

RESILIA: Desarrollo creativo y educación emocional para tratar las adicciones

DOI: <https://doi.org/10.64121/rece.2026v4.b018>

Reyna Bedolla Medrano¹

Entorno artístico para la educación emocional

En un escenario global marcado por el incremento de los trastornos por consumo de sustancias se torna imprescindible replantear las estrategias accesibles para la prevención y atención a los grupos vulnerables de personas adictas. (ONU-UNODC, 2024)

En los últimos años la alarmante y creciente estadística en el campo de las adicciones ha generado una alta demanda en el acceso a alternativas de tratamiento. El ejercicio ético de sus miembros y el compromiso con una formación permanente de identidad y pertenencia, durante más de 15 años, ha fortalecido a la Clínica Amanecer Morelia con una profesionalización creciente en los procedimientos terapéuticos para personas con adicciones.

Resilia

El presente recorrido científico radica en la construcción del concepto Resilia que en sí mismo congrega a la creatividad y el juego de palabras ante el término “resiliencia” (RAE, 2024). Al derivarse de dicho concepto se propone como un dispositivo semiótico que juega con las grafías para activar una reflexión profunda sobre los procesos internos de recuperación. El uso singular del término no responde únicamente a una transformación morfológica, sino a una intención simbólica: destacar la acción continua, presente y encarnada de resistir, reconfigurar, reemerger. Resilia deja de ser solo una capacidad latente para convertirse en una práctica consciente y sostenida, donde el arte y la emoción se entrelazan como fuerzas restaurativas. Resilia se concibe como un territorio para recorrer sentimientos a través de lenguajes simbólicos, sensoriales y expresivos de las memorias más dolorosas de los pacientes adictos de Clínica Amanecer Morelia como una estrategia atención a la educación emocional y la prevención de recaídas desde una

perspectiva integral, humanista y culturalmente pertinente para ser incluido en el programa de actividades educativas que se imparten en dicho centro.

Educación emocional y el arte

Las investigaciones contemporáneas en salud mental y neurociencias respaldan cada vez con mayor fortaleza el papel transformador de la educación emocional en contextos de vulnerabilidad, especialmente cuando se articula con prácticas artísticas creativas que favorezcan a la expresión simbólica, la integración psíquica y la sublimación de experiencias traumáticas. Crear arte con el objetivo de fomentar entornos de bienestar fortalece las habilidades de afrontamiento y la capacidad de resignificación para el fortalecimiento de la autoestima y la disminución de síntomas depresivos frente a la pandemia COVID-19. (Llanos, 2020)

Recientemente en la Clínica Amanecer Morelia se iniciaron talleres artísticos con el objetivo de fomentar una didáctica emocional y expresiva sin aspiraciones idealistas para ampliar oportunidades a la mano de sus integrantes para adaptarse y propiciar entornos creativos como medios de fomento al desarrollo de la educación emocional en el contexto post-COVID-19.

Una propuesta de metodología artística para la integración del bienestar

La educación emocional a través del arte propuesta por Resilia consiste en un método vivo, dinámico y profundamente transformador, concebido con un estilo didáctico que conjuga el arte con la educación emocional para auxiliar a los pacientes a sentir cada una de sus experiencias como un mapa abierto y sensible oculto en lo más olvidado del supraconsciente (Jung, 2012) para evaluar los registros de su historia de vida mediante datos del lenguaje escrito verbal y no verbal.

De tal manera, que el proceso pedagógico no consista en la exposición de técnicas si no en una forma de habitar el espacio y narrar lo invisible. Así, la creatividad (Llanos, 2020) se convierte en un puente, la emoción en guía y la expresión en un acto de salud y bienestar comunitario.

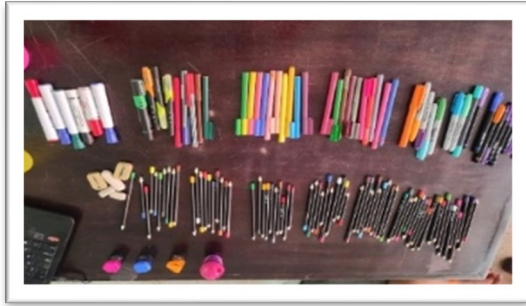


Ilustración 1: Mesa de trabajo y materiales iniciales del proyecto Resilia celebrado en las instalaciones de Clínica Amanecer Morelia. 2024.

Resilia consiste en un método de educación emocional para el desarrollo basado en las contribuciones de Hill, Kramer, Rodari, Moreno, Plutchik y Jung para activar procesos culturales.

El arte como recurso

Para resonar con personas en procesos de sanación emocional y recuperación de adicciones mediante las siguientes dinámicas de autoconocimiento:

Artes visuales. Graffías del Alma: expresión del mundo interno por medio de líneas libres y formas espontáneas y palabras interiorizadas; Mapas invisibles: dibujar para trazar territorios emocionales: heridas, trayectorias de vida y traumas latentes; Silencios con Tinta: Dibujar lo que no se dice y soltar aquello que pesa o se reprime emocionalmente; Color y catarsis: iluminar mandalas para liberar tensiones acumuladas y acceder estados de alivio emocional (Hill 1945, Kramer 1971, Jung 2012 y Plutchik 1991).

Dramatización. Cuerpos que Hablan: usar el cuerpo como lenguaje. Un espacio para encarnar emociones, soltar máscaras y narrar desde el gesto; Escenas del supraconsciente: Improvisaciones simbólicas que permiten representar diálogos internos o conflictos psicoemocionales; Habitar Nuevas Pielas: Ejercicios teatrales de identidad y proyección para ensayar nuevas versiones de sí mismo;

Teatro de Sombras y Luz: Representaciones simbólicas de la dualidad emocional, donde se expresan deseos ocultos y su relación con la represión (Rodari 2011, Moreno 1946, Jung 2012).

Inmersión Musical: Ritmos de Ruptura y Renacimiento: Sesiones de percusión para soltar tensiones, canalizar la energía reprimida y reconectar con el ritmo vital; Cantos de Desahogo: cantar como herramienta de catarsis y conexión emocional. La voz como puente hacia la liberación; Notas de Esperanza: Creación de melodías individuales y colectivas que simbolizen resiliencia; Sonidos y frecuencias: exploración de la vibración del sonido como recurso para reequilibrar el cuerpo, conocer el estado de la mente mediante ejercicios de respiración consciente (Moreno 1946, Jung 2012).



Ilustración 2: Imágenes encontradas en la web de la inspiración principal que impulsa el proyecto Resilia: Adrian Hill, Edith Kramer, J.L. Moreno, Gianni Rodari, Robert Plutchik y Carl Gustav Jung. 2024.

Procesos creativos para la recuperación

El estudio que actualmente se practica en Clínica Amanecer Morelia, con participantes del proyecto Resilia, permite adentrarse en los territorios sensibles de la experiencia emocional a través de la expresión artística. Dibujo y escritura creativa se convirtieron en lenguajes alternativos para nombrar lo oculto, y en vehículos para el despliegue de una educación emocional situada, creativa y profundamente humana. Desde un enfoque fenomenológico, y mediante entrevistas semiestructuradas y observación participante, se documentaron transformaciones perceptibles en la autoimagen y en la manera en que los sujetos abordan su proceso.

Ejes potenciales de transformación en la recuperación emocional

No obstante, su valor potencial, se encuentra en un estado de estructuración y crecimiento y persiste la carencia de protocolos estandarizados que permitan su práctica efectiva por el giro violento, abusivo y de “mala fama” que prevalece en los centros de rehabilitación en el país. Si bien existen antecedentes teóricos y prácticos relevantes hasta el momento no se han establecido lineamientos firmes ni se han desarrollado investigaciones que regulen las técnicas terapéuticas con una normativa coherente y uniforme que permita comprender e instaurar como obligatoria la práctica de la educación emocional mediante el desarrollo creativo en los procesos de tratamiento de adicciones.

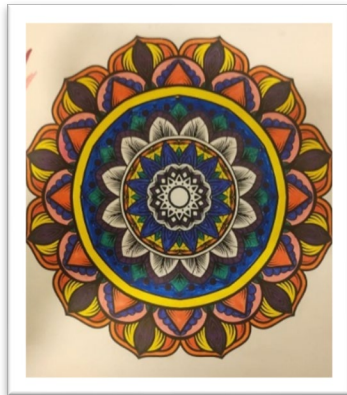


Ilustración 3. Autor anónimo. Práctica artística sobre Mandalas. Material didáctico original de Gretty Molina gracias al apoyo de educacionmaestros.com.

No todo es “miel sobre hojuelas” en la práctica de Resilia.

El número de trastornos mentales y uso problemático de sustancias aumentó sustancialmente después de la pandemia, según los datos del Informe Mundial sobre Drogas 2023 muestra que alrededor de 296 millones de personas en todo el mundo han utilizado alguna forma de droga y solo una de cada cinco personas que utiliza sustancias psicoactivas recibe tratamiento. En la experiencia de Clínica Amanecer Morelia al creciente número de drogas sintéticas indica que cada vez más jóvenes y niños acceden a probar droga para solucionar sus conflictos emocionales de manera fácil y rápida y lo

“económico” de drogas sintéticas altamente adictivas. Solo el 10 % de los ingresos logran mantenerse en recuperación.

Como resultado, existe una demanda de estrategias para el bienestar en la salud mental que utilicen los avances en ciencia del cerebro y la creatividad (Llanos, 2020) para abordar estos desafíos.

En Clínica Amanecer Morelia, como estrategia alternativa al tratamiento farmacológico, se practica “Resilia” (Un entorno artístico dedicado al bienestar) mediante la estimulación del desarrollo creativo, que permanece actualmente en proceso.

Palabras clave: Resilia, Educación emocional, práctica artística, resiliencia, desarrollo creativo.

Autor

¹ **Reyna Bedolla Medrano:** Doctorante en Educación, maestra en Psicopedagogía y Licenciada en Lengua y Literaturas Hispánicas con especialización en Lingüística. Dentro de la Secretaría de Cultura de Michoacán apoya proyectos de fomento a la lectura y la escritura, y en la Clínica Amanecer Morelia aplica modelos educativos basados en arte y educación. Fue Coordinadora de Difusión Cultural en la Facultad de Artes de la UMSNH y Gerente de la Orquesta Sinfónica de Michoacán. Su estatus profesional activo como editora y escritora le han permitido colaborar en el área de comunicación de la Asociación Mexicana de Psicología y Desarrollo Comunitario.

Contacto: reyna@psicologiaydesarrollocomunitario.com, <https://orcid.org/0009-0003-7049-3509>

Agradecimientos;

A los autores de mis días y a mi familia. A mi casa la UMSNH y al IMCED por ser mis anclas al mar del conocimiento. A la Fundación Amanecer por ser mi motor de impulso para creer en el poder del arte y la palabra y a la AMPDC por mantener mi corazón en acción.

Referencias bibliográficas

- Giacomello, C. (2020). *Mujeres que usan drogas y privación de la libertad en México: análisis y propuestas a partir de las voces de mujeres y adolescentes en cárceles y centros de tratamiento*. EQUIS Justicia para las Mujeres.
- Gianni R. (2011). *Gramática de la Fantasía. Introducción al arte de hacer historias*. Biblioteca Alas y Raíces, clásicos contemporáneos, Consejo Nacional para la Cultura y las Artes, México.
- Hill, A. (1945). *Art versus Illness: A Story of Art Therapy*. London: George Allen & Unwin.
- Informe Mundial sobre Drogas 2023 (bit.ly/DrugReport2023)
- Jung, C. (2012) *EL Libro Rojo*. - 1ª ed. - Ciudad Autónoma de Buenos Aires: El Hilo de Ariadna.
- Kramer, E. (2000). *Art as Therapy: Collected Papers (Arts Therapies)*, Editorial: Jessica Kingsley Publishers. Recuperado el 27 de julio de: <https://books.google.com.mx/books?id=c->

Llanos Zuloaga, M. (2020). *Arte, creatividad y resiliencia: recursos frente a la pandemia*. Avances En Psicología, 28(2), 191–204. <https://doi.org/10.33539/avpsicol.2020.v28n2.2248>

Organización de las Naciones Unidas, Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito. (2024). *Informe Mundial sobre las Drogas 2024*. https://www.unodc.org/unodc/es/press/releases/2024/June/unodc-world-drug-report-2024_-harm-of-world-drug-problem-continue-to-mount-amid-expansions-in-drug-use-and-markets.html

Plutchik, R. (1991). *The Emotions*. Estados Unidos: University Press of America. Recuperado el 6 de enero de 2024 de: https://www.google.com.mx/books/edition/The_Emotions/9fv6EAAAQBAJ?hl=es&gbpv=1&dq=inauthor:%22Robert+Plutchik%22&printsec=frontcover Regev, D., & Dinev, R. (2021). The role of art in emotional regulation and healing. *Art Therapy Research Journal*, 9(1), 45-62.

Real Academia Española: *Diccionario de la lengua española*, 23.ª ed., [versión 23.8 en línea]. <<https://dle.rae.es>> [14 de abril de 2024].