

ARTETERAPIA

Dr. Jimmy Ortiz Luna
Arteterapeuta

- Existe una limitación cultural en nuestra sociedad a expresarnos a través del arte gráfico, a pesar de que muchos tenemos inclinación natural al dibujo y la pintura.
- En este sentido, los **mándalas** se proponen como un desafío a superar los miedos atávicos a encontrarnos a través del arte.
- no es necesario “saber” teoría artística ni contar con “talentos” especiales
-

- Los Mandalas es un recurso Psicoterapéutico de **Arteterapia** y como tal tiene Objetivos, Encuadre Terapéutico , y un Proceso

ARTETERAPIA

- disciplina especializada en acompañar, facilitar y posibilitar un cambio significativo en la persona mediante la utilización de diversos medios artísticos: atendiendo a su proceso creativo, a las imágenes que produce y a las preguntas y respuestas que éstas suscitan.

- se diferencia de otras disciplinas que utilizan elementos artísticos, como la educación artística, porque utiliza los materiales, las técnicas, el proceso artístico y la obra en si, con fines Psicoterapéuticos.

Que no es Arteterapia

- No es terapia ocupacional
- No es reeducación
- No es ergoterapia
- No es socioterapia.
- No es un test proyectivo
- No elabora un diagnóstico
- No es terapia emocional
- No busca catarsis en el momento de la creación

Objetivos

- Expresar sentimientos difíciles de hablar
- Incrementar la autoestima y la confianza
- Desarrollar habilidades confrontativas saludables
- Identificar los bloqueos emocionales
- **En resumen:**
 - Creatividad.
 - Comunicación
 - Auto-conocimiento,
 - Crecimiento personal.
 - Autoestima.

Encuadre Terapéutico

La Relación Triangular



Arteterapeuta - Obra –Paciente



establecen un contraste en relación a las terapias verbales tradicionales, donde el tratamiento transcurre entre dos componentes:

terapeuta y paciente, los cuales mantienen una comunicación prioritariamente verbal.

La **Arteterapia** introduce un agente nuevo: la obra plástico-visual realizada por el paciente.

Esta tercera presencia altera la relación cliente-terapeuta y el rol tradicional atribuido a ambas figuras.

El proceso de transferencia y contratransferencia entre el paciente y el Arteterapeuta queda afectado por la existencia de algo concreto que puede ser utilizado, discutido y que actúa como mediador.

Abordajes Terapéuticos

- Existen tres abordajes terapéuticos en una sesión Arte terapéutica, dependiendo de los objetivos que se planteen para la terapia y del tipo de personas que asista a ella.
- 1.- Directivo:
- El arte terapeuta estructura la sesión de trabajo, determinando actividades o temas a desarrollar, materiales o técnicas con las que el paciente pueda crear.
- 2.- No Directivo:
- El arte terapeuta no se involucra en el accionar del paciente, dejándolo libre de elegir, materiales, técnicas y el o los temas con los que desarrollara su proceso artístico.
- 3.- Semidirectivo:
- Se entregan lineamientos básicos los que deben ser completados por el paciente. Las instrucciones son mínimas para que el paciente tenga la opción de completar
-

Técnicas de Abordaje

- **individual**

Se trabaja con un solo paciente, atendiendo en forma exclusiva su propia subjetividad y necesidades.

Grupal

La modalidad de trabajo grupal mantiene objetivos terapéuticos.

La inclusión de un paciente en un grupo depende de criterios específicos, para lo cual es necesario mantener una serie de entrevistas previas.

Taller

Los talleres son grupales, pueden convocarse desde un tema particular y tienen una modalidad por la cual cada participante trabaja cuestiones propias con una consigna ofrecida a todo el grupo.

Técnicas

- Las técnicas no se centran en el valor estético del trabajo artístico, si sobre el proceso terapéutico
- Se utilizan técnicas provenientes de las artes plásticas, pero no es necesario contar con conocimiento artístico previo

- En Arteterapia el terapeuta no interpreta el trabajo de arte del Paciente, sino que es éste quien gradualmente despliega y descubre los significados de sus imágenes.” (Nosovsky, 2008, p. 17).

MANDALAS

- El valor Transpersonal de los mándalas radica en su capacidad de activar mecanismos internos de la consciencia y el ser que nos permiten expresar contenidos potencialmente creativos, ordenarlos y darles un sentido.
-

- La palabra mandala viene del sánscrito y significa “círculo”.
- También se define como “círculo sagrado”, “anillo mágico”, “rueda”, “centro”, “aquello que es la esencia”...

- A pesar del origen oriental de la palabra existieron y existen mandalas en todas las civilizaciones y culturas.
- Ejemplos de estas configuraciones mandálicas o mandaloideas, frecuentemente con intención espiritual:

la mandorla (almendra) del arte cristiano medieval



Los laberintos en el pavimento de las iglesias góticas



los rosetones de vitral en las iglesias



las chacanas de los países andinos

- **Chacana** significa en quechua escalera o puente , (en Aimara: pusi chakani, 'la de los cuatro puentes')?
- «cruz andina» o «cruz cuadrada».,



los diagramas de los indios pueblo grupo nativo norteamericano



aborígenes de Australia



Mandalas en la India



Mándalas en el Tibet

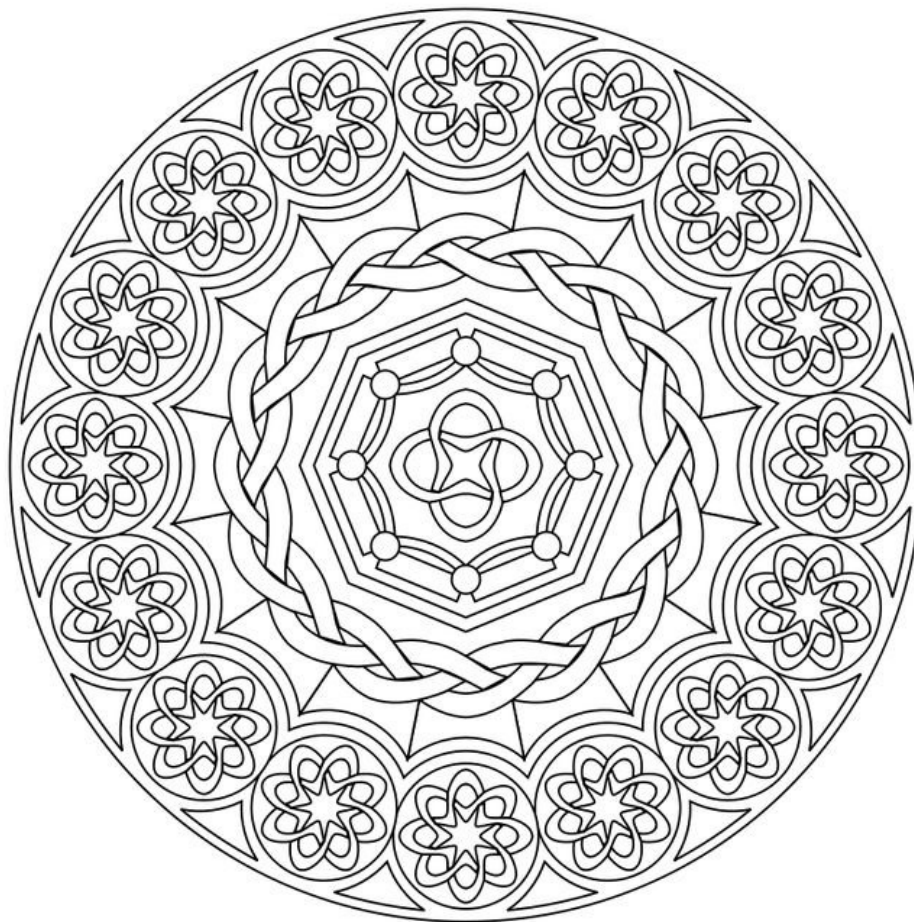


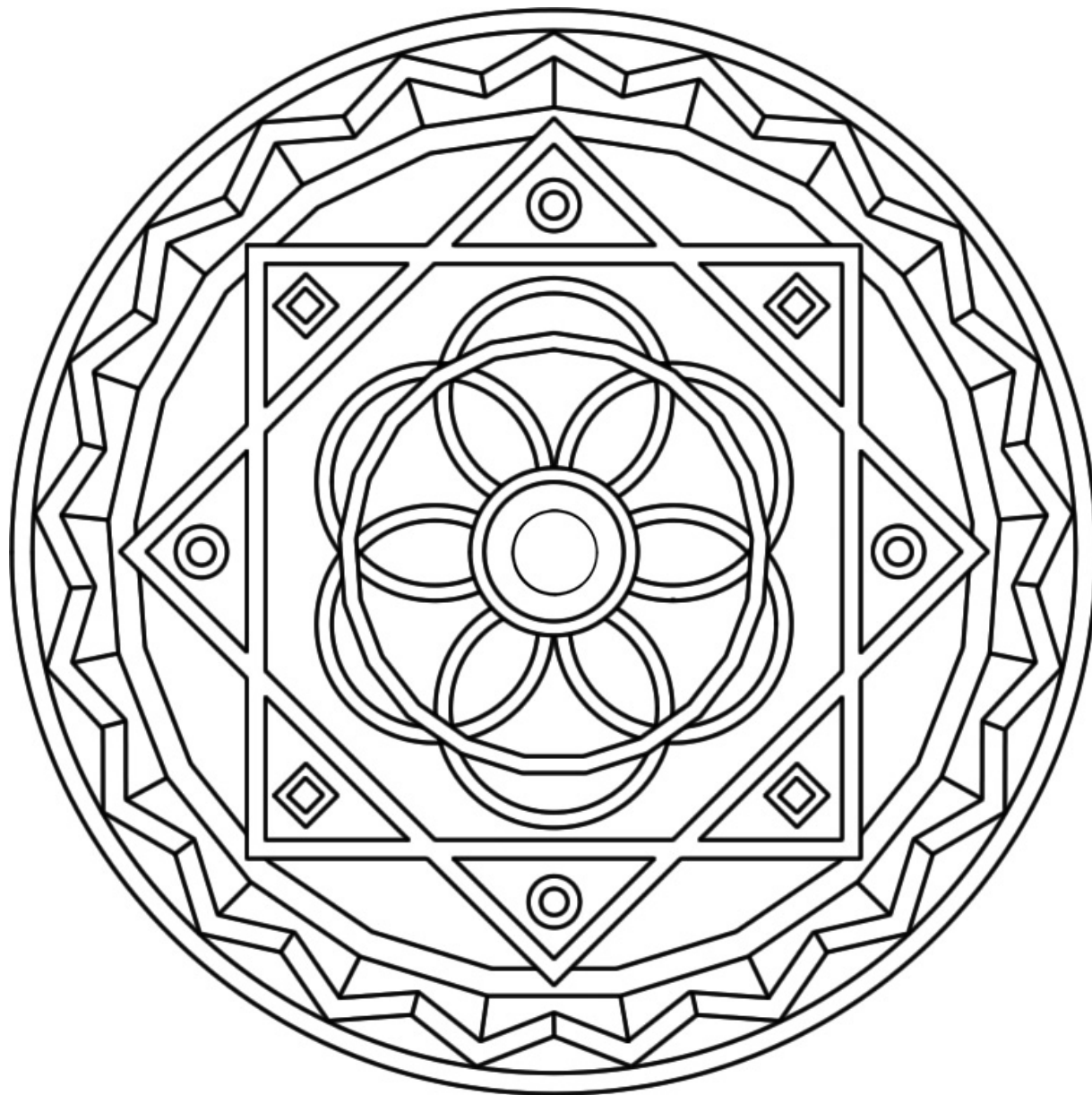
- esta universalidad de las figuras mandálicas se debe al hecho de que las formas concéntricas sugieren una idea de perfección
- (de equidistancia con respecto a un centro) y de que el perímetro del círculo evoque el eterno retorno de los ciclos de la naturaleza

- Existe una gran variedad de mandalas que difieren en su construcción, diseño y uso.
- Así, existen diversas formas de hacer mandalas, desde pintar las plantillas de los libros para colorearlos y que puede resultar en un momento lúdico y hasta terapéutico
- Y trabajar un Mándala con fines Psicoterapéuticos

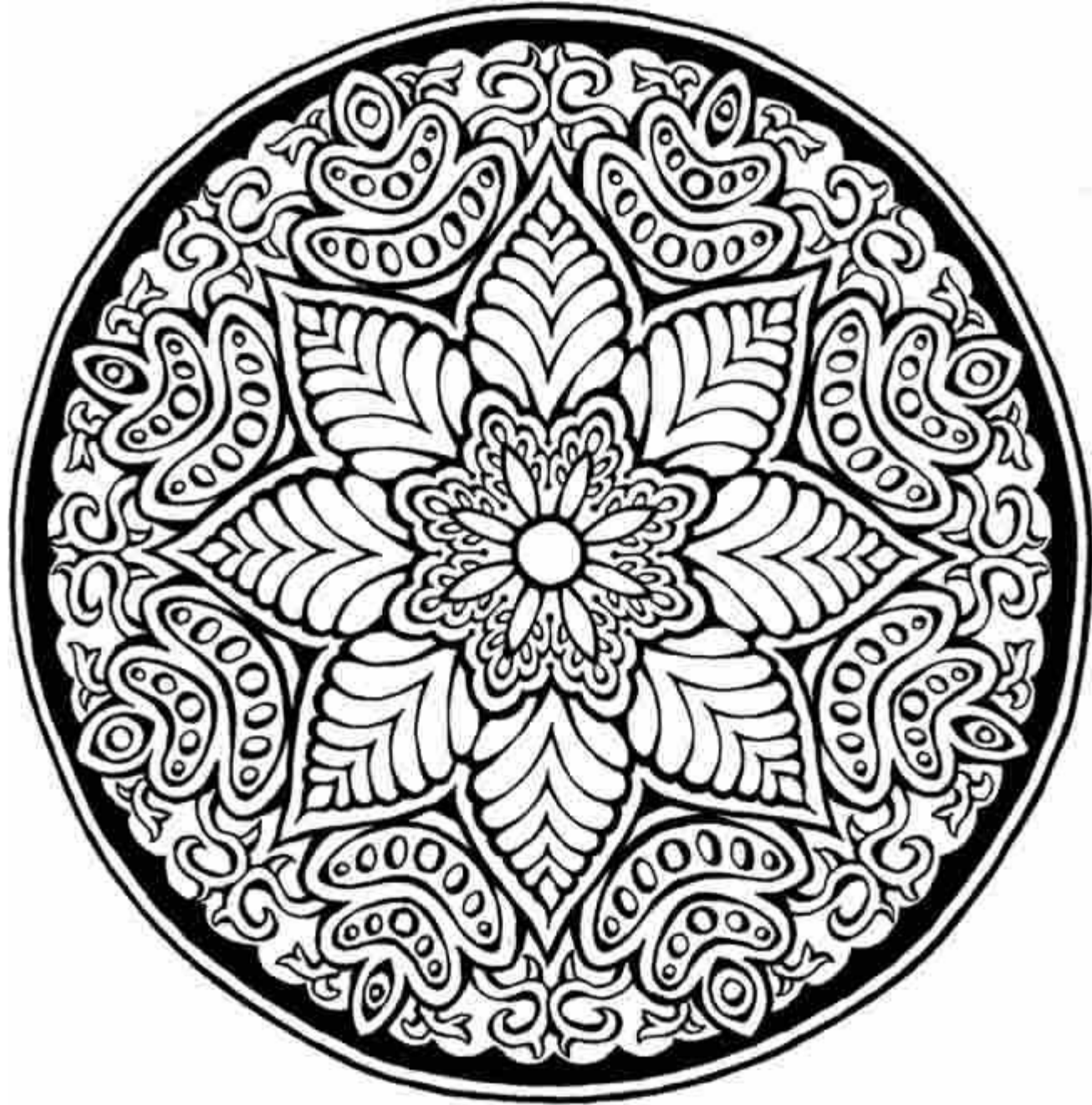
PLANTILAS

Ludicas

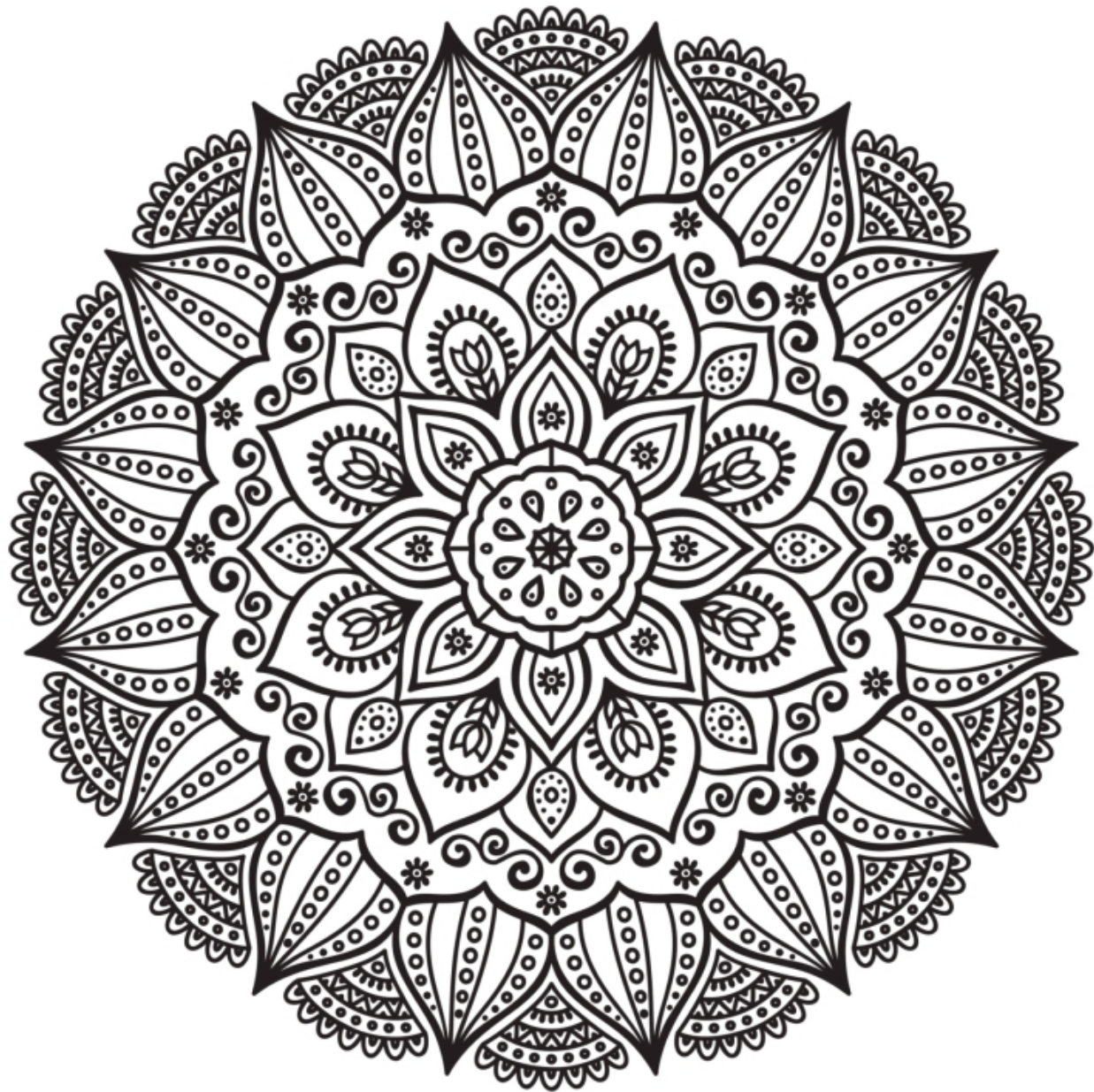














- Un mandala es, básicamente, una obra dentro de un círculo, puede variar en color y diseño, pero básicamente se conforma de un centro, los cuatro puntos cardinales, y signos o símbolos que lo componen.

- El centro del círculo es el punto central de identificación, del cual emana una serie de formas que pueden ser repetitivas , geométricas y orgánicas, pueden contener imágenes reconocibles o no, pero si con significado para la persona que la está creando.

- Las figuras pueden ser concretas o abstractas y siempre presentan un contenido simbólico.
- A nivel **terapéutico**, se usan para equilibrar el hemisferio racional y el creativo, ya que las figuras geométricas que hay en un mandala son captadas por nuestro lado lógico, y los colores y dibujos, por nuestro lado creativo.

A nivel **Psicoterapéutico**

- Se centra en la importancia del proceso creativo, por encima del proceso artístico, es decir, no se trata de crear una famosa obra de arte, ni de atenerse a rígidas reglas.
- Lo realmente importante es que durante el proceso afloren el contenido inconsciente ,emociones ,asociación de pensamientos..., y que el producto final tenga significado para quién lo realiza, siendo el trabajo un reflejo de lo que sucede en su interior.

Las partes de un mandala.

- Un mándala posee tres partes básicas:
- el punto central,
- la irradiación de ese punto
- y
- el límite circular exterior.

Los diseños son muy variados, pero con algunos elementos constantes

un centro y puntos cardinales contenidos en formas básicas :

círculos, triángulos, cuadrados y rectángulos
ordenados en cierta simetría

Construcción de mandalas

- -Lo básico para la construcción de un mándala es la creación de un CIRCULO, enmarcado en un CUADRADO.

