

TFG

TIRAR DEL HILO.

PROYECTO DE APS

Presentado por Paula Martínez Sánchez

Tutora: María Felicia Puerta Gómez

Cotutora: Rosario Muñoz Soriano

Facultat de Belles Arts de Sant Carles

Grado en Bellas Artes

Curso 2021-2022



UNIVERSITAT
POLITÈCNICA
DE VALÈNCIA



UNIVERSITAT POLITÈCNICA DE VALÈNCIA
FACULTAT DE BELLES ARTS DE SANT CARLES

RESUMEN Y PALABRAS CLAVE

Este proyecto recoge el trabajo de mediación artística realizado durante un curso académico mediante la metodología Aprendizaje-Servicio. Los usuarios con los que se ha llevado a cabo esta labor se encuentran en un proceso de rehabilitación de conductas adictivas que les han llevado a tener conflictos a nivel emocional. Durante varios meses se han realizado un conjunto variado de prácticas artísticas con el fin de potenciar su autoestima, seguridad y confianza. A través de los diferentes talleres, se ha contribuido a crear un ambiente positivo que ha ayudado a afianzar y promover un mayor bienestar para los usuarios.

A lo largo de esta memoria, veremos cómo se ha desarrollado el proyecto y mostraremos el gran potencial y poder transformador que ofrece el arte a la sociedad. Además, expondremos una investigación acerca de la problemática de la adicción, ya que ha sido esencial a la hora de establecer unos objetivos específicos que ayuden a mejorar su calidad de vida. A su vez, se mencionarán otros trabajos de mediación que han sido referentes fundamentales para llevar a cabo este proyecto. Se describen las acciones y talleres planteados, finalizando con un análisis de los resultados y conclusiones pertinentes.

PALABRAS CLAVE: Mediación artística; Aprendizaje-Servicio, reinserción social, trabajo colaborativo, emociones, expresividad, bienestar.

ABSTRACT AND KEYWORDS

This project gathers the work of artistic mediation carried out during an academic year through the Service-Learning methodology. The users with whom this work has been carried out are in a process of rehabilitation of addictive behaviors that have led them to have conflicts at an emotional level. For several months, a varied set of artistic practices have been carried out in order to enhance their self-esteem, security and confidence. Through the different workshops, we have contributed to create a positive environment that has helped to strengthen and promote greater well-being for the users.

Throughout this report, we will see how the project has developed and we will show the great potential and transforming power that art offers to society. In addition, we will present a research on the problem of addiction, as it has been fundamental in establishing specific objectives to help improve their quality of life. At the same time, other mediation work that has been fundamental in carrying out this project will be mentioned. The actions and workshops proposed are described, ending with an analysis of results and pertinent conclusions.

KEYWORDS: Artistic mediation, Service-Learning, social reintegration, collaborative work, emotions, expressiveness, well-being.

AGRADECIMIENTOS

A Felicia Puerta por su gran apoyo, paciencia y dedicación.

A Rosario Muñoz por ser una guía y fuente de inspiración en este trabajo.

A Juan Colomina por dejarme formar parte de este proyecto.

A todos los usuarios de Reconecta Conductas, sin ellos no hubiera sido posible.

INDICE

1. INTRODUCCIÓN	6
2. OBJETIVOS	7
2.1. OBJETIVOS GENERALES	7
2.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS	8
2.3. ODS	8
3. CONTEXTUALIZACIÓN	9
2.1. APS	9
2.2. MEDIACIÓN ARTÍSTICA	11
2.3. ANÁLISIS DE LA REALIDAD: LAS ADICCIONES	14
2.3.1. <i>Reconecta Conductas</i>	16
4. ANTECEDENTES	18
4.1. ARTETERAPIA	18
5. REFERENTES	21
5.1. <i>APS, ARTE Y MEDIACIÓN. CASA CARIDAD</i>	21
5.2. <i>APS RECICLAR CON ARTE. CEIP LA PATACONA</i>	22
5.3. <i>APS, ARTE (IN)VISIBLE</i>	23
6. MAPA CONCEPTUAL Y CRONOGRAMA	24
7. METODOLOGÍA	26
8. ANTEPROYECTO	28
9. DESARROLLO DE TALLERES	30
9.1. ANÁLISIS Y VALORACIÓN DE RESULTADOS	39
10. CONCLUSIONES	40
11. BIBLIOGRAFÍA	43
12. ÍNDICE DE FIGURAS	47
12.1. ÍNDICE DE TABLAS	51
13. ANEXOS	51
13.1. <i>REVISTA APS, ARTE Y MEDIACIÓN. CASA CARIDAD</i>	51

1. INTRODUCCIÓN

Actualmente, es muy grande el porcentaje de población que concibe el arte como una herramienta de intervención en la sociedad. El presente proyecto, es fruto de la necesidad de participar en un proceso de transformación social de un colectivo estigmatizado, como es el de las personas con problemas de adicción.

Tras vivir otras experiencias de este tipo mediante la metodología de Aprendizaje-Servicio en la UPV, tuvimos la oportunidad de emprender el presente proyecto de mediación artística, esta vez en colaboración con la ONG Reconecta Conductas (Valencia). El proyecto ha sido llevado a cabo desde mayo-junio de 2021 hasta la actualidad y posee un carácter de continuidad.

Para llevar a cabo el proyecto y adentrarnos en él, fue necesario conocer la problemática de las adicciones mediante la investigación y la asistencia a las sesiones de terapia grupales que realizaba esta ONG semanalmente. Esto ha sido de gran ayuda a la hora de detectar las carencias y necesidades a cubrir de los usuarios. Nuestra aportación pretendía solventar esas carencias y favorecer en lo posible el proceso rehabilitador. Para ello, se diseñaron una serie de talleres adaptados a este colectivo en concreto desde una perspectiva de responsabilidad ética y compromiso social.

Ha sido un proceso de gran aprendizaje en el que hemos intervenido siguiendo las instrucciones del equipo de Reconecta. Consideramos que ha sido de vital importancia la cautela y la empatía para llevar a cabo este proyecto. Cada pequeño paso ha sido pensado y diseñado por un motivo y una finalidad concreta.

La situación epidémica del COVID19 ante la cual nos encontramos ha influido en el presente proyecto. Las primeras tomas de contacto con los usuarios fueron a través de las sesiones de terapia online. Es por ello por lo que la primera actividad fue diseñada y adaptada a la virtualidad. Progresivamente fuimos introduciendo la presencialidad. Creemos que muchas de las actividades que hemos desarrollado podrían llevarse a cabo mediante la metodología online, pero es evidente que para los usuarios siempre va a ser más favorecedor la presencialidad, ya que les puede aportar muchos más beneficios.

Confiamos en este proyecto porque pensamos que podía favorecer la autorrealización de los usuarios, promoviendo el fortalecimiento y



Fig. 1. Sesión 4: *Tras las máscaras*.



Fig. 2. Sesión 4: *Tras las máscaras*.

empoderamiento individual. Durante el proceso, hemos visto la gran potencia emocional de cada detalle y lo beneficioso que ha sido para cada uno de los usuarios participar en esta experiencia de ApS. Hemos presenciado cómo han conectado con ellos mismos y con su niño interior, y cómo eso les ha ayudado durante estos meses de rehabilitación.

El proyecto recibe el nombre “*Tirar del hilo*” porque, además de ser una de las expresiones más nombradas por los usuarios en las terapias, las actividades fueron diseñadas siguiendo un hilo conductor, por ello presentan cierta conexión entre ellas. Consideramos de vital importancia la persistencia y el encadenamiento de sucesos y experiencias. El objetivo de diseñar las actividades de esta manera era contribuir al desarrollo de las capacidades de los usuarios y favorecer la transformación de la percepción que tienen sobre sí mismos.

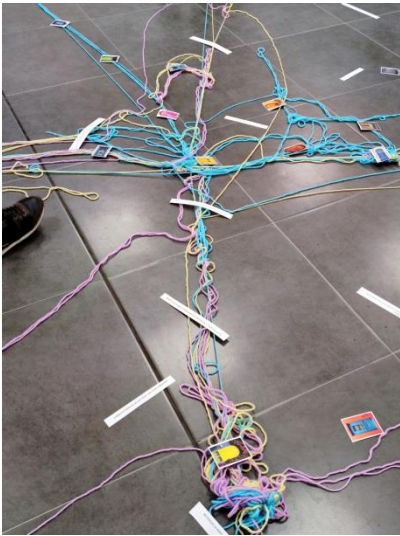


Fig. 3. Sesión 3: *Entre hilos y puertas*.

En la presente memoria queda registrado todo lo relacionado con “*Tirar del hilo*”. Expondremos una serie de objetivos junto a la investigación previa y el cronograma del proyecto. Veremos los diferentes talleres llevados a cabo, acompañados de algunas imágenes y los múltiples beneficios que supusieron para los participantes, así como otras propuestas de actividades a realizar. A su vez, mostraremos otros aspectos como la metodología de trabajo empleada. Para concluir se expondrá una valoración general sobre el proyecto.

2. OBJETIVOS

2.1. OBJETIVOS GENERALES

- Diseñar un conjunto de actividades que respondan a las necesidades de los usuarios de la ONG.
- Contribuir a la sensibilización y visibilización de la problemática de las adicciones.
- Potenciar a través de los talleres artísticos la autoestima, la seguridad y la confianza en uno mismo.
- Acompañar en el proceso de recuperación a través de prácticas artísticas como medio de desarrollo personal y grupal.

2.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Fomentar valores como la empatía, la solidaridad, el respeto y la libertad a través de actividades grupales, para favorecer a su vez el compañerismo y el trabajo en equipo.
- Promover el autoconocimiento, ya que es clave para el desarrollo personal y el alcance de una mayor aceptación y bienestar.
- Crear un espacio seguro donde los usuarios puedan expresarse libremente sin miedo a ser juzgados.
- Demostrar una vez más el gran potencial transformador del arte como herramienta para la inclusión social y el desarrollo personal.

2.3. ODS

Los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) aluden a un llamamiento universal a la acción para erradicar la pobreza, proteger el planeta y lograr una mejora de la calidad de vida de las personas en todo el mundo. La universidad es una institución que juega un papel muy importante, ya que no sólo puede ayudar a fomentar valores y principios, sino que también puede contribuir con investigaciones y con la formación de profesionales que, en defensa de los derechos humanos, favorezcan el cumplimiento de dichos objetivos. Es por ello por lo que la UPV colabora con numerosas entidades a través de la metodología de ApS.

En este caso, el proyecto *“Tirar del hilo”* cumple el objetivo de salud y bienestar, ya que lo que se pretende mediante la realización de los talleres artísticos es alcanzar una mejora de la calidad de vida de los usuarios de la ONG.



Fig. 4. Infograma sobre los ODS realizado por Sergio Ferrandis. Extraído de la página web de la Red Española de ApS.

3. CONTEXTUALIZACIÓN

3.1. APS

El Aprendizaje-Servicio (ApS) se define según Josep M. Puig (catedrático de Teoría de la Educación en la Facultad de Educación de la UB) como *“una propuesta educativa que combina procesos de aprendizaje y de servicio a la comunidad en un solo proyecto bien articulado, en el que los participantes se forman al implicarse y trabajar sobre necesidades reales del entorno con el objetivo de*

mejorarlo".¹ El Aprendizaje-Servicio es en definitiva un proyecto educativo con utilidad social.

La UPV introdujo esta práctica metodológica a su modelo educativo como respuesta a su compromiso y responsabilidad social, siempre con el objetivo de lograr una mejora del bienestar común. Esta propuesta permite que el estudiantado conecte con la sociedad y con el mundo real. La UPV ha estado trabajando con esta metodología durante años bajo la certeza de que *"aprender ayudando es mucho más útil que solo aprender"*.² Resulta muy motivador para los estudiantes contribuir a la mejora de la sociedad, participando en el diseño y realización de proyectos que ayuden a solventar esas carencias o necesidades sociales. El ApS ayuda a desarrollar el pensamiento crítico, entre otras muchas habilidades, por ello es considerada una de las mejores metodologías para desarrollar numerosas capacidades en el ámbito educativo.

En ApS, los receptores del servicio siempre son personas vulnerables, grupos desfavorecidos o en riesgo de exclusión, por ello se requiere una gran responsabilidad social. Cada proyecto debe adaptarse a las diferentes realidades contextuales, ya que en cada una habrá unas necesidades específicas que cubrir y en función de eso deberemos plantear nuestros objetivos y la metodología de trabajo. Un proyecto de este tipo busca generar aprendizajes tanto a nivel académico como social y personal, al mismo tiempo que busca aplicar conocimientos y valores específicos en función de la necesidad social a la que atiende. Las prácticas de ApS dan pie a que se produzca una retroalimentación multidireccional entre los alumnos, los profesores, los receptores del servicio y todos los agentes sociales implicados.

La realización de un proyecto ApS tiene muchos beneficios. Por un lado, es una metodología que fomenta la transformación social, partiendo de la igualdad y la autonomía. Además, promueve una mayor sensibilización ya que, al realizar proyectos más prácticos (vinculados a experiencias reales) y significativos, se toma una mayor conciencia de situaciones de injusticia social, a las cuales se les puede dar visibilidad. Las acciones de Aprendizaje-Servicio

¹ PUIG, J. M. et al. (2007). *Aprendizaje Servicio. Educar para la ciudadanía*. Barcelona: Octaedro.

² PUERTA, F. et al. (2021). *Aprendizaje y responsabilidad social en la UPV*. Valencia: VRSC-UPV.

buscan lograr un cambio social desde la educación, la investigación y la incidencia social y política. El hecho de que impliquen a la ciudadanía denota que son un agente transformador de la realidad muy potente.

Para este tipo de proyectos es imprescindible trabajar desde una perspectiva ética. Tratar con la ciudadanía para lograr una transformación social contribuirá a la formación de personas activas, solidarias y respetuosas. Estos proyectos favorecen la comprensión crítica del mundo, lo cual resulta muy beneficioso para su mejora. Ayuda a desarrollar competencias personales e interpersonales como la madurez, la autonomía, la responsabilidad, la convivencia saludable...

Para la realización del presente TFG se ha elegido la metodología de ApS porque además de posibilitar el trabajo colaborativo y la interdisciplinariedad, consideramos de vital importancia dar visibilidad y crear conciencia acerca de problemáticas como las adicciones, que en muchas ocasiones son ocultas o invisibilizadas. El uso de esta metodología nos ha ayudado a adquirir un gran aprendizaje y ha influido de forma muy positiva en el desarrollo personal de los usuarios.

3.2. MEDIACIÓN ARTÍSTICA

Las artes son a día de hoy una herramienta muy valiosa para intervenir en contextos problemáticos. Es por ello por lo que la mediación artística se está evidenciando como una innovadora forma de dar respuesta a las necesidades sociales, es decir, como una nueva herramienta de intervención social. En la actualidad, la gran mayoría de centros de la red social diseñan y llevan a cabo talleres relacionados con las artes.

La mediación artística reúne conocimientos y conceptos tanto de la pedagogía, como de las artes, la psicología y el trabajo social. Pretende favorecer el crecimiento y desarrollo personal, la superación de conflictos y la toma de conciencia de la situación presente del individuo para su posterior transformación (siempre bajo una mirada no estigmatizada).



Fig 5. Organigramma. Proyecto de Mediación Artística Arte(IN)visible para la Universidad Pablo Olavide de Sevilla. 2020.

En la actualidad, cada vez hay más interés por hacer accesible a todo el público la experiencia cultural (privada en muchas ocasiones), ya que es evidente que el progreso de la cultura es necesario y muy beneficioso para el desarrollo humano. La cultura a la que nos referimos no es una cultura elitista ni excluyente. Con cultura nos referimos a la forma en la que comprendemos el mundo y todo aquello que producimos. Debemos aclarar que los conflictos sociales no siempre van unidos con las carencias culturales, pero en algunas ocasiones sí.

Los talleres de mediación estimulan los procesos de resiliencia, de manera que refuerzan la superación de conflictos. Además, facilita a las personas más vulnerables y desfavorecidas acceder a la cultura, como hemos nombrado anteriormente, y eso implica a su vez el acceso al poder de crear, imaginar, inventar, disfrutar y recrear la propia realidad. Por otra parte, el hecho de que la experiencia de la mediación sea vivida por un grupo numeroso y diverso de personas da pie a la creación de vínculos y de espacios de diálogos que favorezcan la inclusión. Todo esto da lugar a la emisión de mensajes de esperanza y cumple funciones emocionales, sociales y biológicas fundamentales para el desarrollo en comunidad. Finalmente, se crean espacios de aprendizaje que ayudan a tomar conciencia y crear una movilización colectiva para superar estas situaciones de vulnerabilidad y exclusión y avanzar hacia una sociedad más justa e inclusiva.

Por otro lado, añadir que existen diferentes modelos de mediación. La mediación artística se aproxima más al modelo transformador, que se caracteriza por favorecer el empoderamiento y la empatía. Además, le da importancia a las emociones y no entiende el conflicto como un problema, sino como una oportunidad de desarrollo personal que ellos mismos son capaces de gestionar.

Lo que un usuario con perfil de conductas adictivas puede encontrar en este tipo de talleres es:

- Diversión, bienestar, desinhibición, salir de la rutina.
- Comunicación y conexión con los compañeros. Ver la importancia del trabajo en equipo.

- Ser consciente de las propias capacidades, sacar lo mejor de sí mismo.
- Normalizar su vida. Romper con la autoimagen del adicto y centrarse, conectar y desarrollar otros aspectos de su vida.

3.3. ANÁLISIS DE LA REALIDAD: LAS ADICCIONES

Podríamos definir la adicción como una enfermedad crónica que establece un patrón de comportamiento repetitivo y compulsivo a causa de la dependencia física y emocional de una sustancia, actividad o conducta. Esto influye en el desempeño y el desarrollo del individuo con consecuencias muy dañinas para él mismo y su entorno.

La sociedad concibe como “adicto” generalmente al sujeto consumidor de drogas o alcohol, pero realmente esta problemática tiene un espectro muy amplio que abarca desde adicciones a la comida hasta las generadas por las compras y el juego, pasando por las causadas por el trabajo, el deporte y el sexo.

Está demostrado por numerosos estudios que la adicción modifica el funcionamiento de determinados sistemas de neurotransmisión y circuitos cerebrales, produciendo cambios cognitivos, emocionales, motivacionales y conductuales. Estos cambios subyacen al deseo, la formación de hábitos, el placer, el aprendizaje, la cognición y la regulación emocional. El adicto asigna un valor supremo a ciertas sustancias o conductas, dejando de lado otros intereses como la salud, el trabajo, la familia e incluso la propia vida. Estos cambios de las estructuras cerebrales son los que hacen que, con el tiempo, el individuo experimente de nuevo el deseo de consumir, incluso después de haber abandonado el consumo durante un gran periodo de tiempo.

Según algunos especialistas, estos cambios de conducta influyen negativamente en las relaciones sociales de estas personas, de manera que se van deteriorando todos sus vínculos afectivos. Además, ralentiza o anula el desarrollo personal del individuo y hace que no pueda razonar con claridad, controlar ciertas conductas ni tomar decisiones propias. Digamos que la persona queda a merced del consumo. El bienestar pasajero que produce el objeto de la adicción sustituye por completo todas las recompensas

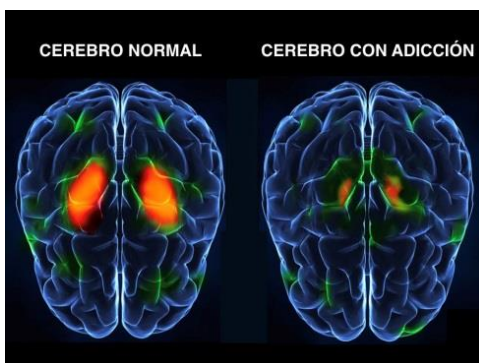


Fig. 6. Imagen extraída de la página web del Servicio Psiquiatría y Psicología Hospital Universitario Dexeus (Barcelona).

naturales (acciones cotidianas como comer, escuchar música...) que pudiera recibir el sujeto.

Generalmente, la adicción está atribuida a unas características personales determinadas, como podrían ser una baja autoestima, una química diferente en el cerebro, enfermedades mentales o traumas. Otras veces simplemente la causa puede ser un entorno social poco favorable.

El consumo de drogas con frecuencia coexiste con otras enfermedades mentales. En algunos casos, trastornos como la ansiedad, la depresión o la esquizofrenia pueden estar presentes previamente a la adicción. En otros, el consumo de drogas puede desencadenar o empeorar esos trastornos de salud mental. En cualquier caso, la persona afectada tiende a consumir drogas para intentar aliviar los síntomas psiquiátricos, algo contraproducente ya que puede agravar la situación a largo plazo y aumentar el riesgo de adicción. El tratamiento de todos los problemas coexistentes debe ser simultáneo.

En la actualidad, nos encontramos ante una situación con una gran complejidad en lo que se refiere a las adicciones debido a los nuevos modelos educativos, las nuevas tecnologías y la baja percepción del riesgo, entre otros factores. Cada vez, los estímulos como las drogas son más potentes y el rango de edad con el que los jóvenes comienzan a consumir o a adoptar ciertas conductas es menor. Muchas veces se tiende a atribuir la adicción a personas en situación de vulnerabilidad. Sin embargo, en los últimos años la gran parte de afectados provenían de familias perfectamente estructuradas y con un gran poder adquisitivo.

Muchos adictos se han visto afectados por brotes psicóticos, esquizofrenia, violencia familiar... En muchas ocasiones lo que lleva al individuo a solicitar ayuda profesional es el sufrimiento personal y el que produce a sus familiares, ya que llega a ser tan extremo que se vuelve insoportable.

3.3.1. Reconecta Conductas

Reconecta Conductas es una ONG sin ánimo de lucro que fue fundada por Juan Félix Colomina, psicólogo colegiado y licenciado en

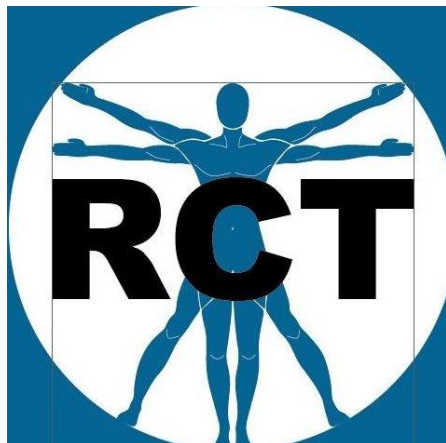


Fig. 7. Logo corporativo de Reconnecta Conductas.

Derecho y diversos masters especializados, dentro los que destacan el de Tratamiento y Prevención en Conductas Adictivas. Colomina ha conocido la problemática de la adicción de primera mano. Tras rehabilitarse, decidió dedicar su tiempo a ayudar a los demás a través de charlas de prevención, orientación familiar, colaboraciones con pisos tutelados para personas con problemas de adicción y tratamientos.

Es imprescindible nombrar a su vez a Rosario Muñoz, cotutora del presente proyecto. Rosario es licenciada en Bellas Artes y en Master en Arteterapia y Mediación Artística. Forma parte del equipo de Reconnecta Conductas y ha sido esencial para este trabajo. Además de asesorarnos y prestarnos su ayuda para el diseño y desarrollo de talleres, nos ha compartido y enseñado muchos conocimientos durante el proceso.



Fig. 8. Miembros de Reconnecta Conductas.

Esta ONG surgió con la finalidad de prestar tratamientos de calidad accesibles a cualquier persona con problemas de adicción que los necesitara. Según Colomina, nos encontramos ante una plaga, una verdadera pandemia ante la que debemos intervenir. Hace años la situación era diferente, pues el entorno no era favorable, pero actualmente se está generando un escenario que está disminuyendo de manera preocupante la percepción del riesgo de este conflicto social. A día de hoy no hay tratamientos públicos de calidad y los que hay (privados) tienen precios prohibitivos a los que únicamente pueden acceder personas con grandes recursos económicos.

Hace más de 3 años que surgió esta ONG, que no sólo trata y lucha contra la drogadicción, el alcoholismo y la ludopatía sino también con la adicción a las nuevas tecnologías u otras variantes. Todas ellas, independientemente del tipo que sean, siempre acaban derivando en conflictos emocionales como hemos nombrado anteriormente. Es por ello por lo que Reconecta Conductas trabaja principalmente el conflicto intrapersonal, ya que de éste dependen la autoestima, la inseguridad, las relaciones interpersonales...

“Lo único que me interesa es el conflicto intrapersonal, no las drogas, el alcohol u otras adicciones. Si resuelves eso, las adicciones las dejarás. A eso es a lo que realmente yo me dedico y es lo que necesito que complementéis vosotras. Necesito que me ayudéis a identificar cómo se interpretan a sí mismos, cómo interpretan a los demás, cuáles son sus carencias, inseguridades... para poder solventarlas.”³



Fig. 9. Sesión de terapia grupal. Octubre, 2021.

A día de hoy, Reconecta Conductas cuenta aproximadamente con unos 25-30 usuarios de edades comprendidas entre los 25 y los 65 años. Muchos de ellos son ya veteranos, por lo que conocen completamente el tratamiento. No obstante siguen acudiendo a las terapias porque son conscientes de que sufren una enfermedad que es para toda la vida, y que por lo tanto siempre pueden volver a recaer. Todos ellos trabajan y siguen su proceso de rehabilitación teniendo en

³ Declaración de Juan Félix Colomina durante la entrevista que le realizamos en junio de 2021.

la base los cuatro pilares del tratamiento: honestidad, conciencia de enfermedad, aceptación y humildad.

A la directiva de esta ONG le pareció una buena idea llevar a cabo este proyecto por diferentes motivos. En primer lugar, conocen y saben, por experiencia, que las actividades artísticas aportan numerosos beneficios para la salud de las personas que sufren esta problemática. Beneficios a nivel psicológico que acaban traducándose en una mejora notable de la salud, tanto física como mental. Está demostrado por científicos, artistas y muchos otros profesionales que el arte puede favorecer muy positivamente el desarrollo, crecimiento y bienestar del ser humano. Además, en Reconecta Conductas confían y apuestan por una rehabilitación multidisciplinar, ya que consideran que es más completa y puede dar lugar a resultados todavía más gratificantes. El hecho de realizar talleres artísticos ha contribuido a crear un clima muy positivo de confianza y crecimiento, tanto personal como grupal. Las actividades grupales han reforzado la idea de cohesión y equipo. Nuestra aportación pretendía ser un empujón más para su desarrollo personal y la superación de conflictos.

4. ANTECEDENTES

4.1. ARTETERAPIA

Entendemos el arteterapia como una especialización dentro de las psicoterapias que se caracteriza por el uso de los medios de expresión de las artes visuales, con el fin de acompañar y facilitar procesos psicoterapéuticos y promover el bienestar bio-psico-social. Las creaciones artísticas llevadas a cabo en este tipo de terapias son una vía de expresión consciente e inconsciente, alternativa o complementaria a la del diálogo.

Esta vía de trabajo es muy beneficiosa para el desarrollo personal, el autoconocimiento y la expresión emocional. Se extiende a la educación, la salud y la asistencia social. El público que recibe este tipo de prácticas es muy variado, desde niños hasta ancianos, pasando por personas con diversidad intelectual o funcional, personas con problemas de adicción, presos, víctimas de violencia machista, personas sin hogar... Siempre adaptando las

técnicas y la metodología de trabajo a las necesidades y/o limitaciones de las personas a las cuales irá dirigida la actividad.

El arteterapia nació en los años 40 en Reino Unido y Estados Unidos. Margaret Naumburg, educadora y psicóloga, fue una de las pioneras en ejercer la profesión de arteterapeuta. Para Naumburg, todas las personas poseían la capacidad de proyectar sus conflictos internos a través del arte, estuvieran entrenados o no en el ámbito artístico. Ella estaba segura de que incluso aquellos que tuvieran un bloqueo en su expresión verbal acabarían hablando de sus conflictos internos debido a la necesidad de explicar sus producciones artísticas.



Fig. 10. Sesión 2: Futuro autorretrato.

En España, el arteterapia no comenzó a implantarse hasta finales del siglo XX. En la actualidad, la profesión de arteterapeuta todavía no está reconocida y quizás este es el motivo por el cual no está muy extendida en nuestro territorio. Los profesionales del campo del arteterapia siguen luchando para lograr el reconocimiento de su profesión en ámbitos como la sanidad o la educación, como ocurre en países como Inglaterra, donde está integrado en el Servicio Nacional de Salud desde 1981 como un servicio más a los pacientes.



Fig. 11. Sesión 3: Entre hilos y puertas.

La labor del arteterapeuta no sólo es acompañar al individuo durante el proceso y brindarle su apoyo, sino que también atender a los diferentes elementos y a todos los pequeños detalles para comprender su estado y el origen de su malestar con el fin de proporcionarle herramientas para la superación de conflictos.

Las representaciones plásticas son muy diferentes a las del pensamiento discursivo. No obstante, son igual de reveladoras y eficaces que las de la comunicación verbal. Incluso en algunas ocasiones pueden ser todavía más comunicativas, como situaciones en las que el individuo sienta miedo, bloqueos o cualquier disfunción psíquica o física. Cuando se pinta o se modela, por ejemplo, la persona entra en un estado de calma que facilita la expresión de su intimidad. Digamos que la intervención con medios artísticos es menos invasiva comparado con otros tratamientos más convencionales. Además, en muchas ocasiones se suelen incorporar prácticas como la relajación, la expresión corporal y la escritura creativa para favorecer el proceso arteterapéutico. Esto favorece



Fig. 12. Sesión 3: *Entre hilos y puertas*. Collage de detalles de algunos trabajos.

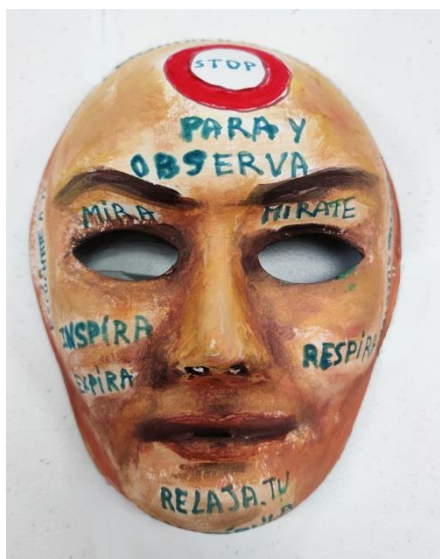


Fig. 13. Sesión 3: *Tras las máscaras*.

todavía más la conexión con el mundo interior, los recuerdos y las emociones.

Al igual que en la mediación artística, el arteterapia deja la estética de las creaciones artísticas en un segundo plano, otorgándole mayor importancia al proceso. Podríamos decir que la diferencia más notable entre ambos campos es que la mediación trabaja desde un enfoque socioeducativo y el arteterapia desde un enfoque psicosocial.

Es importante que en los talleres de arteterapia se ofrezca siempre una amplia variedad de materiales y formatos para que el usuario pueda experimentar. También es conveniente que los recursos sean de realización sencilla para todos los individuos de la actividad, ya que de lo contrario podría causar frustración o bloqueos. Además, es bueno que sean materiales con los que los usuarios disfruten del trabajo creativo y se sientan cómodos y seguros. Es importante que las técnicas vayan cambiando ya que si siempre se repite la misma, los sujetos tendrán tendencia a repetir los mismos comportamientos.

Es evidente por lo tanto que la salud y la creatividad están relacionadas y que todo el mundo tiene un potencial creativo aunque éste nunca se desarrolle.

5. REFERENTES

5.1. APS, ARTE Y MEDIACIÓN. CASA CARIDAD

ApS, Arte y Mediación: Casa Caridad fue el primer proyecto de ApS en el que tuve la oportunidad de participar junto a 4 compañeras más de la facultad. Decidimos colaborar con Casa Caridad, una ONG que lleva más de 100 años atendiendo la problemática del sinhogarismo y la exclusión social, ofreciendo soluciones a largo plazo para poder integrar a sus usuarios en la sociedad. Es una ONG realmente comprometida con la sociedad.⁴

El grupo con el cual llevamos a cabo nuestras actividades estaba formado por personas mayores de edad sin hogar y en situación de desempleo. Nos encontramos con una gran variedad de usuarios: un invidente, varios inmigrantes, personas con diversidad funcional... Con nuestra aportación no sólo pretendimos compartir un espacio de ocio constructivo y significativo para ellos, sino que también trabajar habilidades sociales como el respeto, la comunicación, el compañerismo y la amistad a través del arte.

Trabajamos un total de dos meses (una sesión por semana). Los talleres se realizaron de manera muy fluida. Los usuarios se mostraron muy receptivos y satisfechos. El proyecto fue muy positivo también para nosotras, ya que exigía adoptar una postura profesional, y eso nos ayudó a desarrollar competencias como la responsabilidad ética, la comunicación oral, la madurez y el trabajo en equipo.



Fig. 14. Sesión del ApS realizado en Casa Caridad.



Fig. 15. Sesión del ApS realizado en Casa Caridad.



Fig. 16. Sesión del ApS realizado en Casa Caridad.

⁴ Ver anexo 13.1. Revista *ApS, Arte y Mediación: Casa Caridad*.

5.2. APS: RECICLAR CON ARTE. CEIP LA PATACONA



Fig. 17. Sesión del ApS realizado en el CEIP La Patacona.



Fig. 18. Sesión del ApS realizado en el CEIP La Patacona.



Fig. 19. Sesión del ApS realizado en el CEIP La Patacona.

Este fue el segundo proyecto de ApS en el que participé junto a 3 compañeras de la facultad. Fue una pequeña colaboración que se realizó en el colegio La Patacona (Valencia).

Los participantes en este caso eran niños y niñas de primaria. Realizamos el mismo taller con diferentes clases, consecutivamente una tras otra. El objetivo del proyecto era concienciar a los niños de la importancia del reciclaje. En este caso era muy importante darle una perspectiva lúdica, puesto que se trataba de niños pequeños y era fundamental que el taller les llamase la atención y fuera divertido.

Fue una experiencia diferente a la de Casa Caridad pero también muy gratificante. Hubo resultados increíbles, puesto que la inocencia de los niños es lo que les dota de esa creatividad tan ilimitada. Vimos que los participantes no sólo se divertieron, sino que también alcanzaron los objetivos de ganar una mayor conciencia sobre la importancia del reciclaje y una mayor sensibilización sobre el cuidado del planeta.



Fig. 20. Sesión del ApS realizado en el CEIP La Patacona.

5.3. APS, ARTE (IN)VISIBLE

Arte (In)visible es un proyecto de mediación artística que fue llevado a cabo mediante la metodología de ApS por Livia Guillem y Felicia Puerta. Fue realizado en San Juan de Dios, una orden hospitalaria valenciana que da respuesta a la problemática social del sinhogarismo. La propuesta fue premiada por la Universidad Pablo Olavide (Sevilla) en 2020 con una gran dotación económica, gracias a la cual pudieron llevarse a cabo los talleres durante varios meses.

El ApS consistió en la realización de diversas actividades que se desarrollaron a lo largo de un total de 30 sesiones, de una hora y media de duración aproximadamente.

Los objetivos a partir de los cuales fue diseñado este proyecto fueron dar visibilidad a la problemática, favorecer la resolución de conflictos y utilizar el arte como herramienta de expresividad comunicativa y emocional. Por otro lado, se pretendía fomentar la escucha y cohesión del grupo, potenciar la capacidad de imaginación y concentración, y finalmente lograr que los usuarios disfrutaran de las prácticas artísticas diseñándolas desde una perspectiva de ocio constructivo y motivador.

Los talleres consistían en experimentar la diversidad de posibilidades que nos ofrece la expresión artística, la creatividad, la cooperación y el juego a través de los sentidos.⁵



Fig. 21. Sesión del ApS realizado en San Juan de Dios.



Fig. 22. Sesión del ApS realizado en San Juan de Dios.



Fig. 23. Sesión del ApS realizado en San Juan de Dios.



Fig. 24. Sesión del ApS realizado en San Juan de Dios.

⁵ <https://www.facebook.com/gi.gilga/videos/1532613850267124>

6. MAPA CONCEPTUAL Y CRONOGRAMA

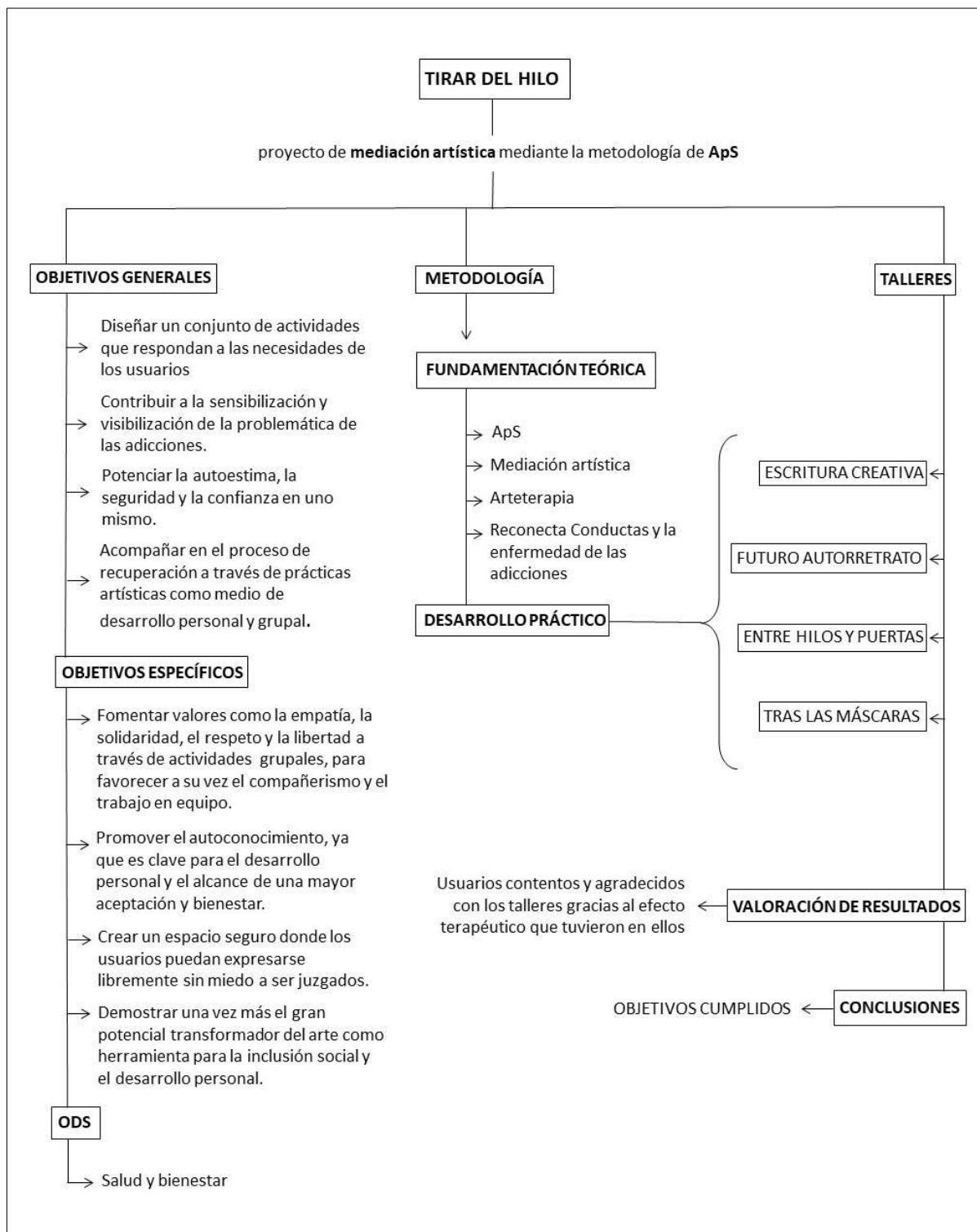


Fig. 25. Mapa conceptual sobre el proyecto *Tirar del hilo*. Auditoría propia.

JUNIO 2021

	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

JULIO 2021

			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

AGOSTO 2021

						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

SEPTIEMBRE 2021

		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

OCTUBRE 2021

				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

NOVIEMBRE 2021

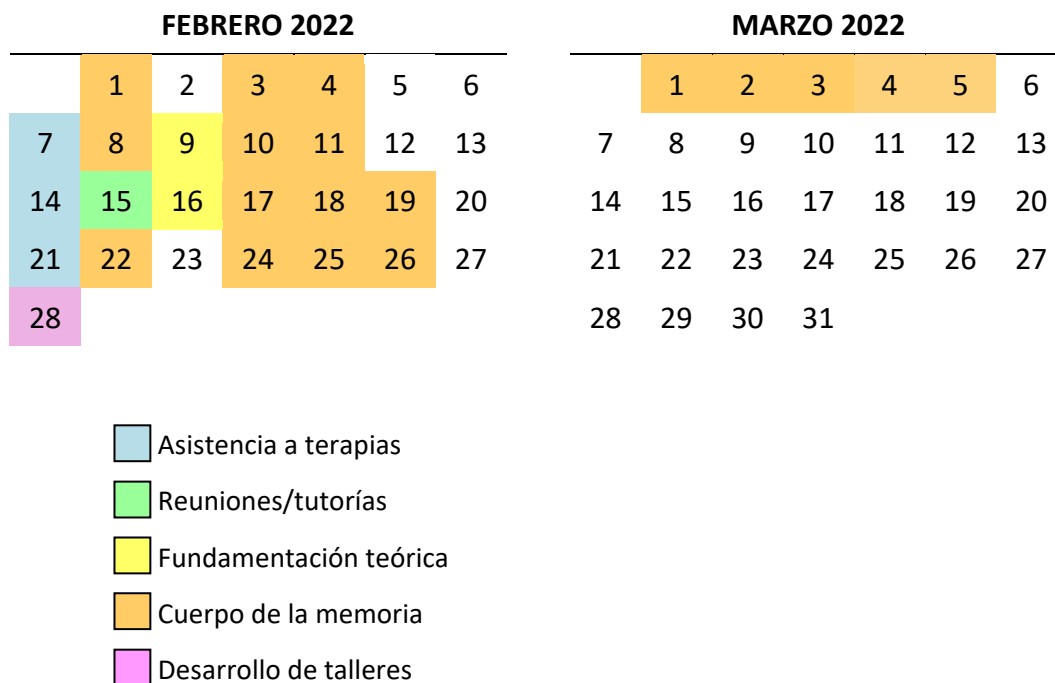
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

DICIEMBRE 2021

		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

ENERO 2022

					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						



7. METODOLOGÍA



Fig. 26. Captura de sesión de terapia grupal online en Reconecta Conductas. 2021.

Para la realización de este proyecto, primero se investigó acerca de la problemática de las adicciones. Durante los primeros meses, se nos dio permiso para acudir de oyentes a las sesiones de terapia grupales llevadas a cabo 2 o 3 veces por semana. Durante estas sesiones de 2 horas se tomaban apuntes acerca de todo aquello que pudiese ayudarnos a comprender la realidad de los usuarios de Reconecta Conductas. Creemos que, a la hora de llevar a cabo un proyecto de este calibre, es necesario entender y conocer previamente cómo es la enfermedad o realidad del colectivo al cual nos vamos a dirigir. Consideramos que la asistencia a las terapias ha sido muy favorecedora a la hora de diseñar los talleres, ya que nos ha ayudado a detectar cuáles eran los aspectos más importantes, aquellos a reforzar.

Para iniciar los talleres, decidimos comenzar con una actividad online de escritura. Tuvimos en cuenta que nos encontrábamos ante usuarios sin experiencia previa en talleres artísticos y sabíamos que eso podía causar en ellos agobio o algún tipo de bloqueo. Por ello, comenzamos con una actividad sencilla y con materiales simples de los cuales disponían en casa. Poco a poco se fueron introduciendo actividades con un mayor contenido

Fig. 27. Sesión 4: *Tras las máscaras*.Fig. 28. Sesión 4: *Tras las máscaras*.Fig. 29. Sesión 3: *Entre hilos y puertas*.

artístico y creativo. Asimismo se fue añadiendo la presencialidad, con talleres de unas 3-4 horas de duración.

En lo referido a los espacios de trabajo, la ONG carece de una sala amplia y equipada con material de manualidades, debido a que todavía no se ha realizado ningún proyecto de este tipo. Es por este motivo por el cual el primer taller lo llevamos a cabo en un espacio que nos prestó la parroquia Sant Joan de la Ribera (Valencia). Los otros talleres fueron realizados en un aula más espaciosa del colegio Santiago Apóstol (Valencia), donde se seguirán realizando otros proyectos y actividades de mediación artística y arteterapia.

Durante el desarrollo de las actividades se les dio total libertad para que actuasen sin presión. En ningún momento se les indicó lo que debían hacer, simplemente les explicábamos la propuesta y ellos se dejaban llevar por las emociones que sentían en el momento. Nuestra posición era de observación, escucha y comprensión. Si algún usuario se bloqueaba no le ofrecíamos soluciones, sino que le ayudábamos a pensar otras alternativas que le permitiesen seguir con su trabajo. Además, les recalcamos en numerosas ocasiones que lo importante de estas actividades no era el resultado, sino el proceso y lo que les aportaba.

Es importante recalcar también que entre los diferentes talleres llevados a cabo debíamos dejar espacios de tiempo, ya que las actividades les conmovían en gran medida a los usuarios y necesitaban reposar por un tiempo, volver a la calma y la estabilidad para poder arrancar con las siguientes actividades. Para ellos ese periodo entre talleres suponía un espacio de reflexión sobre su vida y sobre ellos mismos.

Para la realización de los talleres ha sido esencial la creación de un espacio seguro, es decir, ha sido necesario que se garantizase continuamente la confidencialidad para que los participantes se sintieran seguros y no tuvieran miedo a la hora de expresarse. A su vez, se ha intentado propiciar un clima cálido y de confianza con el objetivo de fortalecer los vínculos entre los integrantes de la ONG. Se ha buscado continuamente fomentar el diálogo, la escucha y el respeto a los compañeros.

Por otro lado, nos resultó fundamental dejar después de cada taller un espacio de reflexión y puesta en común. Las actividades alteraban las emociones de los usuarios y les ayudaban a pensar acerca de aspectos de su vida y de ellos mismos que debían verbalizar. En algunos tratamientos, se le da mucha importancia a la verbalización porque además de que es un

ejercicio terapéutico y forma parte del aprendizaje, ayuda a tomar conciencia y a que los compañeros empaticen entre ellos. Todo el grupo se mostró atento, escuchó, respetó y apoyó las declaraciones de cada compañero. Todos confiaban en las capacidades de sus compañeros y en ningún momento se juzgó a nadie.

8. ANTEPROYECTO

Tras la asistencia a las terapias grupales online de Reconecta Conductas, se comenzó a diseñar un conjunto de talleres teniendo en cuenta el perfil de usuarios al cual irían dirigidos. Posteriormente se presentó la propuesta a la dirección de la organización y, contando con su visto bueno, pudimos seguir adelante con el proyecto.

En un principio se decidió dar comienzo con la actividad de “*Escritura creativa*” porque creíamos que era la actividad idónea para ayudar a los usuarios a darnos a conocer todas sus carencias y necesidades. Una vez teníamos conocimiento de todo lo que necesitaban reforzar, mejorar, desarrollar o cambiar, hicimos una selección de los talleres que más se ajustaban a lo que ellos necesitaban y los que más les ayudarían en su proceso rehabilitación y desarrollo personal.

A pesar de que no llegaron a realizarse todas las actividades, como hemos nombrado anteriormente, el proyecto posee un carácter continuativo, por lo que se pretenden desarrollar todos los talleres. Algunos de los propuestos, entre otros, que finalmente no se llevaron a cabo fueron las siguientes:

- Caja de autocuidado: decorar una caja y llenarla con objetos significativos, amuletos, frases, fotos personales u otros elementos que ayuden y reconforten al individuo
- Personalización de camisetas: personalizar una camiseta con un automensaje, es decir, cada usuario debería escoger una frase motivadora y ponerla en la camiseta en sentido inverso. Esto se haría con el objetivo de que sea un mensaje que únicamente la persona que lleva puesta la camiseta pueda leer el mensaje cuando se mire al espejo
- Modelado: modelar un elemento con el que se sientan identificados



Fig. 30. Reunión con Felicia Puerta y Rosario Muñoz. 2021.

- Mural colectivo: realizar una obra grupal al son de la música y con total libertad a la hora de actuar con el objetivo de promover la positividad y crear un ambiente que favorezca el bienestar
- Representar emociones: representar emociones con el objetivo de aprender a identificarlas y lograr una mayor soltura a la hora de expresarlas
- Cadáver exquisito: realizar un cadáver exquisito que favorezca la cohesión del grupo y les haga tomar conciencia de que forman parte de algo y que todos y cada uno de ellos son esenciales para el conjunto
- Retrato colectivo: cada usuario trabaja su autorretrato y posteriormente se rota al compañero, de manera que todos intervienen en los retratos de los demás

Para cada taller se diseñaría una dinámica de grupo inicial como hemos hecho con los talleres que se han llevado a cabo hasta el momento con el objetivo de que los usuarios entren en un estado de calma y conecten con su mundo interior, ya que eso les facilitará posteriormente, en la actividad creativa, la expresión de sus emociones.

En lo referido a la infraestructura, se hizo un presupuesto aproximado de todos los recursos materiales necesarios para llevar a cabo las actividades. Además, debemos contemplar de nuevo que la ONG carecía de una sala espaciosa y equipada para trabajar, por ello tuvimos que alquilar un espacio apto para ello. Tuvimos la oportunidad de poder alquilar un amplio lugar que nos permitió desarrollar tanto las dinámicas grupales como las actividades cómodamente. La directiva de la ONG decidió hacerse cargo de todos los gastos.

MATERIAL	CANTIDAD	PRECIO
Pack cartulinas de colores A3 (25 uds.)	1	17,09€
Pack 50 cartulinas A3	1	6,90€
Estuche de tijeras dentadas	3	35,97€
Tijeras oficina (12 uds.)	1	18,99€
Pack barras de pegamento (10 uds.)	2	42,80€
Bolígrafos	30	9,00€

Revistas	25	33,98€
Estuche de pinceles (24 uds.)	2	34,00€
Pintura acrílica (13 uds.)	1	8,38€
Ovillos de lana	3	6,00€
Máscaras (12 uds.)	3	53,97€
Alquiler del espacio	2	200,00€
TOTAL		467,08€

Tabla 1. Presupuesto del proyecto *Tirar del hilo*. Autoría propia.

9. DESARROLLO DE TALLERES

ACTIVIDAD 1	<i>Escritura creativa</i>
PROPUESTA	Imagina que estás en una isla desierta y puedes escribir y enviar una única carta alguien. ¿A quién enviarías la carta? ¿Qué le dirías?
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> - Ayudarles a expresar sus emociones y pensamientos e invitarles a reflexionar acerca de su vida, de su pasado, presente y futuro. Invitarles a hacer una introspección - Con esta actividad pretendíamos conocer más acerca de los usuarios para detectar las necesidades y carencias a cubrir
PROCESO	Esta actividad se realizó online y sin una fecha límite de fin para evitar que se sintiesen presionados. Desde el lanzamiento de la actividad los usuarios fueron escribiendo todas las semanas, a modo de diario personal. Se crearon unas carpetas individuales en Google Drive para que fueran subiendo el contenido con la certeza y seguridad de que nadie podría leer su carta. Para el director de la ONG fue un privilegio lanzar esta actividad, ya que le ayudó a conocer un poco más sobre algunos de los integrantes de su grupo de terapia.
MATERIALES	Papel y lápiz (también podían realizar la carta en un documento de Word o Google Drive).

<p>CONCLUSIONES Y VALORACIÓN DE RESULTADOS</p>	<p>En líneas generales, todos los usuarios se mostraron receptivos a participar en el taller. A algunos les costó un tiempo empezar a causa del bloqueo que les provocaba la idea de escribir tan libremente y de hacer algo que no habían hecho antes. No obstante, una vez comenzaron el taller, muchos de ellos vieron un gran beneficio terapéutico en la acción de escribir acerca de ellos y de su historia. Hubo algunos que escribieron varias cartas y otros que redactaban a modo de diario personal. Hubo cartas a familiares fallecidos, a familiares presentes, cartas a la vida, cartas a la droga y el alcohol...</p> <p>Algunos fragmentos fueron compartidos por Juan, director de la asociación, durante algunas de las sesiones de terapia (con el permiso de los usuarios). A pesar de la sencillez de la actividad, no imaginábamos que pudiera resultar tan potente. Sin duda fue el ejercicio idóneo para iniciar el proyecto y establecer una primera toma de contacto.</p>
---	---

Tabla 2. Taller 1 de Tirar del hilo. Autoría propia.

30/07/2021

Buenos días Mensin. En primer lugar quiero pedirte disculpas. Si, ya sé que de poco te han servido hasta ahora porque una y otra vez te vuelvo a abandonar.

Pero, déjame que te diga que esta vez no es igual. Esta vez he vuelto para quedarme, para no volver a soltarte la mano, para que no vuelvas a tener miedo ni a sentirte sola.

Las dos sabemos que es posible vivir en paz, disfrutar de los detalles más pequeños de la vida y, sobre todo, sentirse liberada de esta cabeza empeñada en hundirnos en un pozo en el que ya hemos estado demasiado tiempo, ya basta.

A partir de ahora tú serás el centro de mi atención cada día, cada momento. Sólo así conseguiremos juntas todo lo que anhelamos, que, al fin y al cabo, se resume en VIVIR.

No vamos a regalarle a nuestra cabeza ni un segundo más, a partir de ahora, cada segundo será nuestro.

Y ¿cómo lo vamos a hacer?

Pues "a poquitos", tal y como lo hemos aprendido y lo hemos estado haciendo durante años. Ya hemos conquistado mucho, no te olvides de esto, así que vamos a seguir conquistando porque ¿hasta dónde somos capaces de llegar? Lo sabremos conforme vayamos dando pasos.

Es cierto que en estos últimos meses he permitido que nuestra cabeza tomara las riendas y nos hemos llenado de argumentos, emociones y sensaciones "de mierda". Esto sólo significa que tenemos trabajo que hacer, así que, a "arremangarse" y a por ello. Lo hemos hecho y lo volveremos a hacer, más y mejor.

Carta a mi niño interior

No sé cuando te perdí pero sí cuando te recuperé.

Fue mucha la tierra que te eché encima hasta ocultarte en lo más profundo de mi corazón. Durante un tiempo aun podía oír tus gritos pidiendo auxilio pero yo los acallaba consumiendo un poco más. Hasta que dejé de escucharte.

Y me convertí en alguien que creía llevar la razón en todo momento. Pasaba por encima de todo y de todos sin importarme las consecuencias. Era incapaz de ser feliz porque siempre había algo que me lo impedía. Tardé mucho tiempo en comprender y en entender que era yo mismo quien lo provocaba. Perdí la capacidad de sentir y sin embargo alardeaba de darlo todo por los demás cuando lo que hacía con mi comportamiento era destruir.

Ahora que te tengo cogido de la mano, te he lavado la cara y te he mirado a los ojos, empiezo a recuperar sensaciones y emociones que no recordaba. He logrado enterrar a la bestia. He sacado al niño. Aunque mi misión cada día es no olvidar que la bestia puede resurgir y hacerte desaparecer de nuevo.

Contigo soy feliz, tengo paz, tengo alegría. Me siento pleno. Por eso quiero que sigas creciendo conmigo y entre los dos poder disfrutar del tiempo que la vida nos ofrezca.

Fig. 31, 32, 33 y 34. Taller 1: Escritura creativa

Hola mamá, cuando termine de escribir esta carta, comenzaré a hacer la maleta.

Estoy de vacaciones, pero estos días en los que nos vamos juntos, son tus vacaciones.

Quiero decirte que, estoy muy contento de tenerme como mi mamá, que eres la mejor mamá que podía tener y que estoy muy orgulloso de ti.

Gracias por ser como eres, por enseñarme tanto, por cuidarme y por estar siempre ahí, cuando lo he necesitado. Nunca te sientas culpable, nunca sientas tristeza por los años pasados, por que has hecho todo lo que has estado en tu mano.

Yo no te lo he puesto nada fácil y de hecho ha sido imposible que consigueses lo que querías para mí, pero al final, después de muchos años todo está empeñado a cobrar sentido.

Quiero disfrutar contigo de los años que nos quedan, quiero verte sonreír y quiero que seas la mujer más feliz de esta tierra!

Eres un ejemplo de superación, y de como las personas pueden transformarse por completo.

Cada día que pasa te veo mejor, más fuerte, con más luz y más energía.

Y es que vas dando pasos agigantados...

Mañana nos vamos a Madrid juntos, y sé que te hace ilusión que emprendamos viajes juntos.

Que nos vayamos de expedición, como me decías de pequeño.

Siempre has aprovechado los pocos recursos que habían para hacerte feliz. Y has conseguido que sea niño feliz.

Gracias mamá.

Gracias por enseñarme que el mundo es un lugar maravilloso en el que estar.

Martes 13 de julio.

Son las 8:30 AM, estoy sentado frente a un ordenador sin saber el motivo ni a donde me va a llevar esto, seguramente sea un viaje hacia mi interior ese interior que tanto miedo y asco me da conocer, porque realmente todos mis actos han sido enterrados en cal viva como si mi cerebro tuviese ese sistema de autodefensa para no dejarme ver la inmundicia de mi vida y así de ese modo seguir pensando que lo ocurrido no va conmigo, que no daña a la gente que tengo a mi alrededor. No es nada más que una falsa cortina que se va haciendo más tupida conforme vas ignorando en lo que te has convertido. Alguien egoísta, narcisista, que no le importa llenar esa cortina con los cadáveres que ha ido dejando por el camino y guardarla en el maletero, sólo cuando uno decide abrir el maletero y respirar el olor fétido que este desprende, quizás se da cuenta y vea que ha llegado la hora de ponerse a limpiar y sacar todo lo malo, lo podrido y empezar a ser ordenado y consecuente con sus actos.

Esto es lo que me ha sucedido a mí y no penséis que es porque quería cambiar, que va, es porque mi vida se estaba yendo a la mierda, había perdido a mi mujer a mis hijos y mi persona (como buen egoísta que soy) no soportaba el dolor que eso me generaba, pero el de ellos no me importaba lo más mínimo. Entonces pides ayuda en un grito desesperado por intentar salvarte y cambiar a los demás para que te comprendan, te recomiendan a una persona experta en adiciones y te hace ver que el que tiene que cambiar no es otro que tú, ese tú que siempre has amado por encima de todas las cosas, ese tú el incomprendido, el maltratado por la sociedad, ese tú es el que está roto.

Jueves 15 de julio

Buenos días Javier! Hoy será un día maravilloso, hace 557 días que volviste a nacer.

Parece un despertador, pero no, soy yo agradeciendo la segunda oportunidad que la vida me ha dado mientras me observo en el espejo para lavarme los dientes, asearme y así comenzar con mis rutinas.

No se si a vosotros os ha pasado alguna vez, pero hoy mientras me aseaba, mirándome en el espejo, las canas de mi cabeza habían desaparecido, los contornos de mis ojos estaban lisos sin ningún tipo de bolsas ni arrugas y tenían un brillo resplandeciente, especial, como cuando un niño se levanta el día de los reyes magos con el comedor lleno de regalos. Y es que eso es lo que he visto en el espejo, a un niño, me recordaba tanto a mí que le he mirado a los ojos y he tenido que decirle:

Perdón.

Su mirada expresaba confianza, como sabiendo que uno a sí mismo se ama lo suficiente para no hacerse daño y me contestó:

Perdón ¿Per qué?

Seguramente quién pase y me vea manteniendo una conversación con el espejo pensará que estoy loco (seguramente tiene razón) pero yo siento una necesidad imperiosa de hablar con ese niño, quizás sea mi última oportunidad de hacerlo.

Perdón, porque por mis inseguridades te hice crecer demasiado rápido olvidando que eras un niño sin saber las consecuencias que eso podía tener, te arranqué de tus cromos, tus partidos de fútbol con pelotas de papel de plata, te quité la ilusión de salir corriendo del colegio para llegar a casa y ver Dragon Ball al mediodía, cambié esa felicidad por ausencias en clase, malas notas, peleas callejeras, botellones y callejones oscuros, no es que me hiciesen más feliz,

ACTIVIDAD 2	<i>Futuro autorretrato</i>
PROPUESTA	Realiza un autorretrato de tu “yo” de ahora y de tu “yo” del futuro. Puedes servirte de la técnica del collage, del dibujo, de la escritura...
OBJETIVOS	Hacerles reflexionar sobre su pasado y su presente. Invitarles a hacer una autorreflexión acerca de cómo se verían en un futuro
PROCESO	Se compraron 25 revistas “Telva”, puesto que es una revista con una amplia variedad de imágenes. Se las enviamos a sus casas a través del correo. Durante unos días estuvieron recortando imágenes y palabras que les transmitieran o les llamaran la atención, sin saber cuál era la finalidad de aquellos recortes. Finalmente, cuando nos reunimos, les pedimos que trajeran los recortes con las revistas. A raíz de ahí, les dimos una cartulina a cada uno de tamaño A3 y les dimos total libertad para que pegasen, dibujasen o escribiesen en ella, teniendo en cuenta que la finalidad era centrarse en el “yo” del presente y del futuro. Esta parte de la actividad duró aproximadamente 2h. Finalmente, hubo una puesta en común.
MATERIALES	Cartulinas (A3), tijeras, pegamento, revistas, lápices de colores, ceras, rotuladores y bolígrafos.
CONCLUSIONES Y VALORACIÓN DE RESULTADOS	<p>El hecho de enviarles la revista a casa ya fue un comienzo muy bueno, ya que fue un detalle simbólico ante el que se mostraron muy entusiasmados. A pesar de que todos recibieron la misma revista, se generaron resultados muy diferentes. No obstante, hay ciertas palabras o imágenes en las que coincidieron muchos porque evocaban a la libertad, a una nueva vida, a la felicidad y al bienestar. Al acabar, realizamos una puesta en común. Algunos confesaron que esta actividad les había ayudado a saber quiénes querían ser y dónde querían llegar. Fue realmente emotivo y motivador para los usuarios.</p> <p>Por último, añadir que hubo un par de imprevistos. Las cartulinas y las tijeras para trabajar fueron pedidas a un comercial por internet. Las cartulinas queríamos que fueran blancas, pero llegaron de colores y las tijeras no eran rectas, sino dentadas. Por ello, tuvimos que improvisar y servirnos de eso para evocar a la infancia y a la niñez, a esa época llena de color en la que hacían manualidades en el colegio. Queríamos que trabajasen sin limitaciones, con la inocencia y la creatividad con la que trabaja un niño pequeño.</p>

Tabla 3. Taller 2 de *Tirar del hilo*. Autoría propia.



Fig. 35. Sesión 2: Futuro Autorretrato.



Fig. 36. Sesión 2: Futuro Autorretrato.

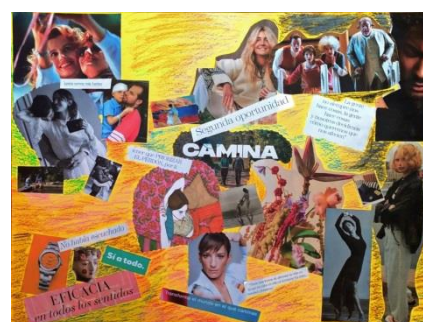


Fig. 37. Sesión 2: Futuro Autorretrato.



Fig. 38. Sesión 2: Futuro Autorretrato.



Fig. 39. Sesión 2: Futuro Autorretrato.



Fig. 40. Sesión 2: Futuro Autorretrato.

<p>ACTIVIDAD 3</p>	<p><i>Entre hilos y puertas</i></p>
<p>PROPUESTA</p>	<p>Juega con la lana, escoge la frase y la puerta que más te guste. Pega la puerta y la frase en una cartulina y a raíz de ahí haz una composición con todo aquello que te hayan sugerido esos dos elementos, sirviéndote de las témperas, las ceras, los rotuladores...</p>
<p>OBJETIVOS</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Contribuir a desarrollar la iniciativa a la hora de tomar decisiones - Contribuir al compañerismo y alcanzar un estado de desinhibición mediante la pequeña dinámica de juego inicial - Invitarles a hacer una autorreflexión y a expresar sus emociones

<p>PROCESO</p>	<p>Para comenzar esta actividad decidimos hacer una pequeña meditación de 5 min. para propiciar el estado de calma. Posteriormente, nos pusimos en círculo y les colocamos en el centro los 3 ovillos de lana. Las únicas indicaciones que les dimos fueron que imaginasen que volvían a ser niños, que cogieran los ovillos y se dejaran llevar. Muchos de ellos se quedaron paralizados porque no era algo que esperaban. Sin embargo 5 min, después estaban todos pasándose los ovillos, creando una telaraña, liándose entre sí...Hasta que finalmente acabaron todos enredados entre hilos y les pedimos que parase. En ese momento, se colocó la lana a lo largo de la superficie y sobre los hilos colocamos los 50 recortes de puertas y los 40 de frases motivadoras. A continuación les pedimos que dieran un paseo y vieran todos los elementos que había en el suelo. Debían escoger un recorte de cada, incluso podían cortar algún trozo de lana que les llamase la atención.</p> <p>Tras acabar con la primera fase del taller, pasamos a la fase creativa. Primero debían pegar los elementos en la cartulina. A raíz de ahí debían crear una composición libre. Podían recortar, pegar, escribir, pintar, garabatear... Como en la anterior actividad, les dejamos a cada uno un folio y un bolígrafo a su disposición para que escribieran de manera opcional todo aquello que les sugiriese la actividad. Finalmente hicimos una puesta en común.</p>
<p>MATERIALES</p>	<p>3 ovillos de lana, 50 recortes variados de puertas, 40 recortes de frases motivadoras, cartulinas (A3), tijeras, pegamento, revistas, lápices de colores, ceras, rotuladores, bolígrafos, pinceles y témpera.</p>
<p>CONCLUSIONES Y VALORACIÓN DE RESULTADOS</p>	<p>El nivel de participación fue muy activo. Los usuarios se mostraron entusiasmados, sobre todo con la primera parte del taller. Posteriormente, en la parte creativa actuaron con soltura la gran mayoría. Algunos tenían miedo de utilizar las témperas porque les frenaba el miedo de no saber pintar o no haber pintado nunca. Les animamos y conseguimos que todos pintaran recalcándoles que lo esencial del taller no era crear algo bonito, sino algo simbólico que les ayudara a expresarse y sobre todo a crecer. Los usuarios se mostraron muy agradecidos por lo beneficiosa que les había resultado la actividad y a su vez se mostraron ansiosos por saber de qué trataba el próximo taller.</p>

Tabla 4. Taller 3 de *Tirar del hilo*. Autoría propia.



Fig. 41. Sesión 3: Entre hilos y puertas.



Fig. 42. Sesión 3: Entre hilos y puertas.

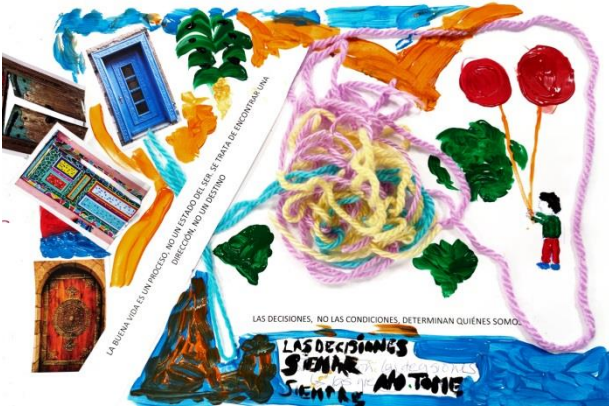


Fig. 43. Sesión 3: Entre hilos y puertas.



Fig. 44. Sesión 3: Entre hilos y puertas.



Fig. 45. Sesión 3: Entre hilos y puertas.



Fig. 46. Sesión 3: Entre hilos y puertas.

ACTIVIDAD 1	<i>Tras las máscaras</i>
PROPUESTA	Reflexiona, juega y experimenta con tu máscara. Posteriormente intervén en ella por el interior y el exterior.
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> - Hacerles reflexionar acerca del personaje que ellos mismos se han creado - Contribuir al compañerismo y tomar conciencia de la importancia del acompañamiento en el proceso de rehabilitación mediante la pequeña dinámica de juego inicial
PROCESO	<p>Durante las semanas previas a la actividad, les invitamos a observar y reflexionar acerca de la máscara. El día del taller, al igual que en la anterior actividad, comenzamos con una pequeña meditación para que se relajasen y se centrasen en el momento presente. Posteriormente hicimos una dinámica grupal que reunía 4 pequeños ejercicios:</p> <ul style="list-style-type: none"> - andar y correr por la sala. Si un compañero para, todos se detienen hasta que alguien comienza a andar de nuevo (todos vuelven a caminar) - todos caminan por el espacio (más reducido). Cuando alguien se detiene, debe dejarse caer hacia atrás y los compañeros deben acudir y cogerlo - pasear con la máscara puesta, en silencio - por parejas y con la máscara todavía puesta, una persona hace de guía y la otra, con los ojos cerrados, se deja guiar y viceversa <p>Con estas dinámicas pretendimos, además de establecer contacto con la máscara antes de comenzar con la parte creativa, que fueran conscientes de la importancia de confiar en los compañeros y de lo importante que es el acompañamiento en rehabilitación. Dejarse guiar y guiar a los compañeros es un proceso de retroalimentación más que necesario para su tratamiento.</p> <p>Posteriormente, les invitamos a intervenir en las máscaras, tanto por dentro como por fuera. Como en las anteriores ocasiones, les dimos un folio con un bolígrafo a cada uno para que fueran escribiendo todo aquello que les sugiriera la actividad. Para acabar, realizamos una puesta en común.</p>
MATERIALES	Máscaras de cartón, rotuladores, bolígrafos, témpera y pinceles.

<p>CONCLUSIONES Y VALORACIÓN DE RESULTADOS</p>	<p>Al igual que en los anteriores talleres, los usuarios se mostraron muy receptivos. Durante la dinámica grupal inicial disfrutaron y eso les ayudó a posicionarse en el niño interior y a recordar sensaciones del pasado. La gran mayoría sintió una dicotomía de sensaciones entre angustia y comodidad al ponerse la máscara. Comodidad porque se veían integrados, ya que todos llevaban la máscara puesta, y angustia por esa necesidad constante que tenían de desprenderse de ella.</p> <p>Durante la actividad creativa, estuvieron muy focalizados en el acto de reflexionar y pintar. Esta vez comenzaron a intervenir sin miedo, de forma más directa y con mucha más seguridad, puesto que ya habían utilizado la témpera en la anterior actividad.</p> <p>Durante la puesta en común se suscitaron muchas dudas. Algunas de ellas las traían desde casa, puesto que esta actividad se inició previamente. Hubo una gran variedad de sensaciones entre los usuarios, pero en general hubo un gran sentimiento de satisfacción en cuanto al trabajo realizado. Entre otras muchos aspectos, se dieron cuenta de la importancia de confiar y de atreverse a vivir todo aquello que años atrás no han sido capaces de hacer. Realizar esta introspección les ha ayudado a enfrentarse al personaje que llevan tiempo creando para no enfrentarse a la realidad. Los usuarios confesaron ver la actividad como un momento de libertad curativo y terapéutico.</p>
---	---

Tabla 5. Taller 4 de *Tirar del hilo*. Autoría propia.



Fig. 47. Sesión 4: *Tras las máscaras*.

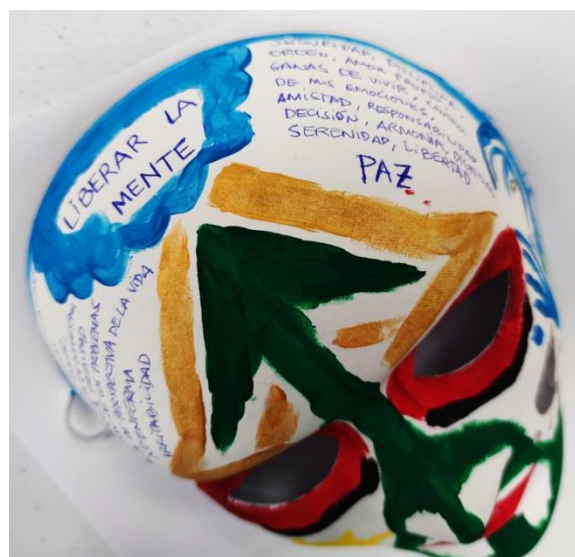


Fig. 48. Sesión 4: *Tras las máscaras*.



Fig. 49. Sesión 4: *Tras las máscaras*.



Fig. 50. Sesión 4: *Tras las máscaras*.



Fig. 51. Sesión 4: *Tras las máscaras*.

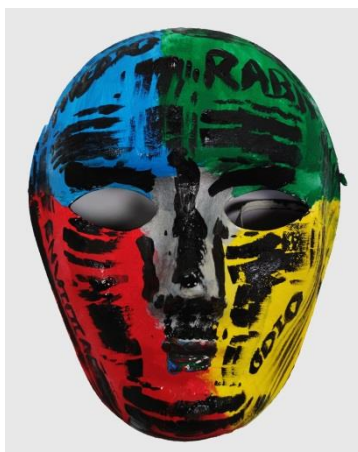


Fig. 52. Sesión 4: *Tras las máscaras*.



Fig. 53. Sesión 4: *Tras las máscaras*.



Fig. 54. Sesión 4: *Tras las máscaras*.



Fig. 55. Sesión 4: *Tras las máscaras*.



Fig. 56. Sesión 4: *Tras las máscaras*.

9.1. ANÁLISIS Y VALORACIÓN DE RESULTADOS

A pesar de que los usuarios confesaron personalmente que los talleres les estaban aportando múltiples beneficios, se decidió realizar un pequeño cuestionario tras finalizar con el último taller. Con esta encuesta se pretendía analizar y ver el grado de satisfacción de los usuarios, así como aspectos a mejorar para las próximas actividades.

En líneas generales, se mostró que los contenidos fueron adecuados y que se generó un clima de trabajo agradable y seguro. Además, no se ha mostrado un alto grado de dificultad a la hora de llevar a cabo las diferentes sesiones por parte de los participantes.

Se ha reflejado también un gran interés por continuar con la realización de talleres y por probar materiales nuevos. Muchos han perdido el miedo a expresarse de manera plástica gracias a este proyecto. También hubo algunos usuarios que propusieron acotar el tiempo entre sesiones, es decir, hacer talleres de este tipo con mayor frecuencia.

En cuanto a factores negativos, algunos participantes comentaron que se deberían realizar como mínimo dos sesiones del mismo taller, puesto que para muchos la incompatibilidad de horarios ha sido un impedimento a la hora de acudir a algunas de las actividades.

Evaluación de los talleres:
Proyecto Tirar del hilo

Califica del 1 al 5 (de menor a mayor) tu experiencia en los talleres llevados a cabo hasta el momento:

	1	2	3	4	5
Los contenidos de los talleres son adecuados					
Existe un clima de trabajo adecuado					
Entre nosotros el grado de compañerismo y convivencia es bueno					
La relación y el trabajo con las monitoras es buena					
En general te ha resultado complicado la realización de la actividad					
En general, ¿cuál es tu grado de satisfacción con esta actividad?					

1. ¿Qué es lo que menos te ha gustado de los talleres?

2. ¿Cambiarías algo de estas actividades?

3. ¿Qué es lo que más te ha gustado?

4. ¿Qué otras actividades artísticas te gustaría realizar?

Fig. 57. Cuestionario realizado para la evaluación de talleres.

10. CONCLUSIONES

Gracias a la metodología del Aprendizaje-Servicio, hemos podido llevar a cabo este proyecto, poniéndonos al servicio de la sociedad y poniendo en práctica lo aprendido durante el Grado en Bellas Artes. Trabajar con este colectivo a través de talleres artísticos y vivir esta experiencia real nos ha hecho llegar a varias conclusiones.

En primer lugar, *“Tirar del hilo”* ha supuesto una gran implicación en todos los sentidos. Se ha invertido mucho tiempo a la hora de recopilar información y asistir de oyente a las sesiones de terapia, con el fin de documentar y comprender el perfil de usuario con el cual íbamos a trabajar. Esto era esencial para conocer la enfermedad y detectar las carencias del colectivo. Se generó así un hilo conductor de talleres vinculados con el arte con una serie de objetivos a cumplir.

Para los usuarios de Reconecta Conductas, este proyecto supuso una primera toma de contacto con las artes. Tras evidenciar que las técnicas artísticas son una vía de trabajo terapéutico alternativa y complementaria que beneficiaba a los integrantes de la ONG, la directiva decidió acoger e integrar este tipo de actividades a su tratamiento. Desde el inicio, los usuarios se mostraron muy receptivos y acudieron con mucho entusiasmo e interés a los talleres.

Además de favorecer la aceptación, el autoconocimiento y la expresión de emociones, este TFG ha contribuido al desarrollo de la creatividad y al proyecto de vida e integración social de los usuarios. Ha servido para trabajar valores como el respeto, la empatía, el compañerismo y la solidaridad. Durante el proceso, se creó un ambiente de confianza donde los usuarios se sintieron cómodos y seguros. Esto fue algo que favoreció la expresión de sus sentimientos sin miedo.

Los cuestionarios de evaluación que llevamos a cabo reflejan que hemos contribuido de forma positiva a su proceso terapéutico. Las diferentes actividades han ayudado a que se conozcan mejor ellos mismos, a aceptar quiénes han sido y conocer quiénes son y quiénes quieren llegar a ser. El autoconocimiento, como hemos visto con anterioridad, es un pilar esencial para la aceptación, la seguridad y la confianza en uno mismo. Es decir, es clave para la autoestima y el desarrollo personal del individuo.

Por otro lado, añadir que por el momento se ha intentado dar la máxima visibilidad a los talleres, y a su vez a la ONG y a la propia enfermedad, a través de redes sociales como Instagram⁶ y Facebook.⁷ Es importante dar a conocer este tipo de problemáticas para concienciar a la población del riesgo tan grave que conlleva la adicción,



Fig. 58. Sesión 4: *Tras las máscaras*.



Fig. 59. Sesión 4: *Tras las máscaras*.

⁶ https://www.instagram.com/reconectaconductas_/

⁷ <https://www.facebook.com/reconectaconductas>

así como mostrar que sí hay salida y que sí es posible vivir sin adicciones.

A pesar de que no se haya realizado un gran número de talleres, se ha visto evolución en muchos de los usuarios, lo cual es una prueba más que evidente de que los proyectos de ApS y mediación artística contribuyen de forma muy positiva al desarrollo y mejora de la sociedad, y en concreto de los colectivos más vulnerables.

Personalmente, al inicio del proyecto me sentía extraña, pues no entendía el funcionamiento ni el lenguaje de las terapias, pero con el tiempo empecé a comprender la enfermedad y la manera de trabajar de esta ONG. Me surgieron muchas dudas acerca de si iba o no por el buen camino, pero poco a poco me fui sintiendo cada vez más cómoda debido a que me veía más integrada en el grupo. La relación con los usuarios se fue haciendo más cálida y cercana con el paso del tiempo. Al final me hicieron sentir como en casa. Estoy muy agradecida por cómo los usuarios me acogieron y se involucraron en los talleres.

En conclusión, el presente proyecto de mediación artística ha supuesto un gran aprendizaje para todos. Ha sido una experiencia muy enriquecedora tanto a nivel académico como personal. Ha resultado ser un TFG que ha requerido constantemente mucha implicación, trabajo, seriedad y sobre todo, profesionalidad. Es una fortuna haber podido formar parte de este proyecto. Gracias a esto, ahora sé que quiero ampliar mi formación y enfocarla a la mediación artística y el arteterapia.

Desde la presente memoria invito a todos los presentes y futuros estudiantes a que realicen un proyecto de este tipo, porque en ApS el aprendizaje va más allá de la vida académica. En mi caso ha sido una gran lección de vida, algo que llevaré conmigo para siempre.



Fig. 60. Sesión 4: *Tras las máscaras*.



Fig. 61. Sesión 4: *Tras las máscaras*.

11. BIBLIOGRAFÍA

- BÄR KWAST, B., CAMPO CANO, L. y RUBIO SERRANO, L. (2021). “Líneas de acción y principios para la incorporación del Aprendizaje-Servicio en el ámbito local. Trabajo en red en el territorio” en *Revista Interuniversitaria*, vol. 33, Nº1, p. 243-263.
< <https://doi.org/10.14201/teri.23660> > [Consulta: 27 de septiembre de 2021].
- FORURIA JIMÉNEZ, P., CRUZ-QUINTANA, F., y RODRIGUEZ SABIOTE, C. (2020). “Tendencias plásticas de usuarios drogodependientes en un programa de arteterapia en el contexto penitenciario” en *Arteterapia. Papeles de arteterapia y educación para inclusión social*, vol. 15, p. 11-23.
< <http://dx.doi.org/10.5209/arte.66584> > [Consulta: 9 de noviembre de 2021].
- INGRASSIA, V. (2017). “El cerebro adicto: cómo las drogas anulan las capacidades humanas” en *Infobae*.
<<https://www.infobae.com/salud/2017/09/08/el-cerebro-adicto-como-las-drogas-anulan-las-capacidades-humanas/>> [Consulta: 23 de agosto de 2021].
- LÓPEZ MARTÍNEZ, M. D. (2011). “Técnicas, materiales y recursos utilizados en los procesos arteterapéuticos” en *Arteterapia: Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social*, vol. 6, p. 183-191.
< http://dx.doi.org/10.5209/rev_ARTE.2011.v6.37092 > [Consulta: 12 de octubre de 2021].
- MAYOR PAREDES, D. (2020). “Aprendizaje-Servicio como estrategia metodológica para impulsar procesos de educación expandida” en *Multidisciplinary Journal of Educational Research*, vol. 10, nº 1, p. 47-74.
< <https://doi:10.4471/remie.2020.4562> > [Consulta: 26 de julio de 2021].
- MAYOR PAREDES, D. y RODRÍGUEZ MARTÍNEZ, D. (2017). “Aprendizaje-Servicio: una práctica pedagógica que promueve la participación del estudiantado para la mejora escolar y social” en *Revista Complutense de Educación*, vol. 28, nº 2, p. 555-571.
<http://dx.doi.org/10.5209/rev_RCED.2017.v28.n2.49623> [Consulta: 13 de septiembre de 2021].

- MORENO GONZÁLEZ, A. (2010). “La mediación artística: un modelo de educación artística para la intervención social a través del arte” en *Revista Iberoamericana De Educación*, vol. 52, nº 2, p. 1-9.

< <https://rieoei.org/historico/expe/3422Moreno.pdf> > [Consulta: 5 de octubre de 2021].
- MORENO GONZÁLEZ, A. (2021). “Mediación Artística y Arteterapia. Delimitando territorios” en *Revista de Ciencias Humanas, Teoría Social y Pensamiento Crítico*, vol. 34, nº 15, p. 32-47.

< <http://doi.org/10.5281/zenodo.5979840> > [Consulta: 5 de octubre de 2021]
- MORENO GONZÁLEZ, A., USÁN, S., CRIADO, C., y SANTAFORENTINA, A. (2013): “Transitando identidades. La mediación artística en el proceso de rehabilitación de personas con problemas de adicciones” en *Cuadernos de Trabajo Social*, vol. 26, nº 2, p. 445-454.

< http://dx.doi.org/10.5209/rev_CUTS.2013.v26.n2.40582 > [Consulta: 5 de octubre de 2021].
- OJEDA LÓPEZ, M. (2011). “Arteterapia Gestalt: La búsqueda de lo que somos” en *Arteterapia: Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social*, vol. 6, p. 169-181.

< http://dx.doi.org/10.5209/rev_ARTE.2011.v6.37091 > [Consulta: 26 de octubre de 2021].
- ORGILLÉS, P. (2011). “Arteterapia en las drogodependencias” en *Arteterapia: Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social*, vol. 6, p. 135-149.

< http://dx.doi.org/10.5209/rev_ARTE.2011.v6.37089 > [Consulta: 26 de octubre de 2021].
- PROCHASKA, J., DICLEMENTE, C. y NORCROSS, J. (1994). “Cómo cambia la gente. Aplicaciones en los comportamientos adictivos” en *RET, Revista de Toxicomanías*, vol. 1, p. 3-14.

<<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5528547>> [Consulta: 27 de septiembre de 2021].
- PUERTA GÓMEZ, F. (2018). *ApS, arte y cooperación. Aplicación de metodologías de Mediación Artística*. Valencia: Editorial Sant Joan de Déu Serveis Socials.

- PUERTA GÓMEZ, F. et al. (2021). *Aprendizaje y responsabilidad social en la UPV*. Valencia: VRSC-UPV.
- PUERTA GÓMEZ, F. et al. (2019). *El Poliedro del ApS. Proyectos de Aprendizaje-Servicio*. Valencia: Vicerrectorado de Responsabilidad Social y Cooperación al Desarrollo.
- PUIG, J. M. et al. (2007). *Aprendizaje-Servicio. Educar para la ciudadanía*. Barcelona: Octaedro.
- ROBLES, M. (2013). “¿Todo es arteterapia?” en *Arteterapia*. <<https://arteterapiamariorobles.com/2013/11/18/todo-es-arteterapia/>>[Consulta: 30 de agosto de 2021].
- SABATER, V. (2020). “El cerebro adicto: anatomía de la compulsión y la necesidad” en *La mente es maravillosa*. <<https://lamenteesmaravillosa.com/el-cerebro-adicto-anatomia-de-la-compulsion-y-la-necesidad/>> [Consulta: 30 de agosto de 2021].

TFG:

- ARANDIA OTEO, A. (2016). *Otras formas de aprender. La metodología de Aprendizaje-Servicio*. Trabajo de Fin de Máster. Bilbao: Universidad Internacional de La Rioja, <<https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/4378/ARANDIA%20OTEO%2C%20ANDER.pdf?sequence=1&isAllowed=y>> [Consulta: 12 de octubre de 2021].
- GUILLEM CASAÑ, L. (2017). *ApS de Mediación Artística: Mujer y violencia de género*. Trabajo de Fin de Grado. Valencia: Universitat Politècnica de València, <<https://riunet.upv.es/handle/10251/97604>> [Consulta: 5 de octubre de 2021].
- REY NAVARRO, S. (2021). *Aprender haciendo. Un proyecto de mediación artística en ApS*. Trabajo de Fin de Grado. Valencia: Universitat Politècnica de València, <<https://riunet.upv.es/handle/10251/172078>> [Consulta: 5 de octubre de 2021].
- SOL PARADA, M. (2015). *¿El arte cura? Una aproximación a la utilización de mediadores artísticos como herramientas de intervención*. Trabajo de Fin de Grado. Uruguay: Universidad de La República,

<<https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/handle/20.500.12008/7533>>
[Consulta: 1 de enero de 2022].

WEBGRAFÍA:

- CENTRO PROMOTOR DE APS. *Aprendizaje- Servicio*.
<<https://aprenentatgeservei.cat/>> [Consulta: 13 de noviembre de 2021].
- ESPECHE FRELIER, I. Escol. Aprendizajes invisibles.
<<https://www.escool.org/arteterapia-el-arte-como-terapia-invisible/>>
[Consulta: 30 de agosto de 2021].
- FUNDACIÓN MARÍA ARANZADI. *El personaje*
<<http://fmaranzadi.org/blog/el-personaje/>> [Consulta: 30 de agosto de 2021].
- *Portal oficial de la Asociación de Aprendizaje- Servicio Universitario*.
<<https://www.apsuniversitario.org/>> [Consulta: 23 de noviembre de 2021].
- *Portal oficial del Grupo Territorial del ApS de la Comunidad Valenciana*. <
<https://apscomunitatvalenciana.net/>> [Consulta: 2 de diciembre de 2021].
- *Portal oficial de Roser Batlle*. < www.roserbatlle.net> [Consulta: 23 de noviembre de 2021].
- RED ESPAÑOLA DE APRENDIZAJE-SERVICIO. *Aprendizaje-Servicio*.
<<https://www.aprendizajeservicio.net/>> [Consulta: 9 de agosto de 2021].
- UNIVERSITAT POLITÈCNICA DE VALÈNCIA. *ApS- Aprendizaje Servicio*.
<<http://www.upv.es/contenidos/APS/>> [Consulta: 9 de agosto de 2021].
- WHAT y CREATE. *Arts and Health*. < <http://www.artsandhealth.ie/>>
[Consulta: 2 de diciembre de 2021].
- ZERBIKAS. *Cuando el aprendizaje-servicio crítico abre la ventana al desarrollo de nuevas capacidades*. < <https://www.zerbikas.es/>> [Consulta: 9 de noviembre de 2021].

12. ÍNDICE DE FIGURAS

Fig. 1. Sesión 4: *Tras las máscaras*.

Fig. 2. Sesión 4: *Tras las máscaras*.

Fig. 3. Sesión 3: *Entre hilos y puertas*.

Fig. 4. Infograma sobre los ODS realizado por Sergio Ferrandis. Extraído de la página web de la Red Española de ApS.

Fig. 5. Organigrama. Proyecto de Mediación Artística Arte(IN)visible para la Universidad Pablo Olavide de Sevilla. 2020.

Fig. 6. Imagen extraída de la página web del Servicio Psiquiatría y Psicología Hospital Universitario Dexeus (Barcelona).

Fig. 7. Logo corporativo de Reconecta Conductas.

Fig. 8. Miembros de Reconecta Conductas.

Fig. 9. Sesión de terapia grupal. Octubre, 2021.

Fig. 10. Sesión 2: *Futuro autorretrato*.

Fig. 11. Sesión 3: *Entre hilos y puertas*.

Fig. 12. Sesión 3: *Entre hilos y puertas*. Collage de detalles de algunos trabajos.

Fig. 13. Sesión 3: *Tras las máscaras*.

Fig. 14. Sesión del ApS realizado en Casa Caridad.

Fig. 15. Sesión del ApS realizado en Casa Caridad.

Fig. 16. Sesión del ApS realizado en Casa Caridad.

Fig. 17. Sesión del ApS realizado en el CEIP La Patacona.

Fig. 18. Sesión del ApS realizado en el CEIP La Patacona.

Fig. 19. Sesión del ApS realizado en el CEIP La Patacona.

Fig. 20. Sesión del ApS realizado en el CEIP La Patacona.

Fig. 21. Sesión del ApS realizado en San Juan de Dios.

Fig. 22. Sesión del ApS realizado en San Juan de Dios.

Fig. 23. Sesión del ApS realizado en San Juan de Dios.

Fig. 24. Sesión del ApS realizado en San Juan de Dios.

Fig. 25. Mapa conceptual sobre el proyecto *Tirar del hilo*. Auditoría propia.

Fig. 26. Captura de sesión de terapia grupal online en Reconecta Conductas. 2021.

Fig. 27. Sesión 4: *Tras las máscaras*.

Fig. 28. Sesión 4: *Tras las máscaras*.

Fig. 29. Sesión 3: *Entre hilos y puertas*.

Fig. 30. Reunión con Felicia Puerta y Rosario Muñoz. 2021.

Fig. 31. Taller 1: *Escritura creativa*.

Fig. 32. Taller 1: *Escritura creativa*.

Fig. 33. Taller 1: *Escritura creativa*.

Fig. 34. Taller 1: *Escritura creativa*.

Fig. 35. Sesión 2: *Futuro Autorretrato*.

Fig. 36. Sesión 2: *Futuro Autorretrato*.

Fig. 37. Sesión 2: *Futuro Autorretrato*.

Fig. 38. Sesión 2: *Futuro Autorretrato*.

Fig. 39. Sesión 2: *Futuro Autorretrato*.

Fig. 40. Sesión 2: *Futuro Autorretrato*.

Fig. 41. Sesión 3: *Entre hilos y puertas.*

Fig. 42. Sesión 3: *Entre hilos y puertas.*

Fig. 43. Sesión 3: *Entre hilos y puertas.*

Fig. 44. Sesión 3: *Entre hilos y puertas.*

Fig. 45. Sesión 3: *Entre hilos y puertas.*

Fig. 46. Sesión 3: *Entre hilos y puertas.*

Fig. 47. Sesión 4: *Tras las máscaras.*

Fig. 48. Sesión 4: *Tras las máscaras.*

Fig. 49. Sesión 4: *Tras las máscaras.*

Fig. 50. Sesión 4: *Tras las máscaras.*

Fig. 51. Sesión 4: *Tras las máscaras.*

Fig. 52. Sesión 4: *Tras las máscaras.*

Fig. 53. Sesión 4: *Tras las máscaras.*

Fig. 54. Sesión 4: *Tras las máscaras.*

Fig. 55. Sesión 4: *Tras las máscaras.*

Fig. 56. Sesión 4: *Tras las máscaras.*

Fig. 57. Cuestionario realizado para la evaluación de talleres.

Fig. 58. Sesión 4: *Tras las máscaras.*

Fig. 59. Sesión 4: *Tras las máscaras.*

Fig. 60. Sesión 4: *Tras las máscaras.*

Fig. 61. Sesión 4: *Tras las máscaras.*

12.1. ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Presupuesto del proyecto *Tirar del hilo*. Autoría propia.

Tabla 2. Taller 1 de *Tirar del hilo*. Autoría propia.

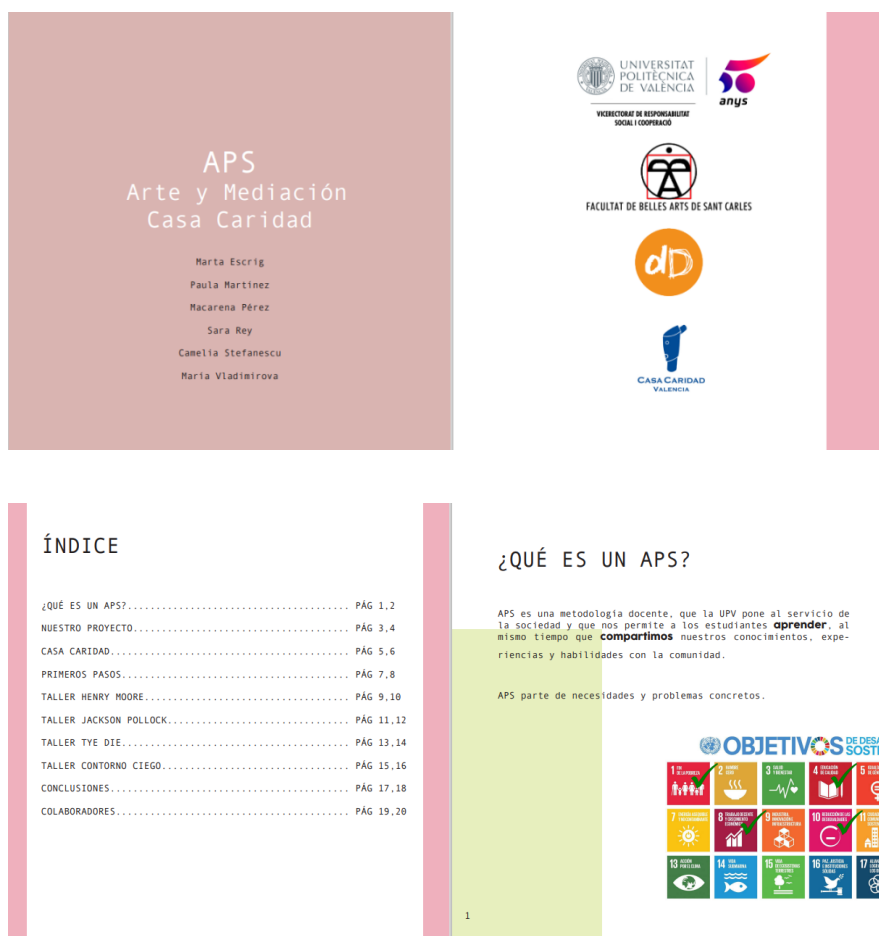
Tabla 3. Taller 2 de *Tirar del hilo*. Autoría propia.

Tabla 4. Taller 3 de *Tirar del hilo*. Autoría propia.

Tabla 5. Taller 4 de *Tirar del hilo*. Autoría propia.

13. ANEXOS

13.1. REVISTA APS, ARTE Y MEDIACIÓN. CASA CARIDAD



¿POR QUÉ HACER UN APS?

- Porque favorece la autonomía en el aprendizaje.
- Potencia la sensibilización en cuestiones sociales.
- Relaciona la universidad con la sociedad.
- Actualiza la docencia.
- Nos hace crecer, reflexionar y ser mejores.



2

NUESTRO PROYECTO APS.

Tras conocer la existencia del programa de APS, acudimos a Casa Caridad de Paseo de la Peñina para informarnos de nuestra iniciativa de trabajar con los usuarios que allí se encuentran. A causa de la incompatibilidad del horario que nos ofrecen, nos dirigimos al Multicentro Social del que disponen en Benicalap donde tienen talleres por las tardes.

Tuvimos una primera toma de contacto con la responsable del taller de día, Mari Cruz Gil, en la que explicamos nuestras iniciativas y fijamos horarios y la zona donde poder hacer el proyecto APS.

Las personas con las que haremos el taller serán mayores de edad que han sufrido situaciones muy duras, se encuentran sin trabajo y en riesgo de exclusión social, la mayoría duermen en el centro, hay un Invidente, personas con diversidad funcional, inmigrantes, nuestra intención será trabajar las habilidades sociales de COMPARECIMIENTO, AMISTAD, RESPETO Y COMUNICACIÓN a través de las ARTES.

3



Organizando el programa en la UPV

Hasta el momento ningún estudiante de Bellas Artes había llevado a cabo el APS en Casa Caridad.



SOBRE CASA CARIDAD



¿Qué es Casa Caridad?

Casa Caridad Valencia es una Institución benéfico-social de más de 100 años, que arrancó en 1906 y desde entonces está abierta los 365 días del año. Es conocida como la gran ONG de los valencianos porque se sustenta gracias a la caridad con amor del pueblo valenciano a personas sin hogar y en riesgo de exclusión social, ofreciendo soluciones a largo plazo para integrarlos en la sociedad.

¿Qué servicios ofrecen?

- **Comedores sociales** de lunes a domingo donde se reparten más de 300.000 raciones de alimentos anuales entre personas con riesgo de exclusión. Hay comedor para familias con niños.
- **Albergues** donde alojan a personas sin hogar y convalcientes el tiempo necesario para su adecuada recuperación física. Se les ofrece desayuno, cena, lavandería, higiene, peluquería y atención social y donde los trabajadores sociales les ayudan de manera personalizada a su completa reinserción social, en la búsqueda de vivienda y de trabajo. Cuentan con más de 50 profesionales y alrededor de 300 voluntarios.
- **Guarderías** para niños de entre 1 a 3 años, de forma gratuita, acuden más de 150 niños.
- **Centro de día** con terapia ocupacional para la formación, promoción y reinserción laboral de las personas desfavorecidas, para que recuperen sus habilidades sociales y su autonomía.

6

DÍA 1

¡¡Por fin nuestra PRIMERA TOMA DE CONTACTO!!

Estábamos muy emocionadas, llegamos al centro y conocimos al grupo con el que trabajaremos.

En el taller de día estaban acabando los ninots para montar un monumento fallero, así que recorte por aquí y brochazo por allá les ayudamos a acabarla!



7



Fue una tarde muy entretenida y nos motivó mucho para empezar el próximo día con los talleres que habíamos preparado.

8

DÍA 2

03-04-2019

TALLER HENRY MOORE

En primer lugar, presentamos al artista Henry Moore, enseñamos imágenes de alguna de sus obras, éstas se caracterizan por tener espacios vacíos y formas onduladas.

Después comenzamos la parte práctica, nos sentamos todos alrededor de la mesa con un trozo de barro, un bol de agua y herramientas para modelar.

Comenzamos la práctica ateniéndonos a las características de la escultura de Moore, sin embargo cada uno empezó a experimentar con las técnicas del modelado con barro y conseguimos resultados maravillosos.



Reclining Figure, 1938
Henry Moore.

9



10

DÍA 3

10-04-2019

TALLER JACKSON POLLOCK.

En esta sesión, presentamos brevemente al artista Jackson Pollock, introduciendo así la técnica del Dripping. Les explicamos cómo se conseguían los colores a partir de los tres primarios (Cyan, Amarillo y Magenta).

Después, pasamos a la parte práctica. En primer lugar, comenzamos a sacar los distintos colores que los usuarios querían conseguir.

En segundo lugar, para realizar la parte del Dripping, extendimos sobre el suelo dos trozos grandes de papel kraft.



11

Empezamos a pintar con los colores que habíamos obtenido anteriormente. Con un poco de música de fondo conseguimos que las actividades fueran divertidas, alegres, energéticas y que todos nos involucráramos mucho!

Algunos dijeron que lanzar la pintura de aquella forma, era una medio de quitarse el estrés, el nerviosismo, la inquietud...

FUE MUY DIVERTIDO!



12

DÍA 4

08-05-2019

TALLER DE TINTE DE CAMISETAS.

Cuando llegamos a nuestro espacio de actividades de Casa Caridad, nos colocamos todos alrededor de la mesa y explicamos el taller del día. Repartimos a cada persona una camiseta blanca.

La actividad consistió en verter los tintes en varias palanganas con agua, hacer distintos nudos alrededor de las camisetas, sumergirlas en el tinte y tras escurridas, una vez secas deshacer los nudos para ver el efecto tie dye.



13



Mientras esperábamos a que nuestras camisetas estuvieran secas, nos dispusimos a pintar las figuras de barro del taller de Henry Moore.



... los resultados!!



14

DÍA 5

29-05-2019

TALLER CONTORNO CIEGO.

Empezamos esta sesión haciendo dibujos con la técnica del "contorno ciego", que consiste en realizar dibujos mirando fijamente lo que va a ser dibujado sin mirar en ningún momento el papel.

Luego, a petición de los usuarios, repetimos la práctica del Dripping, esta vez sobre 3 lienzos, formando un tríptico. Cada persona realizó uno o varios colores.



15

Finalmente, les enseñamos diferentes opciones para pintar con la témpera para que ellos eligieran la que más les gustase.

Por un lado, jugamos con la simetría y la abstracción. La actividad consistió en doblar una cartulina por la mitad y pintar sólo en uno de los lados, de manera que al juntar ambas partes quedase una figura simétrica.

Por otro lado, les enseñamos a realizar figuras utilizando hilo. Muchos sintieron curiosidad por esta técnica y al probarla quedaron realmente sorprendidos con los resultados.



16

CONCLUSIONES

Ha sido una experiencia muy enriquecedora para nosotras. Hemos aprendido a enseñar, que no es tarea fácil.

Se creó un ambiente muy cercano y distendido.

Nos sorprendió el nivel de creatividad que tienen, han sido días de experiencias muy gratas ya que vemos en ellos el entusiasmo e interés que ponían en los talleres.

El número de asistentes iba creciendo conforme pasaban las sesiones y acudían con entusiasmo.

El APS cumplió su función de mediador construyendo puentes entre nosotros. Nos hemos quedado con ganas de más.

¡¡VOLVEREMOS!!



17



UPV
Departamento de dibujo
Facultad de Bellas Artes.
Profesor Tutor:
Felicja Puerta
Monitoras de los talleres:
Marta Escrig
Paula Martínez
Macarena Pérez
Sara Rey
Camelia Stefanescu
Maria Vladimirova
Correo de contacto:
centrodedibernalap@casacaridad.com
Si quieres conocer mas...
<https://www.youtube.com/watch?v=DH0U771X1ZQ>

