



UMCE

el poder transformador de la educación



PROGRAMA CURSO

Verano 2026

umce.cl/educacion-continua

2026



UMCE

VICERRECTORÍA ACADÉMICA
DIRECCIÓN DE EDUCACIÓN CONTINUA

**Formulario Curso
(Actualización 2025)**

I- Identificación

Nombre del curso	Arte, creatividad y autocuidado para el bienestar; metodología arteterapia
Unidad que propone (unidad académica, oficina, instituto u otro*)	Departamento de Artes Visuales
Proponente (académica/o, investigador y/o profesional)	Daniela Carola Bustos Cáceres

II- Modalidad

Interacción (marque con una "X")	B-learning		E-learning			Presencial
Distribución Temporal (Horas cronológicas)	Horas totales		Horas Presenciales o Sincrónicas	Horas Asincrónicas*	Horas Trabajo Autónomo**	N° de créditos SCT (1 SCT = 27 horas)
	27 horas*		15	3	9	
Espacio de Aprendizaje (marque con una "X")	Aula o Laboratorio		Plataforma Moodle		Plataforma Ucampus***	Otro
	X					
Horarios de clases	09:00-13:00	AM	Días de clases (marque con una X)		05-09 de Enero	

(marque con una X)	14:00-18:00	PM			
--------------------	-------------	----	--	--	--

***En este formato las horas totales y su distribución no deben ser modificadas.**

Nota 1: Las horas asincrónicas son acciones que se articulan y que responden a una actividad formativa docente, es decir, debe existir interacción entre docente y estudiante que favorezca el aprendizaje.

Nota 2: Las horas de trabajo autónomo corresponden a un tercio de las horas totales del programa académico o acción formativa. Esta actividad al ser propia del o la estudiante, no contempla ser remunerada.

Nota 3: El uso de plataforma UCampus va siempre seleccionada por ser necesario el registro académico histórico del estudiante o postulante.

III. Descripción General

Propósito
Curso introductorio del método de la Arteterapia de carácter preventivo cuyo propósito es mejorar la calidad de vida de los participantes; abordando las problemáticas de bienestar socioemocional, proporcionando herramientas y técnicas para el autoconocimiento, y el autocuidado. Diseñado para personas adultas que buscan adquirir conocimiento y métodos para la autogestión emocional, a partir del desarrollo de sus potenciales creativos favoreciendo la integración cuerpo-mente por medio de acciones que lo propician. Busca estimular la creatividad y la innovación a través de la exploración de distintos dispositivos y materialidades, ofreciendo un espacio de taller para la autoexpresión artística. Con el fin de significar la experiencia a través de la observación fenomenológica de la obra y del proceso resultado como una metáfora de la propia existencia y sus problemáticas. Este consta de 3 núcleos de aprendizaje que abordan la integración cuerpo-mente, el bienestar personal y grupal, y emoción y movimiento en 4 sesiones de 3 horas cada una. <u>¿QUE ES EL ARTETERAPIA?</u> Es una metodología que se ubica en un espacio intermedio entre el Arte y la psicología que trabaja la expresión artística como medio para explorar, conceptualizar y resignificar experiencias. Utiliza la creación artística en el contexto

de una relación terapéutica para promover el bienestar, el autoconocimiento, la conexión y expresión emocional.

Se trabaja para la promoción, prevención y/o tratamiento de la salud mental. Funciona como complemento de los tratamientos convencionales porque fortalece los factores protectores de la salud mental al trabajar con la expresión creativa.

A través de la metodología del Arteterapia se puede trabajar en base a un diagnóstico en particular o bien abordar objetivos terapéuticos surgidos en las sesiones de carácter preventivo para por ejemplo enriquecer la:

- Estimulación sensorial.
- Potenciar la capacidad creativa.
- Incrementar la autonomía y la toma de decisiones.
- Trabajar la tolerancia a la frustración y la flexibilidad.
- Trabajar el autocontrol.
- Aumentar la autoestima y seguridad.
- Reafirmar la identidad.
- Brindar una contención emocional.
- Acceder a memorias y recuerdos a través de las imágenes.
- Posibilitar la toma de conciencia de sentimientos y emociones.
- Generar un canal de libre expresión, reflexionar y profundizar en temas personales.
- Generar un autoconocimiento.
- Generar procesos simbólicos mediante las obras.
- Promover las habilidades sociales, las relaciones con el entorno y los demás.

Marinovic, (2003) dice que: “El Arte Terapia es una especialización profesional de servicio humano, que utiliza diversos medios artísticos y los procesos creativos con fines terapéuticos, educativos, de prevención, rehabilitación y desarrollo personal”

-En el primer núcleo se abordará la línea de la vitalidad que se define como función básica del ser humano que permite la regulación con el medio, la acción y el descanso, la nutrición y la comunicación efectiva entre los pares.

-En el segundo se trabajará el tema de la Identidad y vínculo, con el fin de realizar un ejercicio de autoconsciencia para fortalecer las relaciones humanas saludables y problematizar acerca de las formas de comunicación verbal y no verbal.

-En el tercer núcleo se abordarán las emociones, su funcionalidad y síntomas. La expresión de ellas a través de la línea de la creatividad con el objeto de validar la expresión personal y darle espacio a la particularidad de los integrantes de la comunidad.

Cabe mencionar que la metodología propuesta aborda trabajo individual, en duplas y grupal, es de carácter progresivo y exploratorio en sinergia con la dinámica del grupo. No plantea metas estándar, sino más bien una revisión personal a través de dinámicas y juegos que permiten un dinamismo dentro del contexto laboral. Destacando el juego y los procesos como fin último dejando de lado resultados o expectativas estéticas. Para ello se incorporará registro de proceso cada clase y de obra finalizada que será trabajada en la última sesión para la reflexión colectiva y expuesta finalmente como resultado final del proceso y evidencia del curso.

Objetivo General

1. Fomentar el bienestar y la calidad de vida: Proporcionar herramientas y técnicas para reducir el estrés y mejorar el bienestar mental y física de las personas.
2. Desarrollar la creatividad y la innovación: Estimular la creatividad y la innovación en el trabajo y la vida personal a través de la exploración de distintos dispositivos y materialidades.
3. Promover la expresión artística y la autoexpresión: Ofrecer un espacio de taller para que las personas exploren su creatividad y expresión artística.
4. Significar la experiencia creativa, conceptualización y simbolización a partir de la observación fenomenológica.

Objetivos Específicos

1. Reducir el estrés y la ansiedad: Enseñar técnicas de relajación y manejo del estrés para mejorar la salud mental de las personas desde una perspectiva preventiva.
2. Mejorar la comunicación y la colaboración: Fomentar la comunicación efectiva y la colaboración entre las personas a través de actividades creativas.
3. Fomentar la conexión y los espacios colaborativos para compartir experiencias, fomentar el apoyo mutuo.

Dirigido a:

El diplomado está dirigido a profesionales de la educación formal y no formal, tales como docentes de todos los niveles, educadores/as diferenciales, orientadores/as, psicopedagogos/as, psicólogos/as escolares y profesionales del área de la salud mental que trabajen en contextos educativos. También se orienta a artistas, terapeutas, trabajadores/as sociales, agentes culturales y otros/as profesionales interesados/as en el desarrollo de metodologías creativas para la promoción del bienestar socioemocional en comunidades educativas y sociales.

Se prioriza la participación de personas que deseen actualizar sus conocimientos, fortalecer sus habilidades socioemocionales y adquirir herramientas prácticas para integrar el arte, la corporalidad y la creatividad como medios de intervención y transformación educativa, desde una perspectiva inclusiva, comunitaria y de derechos humanos.

Requisitos de Postulación:

Título profesional, carta de intención y curriculum vitae.

IV. Fundamentación (Máximo una plana)

Los profundos cambios sociales que ha vivido la sociedad desde la crisis sanitaria hasta hoy han planteado desafíos tanto a nivel personal como profesional, generando un impacto en las relaciones interpersonales y en la vida comunitaria. Problemas de salud mental que han persistido en mujeres y hombres, observándose cuadros de ansiedad, descontrol de impulso y depresión, entre otros trastornos.

El último informe del Termómetro de Salud mental, elaborado por la Achs-Uc reveló que un cuarto de la población presentaba síntomas de ansiedad y depresión, cifra que ha aumentado en comparación al estudio del 2022. David Bravo, director del Centro UC de Encuestas y Estudios Longitudinales señaló: que dentro de la población estudiada hay un 47,4% que no se trata por problemas de financiamiento, un 38,7% no consigue cita a tiempo, un 24,5% quiere resolver su problema solo y un 24,6 % no se trata porque su plan de salud no le cubre. <https://www.uc.cl/noticias/termometro-de-salud-mental-uno-de-cada-cuatro-chilenos-presenta-sintomas-de-ansiedad/>

Con respecto a la salud y bienestar dentro del contexto educativo-en el Manual de Bienestar docente del Mineduc-la Superintendencia de Seguridad Social, SUSESO (2020) plantea que los riesgos psicosociales que más afectan a las y a los trabajadores de la educación, son los relacionados con: las exigencias psicológicas que deben vivir en la escuela, el apoyo social que hay que ofrecer a los niños y familias, la calidad o estilo de liderazgo dentro de la institución, y la doble presencia. Situación que se replica en las familias donde cuidadores y cuidadoras que son trabajadores/as se ven sobrepasadas por la sobrecarga dada por las tareas domésticas, los deberes escolares de los niños y jóvenes del hogar, los traslados, los problemas socioeconómicos, territoriales, etc. Factores multidimensionales que afectan directamente en las dinámicas de la comunidad educativa, viéndose los docentes y asistentes enfrentados/as a exigencias emocionales y sociales ya que “...los niños, niñas y adolescentes están con una necesidad de atención diferente hacia el profesorado, a los profesionales psicosociales, a algunos asistentes y a los equipos directivos.” (Mineduc, 2023, pag.8. Manual de Bienestar y Salud Laboral de los Equipos Educativos: Estrategias desde la gestión y el liderazgo)

Este escenario que requiere fortalecer competencias y estrategias que permitan afrontar los desafíos actuales con una mirada positiva y transformadora hacia el futuro apuntando hacia el bienestar socioemocional de la comunidad. En este sentido es necesario reflexionar sobre cuáles son los factores que pueden favorecer dicho el bienestar y cómo abordarlos de manera efectiva.

Según el Manual de Bienestar y Salud Laboral de los Equipos Educativos: Estrategias desde la gestión y el liderazgo. (Senda, 2016; Ministerio de Educación, pp. 24–25) el bienestar es una experiencia subjetiva, definida “como una valoración positiva que realiza una persona sobre su vida global a nivel emocional, social, físico e intelectual, y su estado afectivo actual experimentado.” (Manual promoción bienestar docente. Mineduc.2017) Cada acción orientada al cuidado de salud mental y física, relacional, profesional contribuye directamente a la percepción de bienestar impactando a la comunidad educativa. La relación consigo mismo, el desarrollo personal, la relación con los integrantes de la comunidad y la organización están relacionados directamente.

“Esto constituye un cambio de mirada, desde un enfoque de mitigación de los factores relacionados con un desgaste inherente a la práctica educativa hacia una mirada positiva y promocional”. (Manual promoción bienestar docente. Mineduc.2017)

Desde esta perspectiva sistémica, preventiva, orientada al bienestar integral, surge el *el curso introductorio de* Su propósito mejorar la calidad de vida a través de la creatividad, entendiendo la creatividad como una función más, propia de la condición humana, “...una extensión del proceso de la vida.” (Toro, 2007) que supera la idea de que esta le pertenece a algunas personas con condiciones especiales, con talento. Y el arte y la expresión corporal, como un recurso expresivo, terapéutico, simbólico y transformador que se realiza por medio de la metodología propia del arteterapia.

IV. Competencias

(Seleccione la competencia sello a la que tributa)

Competencia Sello UMCE			
Competencia	Reflexión Crítica	Innovación Educativa	Dimensión Práctica
	Reflexiona críticamente sobre el rol docente, a través de la investigación en la propia práctica y la	Desarrolla propuestas situadas de mejoramiento mediante una visión	Crea oportunidades de aprendizaje significativo para sus estudiantes en contextos educativos

	articulación de los saberes pedagógicos.	integral, innovadora y actualizada del fenómeno educativo, evidenciando su liderazgo pedagógico.	diversos, integrando saberes pedagógicos a través de procesos colaborativos de reflexión.
(marque con una "X")	x	x	x

Competencia específica
Estas se enfocan en las habilidades prácticas que los participantes adquirirán para la autogestión emocional y el bienestar, utilizando la metodología del Arteterapia. Herramientas que pueden favorecer a: Reducir el estrés y la ansiedad: Enseñar técnicas de relajación y manejo del estrés para mejorar la salud mental de las personas desde una perspectiva preventiva. Mejorar la comunicación y la colaboración: Fomentar la comunicación efectiva, colaboración entre las personas a través de actividades creativas. Fomentar la conexión y los espacios colaborativos para compartir experiencias y fomentar el apoyo mutuo. Desarrollar la Capacidad Creativa y Adaptativa: Utilizar la expresión artística y la exploración de materialidades como herramienta fundamental para la resolución de problemas (por ejemplo, tolerancia a la frustración y flexibilidad), e incrementar el repertorio de respuestas personales y la autonomía ante desafíos.

V. Descripción del curso

12 horas, distribuidas en 4 sesiones de 3 horas cada una. El enfoque es vivencial, lúdico y centrado en la expresión creativa para el bienestar personal y colectivo.

Núcleo de Aprendizaje	Núcleo 1: Vitalidad e Integración Cuerpo-Mente (Sesión 1: 3 hrs)
Desglose de Núcleos de Aprendizaje	Este módulo inicial aborda la línea de la vitalidad, definida como la función básica que

	permite al ser humano la regulación con el medio, la acción, el descanso, la nutrición Las acciones se centran en prácticas lúdicas y corporales con materiales de arte, utilizando el cuerpo y el grupo como soporte de las experiencias para trabajar la autoconciencia.
Estrategias de aprendizaje-enseñanza	• Estrategias: Se emplea la metodología de Arteterapia Preventiva y Vivencial, incluyendo prácticas lúdicas y ejercicios de expresión corporal para facilitar la autoexpresión y el desarrollo de la Dimensión Práctica.
Recursos educativos (materiales y digitales)	• Materiales de arte blandos (lápices, crayones, acuarelas), • Equipo de audio • Espacio y elementos como colchoneta para facilitar el movimiento.
Repertorio de Situaciones Evaluativas	• Cada participante utiliza una bitácora o cuaderno de registro. • Evaluación: Se realiza un Registro de Proceso a través de la observación de la participación y el compromiso corporal en las prácticas lúdicas y vivenciales.

Núcleo de Aprendizaje	Núcleo 2: Identidad y Vínculo (Sesiones 2 ,3 y 4)
Desglose de Núcleos de Aprendizaje	El objetivo central de este núcleo es trabajar la Identidad y el Vínculo para realizar un ejercicio de autoconciencia que fortalezca las relaciones humanas saludables. Las actividades incluyen trabajo individual, en duplas y grupal, con el fin de problematizar las formas de comunicación verbal y no verbal.
Estrategias de aprendizaje-enseñanza	• Estrategias: Se emplea la metodología de Arteterapia Preventiva y Vivencial,

	incluyendo prácticas lúdicas y ejercicios de expresión corporal para facilitar la autoexpresión y el desarrollo de la Dimensión Práctica. • Estrategias: La metodología es progresiva y exploratoria. Se fomenta el aprendizaje colaborativo para compartir experiencias y el apoyo mutuo, utilizando la creación artística como medio para explorar, conceptualizar y resignificar experiencias.
Recursos educativos (materiales y digitales)	• Materiales de arte blandos (lápices, crayones, acuarelas), • Equipo de audio • Recursos: Se utilizan materiales de arte variados (arcilla, pintura, elementos de <i>collage</i>) y un espacio físico flexible para el trabajo en duplas y grupal.
Repertorio de Situaciones Evaluativas	• Cada participante utiliza una bitácora o cuaderno de registro. • Evaluación: Se realiza un Registro de Proceso a través de la observación de la participación y el compromiso corporal en las prácticas lúdicas y vivenciales. • Evaluación: El Análisis de Obra/Proceso en Dupla evalúa la capacidad de Reflexión Crítica del participante, mediante el intercambio de reflexiones sobre las obras generadas para fortalecer la comunicación y el vínculo grupal.

Núcleo de Aprendizaje	Núcleo 3: Emoción y Creatividad (Sesión 4)
Desglose de Núcleos de Aprendizaje	Este módulo aborda las emociones, su funcionalidad y síntomas, validando su expresión a través de la línea de la creatividad. La acción principal es la creación de una obra final con un registro de proceso, seguida de una sesión de reflexión colectiva y exposición. El foco está en el juego y los procesos como fin último, dejando de lado resultados o expectativas estéticas.
Estrategias de aprendizaje-enseñanza	• Estrategias: Se emplea la metodología de Arteterapia Preventiva y Vivencial, incluyendo prácticas lúdicas y ejercicios de expresión corporal para facilitar la autoexpresión y el desarrollo de la Dimensión Práctica. • Se promueve la Integración Creativa y Simbólica para generar un canal de libre expresión y fomentar procesos simbólicos a través de la obra. • La reflexión final apunta a la Innovación Educativa al resignificar la experiencia creativa como una metáfora de la propia existencia y sus problemáticas.
Recursos educativos (materiales y digitales)	• Materiales de arte blandos (lápices, crayones, acuarelas), • Equipo de audio • Espacio y elementos como colchoneta para facilitar el movimiento.
Repertorio de Situaciones Evaluativas	• Cada participante utiliza una bitácora o cuaderno de registro. • La Exposición y Reflexión Colectiva Final evalúa la capacidad de Reflexión Crítica del participante al significar la experiencia

	creativa y su proceso como una metáfora de la propia existencia y sus problemáticas.

VI. Equipo Académico

(incorporar una breve reseña académica de cada académica o académico)

Daniela Carola Bustos Cáceres

Académica responsable del diplomado. Artista visual, educadora y magíster en Arteterapia. Posee formación en Pedagogía en Artes Plásticas, Diseño en Comunicación Visual y especialización en terapias complementarias como Biodanza, Biodescodificación y AONC. Cuenta con más de 20 años de experiencia en docencia en educación básica, media y superior, así como en intervención arteterapéutica en contextos clínicos, comunitarios y educativos.

Ha liderado iniciativas de apoyo emocional, destacando la creación e implementación de una unidad con enfoque comunitario-preventivo en la Universidad Metropolitana de Ciencias de la Educación (UMCE) durante la pandemia. En el ámbito clínico, ha trabajado en programas de salud mental en instituciones como COSAM Huechuraba, Hospital Barros Luco, Hospital Guillermo Fricke, SENAME y la Municipalidad de San Miguel. Actualmente, participa como mentora en programas del CPEIP (Universidad de Chile), promoviendo el bienestar de equipos educativos.

VII. Referencias bibliográficas

(Incorporar las referencias de la fundamentación y las obligatorias y/o principales para el Curso)

Hillman, J. (1997). *The soul's code: In search of character and calling*. Random House.

Jung, C. G. (1964). *Man and his symbols*. Dell.

Kramer, E. (2000). *Art as therapy with children*. Magnolia Street Publishers.

Malchiodi, C. A. (2007). *The art therapy sourcebook*. McGraw-Hill.

McNiff, S. (2004). *Art heals: How creativity cures the soul*. Shambhala Publications.

Naumburg, M. (1987). *Dynamically oriented art therapy: Its principles and practice*. Grune & Stratton.

Rodgers, C. R. (1961). *On becoming a person*. Houghton Mifflin.

Rubin, J. A. (2016). *Approaches to art therapy: Theory and technique*. Routledge.

Toro, R. (1991). *Teoría da Biodança: Coletânea de textos* (V. edición). Editora ALAB.

Toro, R. (2000). *Biodanza*. Cuarto Propio.

Toro, R. (2005). *Biodanza*. Índigo / Cuarto Propio.

Toro, R. (2007). *Biodanza*. Cuarto Propio.

Toro, R. (2012). *Rolando Toro: Orígenes de Biodanza* (R. Toro & D. A. Madrid Pastene, Comp.). Corriente Alterna.

Toro, R. (2013). *Biodanza y los 4 elementos*. Cuarto Propio.

Toro, R. (2015). *Ayudar a crecer: Neurobiología y Biodanza* (C. Toro Acuña, Ed.). Cuarto Propio. (Obra original publicada en 1988)

Toro, R. (2019). *Neurobiología y Biodanza* (C. Toro Acuña, Ed.). Cuarto Propio. (Obra original publicada en fecha no especificada)

Biblioteca Biodanza Hoy. (s.f.). *Monografías*.

<https://biodanzahoy.cl/biblioteca/monografías/>

