

# ARTETERAPIA: Trabajo con pintura y escritura



INPHAR

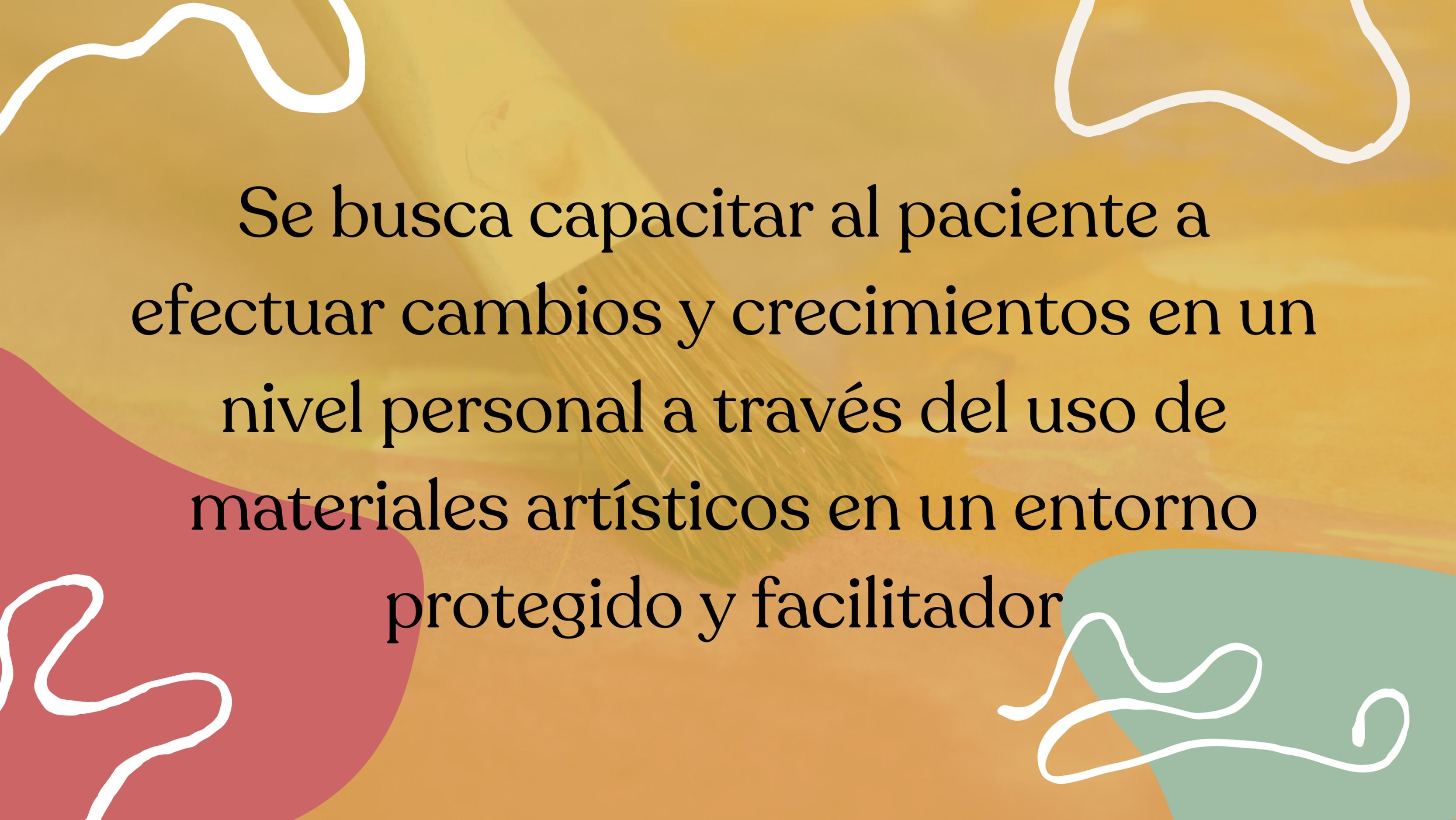
INSTITUTO NACIONAL DE ARTETERAPIA

# ¿Qué sabes de arteterapia?

INPHAR  
INSTITUTO NACIONAL DE ARTETERAPIA



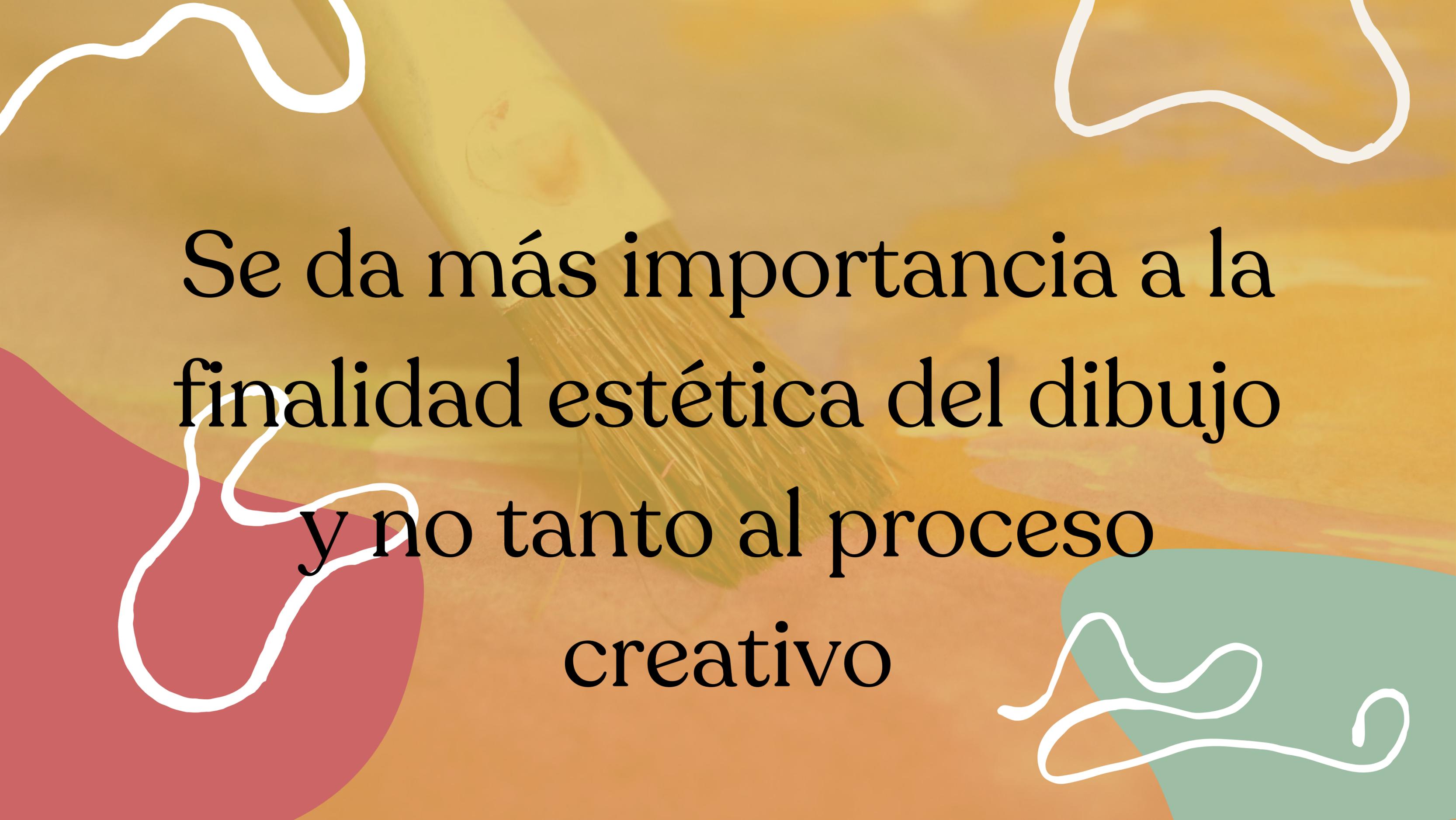
Se necesita experiencia  
previa o formación en arte

The background features a warm, golden-yellow gradient. It is decorated with several thick, white, hand-drawn wavy lines. There are also large, soft-edged shapes in shades of red and teal. The text is centered in a black, serif font.

Se busca capacitar al paciente a  
efectuar cambios y crecimientos en un  
nivel personal a través del uso de  
materiales artísticos en un entorno  
protegido y facilitador

The background features a soft-focus image of a paintbrush with a wooden handle and bristles, set against a warm, golden-yellow gradient. The composition is decorated with abstract elements: a red shape in the bottom-left, a teal shape in the bottom-right, and several white, hand-drawn wavy lines scattered across the top and sides.

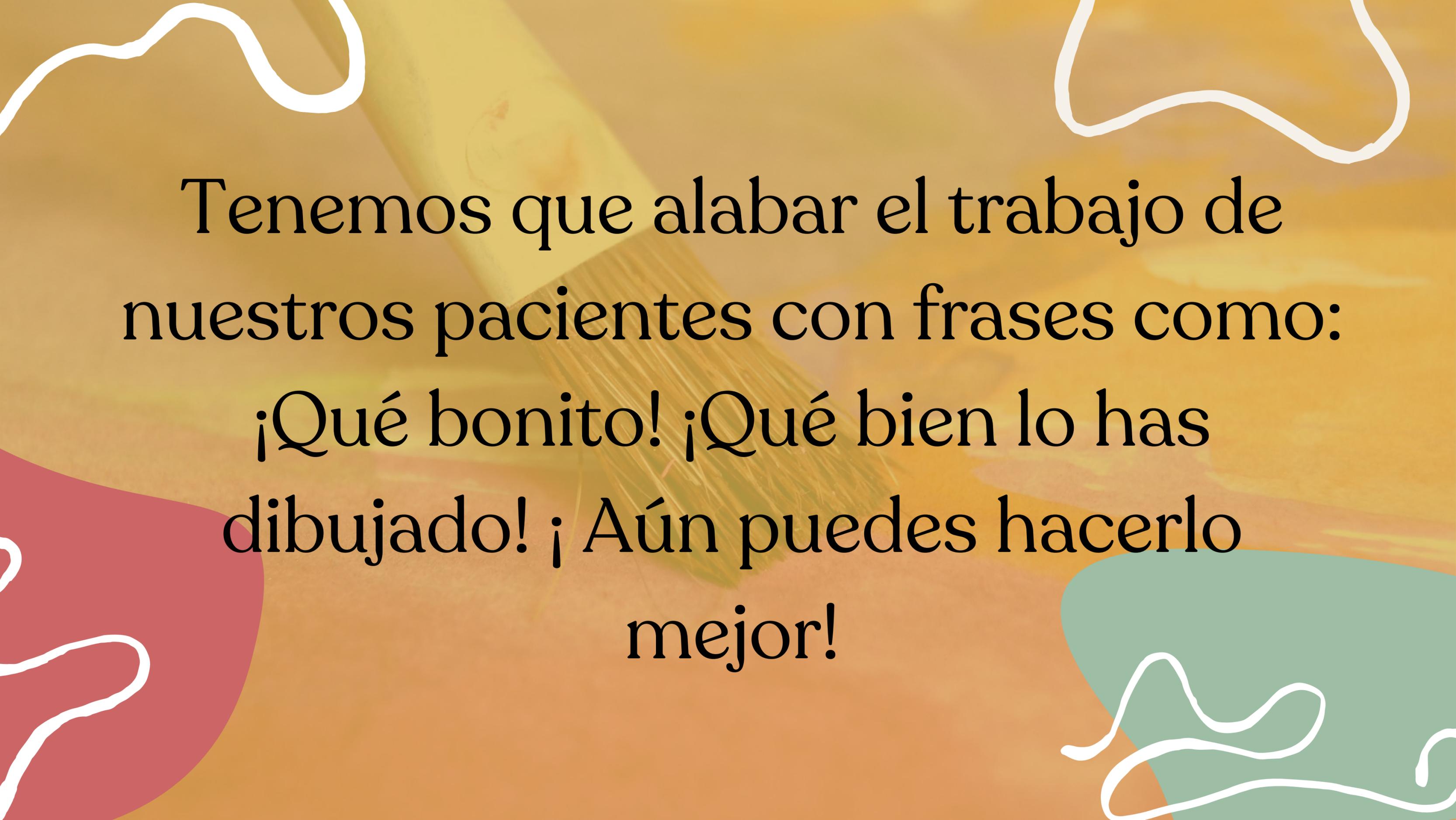
Usa el medio artístico  
como su forma primaria de  
comunicación

The background features a central image of a paintbrush with a wooden handle and bristles, set against a warm, golden-yellow gradient. The composition is decorated with abstract elements: a red shape on the left, a teal shape on the right, and several white, hand-drawn wavy lines scattered across the top and bottom. The text is centered in a black, serif font.

Se da más importancia a la  
finalidad estética del dibujo  
y no tanto al proceso  
creativo

The background features a central image of a paintbrush with a wooden handle and bristles, set against a warm, golden-yellow gradient. The composition is decorated with abstract, hand-drawn white outlines: a wavy line in the top left, a looped line in the top right, a large teardrop-like shape on the left, and a wavy line on the bottom right. The text is centered in a black, serif font.

Es labor del profesional,  
brindarle una  
interpretación a la creación  
del paciente

The background features a warm, golden-yellow gradient with soft, white, hand-drawn abstract shapes in the corners. A red shape is visible on the left side, and a teal shape is on the bottom right.

Tenemos que alabar el trabajo de  
nuestros pacientes con frases como:

¡Qué bonito! ¡Qué bien lo has  
dibujado! ¡ Aún puedes hacerlo  
mejor!



AUGE DEL PSICOANÁLISIS + VANGUARDIAS ARTÍSTICAS + 2ª GUERRA  
MUNDIAL =

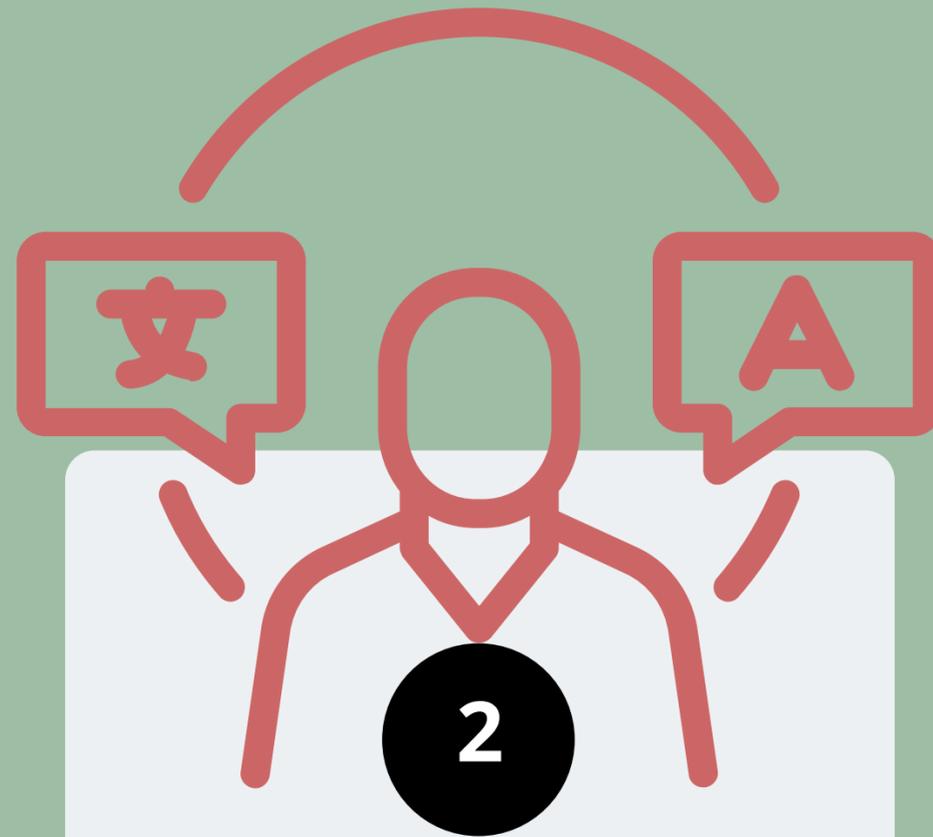
Aparición y desarrollo de AT como disciplina terapéutica.

¿En qué casos se recomienda?





**Investigación  
del  
inconsciente  
SUJETO**



**Interpretación  
conjunta  
SUJETO-  
TERAPEUTA**



**Puesta en  
acción  
SUJETO-  
TERAPEUTA**

Ya por el mero hecho de hacer, expresar  
en el proceso creativo tiene beneficio  
terapéutico





# PINTURA

"Yo no pinto mis sueños, pinto mi realidad." Frida Khalo

"Pinto los objetos como los pienso, no como los veo" Pablo Picasso

COLOR



A close-up photograph of a hand holding a paintbrush. The hand is positioned over a woven basket filled with various paintbrushes. The background is softly blurred, showing a person wearing a colorful, patterned top. The overall lighting is warm and natural. The word "MATERIALES" is overlaid in the center of the image in a bold, black, serif font.

# MATERIALES

A woman in a white ruffled dress is holding a white mask. The background is a warm, golden-yellow color with a faint, repeating pattern of the woman and mask. The text is centered in a black serif font.

Dinámica 1: "Mis dos  
máscaras"



# ESCRITURA

(narrada y escuchada)

"Se puede entrar a la realidad por la puerta principal o escurrirse en ella por la ventanita de la fantasía" Gianni Rodari

# Dinámica 2: Cuento de "propia autoría"



# Otras dinámicas de escritura terapéutica:

- Técnica de la escritura automática (sin filtros): Promueve la aceptación sin juicio y resolución de problemas.
- Técnica " Carta a..." : Resolver conflictos.
- Técnica "Carta a mis yoes": integración de polaridades, aceptación de partes rechazadas.
- Técnica "Carta a uno mismo": conexión con nuestro momento presente, parar a conectar.
- Técnica "Reescribo mi vida": resignificación de momentos dolorosos.
- Técnica "Carta al niño que fui": favorece la autocompasión, mirada desde el adulto que somos.

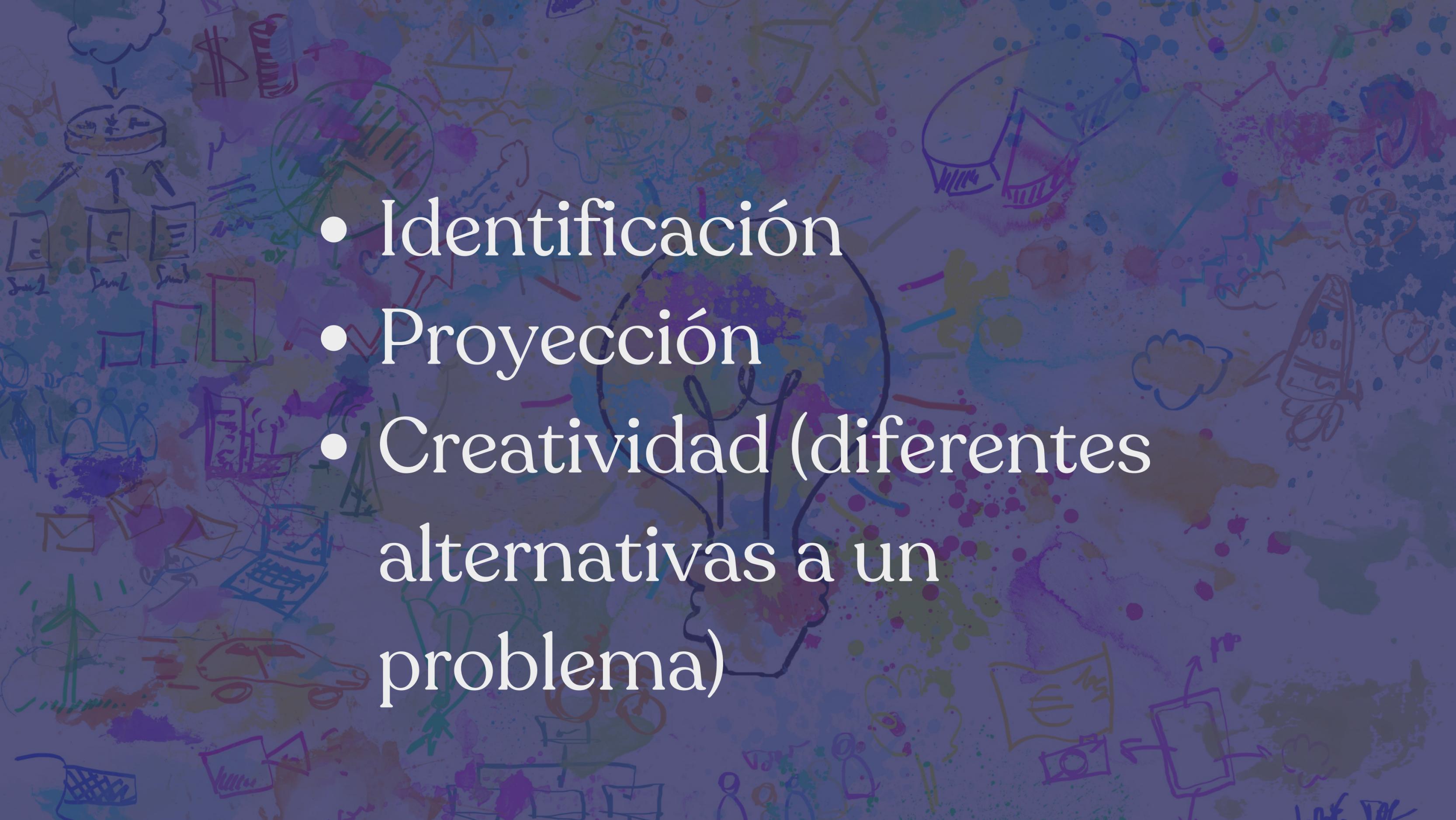


# Beneficios del uso de la narración escrita

- Disminución de eventos estresantes.
- Promueve la expresión emocional.
- Facilita el autoconocimiento.
- Aporta equilibrio emocional y claridad mental.
- Permite una vida integrada emocionalmente.
- Facilita la autocompasión.
- Impulsa las motivaciones personales.
- Ayuda a cerrar etapas o sucesos dolorosos.
- Promueve la creatividad.

A woman with long dark hair, wearing a white lace top and blue jeans, sits on a wooden stool. She is smiling and reading a large open book to a young boy with short brown hair, who is sitting on the floor facing her. The book shows a woman in a blue hat. The room is decorated with a white shelf holding various toys, a green plant, and a basket of sticks. The text "Trabajo con cuentos en psicoterapia" is overlaid in white on the image.

# Trabajo con cuentos en psicoterapia

- 
- Identificación
  - Proyección
  - Creatividad (diferentes alternativas a un problema)

# INPHAR

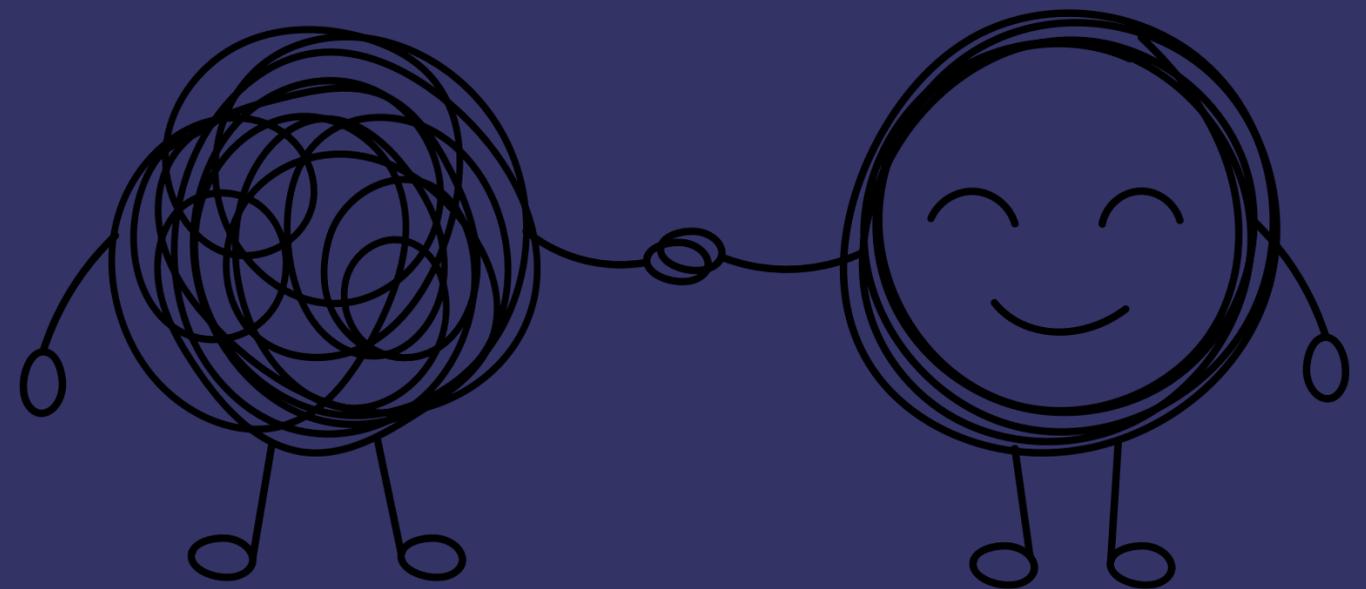
INSTITUTO NACIONAL DE ARTETERAPIA

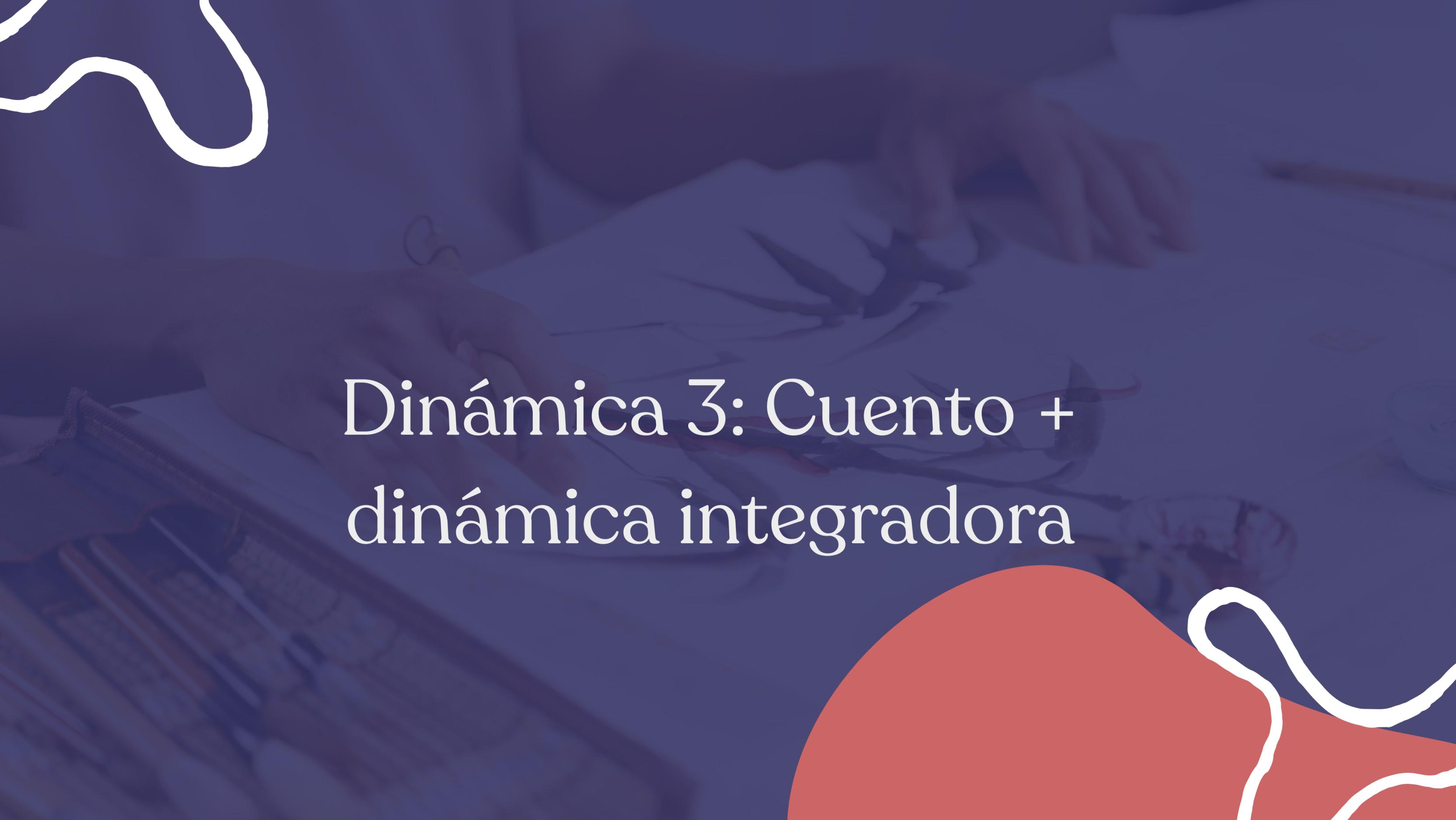


- Es fundamental dejar espacio a la construcción personal sin explicar la metáfora del relato.
- Lo importante y servible es lo que extraiga por sí mismo, ya que será lo que realmente necesite.
- El lenguaje simbólico, el mensaje indirecto e implícito tiene un gran poder y llega más fácilmente que las explicaciones racionales.
- La metáfora no confronta y hace saltar las defensas.
- Diferentes formas de resolver conflictos según los finales que proponga.

*la joya interior*

- Evaluación y autoconocimiento
- Regulación emocional
- Empoderamiento y autoestima
- Integración

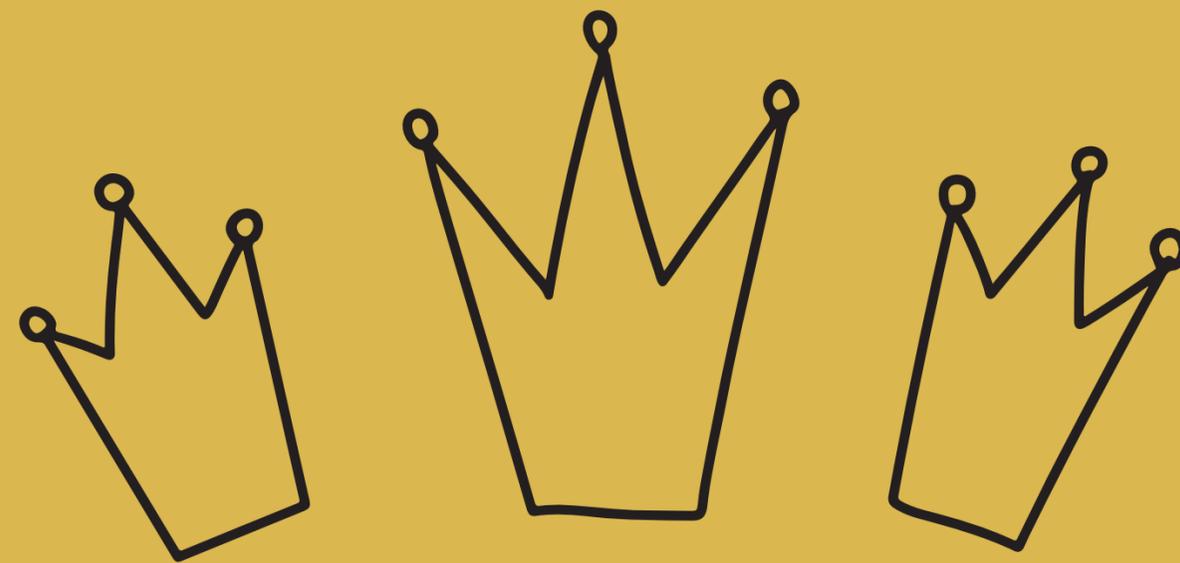




# Dinámica 3: Cuento + dinámica integradora



YO MATARÉ MONSTRUOS  
POR TI



# Queridos Reyes Magos:

Cosas que necesito (básicos)

Cosas que me gustaría hacer (caprichos)

-NO MATERIALES-



**¡MUCHAS GRACIAS!**