

# BROWN SUGAR PLANET

## Proyecto de Autorretrato en Dibujo de Contorno

Por [Aurora Luna Wals](#)



### ➤ **Objetivos:**

- Desarrollar la capacidad de observación
- Promover el juego creativo
- Desarrollar la comunicación mano- ojo
- Reflexionar sobre el uso del arte en el proceso de autoconocimiento.

### ➤ **Público al que va dirigido**

Acompañantes de procesos de desarrollo humano, psicólogos, psicoterapeutas, artistas visuales, educadores y personas interesadas en las artes visuales con el propósito del auto conocimiento, el desarrollo de su creatividad y resiliencia y la experimentación del arte como terapia.

El dibujo de contorno enfatiza el uso de la línea como medio de expresión y comunicación visual, usando una técnica que ha sido empleada a lo largo de la Historia del Arte por numerosos artistas en la búsqueda expresiva.

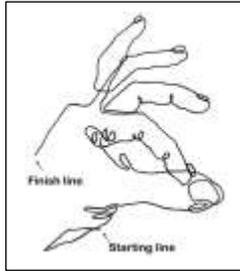
El procedimiento que explico en este ejercicio busca la observación para el auto conocimiento, que pueda ser llevada tanto al desarrollo creativo en arte como al proceso terapéutico, promoviendo la experiencia sensorial, el movimiento, la expresión y la reflexión personal. Te invito a ver las fotos de un taller en el que se realizó el proceso explicado en este ejercicio, [haciendo clic en este enlace](#).

Para conocer más sobre Terapia de Artes Expresivas, su incidencia en el cerebro, así como técnicas, materiales y procesos, te invito a leer "Colores Primarios, Arteterapia". Para más información puedes [hacer clic en este enlace](#).

Puedes leer mucho más sobre Arteterapia, en el [blog de Brown Sugar Planet](#). ¡No te lo pierdas, suscríbete y recibe noticias!

## Tipos de dibujo de contorno

1. Dibujo de contorno puro: la mano no se despegar del papel y la línea debe ser continua, desde el inicio y hasta el final del dibujo. Se llama "dibujo de contorno ciego", cuando el observador no presta atención al dibujo, y solo mira el objeto que dibuja.



2. Dibujo de contorno modificado: se llama así porque el tiempo que se dedica a no mirar el papel es aproximadamente el mismo que el que se dedica a la modificación del dibujo, ubicando la línea, trazos y agregando información visual.



### ➤ Lista de materiales

- 1 hoja de block de dibujo, o media hoja de cartulina
- Lápiz HB
- Colores de madera tipo Prismacolor
- Masking tape
- Mesa de trabajo

### PROCEDIMIENTO:

Colocar y pegar con masking tape, las esquinas de la hoja de papel sobre una superficie plana, enfrente de la persona que dibujará, poniendo especial atención en que el dibujo se realice con la MANO NO DOMINANTE (es decir que si tú escribes con la mano derecha, realizarás el dibujo con la mano izquierda, si eres zurdo, realizarás el dibujo con la mano derecha).

Al pegar el papel, colócalo frente a tu lado no dominante, de forma que quedes cómodamente sentado pudiendo observar el objeto que vas a dibujar con una mano y tengas libre tu otra mano.

### Primera etapa, dibujo de contorno ciego de tres objetos distintos:

El trabajo en esta etapa se desarrollará de manera que la línea de dibujo sea continua EVITANDO MIRAR EL PAPEL y poniendo toda la atención en el objeto que se dibuja.

Se propone dibujar en la misma hoja de papel:

- Un objeto a elección libre
- Su propia mano
- Su cara (usar espejo)

Los tres objetos se dibujarán en la misma hoja de papel, sin importar que las líneas de cada uno se superpongan, es decir, LO IMPORTANTE ES EL PROCESO, NO EL PRODUCTO VISUAL.

Se sugiere no mirar el papel mientras se dibuja, tratar de concentrar la atención en los objetos que se miran, encontrar los pequeños detalles, dibujarlos sobre el papel sin importar su ubicación, forma y trazo, ya que en este proceso el aspecto más importante es LA OBSERVACIÓN VISUAL.

### **Segunda etapa, dibujo de contorno modificado:**

El participante observará el trabajo creado en la hoja de papel y de acuerdo con su preferencia, completará, coloreará y recreará la composición, de forma que integre los dibujos en un producto final en el que desarrolle su imaginación.

La forma de completar el dibujo puede ser mirando de nuevo los objetos, copiando detalles, poniendo colores, creando nuevas formas, etc. En esta segunda etapa se busca que el participante disfrute de su LIBERTAD CREATIVA, de forma que el producto visual quede como él así lo decida.

### **Tercera etapa, reflexión personal:**

Reflexionar y escribir las respuestas a las siguientes preguntas:

- ¿Qué emociones me causó el no poder mirar el dibujo?
- ¿Cómo se desarrolló emotivamente el ejercicio al ir dibujando las tres formas?, ¿cómo fue mi proceso emocional, cómo me sentí mientras iba desarrollando la experiencia?
- ¿Qué experimenté cuando observé con atención el trabajo desarrollado entre la primera y la segunda etapa de dibujo?
- ¿Fue diferente el mirar un objeto a mirar mi propia mano o mi rostro mientras dibujaba?
- ¿Me divertí en el proceso de conjuntar, colorear y completar el trabajo en la segunda etapa?
- ¿Cuál es mi propio aprendizaje al realizar este ejercicio?
- ¿Qué aprendo a partir de la experiencia de observación visual en este ejercicio?

# Comparte tu trabajo y publica en Brown Sugar Planet

Te invito a que envíes las fotos de tu diario visual a nuestro correo electrónico: [brownsugarplanet@gmail.com](mailto:brownsugarplanet@gmail.com), será increíble conocer tu obra y publicarla en nuestro blog.

En cuanto recibamos tu correo, nos pondremos en contacto para acordar la publicación del material que desees, así como de los datos que quieras compartir en nuestra página y redes sociales.

Muchas gracias por ser parte de nuestra experiencia creativa,  
nos da mucho gusto compartir contigo en [Brown Sugar Planet](#).

