



Toluca de Lerdo, México, 11 de febrero de 2020.
COMUNICADO DE PRENSA No. 1693

IMPARTE LA UAS TALLER DE ARTETERAPIA PARA MEJORAR RELACIONES INTERPERSONALES

Por medio del taller ‘Arteterapia para el manejo de emociones’, la Unidad de Asistencia Social (UAS) de la 60 Legislatura mexiquense, presidida por Eva Pareja de Hernández, ofrece a la sociedad un acompañamiento humanista para desarrollar habilidades de autogestión de las emociones y comunicación para mejorar las relaciones interpersonales.

En el taller gratuito impartido por Flor Moreno Salazar, doctora en Letras Modernas y arteterapeuta humanista, los asistentes participan en un espacio creativo en el que aprenden técnicas de autoconocimiento y cuidado de sí mismos para encontrar, a través de la expresión de sus emociones, los conflictos que padecen y afrontarlos de la mejor manera para potenciar su desarrollo integral como individuos y como parte del colectivo.

Flor Moreno explicó que con técnicas como el dibujo, la pintura, la danza, la música, el psicodrama y la escultura se fomenta la libre determinación de los asistentes para que dialoguen con sus propias obras, las interpreten y las transformen en explicaciones sobre sus emociones y acciones, y con ello alcancen un crecimiento personal que les permita afrontar situaciones difíciles en diferentes etapas de su vida.

La arteterapeuta indicó que el reconocimiento de lo oculto dentro de cada uno se puede ver a través del arte como parte de un proceso para detectar las cosas que a los individuos no les gustan de sí mismos y con lo cual eventualmente se puede obtener una transformación, aunque aceptó que la arteterapia necesita más difusión entre la sociedad para que las personas tengan un mayor acompañamiento en el manejo de sus emociones.

Añadió que la arteterapia comenzó a tener su auge a mitad del siglo XX y a utilizarse como formación profesional en el siglo XXI, y que actualmente se puede desarrollar a través de todas las vertientes de la psicología, como el psicoanálisis o el humanismo.

El taller de arteterapia se imparte a la sociedad en general, los martes de 11:00 a 12:00 horas, en las instalaciones de la UAS, en Plutarco González 111, colonia La Merced y Alameda, en la ciudad de Toluca.