

ARTETERAPIA, AUTOCONOCIMIENTO Y RESILIENCIA

TM

<< CURSO ONLINE >>

ARTETERAPIA, AUTOCONOCIMIENTO
Y RESILIENCIA

POR ANGELES LÓPEZ

Taller Multinacional

INFORMACIÓN GENERAL

IMPARTE: Angeles López

DURACIÓN: 80 horas de acción educativa.

INFORMES: info@tallermultinacional.org

HORARIO: Este curso es asincrónico, por lo que cada alumno elige los días y horarios que más le conviene para revisar materiales didácticos, participar en foros y realizar tareas, dedicando aproximadamente diez horas semanales.

LUGAR: Curso completamente online impartido en el Aula Virtual de Taller Multinacional, por lo que se puede tomar desde cualquier parte del mundo con conexión a internet.

CUPO LIMITADO

**Consulta la equivalencia aproximada en tu moneda local usando un convertidor de moneda :<https://www.google.com/finance/convert>*

**El tipo de cambio varía entre el dado por el convertidor y el de PayPal (medio por el cual se realiza el pago con tarjeta de crédito)*

****Precios sujetos a cambio sin previo aviso.*

DESCRIPCIÓN

La palabra resiliencia viene del latín resilire “volver a entrar saltando” o “saltar hacia arriba”, aunque también tiene la acepción de “apartarse, desviarse” (Melillo A., Suárez-Ojeda E.N. y Rodríguez D., 2004) Edith Henderson Grotberg afirma que la resiliencia es la capacidad que tiene el ser humano para hacer frente a las adversidades de la vida, aprender de ellas, superarlas e incluso ser transformados por éstas. Los seres humanos enfrentan infortunios a lo largo de la vida dentro y fuera del ámbito familiar y éstas son innumerables. La resiliencia se activa cuando experimentamos un problema que necesita ser enfrentado y superado, por lo tanto, es necesario prepararse para la adversidad, sobrevivirla mediante la resiliencia y aprender de esta experiencia.

La autora antes mencionada señala que los pilares de la resiliencia son: autoestima consistente (la cual sirve de base para los demás pilares), la introspección, la independencia, la capacidad de relacionarse, iniciativa, humor, creatividad, moralidad y la capacidad del pensamiento crítico.

En este curso se trabajarán herramientas de expresión personal arteterapéuticas como el collage, elaboración de máscaras, biblioterapia y escritura creativa, pintura, cuentoterapia, autorretrato y caricatura, escultura, cineterapia y realización de un corto para el autoconocimiento y desarrollo de esos seis pilares de la resiliencia.

Con cada una de las expresiones personales artísticas se reflexionará sobre estas preguntas: ¿Cuáles ha sido las adversidades que han dejado huella en la vida? ¿Cómo fueron superadas esas adversidades? ¿Cómo las adversidades nos transformaron?

La resiliencia también abarca la reconstrucción, a través de la arteterapia se busca que la persona pueda tomar conciencia de su recuperación y se percate de los recursos que en su momento lo sacaron adelante en una situación difícil y que le demostraron las fortalezas con las que cuenta para hacerle frente a los infortunios que la vida le presente.

DIRIGIDO A:

Curso dirigido a artistas visuales, artistas plásticos, tesistas de licenciatura y maestría en artes, psicólogos, pedagogos, terapeutas ocupacionales y trabajadores sociales.

OBJETIVO:

1. Conocer lo que es la resiliencia abordada desde distintos autores
2. Poner en práctica las herramientas de expresión personal para el autoconocimiento y desarrollo de los pilares de la resiliencia desde la arteterapia.
3. Poner en práctica las herramientas de expresión personal en la intervenciones individuales de arteterapia.
4. Facilitar procesos de arteterapia que permitan el desarrollo de la resiliencia en grupos.

TEMARIO DETALLADO:

Sesión 1: La resiliencia

- 1.1. Definición de resiliencia
- 1.2. Los pilares de la resiliencia de acuerdo con Edith Grotberg
- 1.3. ¿Cómo trabajar la resiliencia a través de la

arteterapia de manera individual y grupal?

1.4. Trabajo con el modelo de resiliencia de Grotberg: Yo tengo, yo puedo, yo soy y yo estoy a través de la técnica de collage

Sesión 2: Herramientas de expresión personal para el desarrollo de la autoestima

2.1. Qué es la autoestima

2.2. Los seis pilares de la autoestima según Nathaniel Branden

2.3. Uso de la técnica de elaboración de máscaras desde cada pilar de la autoestima para el autoconocimiento y desarrollo de la autoestima

Sesión 3: Herramientas de expresión personal para el desarrollo de la introspección

3.1. Qué es la introspección: observar y observarse

3.2. Trabajo con biblioterapia: seleccionar una obra literaria (biografía, novela, poema, epístola, etc.) con el que participante se sienta identificado

3.3. Uso de escritura creativa que permita dar cuenta de quien se es desde la autoobservación y la observación de los otros

Sesión 4: Herramientas de expresión personal para el desarrollo de la independencia

4.1. ¿Qué es la independencia?

4.2. La autonomía como parte de los pilares de la resiliencia

4.3. Uso de la pintura (acuarela, óleo, acrílico) como medio para el autoconocimiento y desarrollo de la independencia

Sesión 5: Herramientas de expresión personal para el desarrollo de la capacidad de relacionarse

5.1. Definición de la capacidad de relacionarse

5.2. Revisión de las redes sociales (de ayuda) con las que se cuenta: las personas más significativas en la vida)

5.3. Búsqueda de un cuento con el cual haya identificación por la capacidad de relacionarse que

haya fortalecido y enriquecido la vida: personas que dejan huella

5.4. Uso de la cuentoterapia como medio para el autoconocimiento y el desarrollo de la capacidad para relacionarse. Se elaborará un cuento y después se dará se presentará en audio para permitir que los compañeros trabajen la cuentoterapia a partir de los trabajos que cada quien presente

Sesión 6: Herramientas de expresión personal para el desarrollo de la iniciativa y humor

6.1. Definición de iniciativa y humor

6.2. Empoderamiento

6.3. Uso de la técnica del autorretrato como caricatura

Sesión 7: Herramientas de expresión personal para el desarrollo de la creatividad y la moralidad

7.1. Definición de creatividad y moralidad

7.2. Revisión de la obra seis sombreros para pensar

7.3. Uso de la técnica de la escultura, a través de material reciclado para el autoconocimiento de la creatividad y la moralidad.

Sesión 8: Herramientas de expresión personal para el desarrollo del pensamiento crítico

8.1. Definición de pensamiento crítico

8.2. Uso de la cineterapia: buscar una película con la cual haya identificación con alguno de los personajes o alguno de los pasajes de la historia de vida

8.3. Elaboración del propio video (corto de entre 2 y 5 minutos de elaboración) que muestre el paso por este curso y los descubrimientos y desarrollo de los pilares de la resiliencia

METODOLOGÍA:

Curso en línea, tiempo asincrónico con excepción de la última sesión que servirá de cierre. Se presenta el tema por escrito, por videos o infografías, enseguida se hace una meditación

coo fase previa al proceso creativo, se aplica una herramienta de expresión personal para desarrollar y adquirir autoconocimiento sobre los pilares de la resiliencia, después se comparte en el foro la obra creada

EVALUACIÓN:

Participación en un foro por semana 80% (cada foro vale 10%)

Trabajo final: video de entre 2 y 5 minutos de duración en donde se recopilen los trabajos realizados sobre la arteterapia y la resiliencia y en donde se concluyan los aprendizajes para la vida personal y profesional.

Para aprobar el curso se necesita tener el 80% de las actividades realizadas.

BIBLIOGRAFÍA:

Cada uno de los cursos cuenta con una bibliografía diferente y variada que enriquece el aprendizaje. Esta bibliografía será proporcionada al alumno a través de la plataforma del Aula Virtual del Taller Multinacional.



ANGELES LÓPEZ

Doctora en Investigación Psicoanalítica, con maestría en Psicoterapia Humanista y licenciaturas en Administración de Empresas y Psicología. Doctorante en Arte y Cultura. Cuenta con diplomados en Logoterapia y Sentido de Vida, Tanatología, Filosofía Transgeneracional y en Cultura Financiera. Actualmente es tutora del Doctorado en Educación con Tecnologías del Aprendizaje y el Conocimiento en la Universidad Virtual de Michoacán, supervisora de la práctica de los terapeutas en formación en la Maestría en Psicoterapia Clínica en la Universidad Iberoamericana León, docente en la Maestría en Desarrollo Humano en la Universidad de Celaya y en posgrados en la Universidad del Valle de Atemajac Plantel La Piedad. Ejerció la docencia en los niveles de bachillerato, licenciatura y maestría en La Universidad La Salle Morelia, en la Maestría en Psicoterapia Psicoanalítica en la Universidad Monterrey, en la Escuela Nacional de Estudios Superiores de la UNAM, en la Facultad de Psicología de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo. Representante en

México de la Fundación para el Desarrollo de la Psicología en el Caribe (FUNDEPSIC). Es miembro fundador de la Asociación Michoacana de Psicólogos y Psicoterapeutas (AMIPSI). También es psicoterapeuta de adolescentes y adultos, individual y grupal, y ponente en distintos congresos nacionales y extranjeros (República Dominicana, Argentina, Perú, Estados Unidos, Suiza e Inglaterra). Autora de 6 libros publicados.