



TALLER DE ARTETERAPIA PARA CUIDADORAS/ES DE PERSONAS MAYORES

Docente: Arteterapeuta Cintya Lazarte

La arteterapia es una práctica que utiliza la expresión artística como principal canal de comunicación y expresión. Apunta a recuperar o mejorar la salud mental y el bienestar emocional y social de las personas. Está conformada por un conjunto de terapias expresivas como la musicoterapia, la danzaterapia o dramaterapia entre otras disciplinas.

El objetivo de este taller es brindar una herramienta más para el cuidado y bienestar de las personas mayores.

La propuesta es de arteterapia plástica, una disciplina que combina los recursos terapéuticos con diferentes técnicas de las artes plásticas específicamente.

Las dinámicas se pueden aplicar a personas de diferentes las edades y con diferentes grupos de población. Las intervenciones deben ajustarse a las necesidades y capacidades de cada grupo y/o persona con la cual estemos trabajando.

No es necesario que las personas que participan en la actividad tengan formación o habilidades artísticas. La propuesta es diferente a la de un taller de arte tradicional.

Para nosotros el objetivo es enriquecer el proceso creativo, la motivación y los procesos cognitivos que se movilizan durante la ejecución de la actividad, no el resultado estético final.

Apuntamos a que las actividades:

Potencien y estimulen funciones cognitivas y capacidad creativa.
Estimulen y faciliten el uso de la palabra y la lecto-escritura.
Estimulen la comunicación interpersonal.
Favorezcan la escucha y la propia expresión.
Fortalezcan la autoestima.

Esta capacitación no tiene como finalidad comprender, ni analizar la psiquis de las personas con las cuales trabajamos. Para eso existen profesionales que se dedican específicamente a esto como psicólogos o psiquiatras.

Nuestro objetivo es facilitar la ejecución de actividades artístico-recreativas que generen bienestar emocional y posibiliten procesos cognitivos que favorecen a la calidad de vida de las personas.

Punto clave, observar y escuchar a la persona con la cuál trabajamos. Identificar sus gustos, estados de ánimo, reacciones y posibilidades.

Es importante permitirles expresarse, escuchar, respetar los posibles momentos de apatía y perseverar. También es fundamental mantener vínculo y comunicación con familiares o convivientes, y en el caso de demencia o alguna otra patología recibir las recomendaciones específicas de los profesionales a cargo.

Durante el taller les iré presentado técnicas de diferente complejidad, con materiales tradicionales y no tradicionales.