
Todos los derechos reservados. Gabriel De Marco. Psicólogo Social. (Caeps) Arte terapeuta (1° Esc. Arte terapia Argentina). Preventor en Toxicomanía (Universidad Lomas de Zamora) Operador en prevención y rehabilitación de adicciones (Redba) Diplomatura Internacional en Psicología Positiva (CPPA) Diplomado en Psicología Social Comunitaria (Univ. San Martín)

Consigna de Arteterapia

La casa del alma (un lugar en el mundo)

- 1-** Vas a construir una casa. El material será cartón. Consigue cajas de cartón para “construir la casita” a partir de cero. También vas a necesitar para afirmarla cinta de embalaje o cinta de pintor, plasticola, y para darle color y decorarla, sugerimos pinceles, rodillos y témperas, papel celofán para los vidrios, papel glasé brillante o papel glasé opaco, papeles para encuadernar o envolver regalos, papel barrilete, etc... los materiales que desees utilizar.



Aquí van algunas muestras tan solo como ejemplos (no copiar)



2- Escribe y comenta sobre el proceso del armado

3- Observa bien la casa, por fuera, acércate a la ventana o abre la puerta, observa... por dentro, cómo es su espacio, el ambiente. También te damos algunas pistas y preguntas para que puedas ampliar tus comentarios:

¿Qué pasa dentro de esa casa? ¿Qué hay allí en su interior?

¿Cuáles son los accesos hacia el interior?

¿Cómo es el pasaje entre el interior y el exterior?

¿Cómo veo el mundo desde adentro hacia afuera?

¿Qué piensas que ven en ti los demás?

¿Pueden ver tu interior?

¿Cuáles son mis puertas de acceso?

Si la casa te representara a ti. ¿De qué material estaría hecha?

¿Son fuertes o frágiles? ¿Puedes notar tus fortalezas y debilidades?

¿Está habitada? ¿Quién la habita?

¿Cuál es el clima interno?

(No necesitas contestar todas estas preguntas, es solo una guía como disparador)

4- Envíanos una foto de tu “casa” y algún comentario de esta actividad a nuestro correo.

¿Por qué crees que realizamos esta actividad?

Cuando hablamos de ansiedad, trastornos, también hablamos de estructuras psíquicas, entorno, medio ambiente, climas, base, sostén, etc.

En el ataque de pánico y otras problemáticas como fobias, lo que **no hay** es **base**, no hacemos pie en ningún lado, sentimientos de *soledad*, *inestabilidad*, *inseguridad*, *estar sin sostenes*, por lo cual podemos trabajar en esas simbologías desde la “casa de cartón”.

Algunos ejes temáticos trabajados son:

Base, piso, suelo, paredes, puertas, ventanas, techos, chimenea, interior, el camino a la casa, fachada, lo cerrado y lo abierto, armado, umbral, habitantes, el cuerpo propio como metáfora de la casa, el interior y el exterior, colores, la cerca y el jardín, etc.

Otros títulos podrían ser, Un Lugar donde vivir y convivir.

Algunas simbologías del test psicológico House, free, person - Casa, árbol, persona.

Casa solo como metáforas y símbolos

Las partes de la casa representan básicamente lo siguiente:

Techo: Área de la fantasía, lo mental, espiritual e intelectual.

Tejas: Control de esa fantasía, tipo de pensamiento.

Chimenea: Relacionado con lo afectivo y sexual.

Humo: Representa el calor de hogar, la calidez y afecto, y también tensiones y presiones ambientales.

Paredes: Se interpretan como la fortaleza del YO, el sostén de la personalidad.

Puerta: Es la vía de comunicación con el medio y la integración social.

Ventana: Sería un modo secundario de interacción con el medio ambiente.

Camino: Representa el acceso a la intimidad.

Suelo: Simboliza la estabilidad y el contacto con la realidad.

NOTA:

Esto lo brindamos solo como una ayuda del lenguaje figurado y no literal. No lo estamos enviando a nivel interpretación, puesto que desde arteterapia no hacemos interpretaciones, sino solo preguntas y señalamientos acompañando a la persona a que sea ella quien dilucide o comente lo que representa para ella.

Deseamos que esta actividad les haya sido gratificante y de aprendizajes.

Todos los derechos reservados. Gabriel De Marco. Psicólogo Social. (Caeps) Arte terapeuta (1° Esc. Arte terapia Argentina). Preventor en Toxicomanía (Universidad Lomas de Zamora) Operador en prevención y rehabilitación de adicciones (Redba) Diplomatura Internacional en Psicología Positiva (CPPA) Diplomado en Psicología Social Comunitaria (Univ. San Martín)
