%2Ffichero\\_articulo%3Fcodigo%3D2044648&ei=ahmHT5z6NqiH8AHgu\\_SfCA&usg=AFQjCNEV5DwDpzbpzupPs3cIOiLhMSoyrA](http://www.google.com.mx/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&ved=0CCMQFjAA&url=http%3A%2F%2Fdialnet.unirioja.es%2Fservlet%2Ffichero_articulo%3Fcodigo%3D2044648&ei=ahmHT5z6NqiH8AHgu_SfCA&usg=AFQjCNEV5DwDpzbpzupPs3cIOiLhMSoyrA)

herramientas para que las personas aprendan a enfrentar sus problemas desarrollando habilidades y recursos para enfrentarlos.<sup>30</sup>

➤ Silvia Sánchez

Significado de Arte: Es aquello que damos a un producto artístico (pintura, escultura, arquitectura, etc.) , en donde expresamos nuestras vivencias emocionales y sentimentales.

Significado de Terapia: Cada color corresponde a una clave psicológica que se relaciona con un efecto dinámico. Sin intentar llegar a una interpretación exhaustiva, podemos hacer una primera diferenciación entre colores cálidos (rojos, naranjas y amarillos y colores fríos (la gama de azules y verdes).

Modo de Aplicación: Cada persona pinta con un pincel y un color escogido libremente dentro de la gama de los primarios y en la misma hoja de papel. Se sitúan uno frente al otro. La única regla es que cada uno empiece por pintar un pequeño espacio que será siempre suyo y que la otra persona no podrá pintar. Y, por turnos, en silencio, van pintando.

El ejercicio finaliza cuando ambos lo deciden y el papel está totalmente ocupado. Al terminar el trabajo cada persona cambia de posición de forma que pueda tener el punto de vista del otro. Y es interesante poder comentar la experiencia, cómo se han sentido, si estaban cómodos en esta forma de expresión no verbal. Si, por ejemplo, se han atrevido a explorar la relación de una manera diferente a cómo lo harían hablando o si se han sentido invadidos o se han tenido que adaptar al ritmo del otro.<sup>31</sup>

➤ Adrián Hill

---

<sup>30</sup> [http://www.revistapsicologiayvida.com/14\\_15.html](http://www.revistapsicologiayvida.com/14_15.html)

<sup>31</sup> <http://rferrari.wordpress.com/2008/10/04/arteterapia-dialogo-de-color/>

Significado de Arte: Medio de expresión del inconsciente.

Significado de Terapia: Es una forma de psicoterapia que trata los padecimientos emocionales ayudando al paciente a comunicar sus pensamientos y sentimientos de manera gráfica a través del dibujo, la pintura, el modelado y otras artes plásticas.

Modo de Aplicación: Con frecuencia, las obras producidas durante la terapia logran expresar conflictos y necesidades tan profundamente reprimidos que la persona ni siquiera se había percatado de ellos. Al materializarse en forma de imágenes o figuras con volumen, los conflictos pueden reconocerse más fácilmente, por lo que se está en camino a resolverlos.<sup>32</sup>

➤ Elinor Ulman

Significado de Arte: Una obra de arte es un vehículo de las imágenes de la emoción o experiencia. Sirve como un puente entre la realidad y la experiencia que una persona hace.

Significado de Terapia: Se propone como un instrumento de representación y la comunicación como una herramienta para el cambio terapéutico.

Modo de Aplicación: Activar la creatividad del paciente para iniciar un proceso de reorganización de la experiencia humana, psicológica, emocional, biológica y neurológica. Ella está comprometida a tratar a la persona humana como una totalidad y no por partes, haciendo hincapié en el aspecto de la experiencia. El individuo se coloca en una posición en la que la creatividad en su vida se traduce en un ambiente de juego, fantasía y descubrimiento.<sup>33</sup>

➤ Mary Huntoon

---

<sup>32</sup> [http://www.esencialidad.com/index2.php?option=com\\_content&do\\_pdf=1&id=116](http://www.esencialidad.com/index2.php?option=com_content&do_pdf=1&id=116)

<sup>33</sup> <http://sexologiayurologia.bligoo.cl/content/view/1448650/ARTE-TERAPIA-o-La-terapia-del-arte-otra-herramienta-.otro-idioma.html>

Significado de Arte: El arte puede dar salida a la fantasía y la satisfacción de deseos.

Significado de Terapia: Es una forma de conseguir que los pacientes escuchen sus voces interiores, se conozcan a sí mismos y conviertan las tendencias destructivas en constructivas.

Modo de Aplicación: Le gustaba explicar el primer paso en la evolución de la "terapia del arte". Las personas que recibían arte terapia, pronto llegaban a una etapa en la que se sentían con autonomía suficiente para ser pintores sin la instrucción de alguien más. El objetivo es hacer que el paciente tome conciencia de que su pintura es una idea individual, el hijo de su propio cerebro, obliga al alumno a reconocer su producto como propio y a reclamarlo así.<sup>34</sup>

➤ Jean Pierre Klein

Significado de Arte: Es una disciplina artística liberadora.

Significado de Terapia: Una fuerza creadora con la que la persona con dificultades físicas, psíquicas o sociales trabaja sobre su patología. "El arte terapia es el arte de la máscara"

Modo de Aplicación: "Proponemos transformar el dolor en una fuerza creadora" Según el tipo de problema a tratar y las características de la persona, propone una disciplina artística, desde artes plásticas a música, teatro, danza o literatura. A través de ella, el paciente trabaja sobre su problema, y lo convierte en un aliado. "Los problemas son pruebas con las que enriquecer la vida. No se trata de expulsarlos a modo de exorcismo. Dicho de manera coloquial, convertir el deshecho en fertilizante."<sup>35</sup>

❖ Eva Bonet

---

<sup>34</sup> [http://www.washburn.edu/cas/ksstudies/ledbe999/mary\\_1.html](http://www.washburn.edu/cas/ksstudies/ledbe999/mary_1.html)

<sup>35</sup> <http://junefernandez.blogspot.mx/2007/07/jean-pierre-klein-creador-de-la.htm>

Significado de Arte: El arte ha servido a la sociedad como terapia desde el principio de la humanidad. Una imagen puede dar pie a localizar un sufrimiento, a romper con el miedo en el papel en blanco y plasmar una imagen, un cuento, un dibujo, etc.

Significado de Terapia: Una estrategia de rodeo, de circunvalación, para que el paciente se encuentre con las formas que salen de sus dolores. "Lo que importa es el proceso de transformación que se da en la creación"

Modo de Aplicación: Acompañó a usuarios de centros de salud mental en un museo de Barcelona. Desde la observación, propone la organización de talleres. Utiliza la obra expuesta como pretexto para que la persona pueda tocar su interioridad sin dolor.<sup>36</sup>

## **VII.-EDUCACIÓN EN EL ARTE-TERAPIA Y OTROS APUNTES**

La educación es un proceso que tiende a capacitar al individuo para actuar conscientemente ante nuevas situaciones de la vida, aprovechando la experiencia anterior y teniendo en cuenta la integración de la continuidad y el progreso social. Todo ello de acuerdo con la realidad de cada uno, de modo que sean atendidas las necesidades individuales y colectivas.

Es necesario, al hablar de educación, tener en cuenta, en primer lugar, a la persona en su totalidad ya que es a esta a la que se buscará formar. La persona es una "sustancia individual de naturaleza racional", es un ser único e irrepetible que debe ser respetado. La persona debe considerarse siempre en su totalidad, no pueden ser dejadas de lado ninguna de sus dimensiones: biológica, psicológica, social y espiritual. Para lograr tener en cuenta y desarrollar estas dimensiones es necesario tener una amplia visión de la educación.

---

<sup>36</sup> <http://www.elcorreo.com/vizcaya/20070712/sociedad/podemos-afrontar-locura-cualquier-20070712.html>

La educación, entendida "como acción, es una influencia, una ayuda intencional por parte del agente educador y un proceso en el educando para su desarrollo integral. Posibilita el logro de su vocación personal y su consecuente inserción en la sociedad. Como resultado: una cualidad perfectible, estable, que inclina de modo más inmediato a obrar de modo recto y a actuar culturalmente hasta poder plasmar en realizaciones artísticas lo vivido como algo valioso."

Teniendo en cuenta esta concepción de persona y esta concepción de educación, se entiende la necesidad de atender a las necesidades educativas especiales. Es importante una formación integral que tenga en cuenta cada una de las dimensiones de la persona, consideradas en relación con su ordenamiento total y su consecuente unidad respecto del fin en el desarrollo de su ser, su actuar y del medio en que debe desempeñarse.

Entendiendo la educabilidad que brota de la naturaleza humana, se hace evidente la necesidad de brindar educación a todas las personas, incluyendo a aquellas con necesidades especiales. Las necesidades educativas especiales son las experimentadas por aquellas personas que requieren ayuda o recursos que no están habitualmente disponibles en su contexto educativo, para posibilitarles su proceso de construcción de las experiencias de aprendizaje establecidas en el Diseño Curricular.

La educación especial tiene como objetivos:

- ❖ Atención de personas con NEE. ¿??
- ❖ Formación individualizada, normalizadora e integradora.
- ❖ Desarrollo integral de la persona y de una capacitación laboral.

Ahora bien, para poder ayudar a aquellas personas con necesidades especiales habrá que describir una táctica de confianza más personalizada y adaptada a sus necesidades, primero habrá que saber que la Educación Especial *es un conjunto de prestaciones educativas, constituido por un conjunto de servicios, técnicas, estrategias, conocimientos y recursos pedagógicos, destinados a asegurar un proceso educativo integral, flexible y*

*dinámico a personas con necesidades educativas especiales, temporales o permanentes, brindado a través de organizaciones específicas y apoyos diversificados.*

El niño con necesidades educativas especiales no demanda una terapia integradora, sino una educación racional y adecuada a sus características cognitivas, afectivas y sociales. Una educación que le vaya proporcionando, desde las edades más tempranas, las destrezas cognitivas y le ayude a establecer aquellas metas para que se desenvuelva adecuadamente más tarde. Una educación que procure señalarle estrategias cognitivas, tales como aprender a pensar, a resolver problemas, a hacer preguntas y a buscar las respuestas por sí mismo. Todos los alumnos, por el hecho de ser personas, tienen necesidades educativas que son resueltas por los maestros y las instituciones.

Existen algunos alumnos que tienen necesidades educativas que los maestros y las instituciones no pueden resolver y por lo tanto requieren recursos adicionales. Algunos de los alumnos que experimentan necesidades educativas especiales son personas con discapacidad.

Hay una necesidad educativa especial cuando una deficiencia (física, sensorial, intelectual, emocional, social o cualquier combinación de éstas) afecta el aprendizaje hasta tal punto que son necesarios algunos o todos los accesos especiales al currículum y a condiciones de aprendizaje especialmente adaptadas para que el alumno sea educado adecuada y eficazmente y así se logre el desarrollo de su persona.

Para tener una idea más clara de las necesidades de la persona, existe La Clasificación Internacional de la Funcionalidad de la OMS de 1980, la cual define la discapacidad como el resultado de la interacción entre una persona con una disminución y las barreras medioambientales y de actitud que esa persona puede enfrentar. En la CIF de la OMS de 2001, la discapacidad engloba las deficiencias, las limitaciones en la actividad y las restricciones en la participación; es decir las perspectivas corporales (deficiencia), individual (discapacidad) y social (minusvalía).<sup>37</sup>

---

<sup>37</sup> <http://personaconnee.blogspot.mx/>

Dentro de esta clasificación encontramos los siguientes tipos de discapacidades:

**a). Discapacidad Intelectual:** Funcionamiento intelectual inferior a la media de la población, asociado a dificultades adaptativas y la alteración sensorial motora y neurológica. Tiene su inicio en el periodo de desarrollo entre el nacimiento y los 18 años de edad.

La discapacidad intelectual de un individuo no es una entidad fija e incombible. Va siendo modificada por el crecimiento y desarrollo biológicos del individuo y por la disponibilidad y calidad de los apoyos que recibe en una interacción constante y permanente entre el individuo y su ambiente.

Esta discapacidad se divide en cuatro grados:

- ❖ Leve: La persona se puede autoabastecer.
- ❖ Moderada: La persona se autoabastece pero bajo la supervisión de profesionales.
- ❖ Severa: El autoabastecimiento del individuo depende de la asistencia
- ❖ Profunda: Esta persona requiere cuidados controlados por sus impedimentos físicos.

Las causas de esta discapacidad son tres:

- ❖ Factores prenatales
- ❖ Factores peri natales

❖ Factores post natales.<sup>38</sup>

Para la comunicación con la persona con discapacidad intelectual es importante utilizar un lenguaje sencillo, y si no se entiende el mensaje, repetirlo con otras palabras. También es fundamental dirigirse directamente a la persona y no a un acompañante.

**b) Discapacidad Emocional:**

Es un Conjunto de trastornos de desarrollo dentro de los primeros tres años de vida y se caracterizan por alteraciones en las habilidades físicas, sociales y de lenguaje, respuestas anormales a sensaciones, ausencia o grave retraso en el lenguaje y dificultad en lo referente a personas, objetos y acontecimientos.

Las personas que la padecen pueden presentar movimientos corporales repetitivos (movimientos de las manos, balanceos), respuestas extrañas a situaciones cotidianas, apego a objetos y resistencia a cambios en su rutina. En ocasiones conductas agresivas y/o auto-destructivas pueden estar presentes.

**c) Discapacidad Sensorial:**

Se da cuando un sentido falta, es entonces que el niño o adulto no podrá recolectar toda la información que normalmente se percibe por ese sentido.

**d) Discapacidad Visual**

Una definición para esta discapacidad es la de carencia, disminución o defectos de la visión. Esta discapacidad puede ser parcial o total, congénita o adquirida.

---

<sup>38</sup> [http://www.buenosaires.gov.ar/areas/jef\\_gabinete/copine/discapacidades/?menu\\_id=22263](http://www.buenosaires.gov.ar/areas/jef_gabinete/copine/discapacidades/?menu_id=22263)

Se distinguen dos grupos: las personas con ceguera y las personas con disminución visual.

Las personas con ceguera han perdido absolutamente su capacidad de ver, mientras que las personas con disminución visual presentan una cierta pérdida que se refleja de diferentes modos: imposibilidad de distinguir colores, molestia ante la iluminación o percibir sólo una parte del ambiente

Las causas que llevan a la ceguera o la disminución visual pueden ser afecciones de la retina, del cristalino, de la cornea, ambliopía, glaucoma o por accidentes.

**e) Discapacidad Auditiva:**

En este tipo de discapacidad están incluidas las personas sordas y aquellas con hipo- acústica. En las primeras *el* resto auditivo no es susceptible de ser recuperado. En los segundos, se puede trabajar en la rehabilitación del resto auditivo.

**f) Discapacidad Motora**

Una persona con discapacidad motora es aquella que presenta de manera transitoria o permanente alguna alteración de su aparato motor, debido a un deficiente funcionamiento en el sistema nervioso, muscular y /u óseo, o en varios de ellos relacionados, que en grados variables limita alguna de las actividades que pueden realizar el resto de las personas de su edad.

Esta discapacidad implica la limitación del desplazamiento físico normal. Las personas que tienen este tipo de discapacidades pueden ser semi-ambulatorias o no ambulatorias. En el caso del *primer tipo*, se movilizan ayudadas por elementos complementarios, como pueden ser muletas, bastones, andadores, etc. *Las no ambulatorias* sólo pueden desplazarse con silla de ruedas. Esto implica la fundamental importancia de estos elementos para las personas con discapacidad.

Las causas de esta discapacidad pueden ser por secuelas neurológicas, miopáticas, ortopédicas o reumatológicas. Las secuelas neurológicas se dividen en cerebrales (parálisis o hemiplejía) o medulares.<sup>39</sup>

---

<sup>39</sup> <http://www.biblioteca.unp.edu.ar>

## **VIII.- METODOLOGÍA APLICADA**

### **8.1 DESCRIPCIÓN**

A través de sesiones de arte terapia con la gente jubilada, se me ha permitido tener una evaluación más concreta del tema, y esto me ha servido para poder graficar sus progresos, y así poder evaluar el impacto social que existe cuando una persona aplica el arte, considerando a ésta en un sentido más amplio, ya que existen diferentes técnicas para poder llegar y obtener óptimos resultados, evidentemente *positivos* dentro de su ámbito.

Se registrará además, el beneficio y el aprovechamiento del arte-terapia, específicamente a través del trabajo de mujeres adultas, de la tercera edad que se encuentran jubiladas, rebajando con sus propias producciones artísticas y obras plásticas que consisten en pinturas a diferentes técnicas y dibujos, lo que permitirá un recorrido simbólico para comprender cómo la persona logra llegar a un estado de superación y estabilidad emocional, un "bien estar".

Pero antes del análisis de la obra artística producida por estas mujeres, hay que hablar de la "problemática" que comparten: la jubilación y sus consecuencias. El proceso de ser jubilado trae consigo varios efectos negativos que aparecen cuando se deja de trabajar. Nuestro cuerpo puede experimentar muchos cambios, ya sean en su medio ambiente, emocionales, físicos, etc. Para evitarlos es necesario buscar la manera de poder reactivarnos a través de una actividad; como hemos repetido en los capítulos anteriores, el arte y más concretamente el arte terapia es una de las formas más eficaces que invita a ser creativo o creador, teniendo un producto de la interacción entre el creador y la creatividad.

A título personal ésta aplicación de arte terapia en maestros jubilados, me ha funcionado, me está funcionando. Debemos de estar conscientes que hay que explicar (Adulto-Mayor) que después de la jubilación, empieza a hacerse presente la depresión y el estrés, y desde el momento en que el paciente comienza a pintar, habrá un cambio en su

vida y se sentirá creativo. Podrá pintar, crear y llegar a expresar y plasmar sus ideas, por medio de los colores en un lienzo hasta llegar a presentar una exposición en la que toda la gente que le conoce y desconoce pueda apreciar su trabajo. Este medio terapéutico ayuda a las personas a resolver diferentes problemas de la vida diaria, en general se trabaja con adultos de 40-80 años, a través de la pintura, la música y la plástica se mejora y se transforma su calidad de vida, recuperan su valor, vitalidad y emociones y vencen los obstáculos que se les presentan en la vida diaria, así se puede decir que existen diferentes definiciones, métodos y aplicaciones por medio del arte.

Lo más importante es ayudar a las personas a salir adelante proponiendo una nueva manera de vivir enseñada por medio del arte, existen diferentes formas para encontrar una solución al estrés y en problemas familiares en la vida de cada persona.

Durante el proceso de evaluación, del adulto mayor, se ha demostrado que el aprendizaje y los logros han sido favorecidos positivamente logrando obtener:

- ❖ Una coordinación en el plano social y cultural.
- ❖ Desarrollaron su habilidad mental.
- ❖ Aprendieron a guiar, y ponderar la creación de sus propias ideas.
- ❖ Tener una buena preparación en arte
- ❖ Mejorar su calidad de vida

## **8.2 OBJETO DEL GRUPO DE INVESTIGACIÓN**

Se ha seleccionado como grupo vulnerable para esta tesis a mujeres adultas pensionadas, ya que estas en su mayoría presentan síntomas de depresión al abandonar

recientemente sus actividades laborales, o simplemente buscan reactivar sus vidas a través de alguna actividad, en este caso: la pintura y el dibujo.

### **8.3 DESCRIPCIÓN DE METODOLOGÍA**

El método que uso para poder trabajar con los alumnos, empezó a desarrollarse desde el primer año que trabajé en el gobierno. En aquel entonces tuve que aprender a trabajar con diferentes grupos de niños, de adolescentes y adultos; gracias a esta experiencia descubrí de manera personal las grandes diferencias entre el camino a seguir con cada grupo.

Los alumnos mejoran por sí solo, a veces llegaban a clase y no sabían dibujar ni pintar. Lo más importante, es empezar con líneas, con técnicas sencillas (como lápiz) y hacer figuras geométricas. Con paciencia hay que escuchar a cada uno de los alumnos y ayudarlos a pensar positivo sobre sus condiciones de vida, sin importar su nivel socioeconómico. Hay que hacer sentir a las personas, ayudarlas a sacar sus sentimientos y plasmarlos en arte cuando empiezan a pintar.

Podemos tomar los siguientes tips como básicos y generales a la hora de ayudar a los alumnos a sacar su creatividad, y a buscar aquello que pueden pintar:

1. – Piensa diferente
- 2.-Ver lo principales con el fin de ver un fin
- 3.-Empesar a perder en el trabajo a plasmar sus ideas, sus emociones.
- 4.- Animarlos a encontrar formas diferentes de expresarse, y a buscar saber más sobre el tema que quieren plasmar.
- 5.- Encaminarlos a empezar a apreciar todo lo que se mueva a su alrededor.
- 6.- Motivarles a sentirse importantes, y a valorar sus trabajos.
- 7.- Proveerles de técnicas para que logren captar ideas para su trabajo.
- 8.- Ayudarlos a sentirse creativos.
- 9.- Ayudarlos a sentir el gusto de terminar su primera pintura, y preguntarles cuándo empiezan la siguiente. Motivar el trabajo continuo.

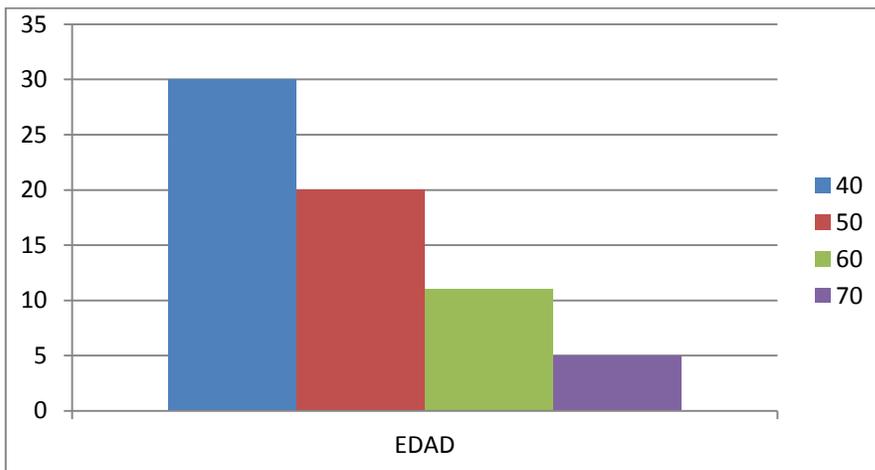
10.- Enseñarles a dar valor a cada uno de sus trabajos.

#### **8.4 RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN**

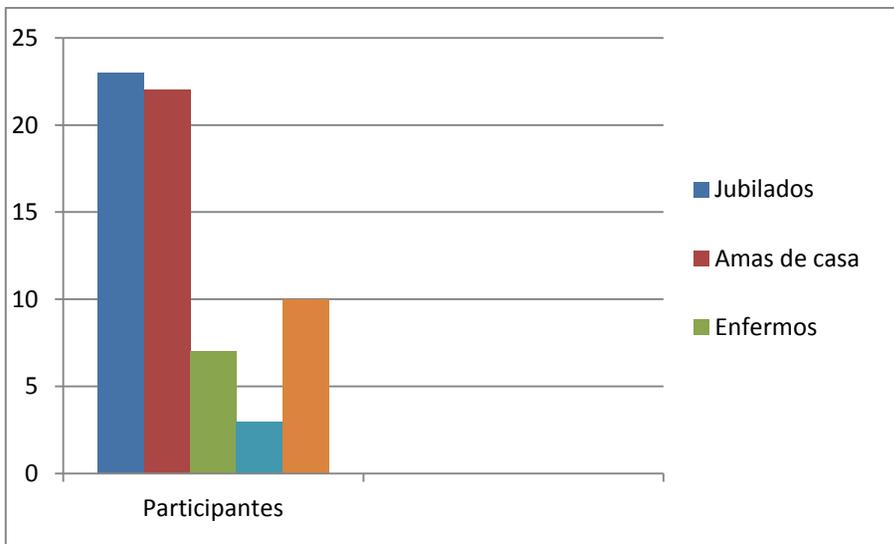
Éstas personas participan o han participado en varios talleres de arte, las relaciones con los grupos con los que yo he trabajado, representan para mí una gran experiencia. Desde los más pequeños hasta los adultos mayores, el arte terapia es una colaboración personal que refuerza la creatividad para resolver problemas sociales o psicológicos para todas las edades.

Cada uno de los colectivos tiene necesidades diferentes pero éstas pueden ser resueltas utilizando toda la gama de recursos artísticos. Por ejemplo, los ancianos, necesitan asistencia personal, en contraste a los niños, quienes pueden trabajar en grupos grandes.

El arte terapia también funciona como forma de desarrollo personal.



Esta gráfica muestra la cantidad de personas con las que trabajo (eje y) y las edades entre las cuales éstas se encuentran (eje x)



Esta gráfica muestra las ocupaciones y las condiciones que las personas con las que trabajo tienen (eje x), y el número de personas con las que trabajo con cada una de las diferentes ocupaciones (eje y).

### 8.4.1 Evaluación de grupo

Es la técnica más fácil que pretende evaluar los resultados en forma grupal, busca obtener un gráfico de cada uno de los de diferentes alumnos, en donde se refleje su progreso. De esta forma se analizan y se observan las técnicas y el contexto en el que viven los alumnos.

Tomaremos como ejemplo a tres alumnos:

- Profra. Ninfa Moncada de González,
- Profra. Nelda Villarreal de González y
- Profra. Rocío del Castillo de Cantú.

### A. Diagnóstico de la Profra: Ninfa Moncada de González

<b>Aspectos a evaluar:</b>	<b>Descripción</b>
<b>NOMBRE:</b>	Profra. Ninfa Moncada de González
<b>TÉCNICA:</b>	Oleo ,sobre tela paisajes, naturaleza muerta y mas
<b>ORIENTACIÓN:</b>	Ella busca crear y/o reproducir elementos paisajísticos y naturalezas muertas.
<b>CREATIVIDAD:</b>	Tiene excelentes ideas, busca innovar y cambiar las cosas que ya están hechas.
<b>PRÁCTICA:</b>	Día a día
<b>RESULTADO:</b>	Positivo en su Desempeño

Aspectos a evaluar:	Descripción
<b>NOMBRE:</b>	Profra. Nelda Villarreal de González
<b>TECNICA:</b>	Oleo o acrílicos sobre tela
<b>ORIENTACION:</b>	Ella gusta de pintar paisajes, naturaleza muerta, retratos y más. Busca en el desarrollo y aplicación de su trabajo, representar la convicción de seguir adelante siempre.
<b>CREATIVIDAD:</b>	Busca pintar todo lo que es novedoso para ella, ya sean paisajes, flores, ángeles, animales, etc. Ella aparte de crear, tiene una actitud de trabajar rápida. Es hábil al expresar sus ideas en pintura y es muy creativa.
<b>PRACTICA:</b>	Ella pinta prácticamente todas las tardes.
<b>RESULTADO:</b>	Sus resultados tienen buena calidad técnica. Y ella se siente útil.

<b>Aspectos a evaluar:</b>	<b>Descripción</b>
<b>NOMBRE:</b>	Profra. Rocío del Castillo de Cantú
<b>TECNICA:</b>	Técnicas de oleo
<b>ORIENTACION:</b>	Le gusta la corriente surrealista, pintar paisajes y formas abstractas.
<b>CREATIVIDAD:</b>	Es súper detallista y limpia en su trabajo, capta cada detalle que representa.
<b>PRACTICA:</b>	Ella no pinta en su casa, sólo dos veces a la semana en clase.
<b>RESULTADO:</b>	Refleja Seguridad y limpieza en su trabajo. Y ha logrado vender cuadros.

## 8.4.2 ENTREVISTA A LAS ALUMNAS

### **Entrevista a la Mtra. Ninfa de González**

1.- ¿Cómo ayuda el arte en su vida?

A mí, sí me ayudo mucho, es una terapia ocupacional. Pero también psicológicamente te ayuda mucho ese tiempo que tú estás pintando te remontas a lo que estás haciendo, nada más en eso enfrascas todo tu pensamiento, se te olvida otra cosa y te da satisfacciones porque ves que tú hiciste algo que a ti te gusta hacer, y a la vez que te gusta hacerlo te ayuda, te sientes a gusto con poderlo hacer y por compartirlo con otras personas, y te da la oportunidad de compartirlo con compañeras tanto a Nelda como a Rocío se los recomendé yo, porque Nelda no hacía nada y que se iba jugar al casino, y Rocío también tenía un problema fuerte y yo sabía que le iba ayudar a ella porque traía un problema depresivo muy fuerte en un tiempo, a pesar de que su situación económica. Gracias a Dios es muy buena, y también le ayudó a salir de un problema depresivo tremendo

2.-¿Cuál es la diferencia en el antes y después de pintar?

Me siento muy contenta de ocupar mi tiempo en eso y de compartir con las compañeras con las que comparto la clase, este.... me ha ayudado económicamente, no digo que mucho. También me ha ayudado a sentirme útil de poder realizar y de poder hacer algo diferente, sobre todo me ha dado mucha tranquilidad de ocupar mi tiempo en eso.

3.- ¿Usted siente que existe algo efectivo?

Claro que existe, uno puede ayudar a enseñar lo positivo a otras personas. Sí, me gusta compartir también el gusto por la pintura, las artes, con la demás personas, con mi familia y con otras personas.

4.-¿Siente progresa en pintar?

Claro que sí, me siento que progreso en algo a medida que tomo mis clases. Siento que he avanzado, que puedo apreciar más una obra de arte o algo de lo bello que existe en la naturaleza; en el mundo como la música me ha sensibilizado más.

5.-¿Piensa que el arte sirve como terapia por la gente que la practica?

Cómo no, es una terapia magnífica maniaca para todos los humanos, es una terapia muy buena, ocupacional muy buena en verdad, que genera muchas satisfacciones y muchas cosas buenas.

6.-¿Le gustaría seguir pintando, seguir esta terapia?

A mí sí, mientras tenga vida y pueda hacerlo, vea, oiga bien y todo eso, me gustaría seguir pintando y también, ¿Porqué? enseñarle a alguien también lo que estoy aprendiendo y sobre todo, al compartir con demás personas y que veo que tienen un problema, hacerles entender o hacerles participes de lo que me ha ayudado. La terapia que me ha ayudado mucho lo del arte, esto puede ser en pintura en música en algo de arte, a mí me tocó en esto, en la pintura pero yo pienso que también puede ser en alguna otra cosa, aquí lo sé facilidad para mí que soy una persona ya mayor de edad el hecho de no tenerme que trasladar a otro lugar, la facilidad de que las personas mayores de edad podamos hacerlo en nuestra casa, para no tenernos que trasladar a otra parte aparte Es una terapia ocupacional, una terapia afectiva y también de convivencia con las demás personas.

## **Entrevista Mtra. Nelda Villarreal**

1.- ¿Cuáles son los motivos que tuviste para iniciarte en la pintura?

Lo que me motivó a iniciarme en la terapia de pintar, fue la necesidad mía a mantenerme ocupada en algo que me hiciera sentir bien después de mi jubilación como maestra de primaria. Pintar era algo que se me daba fácil y me agradaba mucho y así me inicié.

2.- ¿Cómo se sentía antes de pintar?

Después de 30 años de trabajo como maestra, necesitaba ocupar mi tiempo libre en algo que me agradara, me relajara y me hiciera sentirme útil.

3.- ¿Cuáles son los cambios que has sentido al pintar?

Desde que empecé a pintar he hecho nuevas amistades, ha mejorado mi concentración, en lo general me siento más relajada.

4.- ¿Haz sentido cambios en tu vida?

He notado que ha cambiado mi forma de ser que era tan aprensiva, me he vuelto mas tranquila, más amable y más comunicativa con los demás.

5.- ¿Cuáles son las diferencias?

Mi forma de ser ha mejorado, soy más tolerante con los demás, pongo más atención a mi vida y me siento muy bien física y anímicamente.

6.- Antes de pintar y después de hacerlo, ¿Cómo te ha ayudado el arte de pintar en tu vida?

Antes de pintar vivía a la carrera por mi trabajo que era muy demandante porque trabajaba con niños, ahora que estoy jubilada veo la vida de otro modo, más tranquila, más relajada y me he involucrado mucho en el arte de pintar porque me agrada y me hace sentir bien.

7.-Lo negativo y lo positivo que ha encontrado al pintar.

La pintura ha hecho un cambio positivo en mi vida, y no encuentro lo negativo.

8.- El arte ¿Le ha ayudado económicamente?

A través de los años que llevo pintando he tenido algunas remuneraciones al ofrecer mis trabajos en las exposiciones donde han estado, y en forma individual he ofrecido mis cuadros y he vendido algunos de ellos.

9.- ¿Cómo le ha ayudado el arte en la sociedad?

El arte me ha dado una proyección ante la sociedad y ante mis amistades, ya que cuando mis obras han sido expuestas he visto en la cara de los asistentes a la exposición su agrado hacia mis trabajos, y sus adulaciones hacen que mi yo interno se sienta muy complacido.

## **Entrevista Profra. Rocío del Castillo de Cantú**

1.-¿Cual tu opinión sobre el arte?

Me gusta el dibujo, me relaja y es una actividad creativa.

2.-¿Para usted el arte es una terapia?

Yo creo que es una expresión, una expresión no verbal de sentimientos, de ideas del estado anímico.

3.-¿A qué le ha ayudado el arte?

A vivir las cosas con más calma, ha tomar el momento y vivirlo.

4.-¿El arte puede ayudar a las personas?

Yo creo que sí, es una buena terapia, es una catarsis emocional.

5.-¿El arte le ayuda económicamente?

No, no creo que económicamente, pero sí creo que moralmente, económicamente no, porque usted es bien carero, al contrario me friega.

6.-¿Quiere dar algún Consejo?

Que tomemos las expresiones artísticas como una manera de ver los sentimientos de otra persona, de conocer otra persona, que veamos en alguien como una riqueza que tenemos, la oportunidad de ver y de sentir. Buscar el camino del arte.

7.-¿Cuál es el antes y el después en su vida después de que se inicio en la pintura?

Me ha enseñado a relajarme, me ha enseñado a observar con más detenimiento la naturaleza, me pongo mucho a ver los arboles, los pájaros, me gusta mucho cuando voy caminando y voy viendo ahí en el parque. Me he relajado mucho, todo era a la carrera. Mi vida era muy rápida, muy estresante no le dedicaba tiempo a las cosas realmente, estoy teniendo tiempo para mí, estoy aprovechando el tiempo para mí, estoy conociendo capacidades en mí que antes no había tenido la oportunidad de desarrollar. Me ha ayudado a crecer como persona, si porque al ayudarme a

sacar todas esas capacidades pocas o muchas de dibujar, de pintar, de checar los colores, la combinación de colores en todo este tiempo, el hecho es que también me ha ayudado a aprovechar el tiempo para relajarme en actividades que antes hacía pero ahora las veo desde otro punto de vista, veo las cosas de otro punto de vista ya no como una actividad a lo mejor forzada.

8.-¿Le gustaría seguir con la pintura?

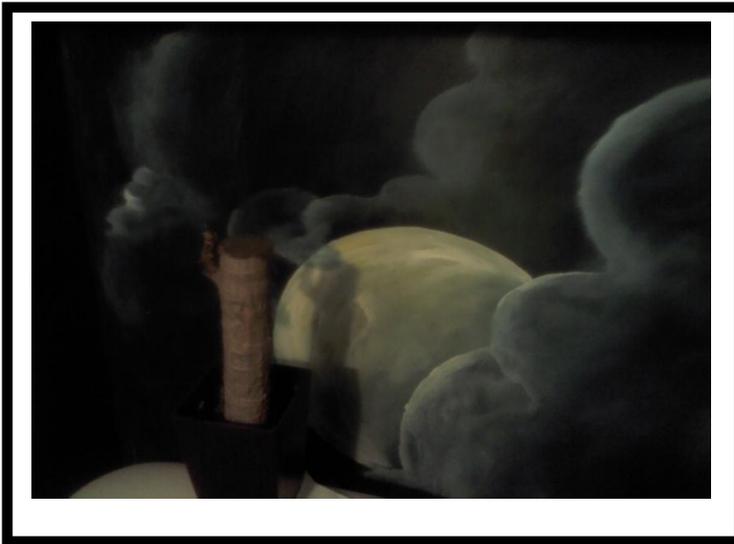
Me ha ayudado a proyectarme, quiero conocer más.

### **8.4.3 CONTEXTO Y AVANCES DE LAS ALUMNAS**

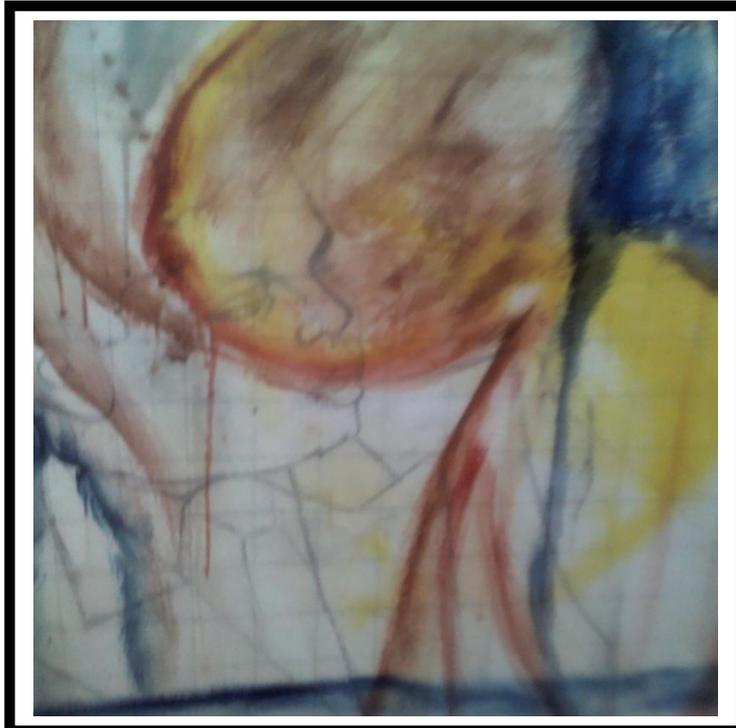
En este apartado se muestran los trabajos iniciales de las alumnas, así como los actuales para que sea posible apreciar sus avances técnicos.

#### **a) Profra. Ninfa Moncada de González**

#### **ANTES**



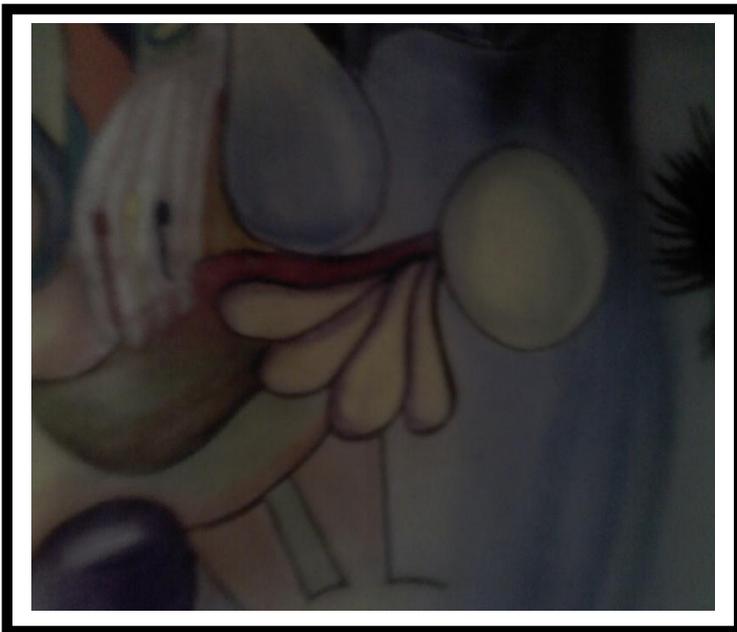
Técnica al óleo



Pintura acrílico

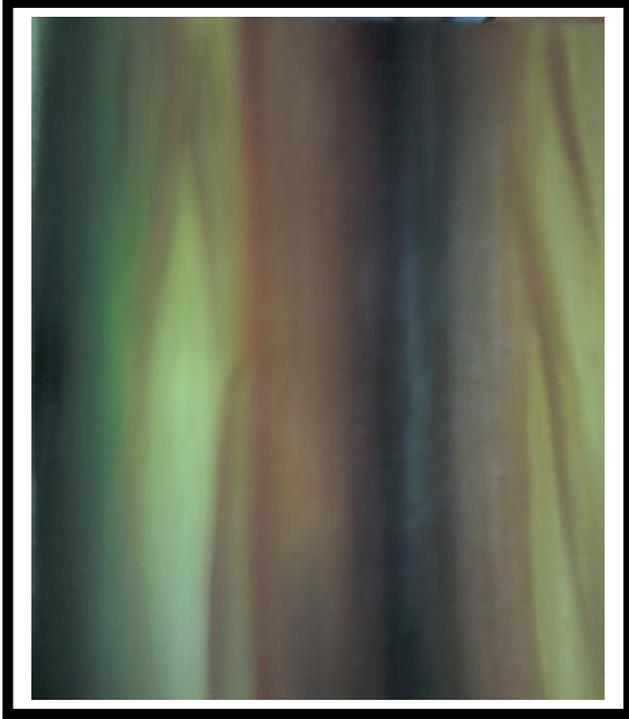


Pintura acrílico

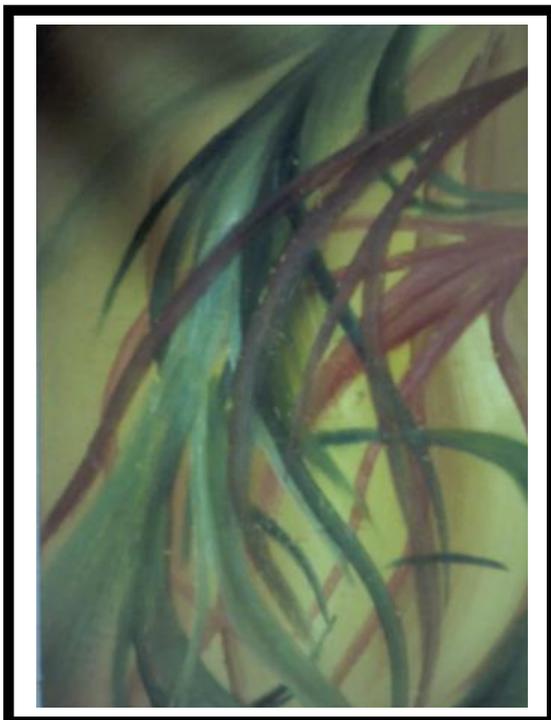


Pastel

**DESPUÉS**



Técnica al óleo



Técnica al óleo



Técnica al óleo

A la señora Ninfa la conocí hace 4 años. Yo le daba clases de francés a su nieto, pero resulta que un día el nieto se va a pasar un tiempo con su abuela (la señora Ninfa), a su casa. La mamá de su nieto me preguntó si podía darle la clase a Carlitos en la casa de su suegra. Le dije que si, que no había problema. Entonces su nuera le marcó a la señora Ninfa y le comentó que le iba a dar la clase a Carlitos, Ninfa ya sabía que yo era pintor, aunque nunca me había dicho nada.

Cuando llegué a su casa, empecé a darle la clase de francés a Carlitos, y luego la señora Ninfa empezó a dibujar algo, para llamar mi atención. Entonces cuando terminé con la clase de Carlitos, Ninfa me preguntó: Maestro, ¿Cómo ve mi trabajo?, yo le respondí: está muy padre, es bonito, pero le falta algo de perspectiva, a lo que ella respondió: Ah es lo que yo quería, buscaba a alguien que me dijera si mi trabajo es bueno y puedo seguir adelante o no. Me pidió que le diera clases de pintura y asentí.

Ella ya había oído de mis trabajos, ella misma puso el día de la clase, y me dijo que ella tenía todo el tiempo del mundo porque era jubilada. Entonces empezamos.

La señora Ninfa tiene una hija con una discapacidad física, a quien debe ayudar en todo. Ella siempre se preocupa por su hija, y a veces, se deprime cuando piensa en la situación de su hija, le gustaría que su ella estuviera bien, es algo muy normal en este tipo de situaciones.

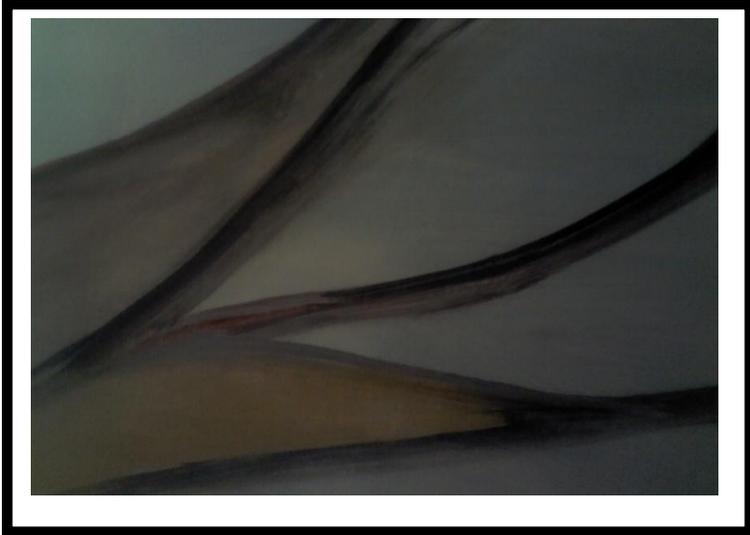
A Ninfa, el arte le ha ayudado mucho, ella me dijo : "Yo vengo a aprender, pero el arte me ayuda a olvidar muchas cosas. Cuando viene la gente a tomar clase en mi casa es un privilegio para mí, me siento bien, siento una unión familiar entre la gente que viene a tomar las clases conmigo, por eso yo ofrezco mi casa para las clases porque recibo algo que es como una asociación muy padre en mi vida. Es una manera de convivir con la gente."

Un día llegué a la casa de la señora Ninfa, hacía mucho calor y ella había prendido todos los climas y ventiladores para que nos sintiéramos a gusto. Ella invierte mucho para hacernos sentir bien, da todo para que uno se sienta feliz, el arte incluso es un medio a través del cual ella es generosa y da a los demás. Me dijo el otro día: "A mí no me importa invertir dinero en esto, porque gracias a este grupo me siento muy feliz y contenta."

Ella ha aprendido que puede salir adelante a través de diferentes cosas. El arte terapia le ha dado solución a sus problemas y ha sido un medio que se ha adaptado a sus necesidades.

b) Profra. Nelda Villarreal de González

**ANTES**



Técnica con acrílico



Técnica con acrílico



Técnica a lápiz



Técnica a lápiz

## DESPUÉS



Dibujo en técnica de tinta china.



Dibujo en técnica de tinta china.



Pintura, técnica al óleo



Pintura,  
técnica al óleo

Conocí a Nelda en una exposición de mis cuadros en la Casa de la Cultura de San Nicolás, hace 2 años y medio.

En aquel entonces, ella se acercó a mí y me preguntó sobre mi trabajo y de donde era, me dijo de que le gustó mi obra y me preguntó si le podía dar clases. Yo le dije que daba clases particulares y le conté que tenía un grupo de alumnos en el que había una señora que se llama Ninfa, y resultó que era su tía!. Entonces ella se comunicó con su tía, y le dijo que me había conocido, le comentó que se quería unir al grupo y la señora Ninfa con mucho gusto le dijo que claro que si.

Ella no llegó con problemas de depresión ni emocionales, pero si me explicó que sus hijos ya estaban grandes y pues estaba sola en su casa, y su esposo tenía mucho trabajo y por lo tanto estaba muy ocupado. Entonces ella buscó salir de su casa y explotar su creatividad. Aparte, Nelda quería salir adelante aunque fuera jubilada y encontrar otra forma de obtener un ingreso económico.

Nelda ya traía nociones de arte, pero la manera en que le daba la clase, que no es de sólo arte sino que intento dar una terapia en ese espacio, ya que hablan de sus vidas,

contamos historias, dejamos de pintar para comer, o vamos a comprar cosas, no solamente pintamos. Es un espacio en donde buscamos convivir.

Entonces Nelda empezó a pintar conmigo, los intereses que ella tenía en la pintura se acentuaron, y un día me dijo "A veces tomaba una clase de pintura, pero era de copia, solo copiábamos un cuadro, no había un ambiente familiar, pero en su clase no solo pintamos sino que siento que es como ir a la playa, me olvido de todo lo que pasa en mi casa y ahí me concentro".

Ella empezó a dibujar con la técnica a lápiz, luego aprendió a difuminar con lápiz, luego pasamos a wash , tinta china y después la técnica de acrílico. Y cuando terminamos con acrílico, empezó a mezclar acrílico con oleo. Ahora le gusta más el óleo. Ella tiene tanto interés en esas técnicas que es la más avanzada de mis alumnas. Tiene unos 60 cuadros en este momento, empezó hace dos años y medio.

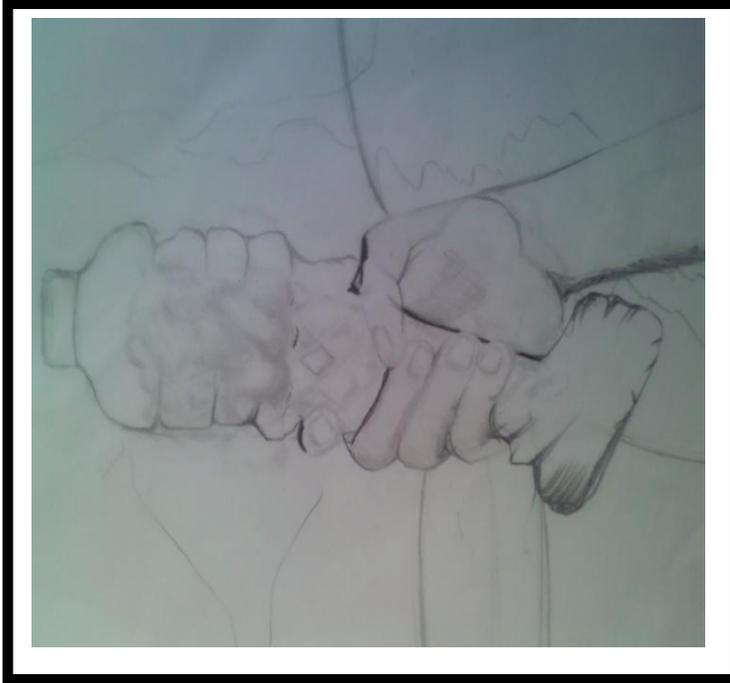
Actualmente hace retratos para familias, vende sus cuadros, trabaja para su hijo ayudándole a pintar cosas para su escuela, hasta su hija le pidió el retrato de su hijo.

El esposo de Nelda se jubila en dos meses y ya me llama que quiere integrarse al grupo.

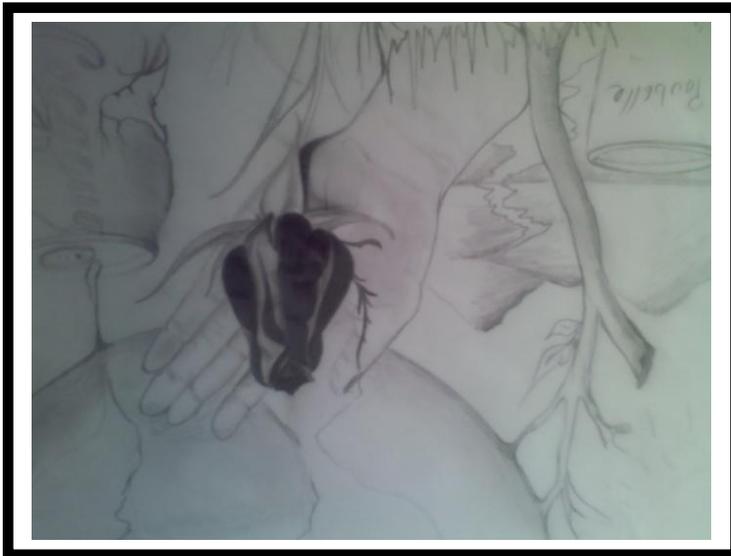
Mis alumnos me sirven de ejemplo aunque tengo mucho tiempo de pintar, gracias a la experiencia que tengo con ellos me he dado cuenta que no importa la edad, si la persona quiere desarrollar sus capacidades lo puede lograr, no es necesario nacer pintor. Es una forma de que controlen su estrés y de salir adelante.

c) Profra. Rocío del Castillo de Cantú

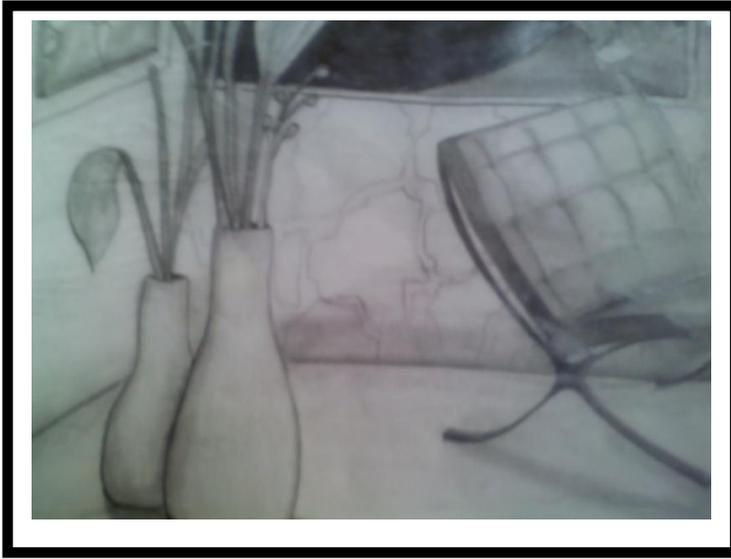
**ANTES**



Técnica a lápiz



Técnica a lápiz

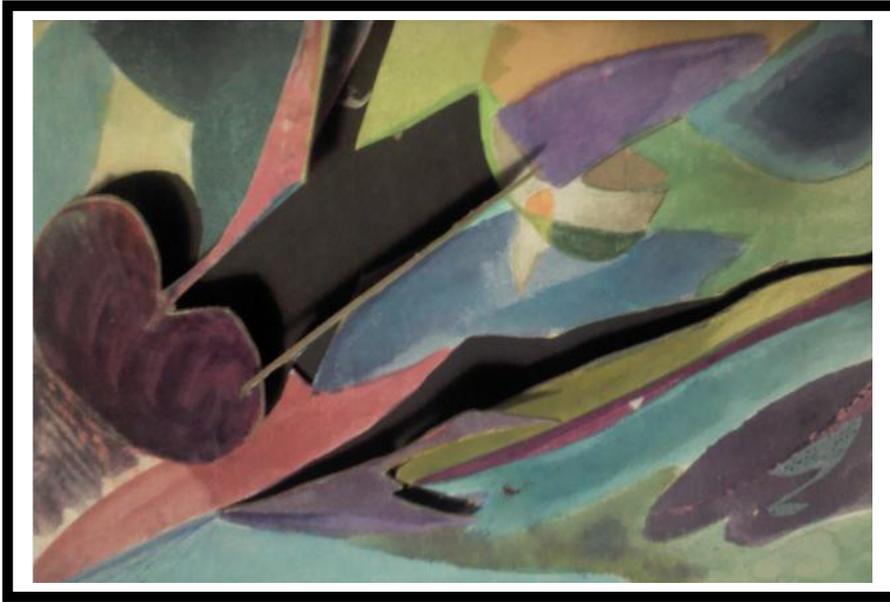


Técnica a lápiz



Técnica pastel

## DESPUÉS



Técnica en acuarela



Técnica en acuarela

Una vez hace aproximadamente 3 años, dándole clase a la señora Ninfa en su casa, llegó de visita Rocío. Ella es una persona de unos 67 años, ya estaba jubilada hacía 15 años

cuando la conocí. No tenía ocupaciones, tenía una buena posición económica, pero entró en depresión por estar tanto tiempo en su casa a pesar de tener un "buen" estilo de vida.

Entonces la señora Ninfa me llamó y me habló de los problemas que tenía Rocío en su casa, me explico que quería incluir a Rocío en la clase para que no siguiera deprimida.

Cuando llego Rocío a mi grupo de alumnos, mostraba mucha inseguridad para pintar, porque ella nunca en su vida había dibujado, no era una actividad que ella practicara. Estaba temerosa de hacer cualquier dibujo. Empecé por hacerla dibujar cosas sencillas como líneas, le mostré los colores básicos, primarios, secundarios, etc.

Poco a poco le fue agarrando sabor a la pintura y de las primeras cosas que ella hizo, fue llegar con una taza de café (porque le gusta mucho el café), entonces le enseñé como dibujar sobre la taza, aprendió a mezclar los colores y le gustó mucho. Hizo su taza y ese mismo día vió a su hermana y le gustó mucho, tanto le gustó que se la compro, ¡la vendió ese mismo día! Rocío se sintió muy feliz y satisfecha dándose cuenta que su trabajo gustaba, así que siguió pintando paisajes, flores, hasta llegar a presentar una exposición con todos los alumnos en la Casa de la Cultura en San Nicolás. Sus amigas jubiladas, conocidos, familiares se quedaron muy sorprendidos por eso que ella estaba logrando.

Ahora ya vende sus cuadros, incluso hizo una rifa hace poco por dos cuadros. Ahí en el grupo a veces organizan eventos y rifan cuadros, integran el arte a su vida diaria, se ayudan económicamente cuando hacen esto.

Incluso invitó a su hermana a la clase de pintura, llegando el grupo hasta unos 8 alumnos gracias a eso, yo ¡ya no podía con tantos! Quería dividir grupos para poder con tantos. El día que les dije que quería dividir el grupo, ellos no quisieron, dijeron que se quedaban con 8.

El esposo de Rocío, me regaló un aparato que cuesta como 10,000 pesos, me dijo: Oye maestro, yo llevé a mi esposa con muchos doctores para encontrarle una solución a

sus problemas y nada funcionó, pero desde que empezó a pintar ha habido un cambio total en su persona, ahora siempre está muy alegre, feliz, agradable, nada irritable como antes. Esa presión que ella sentía por no tener algo de provecho que hacer, había desaparecido, me contó su esposo que cuando llegaba a su casa del trabajo ella estaba pintando sola.

En su segunda exposición en la casa de la cultura, hizo un cuadro de 2 metros y medio, todos estaban muy sorprendidos que ella hubiera hecho eso. Fue el cuadro que más llamó la atención, era increíble que ella, que no tenía nociones del arte, que no dibujaba, que no sabía de técnicas, hubiera logrado semejante obra. Con la inclusión del arte en su vida fue deshaciéndose de su estrés y explotó su creatividad.

Su esposo está muy agradecido conmigo como su terapeuta.

## **IX.-CONCLUSIONES**

“La sola visión de un problema ya es un acto creativo. En cambio su solución puede ser producto de habilidades técnicas”. Penagos.<sup>40</sup>

No hay frontera que el arte no pueda cruzar, no hay nación que el arte no pueda conquistar, no hay corazón tan grande y duro que el arte no pueda abrir, solamente se trata de empezar a pintar y tener seguridad en sí mismo.

El arte es una manera de construir, crear una expresión perfecta y dar valor a tu tiempo. Cuando nos iniciamos en la pintura, empezamos a sentir un cambio en la vida y también en la salud, es una de las formas más sencillas de comunicar y expresar sentimientos como: la tristeza, el dolor, la alegría, etc.

Podemos decir que en el arte una persona puede encontrarse con una perfecta terapia y vivir en libertad.

El arte puede ayudar a ver las cosas de manera realista en cualquier circunstancia, a veces piensas que todo ha terminado pero hay que saber cuándo es el momento apropiado en el que la creatividad y la pintura son elementos importantes que te ayudarán a sentirte mejor y ver las cosas de manera diferente.

Toda creación verdadera acontece solo mientras el artista se halla hasta cierto grado fuera de sí mismo, cuando se encuentra en una situación de éxtasis. Ahora bien, si el artista esta fuera de sí mismo mientras produce, ¿Dónde se encuentra? La contestación es muy simple; está en su obra.

Mediante la experiencia que se vive a través del arte, se pueden descubrir diferentes ideas en donde podemos aplicar diversas técnicas de expresión artística, que

---

<sup>40</sup> <http://www.enplenitud.com/libroshttp://www.slideshare.net/eosadar/la-creatividad-para-la-solucin-de-problemas>

pueden llegar a ser de los elementos más importantes en la vida de cada ser humano, si éste tiene la convicción de ver las diferentes posibilidades que existen al utilizar el arte como herramienta para poder lograr un progreso personal.

Hoy existen diferentes posibilidades de llenar tu vida con una actividad artística, nada más te falta una toma de decisión personal. Todos podemos llevar fácilmente una vida plena y sana, solo es cuestión de ver las posibilidad de aplicar plenamente nuestra creatividad en el arte, para de ahí encontrar el bienestar y desarrollar nuestro lado creativo.

## **X.- BIBLIOGRAFÍA**

Cornelesse H. Art-therapy and psychodynamic group processes (Workshop). II Conferencia Internacional de Psicología de la salud. Resúmenes. La Habana: Palacio de las Convenciones, 1996;25-6.

Creatividad pensamiento practico (p.p. 255-266)

"El arte como forma de la realidad", New Left Review 74 (Julio-Agosto de 1972), 51-58.

Fariñas G. Psicoballet, método cubano de psicoterapia de grupo. México, DF: Universidad Autónoma de Puebla, 1993:2-13, 24-35.

Loroño A. Biomúsica. Manual de musicoterapia. Madrid: Cuadernos, 1987:3-42.

Margaret Naumburg, El Arte como Terapia, Ed Herder

Llera E de la. Psicoballet y retraso en el desarrollo psíquico. I Congreso Internacional de Medicina Familiar. Resúmenes. La Habana: Palacio de las Convenciones, 1998:91.

Oswald PF. Facilitación psicoterapéutica de la creación musical. Am J Psychother 1992; 46(3):383-404.

O'Callahan CC. Communicating with brain-impaired palliative care patients through music therapy. J Palliat Care 1993; 9(4):53-5.

Patrick Tranquart, maestro estucador de Livarot (Francia)

Susanne K. Langer "*Problems of Art*", 1957

Valdés R. El desarrollo psicográfico del niño. La Habana: Editorial Científico-Técnica, 1979:1-47.

<http://www.ucm.es/info/mupai/pagmaster.ttm>

<http://diccionario.babylon.com/arte/>

<http://www.arteyletras.com/leontolstoi01.htm>

<http://www.asociacionespanola/arteterapia>

<http://diccionario.realacademiaespañola.com>

<http://www.asociacionespanola/arteterapia>

[www.educaweb.mx/.../arteterapia-distrito-federal-escolarizada-13643.](http://www.educaweb.mx/.../arteterapia-distrito-federal-escolarizada-13643)

<http://es.scribd.com/doc/7235257/18/Fundamentos-del-Arte-Terapia>

<http://revista.escaner.cl/nodo/1205>

[http://www.entreculturas.org/files/documentos/estudios\\_e\\_informes/mibro\\_experto](http://www.entreculturas.org/files/documentos/estudios_e_informes/mibro_experto)

<http://artterapia.wordpress.com/>

<http://www.ucm.es/info/mupai/alcaide3.htm>

[http://www.asanart.es/docs/nuevos\\_caminos.pdf](http://www.asanart.es/docs/nuevos_caminos.pdf)

[http://www.google.com.mx/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&ved=0CCMQFjAA&url=http%3A%2F%2Fdiagonalnet.unirioja.es%2Fservlet%2Ffichero\\_articulo%3Fcodigo%3D2044648&ei=ahmHT5z6NqiH8AHgu\\_SfCA&usg=AFQjCNEV5DwDpzbpzupPs3cIOiLhMSoyrA](http://www.google.com.mx/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&ved=0CCMQFjAA&url=http%3A%2F%2Fdiagonalnet.unirioja.es%2Fservlet%2Ffichero_articulo%3Fcodigo%3D2044648&ei=ahmHT5z6NqiH8AHgu_SfCA&usg=AFQjCNEV5DwDpzbpzupPs3cIOiLhMSoyrA)

<http://www.ilvem.com/shop/otraspaginas.asp?paginanp=468&t=LOS-EJERCICIOS-MENTALES.htm>

<http://es.scribd.com/MIsabelvg/d/84955959-Creatividad>

<http://es.scribd.com/doc/57887406/Introduccion-a-la-Psicologia>

[http://www.redacciondigital.com.ar/creatividad\\_el\\_tesoro\\_oculto\\_del\\_hombre.htm](http://www.redacciondigital.com.ar/creatividad_el_tesoro_oculto_del_hombre.htm)

<http://www.tallerdelretrato.com>

[http://www.revistapsicologiayvida.com/14\\_15.html](http://www.revistapsicologiayvida.com/14_15.html)

<http://rferrari.wordpress.com/2008/10/04/arteterapia-dialogo-de-color/>

[http://www.esencialidad.com/index2.php?option=com\\_content&do\\_pdf=1&id=116](http://www.esencialidad.com/index2.php?option=com_content&do_pdf=1&id=116)

<http://sexologiayurologia.bligoo.cl/content/view/1448650/ARTE-TERAPIA-o-La-terapia-del-arte-otra-herramienta-otro-idioma.html>

[http://www.washburn.edu/cas/ksstudies/ledbe999/mary\\_1.html](http://www.washburn.edu/cas/ksstudies/ledbe999/mary_1.html)

<http://junefernandez.blogspot.mx/2007/07/jean-pierre-klein-creador-de-la.htm>

<http://www.elcorreo.com/vizcaya/20070712/sociedad/podemos-afrontar-locura-cualquier-20070712.html>

<http://anexoscetea.wordpress.com/tipos-de-terapias/>

<http://www.tallerdelretrato.com>

<http://www.waldorfloscaracoles.org/PedagogiaWaldorf.html>

<http://personaconnee.blogspot.mx/>

[http://www.buenosaires.gov.ar/areas/jef\\_gabinete/copine/discapacidades/?menu\\_id=22263](http://www.buenosaires.gov.ar/areas/jef_gabinete/copine/discapacidades/?menu_id=22263)

<http://www.biblioteca.unp.edu.ar>

<http://www.whohub.com/es520/cuales-problemas-psicologicos-habituales-||artistas-120>

<http://www.enplenitud.com/como-resolver-problemas-en-forma-creativa.html#ixzz1oYNuQ645>

<http://www.enplenitud.com/libros>

<http://www.slideshare.net/eosadar/la-creatividad-para-la-solucion-de-problemas>