



ARTE TERAPIA

PRESENTADA POR TANIA CRUZ

¿QUÉ ES ARTE TERAPIA?

Es una profesión de la salud mental que utiliza el proceso creativo de hacer arte para mejorar y realzar el bienestar físico, mental y emocional de los individuos de todas las edades.



DISCOVERING NEW PATHS

Las investigaciones confirman que el proceso creativo involucrado en la expresión artística ayuda a las personas a ser:

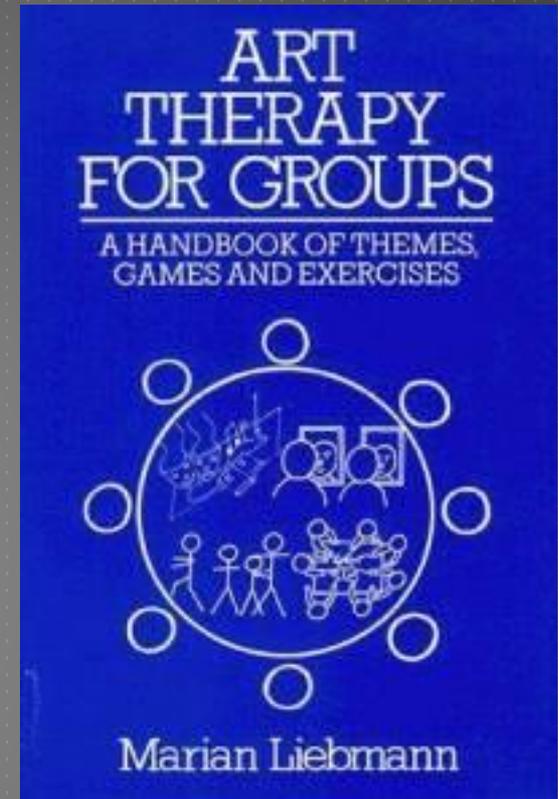
- ▶ más física, mental y emocionalmente saludables
- ▶ funcionales,
- ▶ resolver conflictos y problemas,
- ▶ desarrollar habilidades interpersonales,
- ▶ manejar el comportamiento,
- ▶ reducir el estrés,
- ▶ manejar ajustes de vida, y
- ▶ lograr el conocimiento.



Según Michelle Lefevre (2004), ya que los niños carecen de la lengua y/o el desarrollo cognitivo de articular sus experiencias con las palabras solas, ellos vendrán a confiar en el uso de la expresión simbólica en su comunicación.



Marian Liebmann, autora de *Art Therapy for Groups*, señala que la terapia del arte es el uso de elementos que se encuentran en las artes, en forma individual o en combinación, para lograr cambios positivos en las vidas de las personas que necesitan ayuda. El objetivo del arte es la fabricación de un objeto simbólico que contiene y comunica una idea.



Liebmann explica que una sesión de terapia de arte puede verse como una clase de arte en la superficie, pero los objetivos y propósitos son diferentes. El enfoque en la terapia de arte es en el análisis de experiencias internas, los propios sentimientos, percepciones y la imaginación. Arte terapia es un proceso excelente como una salida para lo interior así como la expresión externa.



¿CUÁLES SON LOS BENEFICIOS Y APLICACIONES DE ARTE TERAPIA?



Beneficios

- ▶ Permite a la persona expresar sus sentimientos, pensamientos e ideas de una forma creativa.
- ▶ Es una terapia que está dirigida a todo público y no sólo a personas con capacidades artísticas.



Beneficios

- ▶ Esta es una muy buena alternativa para quienes les cuesta trabajo expresarse, ya que con esta terapia se puede dar rienda suelta a la creatividad para manifestar pensamientos y sentimientos.



Beneficios



- ▶ Promueven el encuentro con uno mismo y con las emociones, logrando acceder a conflictos profundos que serían más difíciles de llegar a través de la palabra.
- ▶ Se dice que esta terapia es la ventana directa a nuestro inconsciente.
- ▶ Al crear, se propicia el acercamiento hacia los demás, también nos permite expresarnos de manera diferente y enriquecedora. Nos hace crecer.

APLICACIONES

- ▶ La terapia artística se puede aplicar en áreas como la rehabilitación, educación y la salud mental.
- ▶ Es muy útil para aquellas personas que quieran profundizar en el conocimiento de sí mismos y que quieran mejorar su calidad de vida.
- ▶ La arte terapia es muy efectiva en personas con problemas sensoriales, físicos, motores o de adaptación social.



APLICACIONES

- ▶ Se puede aplicar en casos de síndrome Down, Autismo y Alzheimer.
- ▶ En la atención, a niños y adolescentes con problemas de aprendizaje, emocionales, fobias, depresión, miedos, entre otros.



APLICACIONES

- ▶ Contribuye a controlar los síntomas del Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH).
- ▶ Es muy efectiva en trastornos de alimentación e imagen corporal.
- ▶ Así también para tratar adicciones, estados de ansiedad o depresivos.



APLICACIONES

- ▶ En el control de estrés y refuerzo de autoestima.
- ▶ Enfermedades prolongadas o terminales.
- ▶ Víctimas de violencia física, psicológica y sexual.
- ▶ Refugiados, reclusos y otros problemas de carácter social.



REFERENCIAS

- American Art Therapy Association (2012). Artherapy.org
- Lefevre, M. (2004). Playing with sound: The therapeutic use of music in direct work with children. Child and Family Social Work, 9, 333-345.
- Liebmann, Marian. (1986). Art therapy for groups. Cambridge, MA: Brookline Books.
- Moriya, D. (2000). Art therapy in schools: Effective integration of art therapists in schools. Israel: Turbo.
- Beneficios y aplicaciones del arte terapia.
<http://www.peques.com.mx/>

