



Programa ComunicArte

# Grupos de Apoyo Emocional y Restauración Creativa

*Para Enfermedades Minoritarias (E.R) y otras*

*- Septiembre 2023 -*

Oxigeno  
2  
Arte

Nuria Adeva. Restauradora  
Juan Cruz. Psicólogo Clínico

Di8t  
CiO  
Nature Psycho Training



## ¿ QUÉ SON LAS ENFERMEDADES MINORITARIAS (E.R) ?



**TIENEN UNA BAJA PREVALENCIA EN LA POBLACIÓN.**

**AFECTAN A MENOS DE 5 POR CADA 10.000 HABITANTES. -MÁS DE 300 MILLONES EN EL MUNDO, 3 DE ELLOS EN ESPAÑA-. SE HAN IDENTIFICADO 6.172 TIPOS SEGÚN DATOS DE ORPHANET.**

**PUEDEN APARECER EN CUALQUIER ETAPA DE LA VIDA DESDE LA INFANCIA A LA VEJEZ Y VAN DEBILITANDO LA SALUD, CON UN CURSO CRÓNICO O DEGENERATIVO.**



## CARACTERÍSTICAS DE LAS ENFERMEDADES MINORITARIAS (E.R)



**SON GRAVES Y DISCAPACITANTES** EN SU MAYORÍA, CON TRATAMIENTOS SINTOMÁTICOS Y DE SOPORTE, NO CURATIVOS.

**REQUIEREN CONTAR CON AYUDAS SOCIALES,** EQUIPOS INTERDISCIPLINARES, UNIDADES DE REFERENCIA (CSUR) Y ATENCIÓN SANITARIA CONTINUADA PARA AFRONTAR LOS CAMBIOS Y PERDIDAS.

**SUPONEN UNA FUENTE DE ESTRÉS CRÓNICO** Y SUFRIMIENTO PARA LA PERSONA ENFERMA, SU ENTORNO FAMILIAR Y CUIDADORES.

**SE NECESITA DESARROLLAR GRAN FORTALEZA** PSICOLÓGICA PARA AFRONTARLAS, CON ACTITUDES RESILIENTES Y ADAPTATIVAS DESDE LOS ESTADIOS INICIALES AL DUELO.



Programa ComunicArte

## ¿ POR QUÉ ?

**QUEREMOS COMPARTIR EXPERIENCIAS PROFESIONALES Y VITALES PARA DAR SOPORTE AL BIENESTAR DE LA PERSONA QUE PADECE LA ENFERMEDAD, SU ENTORNO FAMILIAR Y EQUIPOS PROFESIONALES QUE LES ATIENDEN.**

**COMBINAMOS LA PSICOLOGIA Y EL ARTE CON METAFORAS NATURALES DE BIOINSPIRACIÓN, PARA HACER FLUIR LA COMUNICACIÓN SIMBÓLICA INTER E INTRAPERSONAL CON PARTICIPANTES Y GENERAR CAMBIOS POSTIVOS.**

**UTILIZAMOS LOS GRUPOS DE APOYO EMOCIONAL Y TALLERES DE RESTAURACIÓN CREATIVA, COMO RECURSO FACILITADOR E INNOVADOR PARA MEJORAR LA RECUPERACIÓN Y EL COMPROMISO TERAPEÚTICO, LA CALIDAD DE VIDA, LA TRANSFORMACIÓN DE LA EXPERIENCIA Y SANACIÓN ANTE LA ENFERMEDAD (ER).**

Di8t  
CiO *Oxigen*  
*Arte*





## OBJETIVOS

### PRIMARIOS

**CONTRIBUIR CON LA MEJORA DE LA SALUD, CALIDAD DE VIDA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO DE PARTICIPANTES.**

### SECUNDARIOS

- I. ADQUIRIR CONOCIMIENTOS PARA FACILITAR EL AUTOCONOCIMIENTO, AFRONTAR BLOQUEOS, CREENCIAS LIMITANTES Y DESCUBRIR CAPACIDADES LATENTES.**
- II. DESARROLLAR HABILIDADES Y DESTREZAS PARA LA PREVENCIÓN Y MANEJO DEL ESTRÉS, LA GESTIÓN Y COMUNICACIÓN EMOCIONAL.**
- III. COMPARTIR EXPERIENCIAS, RECURSOS INTERNOS Y EXTERNOS, REDES DE APOYO MUTUO, SOCIALIZAR Y VISIBILIZAR LAS ER.**







## BASES METODOLOGICAS

### DESDE NUESTRA FORMACIÓN Y EXPERIENCIA EN :



- I. PSICOLOGÍA CLÍNICA, DINÁMICA/ COGNITIVA, NEUROPSICOLOGÍA Y PSICOLOGÍA POSITIVA.
- II. GRUPOS DE APOYO EMOCIONAL, TERAPÉUTICO, MULTIFAMILIAR Y DE AUTOAYUDA.
- III. TÉCNICAS DE COMUNICACIÓN, ATENCIÓN PLENA, RELAJACIÓN Y BIOINSPIRACIÓN.
- IV. RESTAURACIÓN Y RECICLAJE CREATIVO.
- V. PROGRAMAS INTERGENERACIONALES E INCLUSIVOS.



## SESIONES TEMÁTICAS

1

INCERTIDUMBRE

2

FRUSTRACIÓN, RABIA Y SOBRECARGA

3

TRISTEZA Y MIEDO

4

ACEPTACIÓN, ADAPTACIÓN  
Y OPTIMISMO -Emocionalmente Inteligente- .

EL PROGRAMA SE DESARROLLA A TRAVÉS DE SESIONES EN TORNO A TEMAS RELACIONADOS CON LOS ASPECTOS PSICOLÓGICOS, EMOCIONALES Y ACTITUDINALES ASOCIADOS AL PROCESO DE LA ENFERMEDAD.

TEMAS QUE AYUDAN A ENTENDER Y A PROFUNDIZAR MEJOR EN LAS SITUACIONES PARA ENCONTRAR MAS RECURSOS FRENTE A LOS CAMBIOS Y LAS VIVENCIAS .

PARA EL PROGRAMA PILOTO SUGERIMOS ESTOS 4 TEMAS PRESENTES EN LA ADAPTACIÓN A LA ENFERMEDAD



## COMPONENTES DE CADA SESIÓN



### I. PRESENTACIÓN y ENCUADRE.

15 minutos



A. MENTAL-  
COGNITIVO

### III. TALLER RESTAURACION CREATIVA.

1,30 h



C. ACTITUDINAL /  
CONDUCTUAL

### II. GRUPO DE APOYO EMOCIONAL.

1,15 h



B. EMOCIONAL

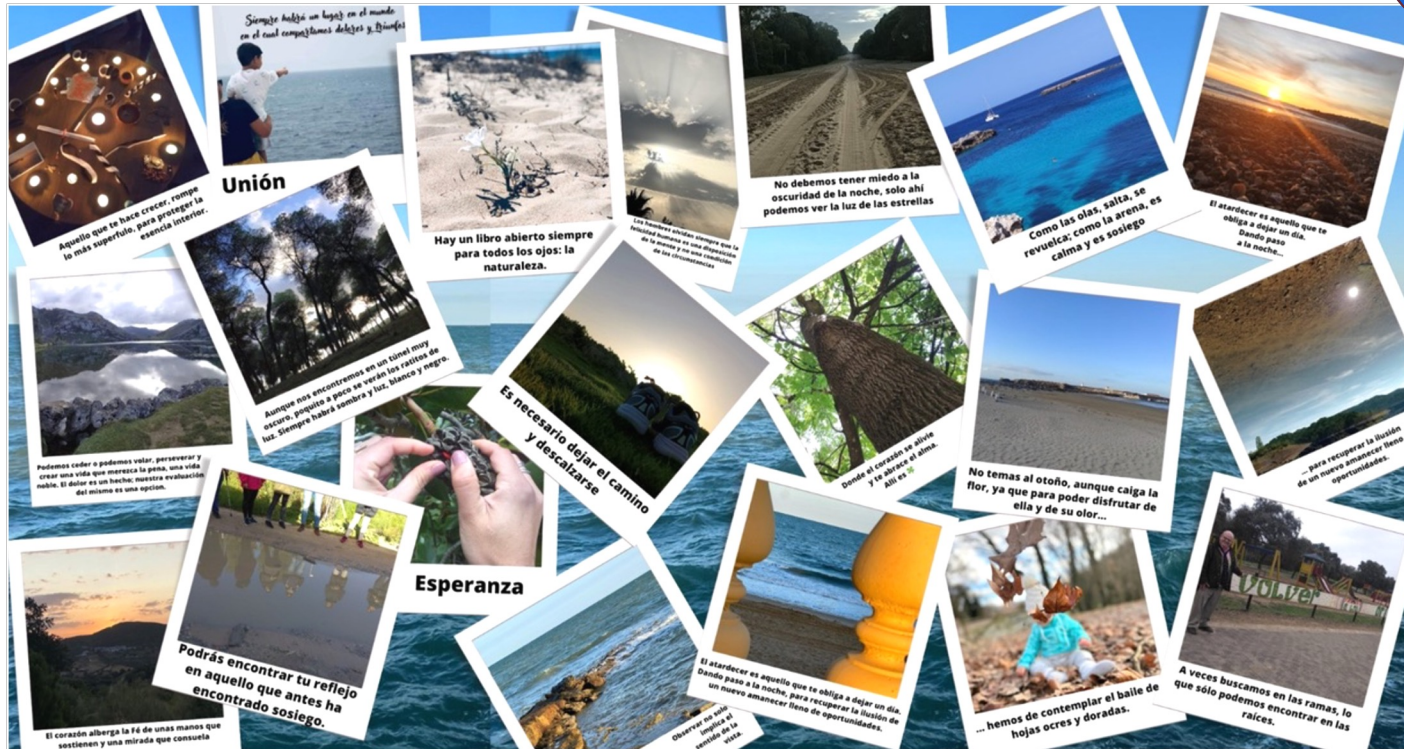
II y III PUEDEN SER INTERDEPENDIENTES





# I. PRESENTACIÓN Y ENCUADRE DEL TEMA.

15 minutos



I  
**CONOCER SU MARCO  
 TEÓRICO/ PSICOLÓGICO**

II  
**COMPARTIR VIVENCIAS  
 RELACIONADAS CON  
 CADA TEMA**

III  
**PUESTA EN COMUN  
 DESDE EL GRUPO.**



*“Ventilar” emociones alivia el sufrimiento,  
el malestar y el estrés.*



## II. GRUPO DE APOYO EMOCIONAL.

1,15 h

DONDE COMUNICAR LIBRE Y ESPONTÁNEAMENTE EXPERIENCIAS RELACIONADAS CON LA ENFERMEDAD Y FORTALECER:

II  
LOS RECURSOS TANTO  
INTERNOS COMO EXTERNOS.

I  
LA ADAPTACIÓN,  
A CAMBIOS DE LA NUEVA REALIDAD  
CON LA ENFERMEDAD.

III  
LA COMUNICACIÓN EMOCIONAL,  
EL APOYO MUTUO, LOS VÍNCULOS AFECTIVOS,  
DESDE LA CONFIANZA ENTRE PARTICIPANTES  
SALIR DEL AISLAMIENTO Y LA SOLEDAD.

DESARROLLAREMOS ESTRATEGIAS PARA POTENCIAR EL  
DIÁLOGO, LA CONTEMPLACIÓN Y LA ESCUCHA DESDE LAS  
DIFERENTES INTERPRETACIONES DE LA REALIDAD DE CADA  
PARTICIPANTE, QUE AYUDE A (RE)CONS-TRUIRSE AL  
COMPARTIR JUNTOS OTRAS FORMAS DE VIVENCIAR Y  
AFRONTAR LA VIDA.

## II. GRUPO DE APOYO EMOCIONAL.

A TRAVÉS DE LA DINÁMICA GRUPAL Y CON METÁFORAS DE BIOINSPIRACIÓN, SE INVITA A CONECTAR Y PROFUNDIZAR EN LAS EXPERIENCIAS VIVIDAS, PARA COMUNICARNOS A TRAVÉS DE ELLAS Y QUE SIRVAN ADEMÁS COMO RECURSO-ANCLAJE PARA EXPERIMENTARLAS CADA PARTICIPANTE EN SU DIA A DIA.



EN ESPACIO CERRADO O ENTORNO NATURAL





*'En la naturaleza nada se crea, nada se destruye, todo se transforma' Lavoisier*

### III. TALLER RESTAURACION CREATIVA.

1, 30 h

#### ACTUAR- TRANSFORMAR- CREAR RECURSOS


- **PASAMOS A LA ACCIÓN**, A TRAVÉS DE LA PARTE MÁS ESPONTANEA, MAS CREATIVA DEL ARTE, CADA PARTICIPANTE CREA Y RECICLARA OBJETOS MATERIALES DÁNDOLES UNA NUEVA OPORTUNIDAD. CON TÉCNICAS DE PINTURA DECORATIVA, RESTAURACIÓN, ETC...
- **DE FORMA DINÁMICA, DIVERTIDA, LIBRE SIN NECESIDAD DE CONOCIMIENTOS PREVIOS**, VEREMOS COMO POR ARTE DE MAGIA AQUELLO QUE NO SERVÍA, NOS MOLESTABA, ESTABA DETERIORADO. TIENE MUCHAS POSIBILIDADES DE VOLVER A BRILLAR, MIENTRAS HACES DE TI LA MEJOR OBRA.

*Todo sirve nada se tira y te llevaras el proceso aprendido con tu obra a casa.*





### III. TALLER RESTAURACION CREATIVA.



REALIZAREMOS ACTIVIDADES ARTÍSTICAS Y DE RECICLAJE RELACIONADAS CON LA TEMÁTICA DE LA SESIÓN, PARA QUE SE PUEDEN TRANSFORMAR SIMBÓLICAMENTE EN LA REALIDAD MENTAL - EMOCIONAL GENERADAS EN LOS PROCESOS DE LAS (ER), Y SE PUEDAN MATERIALIZAR EN NUEVAS CONDUCTAS Y ACTITUDES.

Y LLEVARTE LA OBRA Y EXPERIENCIA A CASA

*Recíclate, recupérate, reinvéntate.*

*¡Haz de ti tu mejor obra de arte!*

## III. TALLER RESTAURACION CREATIVA.

### TEMÁTICA DE LA 1ª Y 2ª SESIÓN

#### 1º INCERTIDUMBRE



**EJERCICIO DE COLLAGE** QUE POTENCIA EL LADO CREATIVO. CADA PARTICIPANTE TENDRÁ ELEMENTOS QUE NO SABE QUE HACER CON ELLOS Y DESDE SU LADO PERSONAL Y CREATIVO IRÁN HACIENDO UN ELEMENTO DECORATIVO ÚNICO.

*Cuando no sabes que va a pasar pero vas colocando las piezas que van surgiendo, al final todo encaja.*

#### 2º FRUSTRACIÓN, RABIA Y SOBRECARGA



**EJERCICIO CON TÉCNICA DE DECOUPAGE**, APRENDER A VER LA ARRUGA QUE HICIMOS COMO UN ELEMENTO INTEGRADO EN NUESTRO TRABAJO.

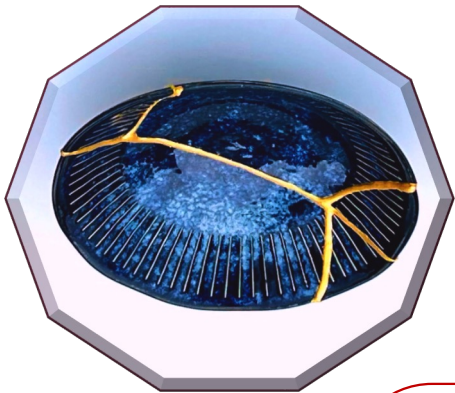
*Así también la enfermedad puede convertirse en un elemento nuevo en nuestras vidas*



### III. TALLER RESTAURACION CREATIVA.

TEMÁTICA DE LA 3ª Y 4ª SESIÓN

#### 3º MIEDO



APLICAREMOS TÉCNICA DE KINTSUGUI, NO TAPAREMOS TRISTEZAS NI MIEDOS, LAS DEBILIDADES, LO ROTO, LO DESTACAREMOS CON ORO PARA RECORDAR QUE FORMA PARTE IMPORTANTE DE NUESTRA VIDA y PROCESOS.

*Lo que se rompe se puede cuidar o reparar para sanar y tener más fortaleza, como con la enfermedad.*

#### 4º ACEPTACIÓN, ADAPTACIÓN Y OPTIMISMO



EJERCICIO EN EL QUE DAREMOS UN NUEVO USO A ALGO QUE PENSÁBAMOS QUE NO SOLO NO VALÍA SINO, QUE ERA MOLESTO,

*Ahora nos gusta y lo vemos con otro sentido*



## TEMAS

<ol style="list-style-type: none"><li>1. EL CAMBIO</li><li>2. LA FRUSTRACIÓN</li><li>3. LA LIMITACION</li><li>4. EL ESTRESS</li><li>5. LA CALMA Y SERENIDAD</li><li>6. LA ADAPTACIÓN<ul style="list-style-type: none"><li>• INCERTIDUMBRE</li><li>• NEGACION</li><li>• AGRESIVIDAD Y CULPA</li><li>• TRISTEZA</li></ul></li><li>7. LA ACEPTACIÓN</li><li>8. EL AQUÍ Y AHORA</li><li>9. LOS NUEVOS RECURSOS DE AFRONTAMIENTO</li><li>10. FLEXIBILIDAD (Clinex)</li><li>11. EL APOYO FAMILIAR...PEDIR AYUDA</li><li>12. CUIDARse</li><li>13. LA RESILIENCIA</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>14. EL EQUILIBRIO</li><li>15. EL OPTIMISMO</li><li>16. EL DESAPEGO</li><li>17. LA INTELIGENCIA EMOCIONAL</li><li>18. FLUIR</li><li>19. EL DUELO</li><li>20. EL MIEDO...la montaña desde abajo</li><li>21. EL PRESENTE</li><li>22. CURAR Y SANAR</li><li>23. COMUNICAR EMOCION Y MALAS NOTICIAS</li><li>24. LO QUE ENSEÑA EL TRAUMA</li><li>25. EL AMOR COMO SENTIDO VITAL</li><li>26. Y A PESAR DE TODO SE PUEDE SER FELIZ</li><li>27. LA SOBRECARGA Y APOYOS ( EL VASO)</li><li>28. LA AUTOESTIMA</li><li>29. LA PROYECCIÓN</li><li>30. EL AISLAMIENTO</li><li>31. EL SILENCIO</li><li>32. ¿.....?</li></ol>
---	---

CADA GRUPO PUEDE DECIDIR LAS TEMÁTICAS QUE QUIEREN ABORDAR Y DESARROLLAR EN LAS SESIONES.

*Las enfermedades invitan a reordenar la vida de otra manera, descubrirSE con nuevos recursos y valores.*



## CRONOLOGÍA

- A PARTIR DE 4 SESIONES (ALTERNAS)
- SABADOS, DOMINGOS O DIARIO
- CON UNA DURACIÓN DE 3 HORAS CADA SESIÓN

LA DURACIÓN Y TIEMPO DE LOS TALLERES SE ADAPTAN A LA INSTITUCIÓN, AL GRUPO Y NECESIDADES DE PARTICIPANTES.  
LAS SESIONES AL SER TEMATICAS PERMITEN DESARROLLO Y PARTICIPACION AISLADA O CONTINUADA.



## DESTINATARIOS

- PERSONAS CON ENFERMEDADES RARAS Y FAMILIA (PAREJA, HIJOS, ABUELOS, HERMANOS) Y VOLUNTARIADO...
- PROFESIONALES SANITARIOS DE MEDICINA, PSICÓLOGIA, ENFERMERIA, TRABAJO SOCIAL, TERAPIA OCUPACIONAL, FISIOTERAPEUTAS, ESTUDIANTES. VOLUNTARIADO...

- EL PROGRAMA SE ADAPTA A CUALQUIER TIPO DE ENFERMEDAD Y PUEDE SER INTERGENERACIONAL E INCLUSIVO-





## EVALUACIÓN Y EXPOSICIÓN COLECTIVA

### POSIBILIDAD DE

- **ESTUDIO DE RESULTADOS PRE Y POST EN LA ULTIMA SESIÓN.**
- **A TRAVÉS DE METOLOGIA DE INVESTIGACIÓN CUALITATIVA Y CUANTITATIVA, PARA CONOCER LOS CAMBIOS PRODUCIDOS EN NIVELES COMO; EL ESTRÉS, ANSIEDAD, DEPRESIÓN CALIDAD DE VIDA...**
- **EXPOSICIÓN Y/O DONACIÓN DE TRABAJOS REALIZADOS**





Programa ComunicArte

## EXPANSIÓN DEL PROGRAMA

---

### **DIVULGACIÓN**

CHARLAS, CONFERENCIAS, MEDIOS COMUNICACIÓN.

### **FORMACION**

CURSOS.

### **INTERVENCIÓN**

HOSPITALES, FUNDACIONES, LABORATORIOS, EMPRESAS,  
ASOCIACIONES, AYUNTAMIENTOS.





Nuria Adeva Donado

MADRE CON HIJO DE 26 AÑOS Y KEARNS SAYRE. MITOCONDRIAL (ER).

Restauradora, divulgadora, docente.

## CREADO Y DINAMIZADO

- **CREADORA DE LOS PROGRAMAS,**
  - RAQUETAS DE COLORES 
  - OXIGENO ARTE
- **INSTRUCTORA DE TENIS,** POR LA POR LA FEDERACIÓN DE TENIS DE MADRID, DURANTE 11 AÑOS A TODAS LAS EDADES INCLUYENDO DISCAPACIDAD Y VALORES. 
- **MIEMBRO DEL EQUIPO DE APOYO A LAS FAMILIAS Y RESPONSABLE DEL PROGRAMA DE OCIO DE LA FUNDACIÓN ANA CAROLINA DIEZ-MAHOU.** 
- **DIVULGADORA DE FEDER Y COLEGIO CARDENAL ESPINOLA.** 
- **PROFESORA DE TALLERES DE RESTAURACIÓN CREATIVA EN ESPACIO POZAS DE CRUZ ROJA , FEDER Y BARRIO UNIVERSIDAD JUNTA CENTRO AYUNTAMIENTO DE MADRID.**    distrito centro | **MADRID**





## Programa ComunicArte



# Di8t Cio

Nature Psycho Training

Juan Cruz González.

ABUELO CON NIETA DE 3 AÑOS  
Y LEUCODISTROFIA (ER))

Psicólogo clínico y Consultor de programas de Psicología Positiva aplicada, Intergeneracionales e inclusivos.

Fundador de DIOTOCIO.  
(Desarrollo Integral de Ocio y Tiempo Libre)

- **AUTOR DE LA GUIA DE APOYO PSICOLÓGICO EN LA ESCLEROSIS LATERAL AMIOTRÓFICA: ELA. 1ª EDICIÓN CASTELLANO 1996. 2ª EDICIÓN 1998.**



- **COAUTOR DE LA GUÍA DE APOYO PSICOLOGICO PARA ENFERMEDADES RARAS DE LA FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE ENFERMEDADES RARAS (FEDER). MAYO 2009.**



- **DINAMIZACIÓN Y COORDINACIÓN DE GRUPOS DE APOYO PSICOLOGICO DE ASEM, ADELA, VOLUNTARIADO ONCE Y GRUPOS DE DUELO EN CONSULTA.**



- **EXCOORDINADOR Y MIEMBRO FUNDADOR DEL GRUPO DE TRABAJO EN ENFERMEDADES NEURODEGENERATIVAS Y RARAS, DEL COLEGIO OFICIAL DE PSICÓLOGOS DE MADRID. 2004 A 2011.**



- **PROFESOR Y PADRINO DEL I MÁSTER EN INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA INTEGRAL EN ENFERMEDADES POCO FRECUENTES. 2014/16. FACULTAD DE PSICOLOGÍA UNIVERSIDAD DE SEVILLA.**



## DIRECCIÓN Y CREACIÓN DE PROGRAMAS

- **FUNDACIÓN LA CAIXA. I, II Y III SEMINARIOS DE FORMACIÓN PARA PSICÓLOGOS. "ELA APOYO EMOCIONAL Y PSICOLÓGICO" 2004/05., EN BARCELONA, VALENCIA Y MADRID. EN COLABORACIÓN CON RESPECTIVOS COLEGIOS OFICIALES DE PSICOLOGOS Y ASOCIACIONES DE ELA.**



Fundación "la Caixa"

- **LA CASA ENCENDIDA. DE OCIO INTERGENERACIONAL E INCLUSIVO. 2006 a 2020. La Casa Encendida**

fundación montemadrid

- **CRUZ ROJA –ESPACIO POZAS-. ACTIVA TU VIDA Y LA DE TU ENTORNO DESDE 2009**



- **ESCUELA VOLUNTARIADO DE LA COMUNIDAD DE MADRID.. GRUPOS DE ACTIVACIÓN Y DINAMIZACIÓN DE VOLUNTARIOS.**



Voluntariado de la Comunidad de Madrid

- **ASESOR DEL PRESIDENTE DEL CONSEJO GENERAL DE COLEGIOS OFICIALES DE PSICÓLOGOS D. FCO SANTOLAYA , PARA LA ESTRATEGIA EN ENFERMEDADES RARAS, DEL SISTEMA NACIONAL DE SALUD DEL MINISTERIO DE SANIDAD. 2013/2014.**





Programa ComunicArte

## CONTACTO

EL PROGRAMA SE ADAPTA E INTEGRA EN EL CENTRO SOCIO SANITARIO DONDE SE SOLICITE Y REALICE.  
PARA APORTAR DESDE LAS ENFERMEDADES MINORITARIAS, EXPERIENCIAS NUEVAS, RECURSOS CREATIVOS  
Y VALOR AÑADIDO A SUS ACTIVIDADES.

- CONTACTE PARA SOLICITAR INFORMACIÓN O PRESUPUESTO -  
GRACIAS.

 Nuria Adeva  
 617 53 46 92  
 [nuriadeva66@gmail.com](mailto:nuriadeva66@gmail.com)

**Di8t**  
**CiO**  
Nature Psycho Training

Juan Cruz González.  
Tlf. 670 745 167      Email. [j.cruz@cop.es](mailto:j.cruz@cop.es)

