

ARTETERAPIA Y SALUD

TALLERES DE ARTETERAPIA PARA EL CUIDADO DE LA SALUD EMOCIONAL DE LOS TRABAJADORES SANIYTARIOS



Introducción

Esta es una propuesta de atención emocional a los profesionales de la salud que surge como un modo de colaborar a paliar -modestamente- los efectos que sobre los mismos ha tenido y puede estar teniendo, la atención sostenida, muchas veces en condiciones difíciles, a los pacientes afectados del Sars Cov-2. Queremos aportar nuestra experiencia y profesionalidad en el campo de la Arteterapia y ofrecer un **espacio de acompañamiento y salud emocional** que facilite un **sostén** para los y las trabajadoras sanitarias.

Propuesta

Facilitar tres encuentros que tienen como finalidad desarrollar y promover un espacio de cuidado, de escucha y de creación para el personal sanitario de modo que contribuya al sostenimiento de su salud emocional.

Esta propuesta a través de **tres** encuentros se fundamenta en las bases teóricas y práctico metodológicas de la Arteterapia. Pensamos que estas sesiones contribuirán **al acompañamiento de las vivencias emocionales y al desarrollo de las capacidades creadoras** de los y las trabajadores sanitarias.

La práctica de la arteterapia aporta una nueva forma de relación y comunicación potenciando que la persona pueda ir desarrollando por sí misma, a partir de su sostén emocional, habilidades y recursos creadores, protectores e integradores de las experiencias vividas. Propone espacios para poder restaurar, conocer, reflexionar y transformar creadoramente las problemáticas del quehacer profesional.



Un estudio realizado por la **Organización Mundial de la Salud** ha confirmado lo que nuestras emociones y nuestro cuerpo venía diciéndonos desde hace ya tiempo: Escuchar música ayuda a controlar el nivel de glucosa en la sangre; producirla o tocarla mejora el sistema inmunitario y la gestión del estrés; bailar es beneficioso para cuerpo y mente y pintar o esculpir ayuda a hacer frente a trastornos como la depresión.

En definitiva, la OMS establece que el arte y la cultura benefician seriamente la salud y recomienda por primera vez recetar estas actividades para hacer frente a algunas enfermedades y problemas. Tanto que la entidad ha llamado a los gobiernos y otras autoridades a establecer protocolos de actuación que favorezcan la relación entre el sistema sanitario y el entorno artístico. (Drew Graham)

¿Qué es la ARTETERAPIA?

Actualmente, la arteterapia está reconocida como profesión en varios países y se encuentra presente desde la década de los 70 en los sistemas de salud, educativo, social y comunitario. Inglaterra, EE UU, Alemania, Holanda, Francia, Suiza, Israel son ejemplos de ello. En nuestro país está presente desde los años 90 del siglo pasado.

Según Miquel Izuel, presidente de Grefart Arteterapia, La Arteterapia es una disciplina que propone el cuidado de la persona atendiendo a su salud emocional* mediante la reintegración de sus capacidades creadoras. Trabaja integralmente con la persona, a partir de su singularidad; acogiendo su complejidad y la de sus circunstancias vitales, sin reducirla a sus síntomas y dificultades; asistiendo a sus capacidades creadoras.

¿En qué consiste el trabajo que se desarrolla en el proceso de Arteterapia? El arteterapeuta acoge a la persona de modo que esta se sienta aceptada, reconocida y en confianza suficiente para disponerse a la apertura de un encuentro creador. Propone condiciones de espacio, tiempo y materiales en una escucha profunda de sus necesidades; brindando a las vivencias que acontecen el sostén necesario para el desarrollo de un proceso que será tanto expresivo como introspectivo; alentándola al encuentro del sentimiento de sentirse vital y creadora en su propia existencia. Para ello irá invitándola a realizar producciones que tal vez tomarán formas plásticas y visuales, sonoras, corporales dramáticas, de escritura, etc. y que se desarrollarán tanto con materiales reconocibles a este fin como con otros objetos cotidianos a los que, mediante un uso desacostumbrado, se restaura su capacidad poética y su potencialidad simbólica. Para atender este proceso en su vertiente psicológica tendrá en cuenta los modos de interacción, relación y vínculo que son fundamentos de todo acto de comunicación humana.

* La **salud emocional** atraviesa nuclearmente la vida de la persona reflejándose en su salud física, mental y social. Su atención y cuidado le permite desarrollar sus potencialidades y mantener relaciones ajustadas ante los apremios de las propias necesidades y los requerimientos de la sociedad, permitiéndole sentirse vital y creadora en su propia existencia.



GREFART ARTETERAPIA

Grefart se constituyó en el año 2004 como Grupo de Investigación, Formación y Atención en Arteterapia, así como en Asociación Profesional de Arteterapeutas, con el objetivo de impulsar el desarrollo de la arteterapia en nuestro país. En su camino promovió colaborativamente proyectos como la creación de la FEAPA. Nuestra misión es la de desarrollar la profesión y el reconocimiento de la Arteterapia.

Hoy en día Grefart Arteterapia es una entidad reconocida en el ámbito de la arteterapia a nivel nacional e internacional. Actualmente está constituida por tres Áreas de actuación, la de la formación de arteterapeutas, su asociación colegial y el desarrollo de proyectos profesionales.

Dentro de sus actividades organiza eventos de difusión dirigidos a administraciones, entidades y profesionales interesados en la Arteterapia, como las Jornadas de Arteterapia, Salud y Comunidad.

Asociación Profesional, con miembros en distintos países de Europa y de Latinoamérica. Opera al modo de un colegio profesional promoviendo y ofreciendo formación continuada a los arteterapeutas a través de seminarios, cursos y espacios de supervisión e investigación, generando asimismo distintos formatos de intercambio de la práctica profesional a través de Jornadas y propuestas artísticas. La actividad profesional está regida por nuestro código ético, en el que están comprendidas las directrices sobre las buenas prácticas.

Servicios Profesionales. Desde su fundación, Grefart Arteterapia dedica especial atención y recursos a la profesionalización de la arteterapia. Para ello creó el área de Servicios Profesionales. Desde aquí, nuestra misión es desarrollar proyectos de intervención en arteterapia que den un servicio adaptado a las demandas de las entidades con las que colabora. De esta forma creamos puestos de trabajo de arteterapia para las personas asociadas a Grefart y trabajamos para el reconocimiento oficial de nuestra profesión en España, Europa y Latinoamérica.

Instituto de Formación Grefart. La dirección del Instituto empezó a desarrollar uno de los primeros currículos formativos en arteterapia en España en el 1999. Desde el año 2004, junto con la Fundación Universidad de Girona, realiza programas formativos de Postgrado en distintos países y con distintos itinerarios curriculares en arteterapia. Entre ellos están la formación profesional continuada para distintos colectivos de profesionales y muy especialmente la formación profesionalizadora en arteterapia.

El Instituto, junto a la Fundación UdG, desarrolla presencialmente la formación en España, Perú y Argentina, así como a través de diversos cursos online.

Paralelamente, a lo largo del año, realiza jornadas y cursos de pequeño formato de conocimiento vivencial de la Arteterapia y de información sobre los cursos universitarios.



TALLERES DE APOYO A LOS PROFESIONALES DE LA SALUD

Finalidades del taller:

- Acompañamiento a las inquietudes y sentires de los trabajadores de la Salud.
- Promover un espacio de sostén emocional.
- Atención a las dificultades con finalidad integradora y transformadora.
- Participar, generar y favorecer el intercambio de opiniones, experiencias, ideas y valores a través de los procesos creadores.
- Apoyo al rol profesional.

¿Como sería un taller de Arteterapia?

Se trata de una propuesta de taller práctico y vivencial, desde el marco de la Arteterapia, donde los participantes podrán experimentar con diferentes lenguajes expresivos, tanto a nivel individual como compartiendo y creando a partir de los materiales a su disposición. Respetando siempre los ritmos y la forma de implicación que cada una quiera tener en él.

En un contexto de confianza, lúdico, iremos acogiendo los malestares que la profesión tiene planteados y que podemos sublimar desde la propuesta expresiva, reforzando la mirada hacia la misma con una experiencia amable, creadora y sostenedora.

Una sesión tipo puede ser desarrollada en tres fases. Caldeamiento, con el acogimiento de entrada, poniendo en juego el cuerpo y la relajación. Producción, a partir de diversas obras con materiales plásticos siendo facilitada por la experiencia con temas y consignas respetuosas facilitadas. Cierre, donde los participantes tienen la oportunidad de poner en común, mediante la palabra, las vivencias acaecidas en el taller.

Número de participantes: mínimo 6 máximo 15 personas

Tiempo: de dos a tres horas.

¿Qué pueden aportar estos talleres?

- La posibilidad de tener una **vivencia personal enriquecedora respecto a sus malestares**. Toda persona tiene un potencial creativo. Este taller se presenta como la oportunidad de descubrir desde la visión del Arteterapia, un espacio para lo singular y original. Para compartir el malestar y transformarlo de forma creadora. Para ser escuchados y poder compartir.
- La posibilidad de conocer otras formas de relación con un mismo y con los otros, a partir de la producción expresiva, de una forma indirecta y creadora.

PROFESIONALES

Susana Corbella



Arteterapeuta. Ceramista. Licenciada en Bellas Artes en la Universidad del País Vasco (UPV). Escultura en la escuela de Artes y Oficios de Deva. Master en Arteterapia (Universidad de Girona). Máster en Psicoterapia Grupal Analítica (Universidad de Deusto).

Trabajo de arteterapeuta, ceramista y docente. Coordinadora del Diploma de Postgrado de Arteterapia (UdG) en Bilbao. Coordinadora del Postgrado de Introducción a la Arteterapia online (UdG) que organizan el Instituto de Formación Grefart y la FUDG. Experiencia como arteterapeuta en ámbitos de Alzheimer, Salud Mental e inmigración.

Colaboradora como docente de talleres de Arteterapia en el 3er curso de Máster de Psicoterapia Grupal Analítica de Deusto. Fundación OMIE (2021)

Maite Márquez



Diplomada en trabajo social (Universidad de Deusto) Máster en intervenciones de sistémicas. Terapia familiar. Máster en Arteterapia (UdG). Arteterapeuta y miembro profesional de Grefart.

Pintora e ilustradora, creadora de espacios artísticos en ámbito educativo y social. Monitora ocupacional. Amplio recorrido como trabajadora en el ámbito sociosanitario en el programa de drogodependencias de Bizitegi desde 1997. Trabajo de Intervención en Área social, enfermedad mental severa y exclusión social. Trabajadora social y Arteterapeuta en Bizitegi