

PROYECTO “RECONSTRUYÉNDONOS”
Sistematización: el caso del grupo de mujeres

Luciana Córdova Huaytán

Lucía Bracco Bruce

Abril 2010

I. Introducción

El centro poblado La Garita, ubicado en Chincha-Ica, da nombre al "Proyecto La Garita" que actualmente la Dirección Académica de Responsabilidad Social (DARS) busca impulsar como proyecto piloto para construir una nueva relación universidad-sociedad, en la cual ambas partes se vean beneficiadas de manera constante y dinámica. En ese sentido, se trata de un proyecto de investigación, acción y desarrollo que intenta responder a las diversas necesidades de una población, co-laborando con su bienestar. Esto, no obstante, sin descuidar la manera en que el proceso de su implementación co-labora con la formación y quehacer profesional de las personas involucradas en el equipo de trabajo de la universidad, brindándonos *nuevos* conocimientos, *nuevas* prácticas y *nuevas* sensibilidades que contribuyan con la transformación de ésta.

En el presente documento buscamos dar cuenta del proceso de implementación de este proyecto, concentrándonos en el análisis de uno de los grupos de la población con el que trabajamos: el grupo de mujeres. A grandes rasgos, bajo un enfoque de co-laboración, se trata de generar las condiciones para compartir conocimientos entre disciplinas dentro de la universidad; aprender en la acción y trabajar *para* nuestra sociedad y *con* ella.

Se destaca en este marco la perspectiva interdisciplinaria de trabajo que empleamos, la cual surge como una necesidad para poder atender a la realidad concreta en la que se desarrolla el proyecto: un contexto de post-desastre, consecuencia del terremoto ocurrido el 15 de agosto del 2007¹. Responder a esta exigencia ha supuesto al mismo tiempo promover co-laboración al interior de la universidad y al interior del grupo humano de la sociedad con el que trabajamos. Estas tareas no han sido ni son fáciles, pues se trata de crear nuevas formas de relacionarnos, lo cual supone romper con una tradición que no promueve la asociatividad como un valor en sí mismo ni como una manera más efectiva y afectiva de hacer las cosas. Se trata por eso de apostar por un proceso de construcción,

¹ Los miembros del equipo de trabajo interdisciplinario responsable de este proyecto se detallan en el anexo A.

impregnado de incertidumbre e improvisación, y en el que la confianza y el riesgo de ambas partes son claves para poder seguir adelante.

Para dar cuenta del proceso seguido a lo largo de la ejecución del proyecto a la fecha, hemos decidido organizar el documento de la siguiente manera: después de la introducción, en el segundo apartado, presentamos una breve reseña sobre la primera fase del proyecto, la cual contempla exclusivamente investigación social. Luego, en el tercer apartado, hacemos una descripción del trabajo comunitario que comprende el trabajo realizado en la fase dos con los distintos grupos de la población de La Garita con los que venimos trabajando como equipo PUCP, bajo un enfoque psico-social. Después, en el cuarto apartado, intentamos discutir el modelo de trabajo en el que nos basamos para la ejecución de este proyecto, buscando evidenciar y problematizar algunos retos que asumimos como profesionales formados en una universidad “eurocentrada”. En el quinto apartado nos concentramos en el análisis del grupo de mujeres; análisis que hemos dividido en dos partes: el trabajo de campus y el trabajo de campo². Finalmente, en el último apartado, a partir de lo expuesto a lo largo del documento, intentamos presentar algunos logros y recomendaciones de nuestro trabajo, a modo de resumen.

II. La investigación social como punto de partida

El 15 de agosto del 2007 el Perú vivió un fuerte terremoto cuyo epicentro se localizó a 60 km al oeste de la ciudad de Pisco, Departamento de Ica. Este tuvo una intensidad de 7,9 grados en la escala de Richter, constituyéndose en uno de los fenómenos naturales más violentos ocurridos en los últimos años en nuestro país. El Centro Poblado “La Garita”, ubicado en el Km. 213 de la carretera Panamericana Sur, fue uno de los lugares afectados.

Avalados por el trabajo que la universidad ya venía realizando allí en la reconstrucción de viviendas con adobe reforzado, en agosto del 2008, un equipo de sociólogos y sociólogas inició desde el Departamento de Ciencias Sociales una investigación en La Garita. El estudio fue de carácter exploratorio y buscaba aproximarse a la realidad local desde un punto de vista socio - histórico, poniendo énfasis en los procesos de la organización social y prestando especial atención a la participación de las mujeres en el proceso de reconstrucción. El objetivo era recoger los espacios desde los cuales las mujeres, en contextos de post desastre, tienen

² Cabe destacar que si bien hemos separado nuestro trabajo en estas dos partes, lo hacemos para efectos del análisis, pues es indudable que ambos tipos de trabajo se retroalimentan, y es en esa relación que se encuentra justamente uno de los aspectos más enriquecedores de este proyecto.

posibilidades de acción y agencia. Se partía de reconocer que si bien el terremoto significaba un evento traumático en la vida de las personas era necesario acercarse a la población para develar aquello que hacía para enfrentar la crisis y re-construir-se a partir de ésta.

Antes de presentar la metodología y resultados de la investigación, presentamos una descripción del Centro Poblado.

1) La Garita

Territorialmente La Garita se divide en tres sectores: de un lado de la carretera hacia el mar, se encuentra el sector B con solo una fila de casas; del otro están los sectores A y C que, divididos por la cancha de fútbol, cuentan con dos cuadras de profundidad. En la primera visita realizada a la Garita, al recorrer sus calles de tierra, se pudo observar algunas construcciones nuevas en ladrillo así como casas a medio construir en adobe reforzado. Sin embargo, no faltaban viviendas en madera y esteras, y resultaba impresionante que, a un año del terremoto, sea aún significativa la cantidad de carpas que albergaban a las familias.

La Garita cuenta con 123 familias y una población aproximada de de 410 personas que se distribuye de la siguiente manera:

Grupo etáreo	Hombres	Mujeres	Total
De 0 a 12 años	52	42	94
De 13 a 17 años	20	23	43
De 18 a 40 años	79	81	160
De 41 años a más	58	55	113
Total	209	201	410

La principal actividad económica de la población es la agricultura, sin embargo son pocos aquellos que trabajan como pequeños agricultores en sus propias tierras ya que la mayoría, hombres y mujeres, son trabajadores asalariados de empresas agro-industriales de la zona. Las personas trabajan por temporadas en la siembra y cosecha de productos tales como espárragos, alcachofa, uva, mandarina, algodón, entre otros. El pago es por jornal y asciende a un promedio de 18 soles a la semana. Las condiciones

laborales son variadas: algunos trabajan sin contrato; otros cuentan con uno pero no tienen beneficios laborales; otros están en planilla y cuentan con beneficios sociales.

En cuanto a servicios básicos, La Garita cuenta con letrinas, redes eléctricas y de telefonía móvil. Sin embargo, no cuenta con agua potable ni infraestructura sanitaria, siendo éste el principal problema identificado por la población.

Por otro lado, La Garita cuenta con la Institución Educativa Pública “1063891 Juan Velasco Alvarado” que pertenece a la UGEL de Chincha y ofrece los niveles de inicial y primaria en modalidad multigrado. Actualmente en inicial hay 2 profesores para 40 alumnos y en primaria 3 profesores para 57 alumnos. En términos de infraestructura, el local fue considerablemente dañado por el sismo y aún no ha sido reconstruido. En este momento las clases aún se desarrollan en aulas temporales de material prefabricado.

Finalmente, en La Garita no existe posta médica. Para casos menores, la población acude donde la promotora de salud que está a cargo del botiquín de la comunidad. En casos de gravedad la atención se busca población en la ciudad de Chincha.

2) Metodología y resultados preliminares de la investigación

La investigación priorizó una aproximación cualitativa y de observación participante, que permitió re-conocer y establecer vínculos con las mujeres y hombres de La Garita. Se realizaron entrevistas a profundidad a líderes locales y mujeres, a representantes de organizaciones internacionales de desarrollo que tienen presencia en la zona, y a personal de la Dirección de Responsabilidad Social de la PUCP que venía trabajando en el Centro Poblado. Asimismo, con la participación de estudiantes del curso de Metodología Cuantitativa de la especialidad de Sociología, se encuestó a 67 madres con el objetivo de conocer sus prácticas de crianza y el impacto del terremoto en ellas.

Como resultado de este trabajo, tenemos algunos hallazgos que nos sirven como pautas para la fase de trabajo comunitario La Garita:

- Existen dificultades para la acción colectiva y la organización social: la falta de un pasado común podría estar afectando la constitución de redes sociales en la Garita ya que la procedencia de su población es muy variada. Esto debido a que distintos procesos marcan su pauta de poblamiento: la reforma agraria, que no solo dividió haciendas sino también población; y la migración del campo a la ciudad.
- En ese sentido se puede hablar del efecto del terremoto pues la ocupación del espacio post terremoto se ha hecho de manera diferente respecto a las pautas de

ocupación previas y se hace necesario (re)construir redes sociales entre los vecinos para desarrollar relaciones de confianza.

- Hay una participación importante de las mujeres inmediatamente después del terremoto: se organizan por cuadras y son las encargadas de canalizar las donaciones de alimentos.
- Las mujeres reconocen la importancia de emprender proyectos productivos con miras al autoempleo y demandaron la realización de talleres en ese sentido.
- Las madres reconocen que los niños y niñas ya no salen a jugar y están muy *hiperactivos*. Demandan por ello la asistencia de psicólogos.
- El 60% de encuestadas asegura haber conversado con sus hijos acerca del terremoto la semana previa a la aplicación de la encuesta, lo cual denota que, a pesar del tiempo transcurrido (un año), el terremoto está aún presente en la vida cotidiana de las familias.
- La población critica la educación brindada por los docentes de la escuela “Juan Velazco Alvarado” ubicada en el Centro Poblado. En este sentido, muchas de las familias que cuentan con mayores recursos económicos prefieren enviar a sus hijos a la escuela en Chincha. Por esta razón, la mayoría de los niños y niñas que asisten a esta escuela vienen de Centros Poblados cercanos (Blas Herrera, Santa Ana, Elías Rebata).

Dada la situación en la que encontramos, ¿cómo podíamos desde la universidad co-laborar con la población de La Garita? ¿En función de cuál de todas las necesidades y problemáticas identificadas podíamos trabajar? ¿Qué disciplinas podían conversar y trabajar co-laborativamente para ello? De otro lado, ¿qué podíamos aprender como universidad de La Garita y su población? ¿Qué de esa realidad podía ser aprovechado para invadir las aulas universitarias e interpelar no solo los conocimientos sino la forma en la que estos se dividen y se transmiten? ¿Cómo el afuera de la universidad podía co-laborar con el adentro?

Teníamos más preguntas que respuestas. La única seguridad era el deseo de continuar trabajando en la zona sabiendo que teníamos mucho para dar y recibir. Empezar a hacerlo era el reto pues debíamos crear la forma de hacerlo.

III. El trabajo comunitario: breve descripción

A partir de los resultados en la fase de investigación, en el año 2009 el Departamento de Ciencias Sociales y el Departamento de Psicología inician un

proyecto de investigación-acción participativa bajo un enfoque psico-social. Éste tenía como finalidad promover emprendimientos productivos asociativos entre las mujeres. En ese sentido, el proyecto se proponía:

Apoyar al fortalecimiento de organizaciones femeninas formadas a partir del sismo en Chincha, articulando su trabajo al desarrollo de emprendimientos productivos que les permita la generación de autoempleo.

Sin embargo, en el encuentro con las mujeres el objetivo inicial fue modificado ya que, como un paso previo a asociarse, las mujeres plantean la necesidad de conocerse y establecer vínculos de confianza³. Asimismo, se amplía los grupos de la población con los que se trabaja, integrando a los docentes de la Escuela “Juan Velasco Alvarado”, a adolescentes mujeres y a niños y niñas, respondiendo así a las diferentes demandas de la población.

Con estas consideraciones, el objetivo general del proyecto se re – formula de la siguiente manera:

Se apunta a que la población de La Garita logre reconstruir el vínculo social, afianzando la confianza, para generar oportunidades de desarrollo en la comunidad.

A continuación pasaremos a describir y analizar la etapa de trabajo que se inicia con un enfoque participativo.

El trabajo comunitario del proyecto supone realizar encuentros quincenales con cuatro grupos de la población de La Garita: 1) docentes, 2) mujeres, 3) adolescentes mujeres, y 4) niños y niñas. El trabajo que se realiza con cada grupo se basa en el acompañamiento y apunta a la (re)construcción de la confianza en dos niveles: el nivel subjetivo-individual y el nivel relacional-social. Este se subdivide en dos: aquel que se da entre las y los participantes al interior del grupo; y aquel que existe entre el grupo poblacional de un lado, y las facilitadoras del equipo de la PUCP, de otro.

El trabajo en esta fase está dividido en dos etapas⁴. En el siguiente cuadro se presenta el periodo de tiempo de cada etapa, los grupos con los cuales se trabajó y el número de participantes por grupo:

³ Más adelante se detallará al respecto. Es importante destacar este giro de nuestra propuesta ya que la contrapropuesta de las mujeres pasa a ser un hito en el proyecto.

⁴ Los periodos de trabajo de campo se van a ver marcados por los semestres académicos.

Etapa	Periodo	Grupo	Nº de participantes
1	21 de marzo - 12 de julio del 2009	Docentes	5
		Mujeres	15
		Adolescentes	6
		Niñas y niños	25
2	4 de setiembre – 4 de diciembre del 2009	Mujeres	28
		Adolescentes	6
		Niñas y niños	50

En la primera etapa se realizó seis viajes que fueron denominadas “*de prueba*”. Estos permitieron al equipo conocer a mayor profundidad las necesidades de la población y evidenciaron –salvo en un caso- la posibilidad de continuar trabajando de manera conjunta con cada uno de los grupos establecidos. Buscando consolidar el vínculo y la confianza trabajados en la primera etapa, en la segunda se realizaron siete viajes. En ésta se mantiene el grupo de mujeres, el de adolescentes y el de niños y niñas. Sin embargo, se suspende el trabajo con el grupo de docentes. Así cada uno de los grupos tiene su propio proceso; motivo por el cual cada uno merece un análisis específico.

A continuación presentamos una breve descripción de cada grupo:

1) Grupo de docentes: la iniciativa de trabajar con este grupo parte del equipo PUCP como una respuesta a los resultados de las entrevistas realizadas en el año 2008, en la fase de investigación. Estas reuniones se realizan los días viernes de 11 am a 1 pm cada dos semanas en la escuela de La Garita. Con ellas buscamos conocer y comprender a mayor profundidad la realidad de la escuela de la Garita y sus docentes, para discutir y reflexionar sobre las necesidades y posibles soluciones a éstas.

2) Grupo de mujeres: es el grupo que impulsa el proyecto de la PUCP en La Garita. Como hemos mencionado anteriormente, el objetivo de trabajo planteado para este grupo (la asociatividad entre mujeres para la generación de emprendimientos

productivos) se reformula a demanda de las mismas mujeres, quienes identifican como paso previo, la necesidad de conocerse y establecer vínculos de confianza entre ellas. Las reuniones de este grupo las realizamos los días viernes de seis a ocho, cada dos semanas. Al inicio las hicimos fuera de la bodega de una de las participantes del grupo; luego de dos reuniones, nos trasladamos a un aula de la escuela. En todas las reuniones nos sentamos en el suelo sobre pareos y/o alfombras ubicadas de manera circular. Como se verá en detalle más adelante, a lo largo del año, en las reuniones del grupo de mujeres se pueden identificar cinco momentos.

3) Grupo de adolescentes: el trabajo con las adolescentes empieza a partir de la iniciativa de dos adolescentes mujeres de La Garita que se acercan al equipo y demandan el espacio. Buscando responder a su solicitud, pactamos reunirnos los días sábado de 3 a 5 pm. Durante la primera etapa de trabajo se intenta replicar con ellas las dinámicas realizadas en el grupo de mujeres, sin embargo no tenemos éxito. Dado que las adolescentes demandaban actividades que involucren el cuerpo, tales como la danza; para la segunda etapa organizamos clases de festejo a cargo de una profesora de la zona, Maribel Ballumbrosio. En esta etapa el día de reunión se mantuvo pero el horario cambió, de modo que las clases de baile se realizaron de 4 pm a 6 pm.

4) Grupo niños y niñas: este grupo surge a partir de la necesidad de facilitar el trabajo que se venía realizando con el grupo de mujeres, quienes llegan a las reuniones con sus hijos e hijas. Éstos interrumpían constantemente y demandaban la atención tanto de sus madres, como de las facilitadoras del grupo de mujeres. Ante esta dificultad se convoca a dos personas voluntarias para que se hagan cargo de los niños y niñas. El trabajo de este grupo cambia significativamente de una etapa a otra. En la primera, las reuniones se realizaban los días viernes simultáneamente a las del grupo de mujeres, de 6 pm a 8 pm cada dos semanas; y, los días sábado, simultáneamente a las del grupo de las adolescentes mujeres, de 3 pm a 5 pm. Ambos días, las reuniones discurrían en la loza deportiva ubicada al lado de la escuela y en la cancha de fútbol, espacios abiertos e inseguros que facilitaban la dispersión del trabajo y de los niños⁵. La propuesta de trabajo era de juego libre, lo cual permitía tener a los niños y niñas entretenidos. En la segunda etapa, debido al creciente número de asistentes el trabajo con niños adquiere mayor importancia y se realizan varios cambios: convocamos a una persona más para que forme parte del equipo facilitador; se optó por trabajar dentro de un aula de la escuela; y se empezaron a

⁵ En ambos espacios hay poca iluminación y la cancha se encuentra al borde de la carretera.

planificar y monitorear las actividades de las reuniones. Así mismo, por demanda de los mismos niños y niñas el horario de los días sábado se modificó y pasó a ser de 1.30 a 3.30 pm.

Para los tres primeros grupos (docentes, mujeres y adolescentes mujeres) las facilitadoras por parte del equipo PUCP son dos profesionales jóvenes: una socióloga y una psicóloga. Para el último grupo, las facilitadoras son primero dos y luego tres, una de ellas recién egresada de la carrera de psicología y las otras dos, estudiantes de últimos ciclos.

A lo largo del año, el trabajo realizado en campo ha sido apoyado con una reunión semanal de coordinación con el equipo responsable del proyecto y una supervisión psicológica después de cada viaje. Las supervisiones se realizan de manera separada: por una lado aquella que se brinda a las facilitadoras de los grupos de docentes, mujeres y adolescentes mujeres; y, por otro, aquella que se brinda a las facilitadoras del grupo de niños.

IV. Hacia la de-construcción de un modelo de trabajo

En general, los proyectos de desarrollo institucionales que trabajan directamente con población tienen la exigencia de demostrar sus resultados, a través de indicadores medibles y tangibles, que se observan en su población “beneficiaria” una vez terminado el proyecto. Esto, muchas veces, impide detenerse en el análisis del proceso de la implementación del proyecto, así como en la relación que se establece entre el equipo facilitador de este y la población “beneficiaria”. En suma, supone que solamente un lado de la relación se beneficia: la población y no así el equipo ejecutor.

Nuestro proyecto, en su fase de trabajo comunitario, busca romper con esta perspectiva y propone, por un lado, rescatar el proceso del proyecto como un resultado en sí mismo; y, por otro lado, hacer hincapié no solamente en el beneficio que recibe la población gracias al proyecto, sino también en el beneficio que recibe el equipo facilitador gracias a su relación con la población. Así, nuestra propuesta coloca la centralidad en el permanente y mutuo aprendizaje.

Ahora, esto no es fácil. Es una apuesta de nuestro trabajo y se constituye en un reto constante pues supone de-construirnos a nosotras mismas como profesionales y a nuestras profesiones. Supone crear una nueva forma de relacionarse con “el otro” generando un espacio de intercambio que permita ir construyendo en conjunto y de manera horizontal entre la población y nosotras. Supone lograr efectividad en los

resultados sin dejar de lado el componente afectivo y la consolidación de una relación de confianza entre la población y el equipo. Supone escuchar-nos y reconocer-nos unos/as a otros/as.

Estas nuevas formas de actuar que tienen como base el reconocimiento constituyen un reto debido a la manera como suelen ser entendidos el conocimiento y la diversidad en nuestro país, es decir bajo el patrón colonial de poder que Aníbal Quijano denomina “colonialidad del poder”.

Uno de los ejes fundamentales de ese patrón de poder es la clasificación social de la población mundial sobre la idea de raza, una construcción mental que expresa la experiencia básica de la dominación colonial” (...) “todas las experiencias, historias, recursos y productos culturales terminaron también articulados en un solo orden social en torno de la hegemonía europea y occidental [... que] concentró [...] el control de todas las formas de control de la subjetividad, de la cultura y en especial del conocimiento, de la producción de conocimiento (A. Quijano)

Este patrón surge durante la expansión mundial del capitalismo y a partir de él se clasifica jerárquicamente a la población siguiendo criterios raciales y étnicos, donde la categoría indígena, primero, y cholo, después (y en definitiva todo aquel no blanco y no europeo / occidental), se asocia a lo primitivo, tradicional, irracional e inferior. La colonialidad del poder supone pues el uso de la raza como instrumento de poder y conlleva a la colonialidad del saber: esto es, el eurocentrismo como perspectiva única de conocimiento, eliminando así otros conocimientos, lógicas y racionalidades, aquéllas no europeas y no occidentales.

La escolaridad es uno de los lugares donde se reproduce ese patrón de poder, y escolaridad incluye “universidad”. La formación universitaria entonces carga el peso de dicho patrón colonial, y lo mismo nosotras como parte del equipo facilitador en tanto profesionales universitarias. El reconocimiento del otro no occidental y de sus saberes nos exige luchar contra dicho patón de poder, desarrollar una cierta sensibilidad y movilizar la imaginación y la improvisación entendida como creatividad, para establecer una relación más bien horizontal con la población “otra” con la que trabajamos. Esto es, nos exige aprender otras maneras de ser y conocer para recrear nuestro quehacer profesional en el encuentro con el otro, para que no sea sólo este el que se beneficie de dicho encuentro. Nos exige entonces aprender del otro.

El primer encuentro que hubo entre el equipo de la PUCP y la población de la Garita en la fase de trabajo comunitario fue entre una psicóloga y una socióloga PUCP y un grupo de 23 mujeres “otras” del centro poblado. Podemos decir que fue en este encuentro en el que como profesionales aprendemos a escuchar al “otro” y poner atención a sus necesidades reales, antes que a las del proyecto en sí y al

cumplimiento de sus objetivos, cabe decir, planteados a priori. Como ya fue mencionado, el objetivo de nuestro proyecto era impulsar la asociatividad entre las mujeres para que desarrollen emprendimientos productivos asociativos en La Garita, de modo que no dejen solos a sus hijos e hijas y se aseguren ingresos. En respuesta a nuestra propuesta sin embargo, una mujer señala que antes de decidir qué hacer y cómo, debíamos conocernos, de lo contrario la iniciativa no funcionaría. Esta idea fue suscrita por las demás mujeres.

La propuesta de las mujeres tenía sentido y escondía preguntas: ¿podremos realmente hacer algo juntas? ¿cómo hacer algo juntas si no existe una relación de confianza entre ellas y, menos aún, entre ellas y nosotras? Ellas siquiera compartían un espacio físico, pero ¿quiénes éramos nosotras, además de una psicóloga y una socióloga de la Universidad Católica que venían desde Lima con intenciones de ayudarlas?

La desconfianza que mostraban las mujeres hacia nosotras y nuestra propuesta podría basarse en el recuerdo de historias previas no necesariamente gratas para ellas. Es decir, relaciones vividas por ellas en las que se hace evidente la relación colonial de dominación: hacendado-peón, patrón-empleado, ONG/Iglesia/Estado/Universidad-población. Nosotras, al ser mujeres blancas profesionales de una universidad de Lima representábamos para ellas ese otro dominante, europeo y occidental. Así, el trato esperado por ellas de nuestra parte era quizás el de la reproducción de estas relaciones más bien paternalistas y verticales. La desconfianza de su parte se puede encontrar latente además porque este tipo de relación se agudizó después del terremoto, momento en que muchas instituciones se acercaron a trabajar a La Garita en el momento de la emergencia, sin promover organización ni dar continuidad a su trabajo⁶.

En ese sentido, saber escuchar a las mujeres y atender a su demanda fue clave ya que supuso un giro en el proyecto que colocaba a la co-laboración entre ellas y nosotras en la base de este. Fue entonces que el objetivo del proyecto cambió y empezamos a construir todas juntas el proyecto: el proyecto devino en *nuestro* proyecto. Dejamos en suspenso los proyectos productivos y conocernos pasó a ser nuestra primera meta. En función de eso, fuimos diseñando nuestro trabajo.

Nos percatamos así de que lo que planeamos en Lima desde nuestro “saber

⁶ Se refiere a lo denominado el “terremoto de la ayuda”. Las donaciones y el apoyo logístico en intervenciones post – desastre, en muchas circunstancias, se ha realizado de manera desorganizada, imponiendo una nueva organización en las zonas y sin la participación de la población, provocando la fragmentación de los lazos sociales y la reproducción de relaciones asistencialistas. (Departamento de Psicología, 2008)

experto” –de profesionales de “la mejor universidad del Perú”- y con nuestras mejores intenciones puede no siempre ser lo mejor para todos. A la fecha, del proceso de trabajo podemos destacar, por un lado, la idea de que un país diverso tiene problemáticas diversas y exige soluciones diversas; por otro lado, tenemos la certeza de que podemos equivocarnos y que aprender a reconocerlo es quizás un primer paso; y, tal vez, el segundo sea aprender a escuchar propuestas “otras”, planteadas por población “otra”.

La relación entre la población de La Garita que participa en cada grupo de trabajo y el equipo facilitador PUCP respectivo se ha ido construyendo en el proceso de la implementación del proyecto. A continuación presentamos el análisis del proceso que siguió el “grupo de mujeres”.

V. El grupo mujeres: un análisis de las reuniones

En este apartado analizaremos el proceso de construcción grupal del “grupo de mujeres”, a partir de la metodología de trabajo empleada. Para ello presentaremos una descripción y análisis de nuestro trabajo en dos momentos: (a) “el trabajo en el campus”, es decir, en la preparación de nuestros encuentros y en la reflexión posterior acerca de ellos con el equipo PUCP; y (b) “el trabajo en campo”, esto es, en los mismos encuentros entre nosotras y las mujeres. En ambos casos buscaremos dar cuenta de nuestros aciertos, debilidades y aprendizajes.

1) El trabajo de campus. Las facilitadoras y el equipo PUCP

Participamos como facilitadoras del grupo de mujeres un equipo interdisciplinario formado por una psicóloga y una socióloga. La primera contaba con experiencia de trabajo de campo con población afectada por el terremoto, pues había participado de las llamadas “Brigadas Psicológicas”⁷. La segunda había participado desde el inicio en la investigación social que constituye el punto de partida de este proyecto. Cabe destacar, en ese sentido, la importancia que supuso establecer un diálogo entre las dos disciplinas, psicología y sociología. Esto nos exigió aprender a escucharnos entre nosotras para co-laborar con nuestros saberes y crear una forma de trabajo que sea efectiva con las mujeres; es decir, que las reconozca tanto en su

⁷ Las Brigadas Psicológicas son equipos de docentes, egresados y estudiantes de últimos ciclos de psicología que son convocados por el Departamento de Psicología de la PUCP para atender situaciones de crisis. Esta experiencia de trabajo ha sido organizada en dos oportunidades: después del terremoto y tsunami en la zona sur de nuestro país ocurridos en el 2001 y después del terremoto de Ica del 2007.

dimensión subjetiva e individual, como en su dimensión social e histórica. Para poder responder a la demanda de las mujeres (conocerse y conocerse), en esta etapa era necesario priorizar la primera dimensión, no obstante ello no era posible sin tomar en cuenta la segunda.

Para la creación de dicha nueva forma de trabajo fue muy importante el apoyo y sobre todo la confianza que depositó en nosotras el equipo asesor que nos acompañaba desde Lima, con el cual teníamos reuniones de coordinación una vez a la semana. Si bien por un lado, por momentos identificamos un cierto abandono de su parte para la preparación de nuestros encuentros en campo con las mujeres; por otro lado, podemos decir que, si no fuera por eso, no hubiéramos dado rienda suelta a nuestra imaginación y no hubiéramos aprendido a escucharnos una a otra y a confiar en nosotras mismas. Su confianza en nosotras fue entonces decisiva para nuestro desempeño y aprendizaje.

Para la preparación de cada encuentro con las mujeres pasábamos por lo que hemos decidido llamar una "crisis creativa": ¿y ahora qué hacemos? era la pregunta inicial que siempre nos acompañaba, teñida de cierta incertidumbre y desesperación. Debíamos pensar en dinámicas o actividades que generaran confianza entre las mujeres por un lado; y entre ellas y nosotras, por otro. Dinámicas en suma que, al mismo tiempo, nos permitan conocerse y reconocerse como mujeres con gustos, disgustos, deseos, miedos, sueños, etc. Debíamos así mismo estar abiertas a la posibilidad de que esas dinámicas o actividades que planificábamos podían no funcionar⁸ y, por tanto, debíamos confiar en que sería *con* las mujeres, *in situ*, improvisando, que resolveríamos esa situación, reconociendo su capacidad de respuesta y nuestra capacidad de diálogo.

Afortunadamente supimos resolver encuentro tras encuentro recurriendo a distintas fuentes: ejercicios experimentados antes por nosotras en espacios colectivos; manuales de ejercicios grupales brindados por miembros del equipo asesor y por nuestro supervisor psicológico; y, finalmente, nuestra propia creatividad e imaginación⁹.

Al parecer no existe un nombre "técnico" de lo que hacemos. No se trata de "grupos focales" (herramienta de investigación sociológica) ni de "terapias grupales" (técnica de trabajo psicológico). ¿Reuniones para conocerse? Por el momento hemos decidido llamarlas simplemente "reuniones". Quizás, una tarea pendiente del trabajo colaborativo que realizamos entre disciplinas sea crear un nombre para dar cuenta de esta nueva forma de trabajo que borra las fronteras entre aquéllas.

⁸ Es decir, debíamos ser conscientes de que podíamos equivocarnos y poder reconocerlo.

⁹ Como veremos más adelante no todas los ejercicios que llevamos funcionan

Ahora, si bien se trata de un equipo interdisciplinario, no podemos dejar de lado un fuerte componente psicológico que consideramos sumamente importante para el desempeño de nuestro trabajo: las supervisiones que realizamos después de cada reunión. Queremos destacar la importancia de este espacio debido a que fue clave para nosotras por distintos motivos. En primer lugar, nos permitió tomar conciencia de nuestro rol en el grupo y de nuestra relación con las mujeres, al recordarnos, supervisión tras supervisión, el objetivo de las reuniones y, sobre todo, tomar en cuenta la importancia de recordar al grupo dicho objetivo. El hecho de tener claro para qué estábamos participando del grupo colaboraría a que ni las mujeres de La Garita ni nosotras como facilitadoras nos generemos falsas expectativas sobre lo que hacíamos y, en esa línea, evitábamos posibles sentimientos de frustración o sensaciones de engaño de ambas partes, pues lo último que buscábamos era hacernos daño. Debíamos cuidarnos entre todas como personas.

En segundo lugar, las supervisiones nos permitieron tomar conciencia del proceso de formación del grupo. Podemos dar cuenta de esto a través de dos ejemplos.

Ejemplo 1: Entre la primera y la segunda etapa, el grupo de mujeres crece en número: de quince mujeres en la primera etapa; pasamos a casi treinta en la segunda, en las reuniones de mayor convocatoria. El crecimiento numérico del grupo supuso, paradójicamente, un “retroceso” en la consolidación del grupo pues la confianza lograda en la última reunión de la primera etapa, parecía haberse perdido en la primera reunión de la segunda. Esta situación supuso cierta frustración en nosotras como facilitadoras, frustración que fue manejada gracias a la supervisión. En este espacio se nos señala una diferenciación entre las mujeres que asisten a las reuniones. Notamos así la existencia de un “grupo de mujeres núcleo” que participa desde la primera etapa, y la existencia de un “grupo de mujeres nuevas y/o fluctuantes” que se estaría haciendo evidente en la segunda etapa, a través de esas expresiones de “fragilidad grupal”.

Ejemplo 2: En la segunda etapa existen dos reuniones en las que se discute la idea de realizar proyectos productivos entre las mujeres. En un caso la propuesta vino de parte de nuestro equipo: organizarnos para contar con una guardería; en el otro, la propuesta la formuló un subgrupo de mujeres: organizarnos para hacer un nacimiento vivo como parte de la celebración navideña. En ninguno de los dos casos la propuesta tuvo éxito. Ambas situaciones las analizamos en el espacio de supervisión, el cual nos permitió reconocer la importancia de respetar los “tiempos grupales” y no adelantarnos

al proceso de las mujeres para la formulación de proyectos colectivos. Al mismo tiempo, la supervisión nos ayudó a manejar nuevamente nuestra frustración y ansiedad por lo sucedido.

En tercer lugar, las supervisiones fueron útiles para el reconocimiento y reforzamiento de nuestro trabajo. En este sentido, cabe mencionar la importancia de la mirada externa de nuestro trabajo. En dos ocasiones, miembros de nuestro equipo asesor nos acompañaron a campo. Su presencia fue clave pues sus perspectivas de nuestro trabajo nos ayudó a tomar conciencia tanto de un logro como de una debilidad que pasaban desapercibidos a nuestros ojos, debido a nuestro desempeño mecánico y quizás ya naturalizado en campo. El logro se refiere a la existencia de un espacio de encuentro entre mujeres y niños/as hacia el final de las reuniones de las mujeres; espacio que buscábamos generar promoviendo una tercera actividad los días domingos (distinta al grupo de mujeres y al grupo de niños y niñas ya existentes). La debilidad se refiere a la falta de integración en el equipo de campo entre nosotras como facilitadoras del grupo de mujeres, adolescentes y docentes por un lado, y las tres facilitadoras del grupo de niños y niñas por otro; integración fundamental para la consolidación del equipo de campo y del proyecto en sí mismo. Ninguno de los aspectos había sido percibido por nosotras, siendo ambos de suma importancia. Esto nos enseña que la necesidad de detenernos para distanciarnos de y pensar sobre lo que hacemos en campo es crucial.

2) El trabajo de campo. Las facilitadoras y las mujeres de La Garita

Una vez definidos el horario y la periodicidad de manera conjunta, el contenido de las reuniones con las mujeres de La Garita lo pensamos nosotras –facilitadoras–, quienes llegamos a campo con una propuesta de trabajo caracterizada por su flexibilidad. Esta busca responder a la demanda de las mujeres por conocerse entre ellas y conocernos a nosotras. En ese sentido, buscamos construir un espacio de encuentro que facilite el diálogo y el intercambio entre todas, privilegiando una forma de trabajo que nos haga sentir cómodas y que nos permita apropiarnos del espacio para desplegarlo en él.

Como facilitadoras, podemos decir que lograr la flexibilidad en el trabajo de campo ha sido un proceso de aprendizaje muy valioso ya que ha supuesto cuestionar ideas y prácticas. Ahora, a pesar de dicha característica, identificamos que todas las reuniones parecen seguir un patrón determinado que surge espontáneamente: las reuniones se encuentran pues marcadas por “momentos” diferenciados y sucesivos

que presentan características particulares, las cuales han influenciado en la forma como nos hemos relacionado dentro del grupo. Mencionamos a continuación dichos momentos, para, en seguida, presentar la descripción y análisis de cada uno.

- (a) *Acomodando el espacio; el ritual.*
- (b) *Hablando sobre nosotras. Antes de “empezar” (o Momento de diálogo 1).*
- (c) *Dinámicas o experimentos físicos, lúdicos y artísticos.*
- (d) *Hablando sobre nosotras (o Momento de diálogo 2).*
- (e) *La cocina y la comida: expresión de socialización, co-laboración, cuidado y agencia femenina (y Momento de diálogo 3)*

(a) Acomodando el espacio, el ritual

Cada viernes a las seis de la tarde nosotras como facilitadoras llevamos a cabo el “ritual” de acomodar el espacio para el desarrollo de las reuniones con las mujeres. Si bien las dos primeras reuniones las llevamos a cabo fuera de la casa de una de las señoras, a partir de la tercera reunión nos reunimos en un aula de la escuela. El ritual empieza cuando buscamos al portero de la escuela para que nos abra el aula donde nos reunimos; luego arrimamos una a una las pesadas carpetas hacia los extremos del salón, para, finalmente, extender las alfombras, pareos y tapetes en el centro. En ellos nos sentamos en forma circular cuando llegan las mujeres, de modo que nos vemos unas a otras.

Ahora, como se ha mencionado anteriormente, el trabajo comunitario estuvo dividido en dos etapas que no sólo marcan la temporalidad del proyecto sino también el proceso de consolidación del grupo y, por tanto, la relación que se establece entre las mujeres y nosotras. En función de dichas etapas, vamos a dar cuenta de los sentimientos y pensamientos que se nos presentan en este primer momento de las reuniones, en el que estamos *solas* entre diez minutos y media hora en el peor de los casos, (des)esperando la llegada de las mujeres.

A la primera etapa la denominamos “periodo de prueba”. Creemos que este periodo supuso un primer acercamiento entre nosotras y las mujeres que nos permitió empezar a conocernos pero con cierta distancia afectiva, de modo que ambas partes de la relación -y seguramente también las mujeres entre sí-, nos protegíamos emocionalmente, calculando racionalmente cuánto estábamos dispuestas a dar y a recibir en el encuentro. Era una forma de aproximarnos de manera cautelosa y quizás con no muchas expectativas. Este cuidado lo atribuimos a las diferencias que nos separan a nosotras de las mujeres (lugar de procedencia y residencia, clase social,

raza, costumbres, etc.) y de las cuales, creemos, ambas partes éramos conscientes podían influir en el establecimiento de una relación de confianza, en la construcción de un verdadero vínculo entre nosotras. Actuábamos quizás la colonialidad del poder antes mencionada, tanto nosotras como ellas. Y ésta se expresaba en la desconfianza que ellas nos habían demostrado al solicitarnos conocernos, como paso previo a pensar en emprendimientos productivos; así como en la desconfianza que nosotras les habíamos demostrado al proponerles tener entonces un primer “periodo de prueba”. La desconfianza entre ambas partes estaba presente.

A pesar de ello pasamos la prueba. En las seis reuniones pactadas que constituyeron ese primer periodo logramos comprometernos. Al parecer, los encuentros nos entusiasmaron y creímos que era posible sentar las bases para empezar a construir de manera conjunta, de modo que nos propusimos una segunda etapa de trabajo. Es interesante destacar no obstante que, durante esta segunda etapa, nosotras desconfiamos de las mujeres al pensar, reunión tras reunión a las seis de la tarde mientras realizábamos nuestro sagrado “ritual”, que ellas no llegarían. Los encuentros previos nos habían comprometido como facilitadoras. Al parecer, la distancia afectiva de la primera etapa se acortaba en la segunda. Empezábamos a involucrarnos emocionalmente con el grupo de mujeres de La Garita. Ahora la desconfianza que sentíamos hacia ellas se expresaba en el temor y la ansiedad que nos generaba la posibilidad de que, en adelante, el compromiso no exista de su parte y ellas no lleguen al espacio que nosotras les brindábamos: *¿y si fallamos?* La falta de apropiación del espacio de parte de las mujeres desde el inicio de las reuniones, es decir, desde el momento del ritual, explica este temor y nos lleva a estos pensamientos. Si bien las mujeres asisten a las reuniones durante la segunda etapa y, en suma, el número de participantes crece -indicando éxito en nuestra propuesta-, todavía somos nosotras quienes, *solas*, debemos generar las condiciones físicas para que los encuentros se realicen de la manera más cómoda posible. Una vez terminado nuestro ritual incluso, pasamos algunos minutos desesperando la llegada de las mujeres.

(b) Hablando sobre nosotras. Antes de “empezar” (o Momento de diálogo 1).

Éste es un momento “no planeado” ni esperado por nosotras, que ocurre porque las mujeres suelen llegar tarde a las reuniones (aproximadamente entre las 6.20 pm y las 6.30 pm). Temporalmente, se ubica entre la llegada de la(s) primera(s) participante(s) y el momento en que, ya con seis u ocho mujeres, nosotras decidimos “empezar” con la dinámica que hemos preparado para la reunión.

En este momento, por lo general, estamos nosotras dos como facilitadoras y dos o tres mujeres con quienes surgen conversaciones personales, generándose un ambiente íntimo que permite que las mujeres se desenvuelvan con confianza. Llama la atención que ellas se muestren dispuestas a hablar sobre temas difíciles: problemas, preocupaciones, temores y hasta cuestiones tan complejas como el terremoto y la muerte.

Por un lado, sus relatos son símbolos de la construcción de un vínculo entre algunas de ellas –las que llegan temprano, que cabe decir, no siempre son las mismas- y nosotras. Por otro lado, éstos se dan cuando hay pocas mujeres escuchándolas, por lo que podrían demostrar al mismo tiempo la desconfianza que existe entre las mujeres de La Garita, pero también el miedo y vergüenza que, en tanto mujeres, les provoca el hablar en público, es decir, frente a un grupo grande de gente.

Ahora, es importante llamar la atención sobre cómo nosotras, facilitadoras, consideramos este momento: si bien sus relatos son demostraciones de confianza en nosotras, nosotras no somos conscientes de que los intercambios que tenemos con las mujeres cuando las escuchamos y aconsejamos, son ya parte de la dinámica grupal que se está formando. La presencia de pocas mujeres está marcando el inicio de la reunión, sin embargo, nosotras esperamos a que lleguen más mujeres para empezar e incluso lo anunciamos explícitamente: “*bueno, ahora sí, empezamos?*”. Con estas palabras quizás estamos desvalorando el momento previo y con ello los intercambios sostenidos en él.

¿Cómo podemos interpretar esta situación? Por un lado, debemos cuestionar aquello que entendemos por “grupo” y “comunidad”. Nuestra formación eurocentrada y centralista nos brinda esquemas sobre esto. Nos manejamos con imágenes preconcebidas que nos llevan a interpretar, de manera equivocada, que “los otros” (todos, homogéneos) se agrupan y viven en “comunidad” y en forma solidaria, y que, por tanto, existen relaciones de confianza entre los vecinos y vecinas de un centro poblado. Estos esquemas orientan nuestra manera de relacionarnos con las mujeres de La Garita y en cómo interpretamos el nuevo objetivo del proyecto. Así, ante la necesidad de generar confianza entre ellas y entre ellas y nosotras, buscamos hacerlo entre y con *todas* las participantes de las reuniones. De esta manera impedimos la generación de pequeños subgrupos y nos bloqueamos la posibilidad de comprender que ellas se organizan y funcionan mejor en grupos pequeños, los cuales responden quizás a relaciones previas de amistad y/o de familia.

Por otro lado, estamos dejando de lado las individualidades, fortalezas y sobre todo las necesidades personales de las mujeres. Esto quizás por el temor y ansiedad que escucharlas nos supone, ya que ello nos demanda brindarles atención y

contención; tareas difíciles que podrían estar provocando en nosotras cierta resistencia a este momento de las reuniones. Esta resistencia sin embargo, creemos que es recíproca. Buscando responder a por qué la mayoría de las mujeres llega tarde a las reuniones tenemos dos posibles respuestas. De una parte, está el hecho de que buena parte de ellas tiene responsabilidades familiares y laborales que podrían estar interfiriendo con el horario pactado. De otra parte, este momento de las reuniones podría estar generando también en ellas ciertas resistencias, ya que supone enfrentarse no solo a nosotras sino a ellas mismas, sus problemas, preocupaciones y temores: enfrentarse a aquello que probablemente prefieren olvidar.

A pesar de las resistencias que identificamos de ambas partes frente a este momento de las reuniones, es necesario destacar su importancia en tanto está permitiendo que las mujeres perciban las reuniones como una red de soporte social, ya que lo que sucede en este momento les está permitiendo identificar la posibilidad de contar con un espacio en el cual compartir sus ideas y sentimientos. Esto se hace evidente en la evaluación que hicimos en la última reunión, en la cual las mujeres demandaron la necesidad de contar con *más* espacios de diálogo en el trabajo que realicemos en el año 2010.

(c) Dinámicas o experimentos físicos, lúdicos y artísticos

Este momento de las reuniones es sumamente valorado, tanto por nosotras como por las mujeres. Es el momento central y quizás el momento más esperado por nosotras en tanto comprobaremos si la dinámica que hemos planificado, con el objetivo de conocernos, funcionará o no. Podemos decir que las dinámicas que proponemos son “experimentos” ya que nunca antes hemos facilitado actividades grupales de este tipo. Por ello entonces éste es un momento en el cual nos enfrentamos a la inseguridad y ansiedad que esa incertidumbre supone: es el momento en el que nos arriesgamos como “profesionales expertas”, abriéndonos a la posibilidad de que nuestros conocimientos sean cuestionados en la acción.

A partir de esto es que podemos dividir las dinámicas propuestas a las mujeres en dos: aquellas que funcionan con éxito y aquellas que “no funcionan tanto”. Como veremos a continuación, a partir del análisis de éstas podemos conocer y entender a las mujeres de La Garita, identificando sus recursos pero también sus temores; y, al mismo tiempo, podemos reflexionar sobre nuestro trabajo, identificando nuestros logros pero también nuestras debilidades.

Entre las dinámicas que funcionan con éxito podemos destacar “las cieguitas”, “la relajación con velas y música”, “el círculo de masajes”, “el juego de las sillas” y

“jalarse en equipos”¹⁰. Estos *experimentos* físicos, lúdicos y artísticos nos enseñan que el proceso de construcción del vínculo que se da entre las participantes del grupo no pasa necesariamente por el habla, sino que se puede lograr siguiendo otro camino, aquel que pasa por los sentidos. En este proceso debemos destacar dos aspectos: la importancia del cuerpo como el lugar en el que se registran esos sentidos (es decir, el cuerpo como el *locus* de la experiencia) y la importancia de la risa como un elemento terapéutico y democratizador (Bajtin).

Podemos decir que las mujeres reconocen estas características pues afirman que gustan de asistir a las reuniones porque se relajan y se olvidan de sus preocupaciones si quiera por un momento. Ello evidenciaría que las mujeres necesitan de un espacio *para* ellas, en el cual suspender-se un momento de su cotidianidad y en el cual sujetar-se. En ese sentido, para la segunda etapa de trabajo, el cuerpo, el juego y el arte siguieron dando contenido y forma a las reuniones. Así, en la última reunión, constataríamos que el aspecto lúdico habría sido uno de los más importantes para las mujeres: “*Lo que más nos ha gustado de las reuniones son los juegos porque nos hace recordar nuestra niñez*”. Volver a ser niñas. No solo suspender-se y sujetar-se en el espacio, sino también recordar-se y seguramente reinventar-se, transformarse. Y contar con la libertad y confianza para ello.

Por otro lado, entre las dinámicas o experimentos que “no funcionan tanto”, tenemos “la creación de un cuento colectivo”, “dibujar lo que más me gusta para compartirlo en grupo” y “la elaboración de un calendario”¹¹. Estas dinámicas suscitan ciertas resistencias en muchas de las mujeres; resistencias que podemos explicar desde dos perspectivas en las que el miedo es un sentimiento transversal: (i) la respuesta correcta, el miedo a equivocarse; y (ii) exponer-se individualmente, el miedo a mostrar-se.

(i) La respuesta correcta, el miedo a equivocarse. Las dinámicas mencionadas tienen la característica de exigir a las mujeres *crear*: en un caso, crear parte de una historia; en los otros, crear dibujos. Frente a esas situaciones, llama la atención que algunas de las mujeres manifiesten “*yo no sé cuentos*” y/o “*yo no sé dibujar*”. La creación, para las mujeres, estaría entonces ligada al saber. Ahora, los cuentos y los dibujos son elementos que suelen estar asociados a la educación escolar (institución encargada de impartir saber), en tanto son los niños quienes aprenden cuentos y quienes dibujan en la escuela. Si bien no se ha ahondado en cuántas mujeres cuentan con educación primaria y/o secundaria, sabemos que un grupo de ellas asiste a un curso de alfabetización, lo cual nos demuestra que algunas no han recibido educación

¹⁰ La descripción de todas las dinámicas se encuentra en el Anexo B.

¹¹ Cabe destacar que esta dinámica supone dibujar.

escolarizada de niñas. Ésta entonces puede ser la razón por la cual algunas aseguran “no saber”. Estas dinámicas pueden estarlas enfrentando a sus supuestas “debilidades”, a aquello que las avergüenza y que, por ello, temen mostrar ante las demás: “no saber”. De esta manera, el miedo a equivocarse auto-limita a las mujeres para la creación, ya que tienen presente que “hay que saber para poder crear”. Esto se hace evidente en el cuento que las mujeres logran hacer con mucha dificultad, atravesando por dudas, silencios y angustias cuando tienen que aportar una oración a la historia. Resulta impactante que en ésta el primer personaje que se menciona sea “caperucita roja”, personaje no solamente de un cuento infantil clásico, sino y sobre todo, de un cuento que ya existe. Su invocación entonces, limita justamente la posibilidad de crear algo nuevo, algo diferente, algo alternativo¹².

(ii) Exponer-se individualmente, el miedo a mostrar-se. Al mismo tiempo, estas dinámicas que “no funcionan tanto”, exigen a las mujeres exponer-se *individualmente* frente a las demás: ya sea con una idea propia, ya sea mostrando características propias. Es necesario destacar que, a diferencia de lo que sucede en las dinámicas exitosas, en éstas se pierde el elemento de la complicidad pues las mujeres deben hacer frente a la situación que les proponemos *solas*, cada una. El miedo que esto les genera a algunas mujeres nos hace concluir que aún existe desconfianza en el grupo, en distintos niveles: desconfianza hacia ellas mismas, desconfianza hacia las demás mujeres y desconfianza hacia nosotras como facilitadoras. Esto se hace evidente por ejemplo, en la pregunta que hace una de las mujeres ante la dinámica “la elaboración de un calendario”: “¿es cierto que cuando uno dibuja muestra cosas sobre sí mismo?” Esta pregunta denota que algunas mujeres estarían siendo conscientes de “cuidar” aquello que dibujan, para “medir” cuánto van a mostrar de sí mismas.

Por otro lado, estas dinámicas que “no funcionan tanto”, nos muestran la **heterogeneidad** que existe entre las mujeres que participan del grupo. Esto se percibe explícitamente en sus dibujos: mientras hay mujeres para las cuales dibujar parecería ser placentero, en tanto se apropian de su dibujo e incluyen en él elementos, colores y trazos que denotan cierta seguridad y afectos personales; hay mujeres que directamente prefieren no dibujar o bien realizan dibujos impersonales que no permiten conocer sobre ellas, como por ejemplo la bandera del Perú. Si bien, como ya hemos dicho, esto responde a la desconfianza que aún existe en el grupo, también nos muestra las diferencias individuales que existen entre las mujeres: diferencias respecto a sus recursos, necesidades y experiencias de vida; diferencias que pensamos deben ser exploradas.

¹² En el Anexo C se puede leer el cuento completo que las mujeres hicieron. Queda como tarea pendiente realizar un análisis de él a profundidad.

Ahora, a pesar de que nosotras les preguntábamos a las mujeres reunión tras reunión qué cosa les gustaría hacer en las reuniones, invitándolas a proponer ellas alguna dinámica; debemos decir que siempre, salvo en la última reunión, las dinámicas fueron propuestas *por* nosotras¹³. Creemos que es importante lo que sucede en la última reunión en ese sentido. El hecho de que las mujeres finalmente elijan la actividad que desean realizar es sin duda un símbolo de avance del proceso grupal que no solo marca el camino de ida, sino que evidencia la apropiación del espacio por parte de las mujeres. Resulta interesante además que los juegos que ellas proponen (“jalar en equipos” y “gallinita ciega”) sean juegos que jugaban cuando eran niñas. Por un lado, esto re - afirma la importancia del aspecto lúdico de estas dinámicas, en tanto remonta automáticamente a las mujeres a una época en la cual jugar es tanto posible como válido. Por otro lado, cabe decir que esos juegos generan complicidad entre ellas pero no necesariamente entre ellas y nosotras, siendo esta tal vez la primera expresión de la *posibilidad* de que las reuniones existan independientemente de nosotras, las facilitadoras.

(d) *Hablando sobre nosotras (o Momento de diálogo 2)*

En la primera reunión nos encontramos con mujeres con mucho miedo a hablar, enfrentándonos a largos momentos de silencio, miradas de complicidad entre ellas y sensaciones de angustia. En cierto sentido, escenas similares suceden en *todas* las reuniones, especialmente durante los momentos de diálogo. Ahora, es sobre todo en *este* segundo momento de diálogo en que se repiten dichas situaciones con mayor intensidad. Suponemos que esto se debe a que, a diferencia del momento de diálogo anterior –descrito en (b)- éste tiene por lo menos tres características que estarían generando mayor resistencia en las mujeres: (i) somos **nosotras** quienes les proponemos hablar; (ii) les proponemos **hablar**; y (iii) les proponemos hablar **sobre ellas –sobre su experiencia- y en público**.

(i) Este momento de diálogo es provocado *por* nosotras; es decir, somos nosotras, las facilitadoras, quienes invitamos a las mujeres a hablar. Esto es, a diferencia del momento de diálogo 1 en el cual las mujeres son quienes deciden hablar de lo que ellas eligen, decidiendo qué decir y cuánto mostrar-se y exponer-se; en este momento se puede percibir una relación de poder, en la cual somos nosotras quienes lo estaríamos ejerciendo, y por ello las mujeres podrían sentirse *obligadas* a hablar. Esta sensación de obligatoriedad podría estar generando resistencia en las mujeres.

¹³ Es importante señalar que en algunos casos las dinámicas fueron modificadas a partir de comentarios que hacían las mujeres antes de iniciarlas

(ii) Resulta interesante que la sensación de obligatoriedad también la tengamos nosotras: dado que las mujeres responden a nuestra invitación resistiéndose a hablar, nosotras nos vemos, en cierto sentido, obligadas a *empujarlas* a hacerlo. Hablar es pues una de las mayores dificultades que presentan las mujeres en este momento de diálogo inducido por nosotras; dar cuenta de su experiencia, poniendo en palabras las ideas, sentimientos y sensaciones que les surgieron al dibujar, jugar, reír, recordar, imaginar, crear, mover-se, relajar-se, pensar-se, conocer-se, re-conocer-se, liberar-se. Ahora, si bien con dificultad, en palabras de algunas mujeres –aquellas que vencen el miedo a la palabra-, la experiencia vivida que supone participar de los experimentos lúdicos y artísticos les permite “olvidar-se de sus problemas y preocupaciones”. Este es un logro muy importante de nuestro trabajo desde el punto de vista psicológico pues las reuniones están teniendo un efecto terapéutico.

(iii) De otro lado, el miedo que les supone a la mayoría de las mujeres poner en palabras *sus* ideas, *sus* sentimientos y *sus* sensaciones frente a las demás mujeres y frente a nosotras, puede explicarse por la desconfianza que aún parecen tener en ellas mismas, en las demás mujeres y en nosotras como facilitadoras; pero al mismo tiempo por la sola idea de hablar frente a un público. Es fundamental tomar en cuenta en este nivel la dimensión de género, pues el hecho de ser mujeres influye sobremanera en esta actitud temerosa, ya que generalmente las mujeres no hemos sido socializadas para desempeñarnos en el espacio público. Ahora, la construcción del género varía de cultura a cultura y cambia en el tiempo, por ello, si bien no podemos negar que actualmente en general las mujeres estamos “conquistando” poco a poco el espacio público, es imprescindible detenernos a analizar cómo se da este proceso específicamente en el caso de las mujeres de La Garita. Esto es, debemos preguntarnos cómo ha sido su socialización y qué cambios presenta –si los presenta- de acuerdo a la cultura local. Aunque no lo hemos investigado de manera sistemática, podemos lanzar la hipótesis de que en La Garita la “conquista” del espacio público por las mujeres es aún incipiente. Ello se estaría manifestando justamente en el temor que muestran las mujeres del grupo para hablar.

Si bien el temor de las mujeres para expresarse en el espacio público es un factor determinante, es importante resaltar qué emociones pueden estar despertándose en ellas durante este momento de diálogo. Como se ha mencionado, las reuniones están estructuradas con la finalidad de conocernos y establecer vínculos de confianza dentro del grupo. Si bien toda la reunión se dirige a cumplir dicho objetivo, este momento tendría como consigna conversar e intercambiar las sensaciones y pensamientos que surgen a partir de las dinámicas u otras experiencias que deseen compartir. Ello no solo implica recordar experiencias alegres y divertidas,

sino también experiencias dolorosas y complejas. Como hemos mencionado en el “Momento de diálogo 1”, las mujeres buscan un espacio de escucha y contención, siendo capaces de verbalizar sus temores y angustias. No obstante, hemos visto que, tanto para nosotras como para las mujeres participantes, dicho momento parecería no estar dentro de la dinámica grupal que se ha ido construyendo. Por tanto, las mujeres podrían no percibir a las reuniones como un espacio de escucha y contención, sino que estarían cumpliendo una función distinta.

En la última reunión decidimos realizar una evaluación del proceso del grupo de mujeres. Para ello, se dividieron en cinco grupos pequeños y respondieron algunas preguntas que nos ayudarían a conocer, con mayor profundidad, su percepción sobre las reuniones y a mejorar el trabajo en el 2010. Nuestra primera pregunta fue “¿Qué es lo más les ha gustado de las reuniones? ¿Por qué?”. Ante ella, los grupos contestaron:

Grupo 1: los juegos, dialogar. Porque nos ayuda a olvidar los problemas y preocupaciones y nos sentimos felices.

Grupo 2: lo que más nos ha gustado de las reuniones son los juegos porque nos hace recordar nuestra niñez

Grupo 3: el diálogo entre el grupo, los juegos, el compartir con los niños porque nos disipa y nos hace olvidar preocupaciones y nos relaja.

Grupo 4: los juegos: nos distraía. Los temas que conversábamos.

Grupo 5: los juegos, la dinámica, compartir entre nosotras y que los niños vienen.

Las respuestas nos muestran claramente la función que cumplen las reuniones en la vida de este grupo de mujeres. Nos encontramos frente a un espacio diferenciado, que les permite olvidar y alejarse de las preocupaciones, que las distrae, las relaja y en el cual se sienten felices. Las reuniones se han convertido en un espacio idealizado y mágico, en el cual es posible olvidarse de las dificultades, necesidades y obligaciones.

Si bien las mujeres tienen un concepto positivo de las reuniones, nos preguntamos *¿Cómo puede estar dificultando que expresen sus temores, sus ansiedades y sus preocupaciones?* Compartir, de manera grupal, temas como “la muerte, los robos, la enfermedad y el terremoto” suponen teñir el espacio con realidad, quebrando el mundo mágico que se ha construido y despertando sensaciones de tristeza, rabia y desesperanza. De esta manera, compartir sus experiencias supone conectarse con su dolor y miedo.

Asimismo, creemos que se han sentado las bases para construir relaciones de confianza dentro del grupo pero éstas aún son frágiles. La desconfianza, la vergüenza y el temor a hablar sobre sí mismas son sensaciones que están presentes en las mujeres, lo que podría incrementar la dificultad para compartir vivencias personales

dolorosas dentro de las reuniones. El exponerse y sentirse vulnerables tiene como condición previa percibir al grupo como una instancia capaz de contener y cuidar, sentirlo como una red de soporte social. Entonces, creemos que ello se está logrando pero que supone un proceso largo que respete los tiempos de las mujeres de La Garita.

Finalmente, cabe decir que el tiempo del que disponemos para este momento suele ser escaso (alrededor de 20 minutos aproximadamente). Esto, creemos, se debe a dos motivos. Por un lado, a que solemos empezar las dinámicas tarde porque la mayoría de mujeres llega alrededor de las 6.30 pm, reduciéndose así el tiempo que tenemos para nosotras; y, por otro, a que nos es prácticamente imposible alargar este tiempo porque los niños y niñas que se reúnen en el aula contigua, se muestran ansiosos por entrar a nuestra aula, para compartir la comida que se prepara para cada reunión¹⁴. Ahora bien, debemos reconocer que tanto las mujeres como nosotras aceptamos concluir este momento rápidamente. Quizás la sensación de obligatoriedad y las resistencias manifestadas por ambas partes nos perturban y preferimos escapar a ella de esa manera, evitando el encuentro, concluyéndolo.

(e) La cocina y la comida: expresión de socialización, co-laboración, cuidado y agencia femenina

Desde el comienzo la comida fue parte de las reuniones de mujeres. Nos organizamos de tal forma que, en cada reunión, dos mujeres en la primera etapa y - dada la cantidad de mujeres que éramos- cuatro en la segunda, serían responsables de llevar un refrigerio para compartir entre todas hacia el final de los encuentros, a modo de cierre. Esta propuesta tenía por objetivo empezar a establecer relaciones y tejer redes entre las mujeres, entendiendo la cocina como un espacio de socialización y generación de confianza. Para designar a las cocineras hacíamos un sorteo en cada reunión: aquellas mujeres que salían sorteadas debían cocinar para la siguiente reunión y éstas ya no participaban de los sorteos que se hicieran luego, ya que buscábamos, en la medida de lo posible, que todas cocinen por lo menos una vez y ninguna lo haga dos veces. Como menú tuvimos de todo y riquísimo. Y, tal como se observa en la siguiente cita, el objetivo parece haberse cumplido.

"Teníamos un acuerdo que todas participábamos, llegábamos a un acuerdo mutuo y ganaba el menú que acordábamos todas. Unas

¹⁴ Como detallaremos más adelante, los niños y niñas que participan del “grupo de niños y niñas” como parte de este proyecto, se unen al grupo de las mujeres en el momento de compartir la comida.

preparaban y las otras ayudaban a cocinar. La señora Teodora preparó la chicha, la señora Juana preparó la sopa seca, la señora Gina preparó la carapulcra y yo, Gladys apoyé. Es divertido, nos vamos bromeando". (Grupo de mujeres, Reunión de evaluación, 4 de diciembre 2009)

Cabe destacar que el grupo de mujeres que cocina siempre llega tarde a la reunión. Esto se debe principalmente al hecho de que muchas de las mujeres que participan del grupo trabajan fuera del centro poblado y no regresan a sus casas sino hacia las cinco de la tarde. Siendo la reunión a las seis, resulta casi imposible cocinar en una hora para tantas personas¹⁵. Así mismo, algunas mujeres cuentan que las cocineras llegan justo en el momento de servir la comida porque de hacerlo antes la comida no estaría caliente a la hora de comer. En ese sentido, resulta necesario reflexionar sobre la tardanza de las cocineras. Si bien, por un lado, el hecho de que no participen de los cuatro primeros momentos de la reunión para la cual les toca cocinar, puede suponer que ellas se están "perdiendo" del espacio de la reunión; por otro lado, podemos decir que sí participan de ésta pero desde *otro* lugar, uno paralelo e igualmente importante: la cocina donde se reúnen para cocinar, donde co-laboran entre sí y donde, como ellas mismas dicen, se divierten bromeándose.

Podemos decir, de otra parte, que en la comida se estaría expresando simbólicamente el proceso de construcción y co-laboración grupal que, como ya mencionamos, no sigue un desarrollo lineal. Así, en la primera etapa pasamos de compartir sándwiches de pollo en la primera reunión, a papa a la huancaína y arroz con pollo en la última. Sin embargo, al inicio de la segunda etapa, el retroceso de la relación en el grupo se evidencia en el menú ya que, en la primera reunión, regresamos a los sándwiches de pollo. La comida refleja el movimiento de la relación que construimos, ésta no es estática ni unidireccional; la participación de nuevas mujeres en el grupo y el tiempo transcurrido entre una etapa y otra parecen provocar inseguridades y marcar una suerte de "nuevo comienzo". No obstante y felizmente, no tardamos en recuperar la confianza, recuperando a su vez el arroz con pollo y la papa a la huancaína, y compartiendo en las tres últimas reuniones el plato típico por excelencia en la zona: carapulcra y sopa seca.

Ahora, las cocineras cocinan para sus pares, para nosotras como facilitadoras de su grupo, y para los niños, niñas y facilitadoras de ese grupo, quienes se suman a la reunión de mujeres en este momento. En ese sentido, la cocina abre también la

¹⁵ En los días de mayor asistencia, llegamos a ser aproximadamente cincuenta comensales, entre mujeres, niños y niñas, incluyendo a las facilitadoras de ambos grupos.

posibilidad de consolidar relaciones en distintos niveles: (i) entre las mismas mujeres, (ii) entre las mujeres y nosotras como facilitadoras, y (iii) entre las mujeres y los niños, niñas y facilitadoras de este grupo. La cocina puede entonces ser concebida no solo como un espacio de socialización para las cocineras y como una expresión de construcción y co-laboración grupal, sino también como un espacio de agencia femenina a partir del cual se estaría evidenciando **el cuidado como un valor** de las mujeres del grupo: las mujeres estarían (i) cuidándose entre ellas, (ii) cuidándonos a nosotras como facilitadoras, y (iii) cuidando a los niños, niñas y facilitadoras de ese grupo.

Queremos destacar un aspecto bastante importante de este momento de las reuniones de mujeres: el encuentro que se da entre éstas y los niños y niñas. Es interesante dar cuenta del proceso de este *encuentro* ya que, como ha sido mencionado en el apartado III de este documento, si bien el grupo de niños y niñas se ha consolidado como tal, inicialmente surge por la necesidad de *separar* a las mujeres de aquellos y aquellas, para poder trabajar con las primeras. Sin embargo, al parecer, el encuentro de los dos grupos (grupo de mujeres por un lado y grupo de niños y niñas por otro) era inevitable, la separación “forzada” que provocamos al inicio para los fines del trabajo requería pues de la unión posterior.

Desde el comienzo, en la primera etapa de trabajo, casi todos los niños y niñas entraban a las reuniones de mujeres hacia el final, al momento de servir la comida. En la segunda etapa sin embargo, dado que el grupo de niños y niñas crece considerablemente en número, se hace explícito que aquellos y aquellas cuyas madres no participaban del grupo de mujeres, no ingresaban al aula del grupo de mujeres al momento de compartir la comida porque sentían vergüenza de hacerlo. Buscando integrar a estos niños y niñas, en la segunda etapa, se añadió una actividad culinaria también en el grupo de los niños y niñas, así ellos y ellas también cocinarían y llevarían algún plato para compartir con las mujeres, de modo que todos y todas sintieran el derecho de entrar. Esa actividad tuvo éxito. La comida generó entonces un feliz encuentro entre ambos, encuentro en el que todos y todas, grandes y chicos, cuidan, aportan y disfrutan, no solo cocinando sino también co-laborando a la hora de servir.

La imagen de este encuentro merece ser descrita: las mujeres se ubican sentadas en las carpetas que, dos horas antes, nosotras como facilitadoras del grupo de mujeres, habíamos arrimado hacia los extremos del aula. Los niños y niñas entran al aula y se ubican al centro, sentándose algunos sobre los tapetes y pareos, esperando a que les sirvan; otros, inquietos, recorren el salón pues no pueden esperar a compartir con sus madres lo que han cocinado en aula de a lado.

Por otro lado, el momento dedicado a la comida provoca que el grupo de mujeres se subdivida en varios pequeños grupos en los que discurren distintas conversaciones. En ese contexto, cabe destacar que algunas de las mujeres en forma individual se acercan a nosotras como facilitadoras a hablar en forma íntima de problemas y dificultades personales y familiares, demandándonos escucha, consejo y apoyo. Nuevamente surge entonces en las reuniones un momento de diálogo en el que se tocan temas duros y difíciles. Sin embargo, a diferencia del momento inicial (momento de diálogo 1) en el que esto sucede espontáneamente y en un espacio que nosotras abrimos y ofrecemos mientras esperamos la llegada de las demás mujeres; en este caso existe una solicitud explícita de parte de las mujeres y en ciertos casos hasta encubierta, ya que hablan en voz baja, buscando que las demás mujeres no escuchen, procurando confidencialidad.

En otro nivel, resulta interesante el hecho de que nos pregunten “cuál de las dos es la psicóloga” ya que ello evidencia de su parte el conocimiento y reconocimiento de la ayuda y cuidado que una profesional en este rubro puede brindarles y, en este caso quizás, retribuirles: ¿cuidado a cambio de cuidado?

VI. Logros y recomendaciones

- Las reuniones con el grupo de mujeres han permitido la construcción de un vínculo entre ellas y nosotras. Un ejemplo de ello es cuando en el último encuentro de la primera etapa, las mujeres nos hicieron un regalo: una pulsera para cada una, acompañadas de una carta firmada por cada una de ellas.

*"Reciban este presente con mucho cariño en agradecimiento por: **regalarnos** horas de relajación, por hacernos olvidar por un momento los problemas que nunca faltan y por reunimos para compartir los diferentes juegos y anécdotas que en grupo nos divertimos al hacerlo o contarlo, ya que **entendimos** que nos hacía falta un momento de relax. Para que nos recuerden y esperando que vuelvan pronto, con cariño de tus amigas..." (Grupo de mujeres, 10 de julio del 2009)¹⁶*

- La constancia y permanencia de las reuniones ha permitido que las mujeres las perciban como un espacio *para* ellas, en el cual es posible suspender-se un momento de su cotidianidad y en el cual sujetar-se siquiera unas horas; un espacio propio, formado por y entre todas, co-laborativamente.
- La participación y compromiso que podemos observar en las mujeres nos

¹⁶ Las negritas son nuestras

muestran su deseo por construir confianza en distintos niveles: en sí mismas, con las demás mujeres y con nosotras. Sin embargo, es importante destacar que las mujeres perciben nuestro rol de facilitadoras como fundamental para la existencia de este espacio. Así, en la primera visita del 2010 las mujeres nos comentan: *“Desde que ustedes no vienen, no nos hemos reunido”*

- Las reuniones nos permiten darnos cuenta de que es posible imaginar-nos de otra manera; esto es, es posible crear nuevas posibilidades tanto para nosotras mismas (como mujeres, todas;) como para nuestro entorno (como pobladoras de La Garita, ellas; como profesionales, nosotras; como ciudadanas, todas). Creemos pues que con estas reuniones empezamos a desarrollar un capital psíquico como paso previo al desarrollo de un capital social: parecería ser necesario primero transformarnos nosotras, para luego transformar colectivamente nuestro entorno.
- La construcción de confianza a lo largo de las reuniones no se presenta como un proceso lineal, sino por el contrario, como un proceso de idas y venidas. Esto, en cierto modo, depende del tipo de dinámica que planteamos realizar: aquellas que generan complicidad entre nosotras, marcarían el camino de ida; aquellas que exigen manifestaciones personales e individuales, marcarían el camino de venida.
- Una de las tareas dentro de las reuniones de las mujeres es historizar y elaborar las experiencias vividas desde el terremoto del 2007. Creemos que ésta será una tarea constante que nos acompañará a lo largo del proyecto ya que recordar el terremoto no sólo significa revivir un fenómeno natural, sino, significa recordar una experiencia cercana a la muerte que paraliza o trunca posibles proyectos de vida. Es rememorar el quiebre en sus historias personales pero también en la historia colectiva del Centro Poblado ya que acentúa la desconfianza y la fragmentación en las brechas sociales.
- El trabajo lúdico durante las reuniones con las mujeres debe permanecer pero es importante empezar a integrarlo con temas que deben ser elaborados en el proyecto. Entre ellos están: emprendimientos productivos, participación ciudadana, relaciones de género, etc.
- Es necesario empezar a acercarnos a las mujeres de La Garita de forma individual para conocer, con mayor profundidad, sus historias personales, sus recursos y sus necesidades.

Anexo A: Equipo de Trabajo

Durante el periodo de investigación y la primera etapa de trabajo comunitario, las oficinas de la PUCP que estuvieron involucradas fueron el Departamento de Ciencias Sociales y la Unidad de Responsabilidad Social del Departamento de Psicología con el apoyo financiero del Fondo Concursable - PUCP.

Para la segunda etapa de trabajo comunitario, el proyecto se traslada a la Dirección Académica de Responsabilidad Social con el apoyo de la Unidad de Responsabilidad Social del Departamento de Psicología.

En ambas etapas, docentes miembros de la Unidad de Responsabilidad Social del Departamento de Psicología supervisaron al equipo de trabajo de campo.

Directora:	Patricia Ruiz – Bravo
Coordinadora:	Luciana Córdova
Coordinadora Adjunta:	Lucia Bracco
Voluntaria:	Katherine Fourment
Practicantes:	Karina Padilla Daniella Sabogal
Colaboradora en campo:	Maribel Ballumbrosio
Asesores:	Nora Cárdenas Eloy Neira Jose Luis Rosales Tesania Velázquez
Supervisores:	Beatriz Oré César Pezo Pierina Traverso

Anexo B: Dinámicas realizadas en el grupo de mujeres

1. Dinámica: Trabanombres

Objetivo: lograr que todos los participantes conozcan el nombre de todos.

Descripción: Formar un círculo con todas las personas participantes. Primero todas las personas dicen su nombre con la finalidad de que todas escuchen el nombre de todas. Luego una persona dice su nombre. En seguida la persona del lado izquierdo dice el nombre de la primera persona y su nombre. La persona que le sigue dice el nombre de la primera persona, de la segunda y su propio nombre. Así sucesivamente hasta que todas las personas participen. Basta que una persona se equivoque para tener que empezar de nuevo. Antes de reiniciar todos deben cambiar de lugar. La dinámica acaba cuando se completa el círculo y todos los participantes repiten el nombre de todos.

2. Dinámica: Las cieguitas

Objetivo: generar confianza entre las personas que participan del grupo.

Descripción: se arman parejas. Una de las personas cierra los ojos y se deja guiar por la otra durante 10 minutos. Se trata de recorrer e identificar objetos y personas en el espacio. Luego, se intercambian los papeles: aquellas personas que estuvieron con los ojos cerrados pasan a guiar y aquellas que guiaron deben ahora cerrar los ojos. De igual manera, se intercambian las parejas.

3. Dinámica: Ejercicio de relajación

Objetivo: ser conscientes de la importancia de nuestro cuerpo.

Descripción: las participantes se echan en el piso, boca arriba con los ojos cerrados. Se puede poner música suave e instrumental, la luz apagada y velas. La persona que facilita el espacio lee el siguiente texto:

“Están echadas con los ojos cerrados, buscar que la mente esté en blanco, dar todo el peso del cuerpo al piso, buscar un ritmo parejo en la respiración: inhalar largo, exhalar largo.

Vamos a pensar en las diferentes partes de nuestro cuerpo, de los pies a la cabeza. Vamos a sentir y darnos cuenta de la existencia de cada parte. Entonces primero sentimos los pies, ¿En qué posición están? ¿Cómo los siento? Cansados, relajados. Siento mis talones, los dedos, las plantas, los tobillos. Busco relajar los pies. Recuerden que en los pies se deposita todo el peso de nuestro cuerpo.

Ahora las piernas, sentimos nuestras piernas, primero las pantorrillas, después las rodillas, luego los muslos, las caderas. Qué importante es pensar en nuestro cuerpo, en su bienestar, en cuidarlo. Pero para cuidarlo hay que conocerlo y es muy poco el tiempo que nos damos para pensar en él.

Aprovechemos ahora. Pensemos ahora en los glúteos, en la espalda, la espalda baja, la cintura ¿Qué parte de su espalda toca el piso? ¿Cómo se siente su cuerpo contra el piso? Recuerden darle todo su peso al piso. Pensemos ahora en el estómago, en las costillas, cómo se mueven las costillas cuando respiramos? Respiramos profundo. Inhalamos por la nariz, exhalamos por la boca. ¿Cómo está nuestro pecho? ¿Cómo se abre nuestro pecho cuando respiramos?

Ahora pasamos a los brazos, ¿Dónde están mis manos? ¿Cómo se sienten? ¿Cómo siento las palmas, los dedos, las muñecas, las yemas de los dedos? Nuevamente, busco relajar mis manos después de este día de trabajo, de haber cargado a nuestros hijos, de haber cocinado, de haber limpiado la casa, de repente algunas hemos estado sembrando, de repente otras cosechando. Pensemos cómo está nuestro cuerpo que es nuestra herramienta de trabajo, pensemos en el trabajo que hacen nuestras manos.

Pasamos a hora a nuestros antebrazos, subimos ahora a los codos y nos detenemos en ellos, ¿Cómo están nuestros codos? Seguimos subiendo y llegamos a los hombros y buscamos relajar los hombros. Muchas veces es en los hombros en donde se acumula la tensión y el estrés que provocan los problemas. Nos damos tiempo entonces para relajar ahora los hombros. Nadie nos apura. Respiramos profundo y relajamos los hombros, inhalamos por la nariz, inhalamos por la boca. Seguimos subiendo y vamos sintiendo nuestra nuca y nuestro cuello.

Finalmente llegamos a la cabeza. Pensemos en ella, ¿Alguna hemos pensado cuánto pesa nuestra cabeza? Recuerden de nuevo, todo el peso de nuestro cuerpo está en el piso, nosotras no hacemos ningún esfuerzo por sostenerlo. Giro mi cabeza de un lado al otro lentamente y busco masajearla contra el piso, de nuevo, una y otra vez, de un lado al otro, la muevo para arriba de modo que estiro mi cuello, la muevo para abajo tratando de que el mentón llegue a mi pecho, de arriba abajo y de un lado al otro, lentamente, nadie me apura.

Ahora pasamos adelante y pensamos en nuestra cara, ¿Cómo está nuestra cara? ¿Qué gesto estoy haciendo ahorita con mi cara? ¿Cómo están los músculos de mi cara? ¿Relajados, tensos? Busco relajar los músculos de la cara y recorro mi cara. Empiezo en el mentón, subo a la boca y siento mis labios: están secos, ¿Están mojados? ¿Se tocan? ¿Estoy con la boca abierta o cerrada? Busco relajar los cachetes soltando la mandíbula, no hago tensión con mis dientes, trato de relajar. Subimos ahora a la nariz, respiramos profundo inhalando por la nariz y sentimos cómo pasa el aire por ella. Una vez más. Otra vez. Seguimos y subimos a los ojos. ¿Cómo están nuestros ojos? ¿Abiertos o cerrados? Cerramos los ojos y relajamos los párpados. Respiramos profundo de nuevo y ahora subimos a la frente ¿Cómo está nuestra frente? Tratamos de relajarla. Recuerden que todo nuestro peso está en el piso. Tomamos aire por la nariz y lo botamos por la boca. Ahora nos imaginamos que nos vemos desde arriba. Imaginamos qué figura dibuja nuestro cuerpo sobre el piso”.

4. Caminar como...

Objetivo: que las participantes vayan incorporándose nuevamente al ambiente.

Descripción: la dinámica se utiliza automáticamente después de la dinámica “Ejercicio de Relajación”. Las facilitadoras mencionan varias formas en cómo las mujeres pueden caminar dentro del espacio. Se pueden utilizar frases como: caminar rápido,

caminar despacio, caminar como mujeres, caminar como hombres, caminar como niños, etc.

5. Dinámica: Sígueme el paso

Objetivo: perder la vergüenza a expresarse a través del cuerpo de manera grupal.

Descripción: Se pone una música que invite a las participantes a bailar. Se forma un círculo y una persona hace un movimiento al compás de la música, todas las demás deben imitarla. Luego, la persona elige a otra a que realice otro movimiento. Así sucesivamente hasta que todas hayan participado.

6. Dinámica: Cuento colectivo

Objetivo: elaborar, crear, imaginar un producto colectivo utilizando la creatividad a través del discurso.

Descripción: Las participantes forman un círculo. La facilitadora inicia el cuento con la frase "Había una vez en La Garita...". Cada una de las mujeres debe decir una frase que suma a la elaboración del cuento.

7. Dinámica: Espejo

Objetivo: ser conscientes de la importancia de nuestro cuerpo y perder el temor a expresarse y desenvolverse a través de éste.

Descripción: se arman parejas. Una de las participantes realiza diferentes movimientos con el cuerpo, la otra debe imitarlos. Luego de cinco minutos se intercambian los roles.

8. Dinámica: Relajación en parejas

Objetivo: ser conscientes de la importancia de nuestro cuerpo y perder el temor a expresarse y desenvolverse a través de éste.

Descripción: se arman parejas. Las participantes se sientan con las piernas estiradas y juntan las plantas de los pies. Se agarran de las manos y jalan de ellas cuidadosamente con la finalidad de estirar la espalda.

9. Dinámica: Relajación con sonido en parejas

Objetivo: ser conscientes de la importancia de nuestro cuerpo y perder el temor a expresarse y desenvolverse a través de éste y el uso de la voz.

Descripción: se arman parejas. Una de las participantes realiza diferentes movimientos con el cuerpo acompañados de sonidos, la otra debe imitarlos. Luego de cinco minutos se intercambian los roles.

9. Dinámica: Elaboración de un calendario

Objetivo: conocer las fechas importantes para las participantes.

Descripción: Las participantes eligen un mes del año y realizan dibujos que sean significativos de cada uno de éstos. Además, se deben elaborar los cuadros de las semanas y los días de cada mes. Se unen todos los dibujos y los cuadros de cada mes con una soguilla para armar el calendario.

10. Dinámica: Juego en círculo con la pelota

Objetivo: conocer a las participantes y brindar la posibilidad de empezar a conversar sobre si mismas.

Descripción: Las participantes forman un círculo. Una de ellas coge la pelota y menciona algo que le gusta y algo que le disgusta. Luego, debe entregar la pelota a otra participante. Se repite la acción hasta que todas hayan participado. Todas deben recordar el orden y los enunciados realizados por las participantes. La idea es que la pelota recorra nuevamente el camino seguido pero de manera inversa. De esta manera, la última participante debe recordar qué le gusta y qué le disgusta a la penúltima participante y así sucesivamente hasta llegar a la primera.

11. Dinámica: Juego de las sillas

Objetivo: perder la vergüenza a expresarse a través del cuerpo de manera grupal.

Descripción: Se arma una fila de sillas que tenga una menos que el número de las participantes presentes. Se pide que las participantes bailen alrededor de éstas al compás de la música. Cuando ésta se detiene las mujeres deben sentarse en una de las sillas. La participante que no logra ubicarse sale del juego.

12. Dinámica: Círculo de masajes

Objetivo: expresar afecto y cuidado a través del contacto físico.

Descripción: Se forma un círculo con todas las participantes. Simultáneamente todas dan y reciben un masaje.

Anexo C: Cuento elaborado por el grupo de mujeres

“Había una vez en La Garita...

Un zorro que venía a comerse a las gallinas

Y caperucita roja estaba y el lobo se la comió

¿Quién es la caperucita roja? Llegó el cazador para rescatar a la caperucita

También llegó la abuelita para ver qué había sucedido con su nieta

Se reunieron todos juntos y vivieron felices

(Hasta los zorros también)

Al lobo lo cosieron

Era el cumpleaños de la abuela y celebraron con la nieta y la familia

No había ninguna gallina para celebrar

El zorro todo se lo había comido

3 gallinas se habían escondido e hicieron un banquete con bailetón y cocineras

Todo buscaron pero menos las cocineras

Todo salió bonito con lo que habían hecho”