

# EL ARTE PARA HUMANIZAR LA PAZ MENTAL E INCLUSIÓN SOCIAL

CURSO PRESENCIAL

**Fecha:** sábado 11, 18 y 25 de abril de 2026

**Horario:** De 10:00 a 11:50 Hrs.

**Perfil de público al que va dirigido:** Público interesado en el tema, público en general.

**Entrada libre. Cupo limitado.**

## Asociación Mexicana de Resiliencia

Institución sin fines de lucro. Responsable y líder iberoamericana en la investigación, promoción, facilitación y creación de programas de desarrollo humano y social, con un enfoque sostenible y resiliente para los sectores y poblaciones social, universitario y académico, de salud, educación, seguridad, gobierno y empresarial. Ha implementado acciones conjuntas con escuelas, dependencias, empresas y ONGs, tiene presencia en medios y ha propuesto políticas públicas que consideren la resiliencia como un eje inherente al desarrollo humano. En 2026 cumple 21 años de su fundación, la cual se dio a partir de ser reconocida con el Premio Nacional Juvenil de Ciencia y Tecnología por su Modelos Resilientes de Psicología Aplicada.

## Objetivos de aprendizaje

Explorar, a través de un enfoque teórico y experiencial, cómo diversas expresiones artísticas pueden servir como puentes para cultivar la paz mental individual y fomentar la empatía, el diálogo y la inclusión social. El taller busca proporcionar herramientas prácticas para integrar el arte como un recurso accesible de bienestar y transformación comunitaria.

## Sesiones

### Sesión 1. El Arte como Refugio y Lenguaje: Fundamentos para la Paz Interior.

Introducción al concepto de "arte para el bienestar". Cómo la creación y la contemplación artística (música, escritura, artes visuales) regulan el sistema nervioso, procesan emociones complejas y construyen un espacio seguro interno ("refugio"). Ejercicio práctico: "Cartografía emocional" a través del dibujo o collage.

## **Sesión 2. Tejiendo Puentes Visibles: Arte Colectivo para la Empatía y el Diálogo.**

Análisis del arte como herramienta para visibilizar experiencias diversas, desafiar estereotipos y crear narrativas compartidas. Exploración de proyectos de arte comunitario, teatro social y muralismo participativo que han facilitado el diálogo en contextos de diversidad o conflicto. Dinámica grupal de creación colaborativa simbólica.

## **Sesión 3. De la Idea a la Acción: Diseñando Proyectos Artísticos con Impacto Local.**

Sesión de laboratorio para transformar la inspiración en acción. Los participantes, guiados por un marco simple, identificarán una necesidad en su entorno (ej., aislamiento, prejuicios) y bosquejarán un "prototipo" de intervención artística inclusiva (ej., un taller de narrativa, una instalación comunitaria). Intercambio de ideas y recursos para su implementación.

Se entrega constancia de participación cumpliendo con el 100% de asistencia

**IMPORTANTE**

Te invitamos a leer las siguientes políticas de funcionamiento, las cuales te ayudarán a tener una mejor estancia dentro del Centro Educativo:

1. Todas nuestras actividades son gratuitas. No es necesario pagar un acceso/boleto en taquilla.
2. Tu inscripción tiene fines informativos, con ella podrás recibir: nuestro boletín mensual, avisos de las actividades e invitaciones a eventos especiales.
3. Tu inscripción **NO ASEGURA TU LUGAR**. Es importante llegar con el tiempo que consideres necesario para alcanzar lugar. Recuerda que todos nuestros espacios tienen un cupo limitado de asistentes.
4. El Centro Educativo está sujeto a la disponibilidad de espacios según la operación del museo. Los espacios pueden cambiar sin previo aviso.
5. Las inscripciones sólo se harán a través de nuestra página web. No se tramitarán inscripciones por otro medio (correo electrónico, teléfono, redes sociales o físicamente en el Centro).
6. Para obtener la constancia de participación es obligatorio cubrir el 80% de asistencias de los cursos de cuatro sesiones; para cursos de tres sesiones debes cubrir el 100%. No aplica para conferencias o actividades únicas. Las constancias se enviarán de manera digital al concluir todas las actividades del mes.
7. La única forma de comprobar que tomaste una sesión, es con tu firma en las listas. No podrán justificarse asistencias con apuntes, fotografías o referencias de otras personas.
8. El acceso a las aulas será conforme al orden de llegada y estará sujeto a la operación del museo.
9. No se permite apartar ni reservar lugares en las unifilas o en las aulas (te invitamos a no poner mochilas u objetos en lugares que estén desocupados).
10. Está prohibido entrar con alimentos y/o bebidas que puedan caerse o derramarse fácil. Por favor trae tu bebida en un termo.
11. Una vez completo el aforo del aula, por motivos de seguridad **NO SE PERMITIRÁ EL ACCESO** (no puedes permanecer de pie ni sentado en el piso).
12. Está permitido ingresar al aula una vez iniciada la sesión, pero sólo se podrá acceder si hay lugares disponibles.