

‘Arteterapia’: un nuevo taller para recuperar nuestra intuición y nuestra emotividad

Coordinado por el proyecto RED FORMA

Por R. Carrillo

El desarrollo de la inteligencia emocional y de la intuición se cue-
lan en los cursos de RED FORMA
organizados por el área de Juventud
de la Ciudad Autónoma. Además de
informática, manipulación de ali-
mentos, fotografía o guitarra eléc-
trica entre otros talleres, la
Viceconsejería ofertará también
arteterapia y musicoterapia.

El proyecto fue presentado por la
artista local Sonia Carretero, quien
lleva unos ocho años impartiendo
esta materia en el Centro Artístico
malagueño ‘El Caminante’.

Aún no se conoce quién impar-
tirá definitivamente el curso, ni
tampoco la fecha de realización; la
cual se decidirá esta misma semana.
El taller, de 15 horas de duración,
estará abierto a todos los públicos,
aunque con preferencia para los
jóvenes de entre 16 y 25 años. La
inscripción puede realizarse ya en las
instalaciones de la Casa de la
Juventud, donde se aceptarán solici-

tudes hasta cubrir el cupo: unas 15
personas por taller. Tampoco se
conoce aún el precio exacto del
curso, aunque según Carretero “el
precio será barato”.

El último curso de arteterapia
realizado por Sonia Carretero tuvo
lugar hace escasas dos semanas, en el
marco de unas ponencias de coedu-
cación organizadas por el sindicato
SATE-STEs y dirigidas a futuros
formadores, trabajadores sociales y
psicólogos entre otros profesionales.

Antes de esto, entre noviembre y
diciembre, se realizó otro taller, de
50 horas, en el Campus
Universitario de la UGR en Melilla.
También dirigido a unas 15 perso-
nas del ámbito estudiantil (aunque
el taller se encontraba abierto a
todos los públicos), ésta experiencia,
según nos cuenta Carretero, “hizo
que los alumnos potenciasen su
autoestima y su confianza. Les vino
muy bien para épocas de examen y
para realizar sus trabajos acadé-
micos. Algunos me dijeron que gracias

al taller se habían ‘desbloqueado’ y
que desde entonces realizaban sus
tareas con más concentración y
menos estrés”.

La autora del proyecto no ha que-
rido dar muchos detalles sobre qué
actividades realizarán los asistentes,
y es que para Carretero, “la improvi-
sación y la sorpresa son fundamen-
tales en estos talleres”. Aun así, sa-
bemos que aquellas personas que acu-
dan podrán experimentar con dife-
rentes técnicas de dibujo, pintura,
escultura, danza y música. En pala-
bras de Sonia Carretero, “siempre se
empieza trabajando el cuerpo a
través de juegos y de técnicas de rela-
jación para llegar al autodescubrie-
miento interno y a la creatividad”.

“Una creatividad que todo el
mundo tiene pero que vamos sepul-
tando a lo largo de los años”, añade
la experta en arteterapia. Carretero
deja claro además que no se precisa
ningún tipo de conocimiento o
experiencia previa en creación artís-
tica.

La importancia de lo emocional

En el último siglo hemos ido
dejando a un lado la importancia de
la inteligencia emocional, aunque
últimamente parece que el término
vuelve a estar en alza. Pero, ¿qué es,
exactamente, la inteligencia emocio-
nal?: pues algo tan esencial y antro-
pológico como la capacidad de
ponerse en la piel del otro

Algo que para Carretero, “escasea
cada vez más en nuestros jóvenes.
Cada día vemos a más chavales que
presentan altos grados de neurosis e
hiperactividad”; un síntoma de que
la educación tradicional cojea, tam-
bién, en este sentido. “Se ha infrava-
lorado la intuición y la emotividad,
y esto también lo necesitamos para
ofrecerle al niño una educación inte-
gral y equilibrada”, añade Sonia
Carretero.

Según ésta, “no podemos darle a
nuestro hijo lo que nosotros no
somos”. Por eso, los adultos más que
nadie, debemos trabajar a concien-
cia y aprender a conocernos, a rela-

jarnos, a improvisar, a ser curiosos, a
disfrutar de las pequeñas cosas.
Unos simples actos que mejorarán
nuestra vida y ayudarán a formar
generaciones más empáticas y soli-
darias.

Este tipo de técnicas de artetera-
pia nos enseñan precisamente a eso,
a tomarnos la vida con más calma;
algo que se traduce, irremediable-
mente, en una actitud contemplati-
va y en el desarrollo del pensamien-
to crítico: tan necesario en momen-
tos de crisis como el actual. Una cri-
sis, ya no económica; sino una crisis
de valores, de objetivos y de priori-
dades que está transformando nues-
tra sociedad y nuestro pensamiento,
y que nos está llevando, de nuevo,
de lo individual a lo colectivo.

Una recuperación de la intuición
y de la emotividad que la arteterapia
y la musicoterapia pretende fomen-
tar a través de la creación artística
totalmente libre, sin tapujos, sin
reglas, sin conocimientos previos.
Un arte, en definitiva, catártico.



Una de las actividades realizadas en los talleres de arteterapia

SOLUCIONES TECNOLÓGICAS informática y electrónica de consumo

800€

SLIM LED SMART TV
de 46 pulgadas, diseño marco ultra-
delgado, Full HD 1080p, 200 Hz
CMR, 3D FullHD y conversor 2D-3D.
Wifi integ.

480€

Disfruta de la tecnología Smart TV
LED, 37", Full HD, Smart TV,
200Hz MCI

440€

HP630 B7B28EA 15.6"
I3-2310M 4GB 500GB, DVD
LIGHTSCRIBE, HDMI CAM
WIN7HP, BLUETOOTH

375€

Intel® Pentium® B950 2.10GHz,
15.6" LED, 4GB DDR3 500GB

530€

Core i5 2550M /
2.5 GHz - RAM 8 GB
HD 500 GB - DVD±RW
GF GT 520M

270€

Intel® Celeron® Processor G550 2.6 Ghz
2 GB DDR3, HD 500 GB, DVDRW DUAL, MULTILECTOR DE TARJETAS
TECLADO Y RATON, MONITOR NO INCL.

310€

Intel® Pentium® Processor G850 2.9 Ghz
4 GB DDR3, HD 500 GB, DVDRW DUAL, MULTILECTOR DE TARJETAS
TECLADO Y RATON, MONITOR NO INCL.

100€

convierte cualquier fotografía
en una impresión excelente y
duradera con **SELPHY CP810**

HTML COMPUTERS | Polígono Industrial Sepes, C/La Espiga nave A-8 bajo | Téf:952672405.Fax:952670148

Ofertas vigentes hasta fin de existencias. En caso de que se produjeran variaciones en los precios o en las configuraciones que aparecen representados el cliente será debidamente informado en el punto de venta con la mayor brevedad y exactitud posibles. El software instalado en los equipos es OEM y se entregará sin embalajes ni manuales de usuario.