

Propuesta grupal Talleres de Arteterapia online para mujeres en procesos de fertilidad

La **Arteterapia** es una disciplina especializada en acompañar, facilitar y posibilitar un cambio significativo en la persona mediante la utilización de diversos medios artísticos: atendiendo a su proceso creativo, a las imágenes que produce y a las preguntas y respuestas que éstas le suscitan.

Se trata de una disciplina cuya práctica profesional se apoya por una parte en el conocimiento y la práctica del arte, y por otra en el estudio del desarrollo humano y de las teorías psicológicas. (AFIA, 2021)

Para saber más sobre ella puedes ojear mi web: <http://www.lauraestebangarcia.com>



La Arteterapia posibilita:

Un espacio seguro, de creación acompañada, en el que puedes contactar con el momento presente a través de la creación y de los materiales, facilitando la búsqueda de lo vivo, de lo capaz, de lo posible, con el sostén y la mirada de la Arteterapeuta, para que puedas conocerte mejor, integrar vivencias y salir al mundo más fortalecida.

La relación terapéutica y la práctica artística pueden ayudarte a tomar más conciencia del momento en el que te encuentras, a desarrollar tu creatividad bloqueada, a gestionar tus emociones a través del arte, a mejorar tu autoestima y sobretodo a cuidarte y concederte un espacio para ti, un espacio en el que ser tú.

Se trata de utilizar los materiales para poder expresarte y dar forma a tus emociones y sentimientos y poder transformarlos, dentro de un espacio seguro de la mano de una Terapeuta con experiencia y con otras mujeres que están atravesando un proceso parecido al tuyo.

No te preocupes si no tienes experiencia con la creación plástica, no se trata de eso, se trata de utilizar el arte como un medio, no como un fin. Podemos emplear el cuerpo, el movimiento, la escritura, la pintura, la música, etc. para trabajar en la sesión.

Arteterapia y fertilidad. Por qué nos puede venir bien.

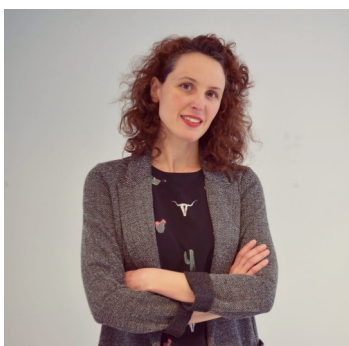
En ocasiones, el retraso en la edad en la que decidimos emprender el proyecto vital de la maternidad es ocasionado por diferentes obstáculos que vamos encontrando (precariedad laboral, dificultad de acceso a una vivienda, insuficientes ayudas para la crianza...)

En otras ocasiones es debido a dificultades que aparecen durante el proceso de búsqueda (problemas de fertilidad, baja reserva ovárica, endometriosis, embarazos fallidos, abortos, etc), que hace que puedan despertarse emociones dolorosas, rabia, frustración, tristeza... derivadas de la incertidumbre y los altibajos del camino.

Desde el Arteterapia podemos acompañarte a transitar e integrar estos sucesos que causan dolor desde una mirada amorosa y atenta, cercana y respetuosa, libre de juicios, para canalizar juntas esa energía creadora y vital de la mejor manera.

Trabajar juntas, en grupo, también posibilita que podamos crear un sentimiento de comunidad, de unión, de ver que no estás sola, y puede darte fuerza y energía para superar la frustración y el sentimiento de injusticia que se genera en estas situaciones de duelo, lo que puede ayudarte a seguir con los procesos y no abandonar los tratamientos.

Mi propuesta:



Como mujer que conozco esta realidad en mi propio cuerpo y como Terapeuta familiar y Arteterapeuta, me hace mucha ilusión poner en marcha un grupo mensual gratuito para mujeres que estén participando en tratamientos de fertilidad y que necesiten acompañamiento para transitar el proceso.

Me ofrezco a poner en marcha un **taller mensual gratuito de Arteterapia ONLINE** para las mujeres que quieran participar, que dará comienzo en marzo.

Se realizará a través de skype. Serán talleres de dos horas de duración el primer martes de cada mes.

Puedes inscribirte y pedir más información en lauraest2004@gmail.com o en el 605965454