

Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente

Reconocimiento de validez oficial de estudios de nivel superior según acuerdo secretarial 15018, publicado en el Diario Oficial de la Federación del 29 de noviembre de 1976.

Departamento de Psicología, Educación y Salud

Maestría en Desarrollo Humano



EL DESARROLLO HUMANO Y LA EXPRESIÓN ARTÍSTICA: UNA EXPERIENCIA DE EXPRESIÓN DE EMOCIONES Y CONOCIMIENTO PERSONAL

TRABAJO RECEPCIONAL que para obtener el **GRADO** de
MAESTRO EN DESARROLLO HUMANO

Presenta: **JOSÉ RODRIGO VILLARREAL OLAVARRIETA**

Asesor **NÉSTOR VELÁZQUEZ BARRERA**

Tlaquepaque, Jalisco. 2 de noviembre de 2019.

DEDICATORIAS

A todas las personas que practican “el arte de amar”.

AGRADECIMIENTOS

Tengo una deuda de gratitud, quizá la más grande relacionada no sólo con el presente TOG, con mis padres. Mi madre, que desde pequeño me guió con paciencia y sabiduría sin las cuales muy probablemente la temática del presente documento sería muy diferente. Mi padre, inculcó en mí no sólo la responsabilidad sino también una búsqueda exhaustiva y crítica de la realidad sin las cuales muy probablemente la conclusión de esta ardua labor –el curso de estudios de MDH y la realización de este TOG- probablemente no se hubiera llevado a cabo. A mis hermanos, hermanas, sobrinos y sobrinas agradezco contribuir a darle sentido a mí día a día y a mis actividades tanto personales, académicas y laborales.

En especial quiero agradecer también a la Mtra. Marina Ayo quién con su orientación práctica, humanista y sobre todo cariñosa me motivó durante los tiempos en que consideré abandonar este camino. No sólo ella, sino también muchos otros maestros y maestras ayudaron a mi desarrollo profesional en este campo del saber humano: Mtro. Javier Palomar, Dra. Gabriela Sierra, Mtra. Lourdes Quiroz, Mtra. Gloria Simcha Q.E.P.D., Mtra. Gabriela Ramírez, Dra. Bertha A. Aguilar y otros. No puedo olvidar a mis amistades, compañeros y compañeras que durante los grupos de encuentro y las asignaturas de la MDH me brindaron soporte emocional, sentido de pertenencia y consejo.

También quiero agradecer a amistades por su apoyo simpático y cotidiano. En especial a Ana Bracamontes que siempre me ha motivado a desarrollar mi propio lenguaje artístico y a Sandra Guevara que me reta a mejorar con la misma intensidad que me apoya a lograr algunos de mis sueños.

No puedo omitir mi aprecio a todas las participantes del taller, en especial a las aquellas que menos me conocían y que se “arriesgaron” con la experiencia.

Por último, me gustaría agradecer al personal de PROGRADO, el Mtro. Miguel Cázares por su profesionalismo y actitud conciliadora; y muy especialmente al Mtro. Néstor Velázquez, quien paciente y empáticamente accedió a trabajar junto a mí para mejorar este trabajo, en lugar de simplificarse la tarea y autoritariamente encasillar la intervención a sus estándares y/u opiniones.

A manera de conclusión quiero agradecer a todos los artistas, plásticos y de la vida (especializados algunos en comunicación visual y otros en el “arte de amar”) incluidos anteriormente en este agradecimiento o no – como por ejemplo los artistas o los autores citados que inspiraron esta expresión académica.

RESUMEN

El trabajo que se presenta se realizó bajo la modalidad de: Reporte de Experiencia Profesional (REP), y bajo la observancia de los lineamientos del taller para la adquisición del grado de maestro en Desarrollo Humano denominado "Progrado", por el Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente (ITESO). Este trabajo es de corte interdisciplinar en tanto se constituye con aportaciones del compendio de arteterapia de Rubin (2016), el Enfoque Centrado en la Persona de Rogers (1992), el compendio de teorías de la personalidad en DiCaprio, (1989), entre otros; empero, se adscribe al campo del conocimiento que lleva por nombre: Desarrollo Humano (DH), en Lafarga (2014). Este reporte pretende dar cuenta del contexto, el proceso y los hallazgos encontrados en la intervención social consistente en la impartición del taller "Expresión de emociones y conocimiento personal por medio de las artes plásticas" que se llevó a cabo en 2007 y que contó con la participación de diez mujeres en edad adulta que contaban con estudios universitarios, cuyas edades oscilaron entre 30 y 50 años, un facilitador y una egresada de la Maestría en Desarrollo Humano (MDH) quien fungió como co-facilitadora. El objetivo del taller fue que las participantes contactaran con su experiencia emocional y a partir de esta y de la facilitación, promover el desarrollo de su creatividad, de la expresión creativa y el desarrollo del conocimiento de sí mismas, para ello el creador del taller-facilitador hizo uso de una metodología de trabajo mixta y aportaciones del campo de la expresión plástica y otras pertenecientes a la expresión artística. En estrecho apego a la normativa sobre derecho a la privacidad, se emplean seudónimos para salvaguardar la identidad de instituciones y personas que colaboraron con sus voces y opiniones para la conformación de este trabajo.

Palabras clave: Desarrollo Humano, Enfoque Centrado en la Persona, experiencia, emociones, expresión emocional, artes plásticas, expresión artística.

RESUME

The following paper subscribes itself under the Professional Experience Report mode (REP) and follows the guidelines of the “Progrado” workshop done in order to acquire the Human Development Master degree at Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente (ITESO) (Western Technologic Institute of Superior Studies) for its author. This work is of an interdisciplinary nature because is constituted with the inputs of varied areas of knowledge such as Roger’s Person Centered Approach (1992), Rubin’s art-therapy compilation (2016), DiCaprios personality theories compilation (1989), among others; However this work adheres itself to the knowledge field of its name: Lafargas’s Human Development (DH) (2014). This paper objective is to describe the social context, the process and the results of the social intervention, based in the workshop modality performed in 2007 titled “Emotional expression and self-knowledge trough plastic arts”. Ten professional, 30-50 year old women were the participants of the social intervention, which also included a facilitator and a graduated Human Development Masters co-facilitator. The objective of the workshop was that deriving from the contact and facilitation of their own emotional expression trough plastic arts, the participants could develop their own creativity, evolve their creative expression and develop some degree of self-knowledge. In order to make this possible the developer and facilitator used a mixed work methodology, and concepts deriving from the plastic art and other art expressions. Following the privacy norms compliance, pseudonyms were used to safe the identity of individuals and institutions that collaborated with their voices and opinions in this paper.

Key words: Human Development, Person’s Centered Approach, experience, emotions, emotional expression, Self-knowledge, plastic arts, art expression.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I. LA EXPERIENCIA LABORAL	7
1.1 Síntesis de la experiencia de trabajo actual	7
1.2 Antecedentes de trayectoria laboral	12
1.3 Justificación que sustenta la relevancia social de la intervención	17
1.4 La aportación del Reporte de Experiencia Profesional al Desarrollo Humano.....	27
CAPÍTULO II. VINCULACIÓN CON EL DESARROLLO HUMANO	32
2.1 Vinculación de la intervención social -impartición del taller “Expresión de emociones y autoconocimiento por medio de las artes plásticas”- con la curricula del Desarrollo Humano	32
2.1.1 La creatividad	32
2.1.2 Influencia de las artes en la sociedad	36
2.1.3 Enfoque Centrado en la Persona: tecnología promotora del potencial humano	41
2.1.4 El taller y los grupos de encuentro	46
2.1.5 El facilitador del Desarrollo Humano.....	54
2.2. Aportaciones que se hacen al contexto social	62
2.2.1 Paso de Preparación	63
2.2.2 Paso de Incubación e Iluminación	72
2.2.3 Paso de Verificación.....	95
2.3 Consideraciones éticas	126
2.4 Evidencias reportadas por las destinatarias de la intervención	129
2.4.1 Evidencias de comunicación visual y de escritura creativa	130
2.4.2 Evidencias provenientes de las transcripciones relacionadas con el autoconocimiento	158
2.4.3 Evidencias provenientes de las transcripciones relacionadas con mi desarrollo personal	166
2.4.4 Resultados expresados por las participantes en la encuesta “La voz de las participantes” (LVP)	175
CAPÍTULO III. PROSPECTIVA SOCIAL Y DEL EJERCICIO PROFESIONAL	193
3.1 Mejoras sociales que se prospectan	193
3.2 Mejoras en torno al propio desempeño personal y/o profesional	198
CAPÍTULO IV. CONCLUSIONES Y PROPUESTAS	204
4.1 Elementos conclusivos de la intervención.....	204

4.2 Apropriación de conocimientos del Desarrollo Humano adquiridos durante el curso de la Maestría en Desarrollo Humano y en la intervención	207
4.3 La experiencia de construir el Reporte de Experiencia Profesional.....	218
4.4 Consideraciones finales y propuestas.....	221
REFERENCIAS	226
ANEXOS.....	231
Anexo 1 Escala de estrés de Holmes y Rahe	231
APÉNDICES	233
Apéndice 1 Carta informativa de invitación para participantes del taller.....	233
Apéndice 2 Planeación conceptual del taller.....	235
Apéndice 3 Anteproyecto (del TOG)	237
Apéndice 4 Planeación de sesiones del taller	240
Apéndice 5 Circunstancia y sentido de vida de mujeres profesionistas.....	248
Apéndice 6 Cuestionario La Voz de las Participantes (LVP)	256

INTRODUCCIÓN

El presente trabajo de obtención de grado (TOG) para obtener el título de maestro en Desarrollo Humano (DH), es un reporte de la intervención profesional “Taller de expresión de emociones y auto-conocimiento por medio de las artes plásticas” realizada en la primavera-verano del año 2007, desde el ámbito de conocimiento del grado al que se aspira.

Un problema que el lector experimentará es el entender la experiencia y por consiguiente en delimitar la misma en el área de estudio para la que se realizó. Siendo el Desarrollo Humano un concepto comúnmente asociado con el humanismo, la psicología humanista, las labores humanitarias, las políticas sociales y los recursos humanos empresariales, el lector asociará o disociará el concepto –basado en su experiencia, actitudes o creencias y/o gustos- a una determinada área de estudio del conocimiento humano (filosofía, psicología, voluntariado, sociología, asesoramiento, administración, etc.). Sin haber experimentado dicho taller, podrá evaluarlo racionalmente –en el claroscuro que va desde lo positivo hasta lo negativo- desde su particular postura, contexto y educación. Y en este aspecto reside el problema de percepción, ya que el trabajo está fundamentado en la perspectiva de la psicología humanista existencial experiencial, es decir, el enfoque centrado en la persona (ECP); y probablemente la sola percepción racional resulte parcial y matice la opinión de la pertinencia del taller. Probablemente sólo una experiencia del taller, o de la particular dinámica de enseñanza-aprendizaje con las que se impartían las asignaturas en la maestría en Desarrollo Humano (MDH) en la primera década de este siglo (estilo en el que está inspirada la dinámica de este taller) brinde una percepción más certera de la experiencia (y pueda matizar la percepción de pertinencia). De tal suerte cabe advertir al lector que en caso de no haber experimentado por lo menos un tiempo en algún grupo de encuentro básico con el ECP estará omitiendo parte esencial de comprensión de la experiencia y por extensión de la comprensión de este trabajo (Algo similar al

shock¹ cultural que sucede cuando se ha estudiado una cultura particular pero no se ha vivido en ella).

Terminada la advertencia anterior, procederé a describir el taller objeto del presente TOG. Este taller está basado en una visión holística de la persona, es decir, no se considera un “a” o un “z”; si no un “a” y “z”. De tal suerte la metodología de la enseñanza es mixta². En las actividades del taller se integran sesiones con una temática en específico que a la vez son individuales y colectivas, lógicas y psicológicas, verbales e intuitivas. De manera que en una misma sesión conviven actividades de grupo de encuentro, expresión creativa, exposición de conceptos y, en menor medida, grupo de sensibilización corporal³. El orden de las temáticas es el siguiente: i) pintura de acción, ii) expresionismo abstracto, iii) surrealismo, iv) post-impresionismo, v) nueva objetividad y vi) humanismo y conceptualismo. Si bien, el lector podrá conocer un poco más sobre estos métodos y tendencias artísticas –si es que no los conoce ya- leyendo el documento, el objetivo de tratarlos no es el desarrollarlos en este ámbito (artístico) sino utilizarlos como medio para la expresión y el auto-conocimiento. De igual manera cada sesión está asociada con temas de estudio de la psicología, en el que los temas son los siguientes: i) fondo-figura, ii) emociones básicas, iii) asociación libre de ideas, iv) yo real vs yo ideal, v) reestructuración cognitiva y vi) conceptos básicos de psicología humanista. Al igual que con los temas relacionados al arte, el objetivo de tratarlos no es el desarrollarlos en este ámbito (terapia) sino utilizarlos como medio para la citada expresión y el auto-conocimiento. A diferencia de los temas relacionados al arte se les da un tratamiento más simple y práctico, evitando profundizar en ellos al focalizarse en la expresión creativa y emocional en vez del trabajo intelectual. De esta

¹ Conmoción.

² Los metodología en la enseñanza mixta (que es diferente a metodología mixta de la investigación) se refiere a la que se da en la enseñanza y se define cómo aquella que integra en un solo programa dos o más métodos en los siguientes ejes o aspectos : “métodos de razonamientos: deductivo, inductivo o analógico comparativo”, “métodos en cuanto a coordinación de la materia: lógico o psicológico”, “métodos en cuanto a concretización de la enseñanza: simbólico-verbalístico o intuitivo”, “método en cuanto a las actividades de los alumnos: pasiva o activa”, “métodos en cuanto a la relación maestro-alumno: individual, recíproco o colectivo” o “método en cuanto al trabajo del alumno: trabajo individual, trabajo colectivo o trabajo mixto” (Editoriales y artículos, 2014, s/p).

³ (Rogers C. R., Grupos de encuentro, 1970): “Grupos de conciencia sensorial, grupos de conciencia corporal, grupos de movimiento corporal. Como sus nombres lo indican, tienden a poner de relieve la conciencia física y la expresión por intermedio del movimiento, la danza espontánea, etc.” (p. 12).

manera podemos, mediante el grupo de encuentro, compartirlos, asimilarlos, reconocerlos y tal vez aprender de nuestra particular relación con ellos.

Con relación a lo que el lector encontrará en los capítulos de este documento, narraré brevemente las temáticas contenidas en cada uno de los apartados. En el primer capítulo expondré la síntesis de mi experiencia de trabajo actual dividiéndolo en tres secciones: i) mi trabajo por proyectos (relacionados con actividades remuneradas por medio de “honorarios” y relativas al negocio familiar), ii) mi trabajo menos formal (relacionadas con actividades no remuneradas y relativas con mi familia y el consejo familiar), y iii) mi trabajo de desarrollo personal (relacionados con actividades de administración de patrimonio personal y autorrealización). Continuando con mi actuar laboral, pero ahora relacionado al pasado, narraré diversas experiencias, circunstancias, decisiones y aprendizajes que permitan al lector comprender con mayor profundidad el camino hacia mi situación y actividades de trabajo actual. A continuación, presentaré la justificación de la relevancia social de la intervención a partir del marco en el cual se focaliza la experiencia del taller: las artes gráficas modernistas. Citando diversas definiciones como “arte”, “bellas artes”, “artes plásticas”, “estética” y “belleza” entretejeré la relevancia sociocultural de estos constructos y la relación de las experiencias relacionadas a estos con el desarrollo de las personas, la salud y la sociedad. Dentro de este último apartado también realizaré una breve descripción de las participantes del taller, los específicos de este (lugares, fechas, asistencias, etc.). Por último, hacia el final del capítulo, expondré las aportaciones que el presente trabajo hace al Desarrollo Humano (DH), hilando conceptos como “desarrollo”, “tendencia actualizante”, ECP, y “expresiones artísticas” argumentando como de una manera similar a la que se realiza en la “arte terapia”, se pueden generar experiencias terapéuticas que faciliten el desarrollo de las personas (sin ser terapia, como en el caso de arte terapia).

En el segundo capítulo se dará a conocer al lector diversos aspectos relacionados con la intervención realizada, es decir, el taller “Expresión de emociones y autoconocimiento

por medio de las artes plásticas”. En el inciso 2.1 relacionado con la vinculación con el desempeño profesional se proporciona al lector un pequeño breviarío de temáticas relacionadas con el taller en cuestión. Empezando por definir “creatividad” y tratar varios aspectos relacionados con el proceso creativo para después relacionarlos con los diferentes tipos de inteligencias en el ser humano. Esto creo, ayudará al lector a comprender aún más como este particular taller aporta al campo del DH. Relacionado con lo anterior, pero en el ámbito social se tratarán las cinco teorías de las “funciones del arte”, de manera que el lector podrá deducir cuál de cada una de las diferentes inteligencias está asociada a cada función del arte. Otro tema, de importancia para la vinculación del presente taller con el plan de estudios de la MDH es el Enfoque Centrado en la Persona (ECP) y la psicología experiencial, concretamente relacionada con el facilitado por medio del “Focusing” de Gendlin (1999). Ambas formas de relacionarse son la columna vertebral de la presente intervención. Más adelante y relacionado con una parte sustancial de la dinámica del taller, el lector podrá comprender como los “Grupos de encuentro” (Rogers C. R., 1970, p. 12), se relacionan tanto con el ECP como con el DH. Por último, el lector podrá, no sólo entender mi función como facilitador en este particular taller sino también el proceso que se pretende iniciar en las participantes por medio de resúmenes, citas y explicaciones del “proceso de convertirse en persona” de (Rogers C., 1992), la definición de “sensación sentida” de Gendlin (1999) y los conceptos relacionados con mi actuación como artista-facilitador, inspirados en el actuar como artista-terapeuta particular de la “Terapia de Arte”.

En el inciso 2.2 relacionado con las aportaciones que el taller hace al contexto social el lector podrá adentrarse en cada paso del proceso creativo relacionado con el taller. Se ha separado este proceso en los pasos que Wallas (2014) propone: inspiración, incubación, iluminación (Estos dos últimos debido a su carácter preconsciente o subconsciente unidos en una sola narrativa) y verificación. El lector podrá conocer en el apartado de “inspiración” conceptos utilizados como inspiración (relacionados con la práctica de la terapia de arte para ser adaptados al DH) así como la forma de trabajar esta modalidad desde distintas corrientes de terapia (concretamente Terapia Gestalt y

Terapia centrada en el cliente) para diferenciarla del actuar de los facilitadores durante el taller. En la narrativa que incluye la “incubación” y la “iluminación” el lector primero podrá conocer algunas circunstancias que me llevaron a la identificación del problema, a mi particular manera de concebirlo y muchas vivencias y expresiones visuales que fueron evolucionando dentro de mí para alumbrar la presente intervención. Por último, en la realización del taller, relacionada con la “verificación” el lector podrá darse una idea certera de lo sucedido dentro de cada una de las seis sesiones del taller, mismas que son divididas en actividades con una modalidad (exposición, laboratorio de expresión creativa, grupo de encuentro, etc.) específica.

En el inciso 2.3, se tratarán aspectos relacionados con consideraciones éticas, principalmente relacionadas con dos aspectos: el resguardo de información sensible y/o confidencial de las participantes; y la responsabilidad que tenemos como egresados de la MDH de compartir nuestra capacitación al no omitir acciones que, reconociendo nuestras limitaciones, puedan contribuir al desarrollo de las personas.

En el inciso 2.4, se expondrán evidencias proporcionadas por las participantes del taller relacionadas a: i) la comunicación visual y de escritura creativa, ii) relacionada con el proceso de auto-conocimiento de las participantes, iii) relacionadas con el desarrollo personal del autor (considerado desde la perspectiva del DH, no sólo como facilitador sino también como persona beneficiaria), y iv) relacionado con el cuestionario “La voz de las participantes” donde se obtuvo evidencia de las percepciones de las participantes relacionadas con las características del clima (propuesto en el ECP), el cumplimiento de objetivos, los resultados y otros aspectos.

En el tercer capítulo, se presentan las expectativas de desarrollo social y personal/profesional relacionadas con esta intervención. Por último, en el cuarto capítulo se presentan conclusiones, una narrativa relacionada con la experiencia del taller que sustenta la eficacia en la apropiación de los conocimientos y habilidades aprendidos en la MDH, una narrativa relacionada con la experiencia de la construcción

del presente Trabajo de Obtención de Grado (TOG) por medio de PROGRADO durante un primer intento fallido en el semestre enero-junio 2019 y otro, al parecer exitoso en el semestre julio-noviembre del mismo año. Por último, se presentan consideraciones finales relacionadas con la intervención, PROGRADO y la MDH.

CAPÍTULO I. LA EXPERIENCIA LABORAL

1.1 Síntesis de la experiencia de trabajo actual

La manera en la que he organizado mi trabajo, si bien no es ortodoxa para una persona como yo, me ha permitido, no sólo una flexibilidad con relación a mis deberes, sino también la posibilidad de elegir proyectos que me sean personalmente significativos e importantes.

Tengo una oficina ubicada en un Centro de Negocios que es propiedad de mi padre, ahí trabajo bajo el esquema de honorarios por proyecto. Si bien, esto me genera ingresos adecuados, muchos de los proyectos en los que invierto mi tiempo laboral no son redituados económicamente mediante este esquema. Algunos de estos proyectos están relacionados con el consejo familiar, otros con el manejo de inversiones personales y otros más están relacionados a la realización personal, enfocándose en los ámbitos educativo y humano. Ejemplos de esto son la continua participación en cursos de distintos campos relacionados con mis estudios universitarios y de posgrado, la realización de obras artísticas en diferentes medios y la terapia ocupacional enfocada a mantener mi hogar a mi gusto. Cabe aclarar que, gran parte de mis ingresos, son el resultado de la administración de las inversiones personales dentro de la que destaca un porcentaje accionario de distintas empresas de la localidad.

A continuación, describiré algunas actividades laborales realizadas durante el año 2018 y 2019.

El trabajo por proyectos

Este trabajo incluye las siguientes actividades:

a) Participación en la elaboración de unidades de condimentos y aditivos con las cuales se realizarán los productos de mayor calidad y margen de utilidad de una empresa de alimentos donde laboro. Si bien, esto es un trabajo con demanda física media, tiene gran importancia para el control de calidad de los productos elaborados y para el mantenimiento del “secreto industrial” de dichas formulaciones. b) Revisión y estudio de registros marcarios en el Instituto Mexicano de la Propiedad Intelectual (IMPI), con el fin de identificar nuevos ingresos que pudieran generar confusión en el público o dañar el posicionamiento consumidor de los registros propios de esta empresa. c) Contratación, visto bueno de estrategia propuesta, seguimiento, control y autorización de pagos de todos los procedimientos jurídicos interpuestos a esta empresa ante el IMPI, la Sala Especializada en Materia de Propiedad Intelectual (SEMPI) del Tribunal Federal de Justicia Administrativa y el Tribunal Colegiado en Materia Administrativa del Primer Circuito (TCMAPC), de los casos de nuevos registros marcarios que puedan representar una amenaza para los registros propiedad de la misma. d) Planeación y capacitación de los empleados operativos de esta empresa con relación a la búsqueda de pruebas, control, clasificación y elección de evidencia relacionada con la comprobación del uso de sus registros marcarios ante el IMPI. e) Planeación, ejecución y control de algunas actividades de promoción de ventas y relaciones públicas (patrocinios) de esta empresa. f) Participación en las juntas del consejo de administración y redacción de actas de las mismas; todo ello relacionado con esta empresa de alimentos.

Un trabajo menos formal

Con relación a los proyectos no retribuidos económicamente por Honorarios (sino de manera de trueque, gratificación o donación) relacionados con el consejo familiar destacan: a) Planeación y capacitación de personal, control y evaluación del Centro de Negocios (antigua casa habitación de mi familia paterna con alto valor sentimental

familiar por lo que se mantiene como si inmueble del INBA⁴ se tratara), donde se rentan diversos espacios y se dan diferentes servicios para oficinas administrativas. b) Realización, negociación y control de contratos de arrendamiento y de pagos del Centro de Negocios. c) Planeación, organización, control y evaluación de remodelaciones en acabados (ventanales, madera, pisos, pintura, etc.) del Centro de Negocios. d) Búsqueda, prospección, evaluación de factibilidad de compra, negociación, escrituración y pago de nuevos inmuebles en adquisición en la Zona Metropolitana de Guadalajara (ZMG). e) Promoción, prospección, investigación de arrendatarios, negociación, realización y control de contratos de arrendamiento, revisión de acuerdos notariados y control de pagos de distintos inmuebles en la ZMG. f) Cálculo, manejo de expectativas, entrega y control de una parte de las donaciones realizadas por el consejo familiar. g) Planeación y promoción del proyecto en el consejo familiar de un Centro de Desarrollo Integral para facilitar el desarrollo de las diferentes inteligencias en los empleados de la empresa de alimentos por medio de pláticas, talleres, proyecciones y clases que incluye un Club de Negocios enfocado al desarrollo de proyectos personales de los obreros para facilitar sus procesos de jubilación. h) Participación en juntas formales e informales del consejo familiar. i) Facilitación de miembros del consejo familiar con asuntos relacionados al manejo de sentimientos, expectativas y otras circunstancias personales.

El trabajo de desarrollo personal

Además, trabajo en otros proyectos personales diferentes a los descritos anteriormente, en este rubro se relacionan con el manejo de inversiones personales, donde se destacan: a) Planeación, investigación de propuestas de inversión, negociación, control y evaluación de inversiones en moneda nacional y extranjera. b) Búsqueda, prospección y evaluación de factibilidad de compra de inmuebles en la ZMG. c) Promoción, prospección, investigación de arrendatarios, negociación, realización y

⁴ INBA es el acrónimo con el que se conoce al Instituto Nacional de Bellas Artes. El INBA es el acrónimo que designa rápidamente al Instituto Nacional de Bellas Artes. Es una entidad desconcentrada dependiente de la Secretaría de Cultura de la república mexicana.

control de contratos de arrendamiento, revisión de acuerdos notariados y control de pagos de distintos inmuebles en la ZMG.

Entre estos proyectos, también se encuentran los relacionados con la autorrealización personal enfocados en los ámbitos educativo y humano, como los siguientes: e) Participación en el curso “English as a second lenguaje (ESL) focused on arts” (Idioma inglés enfocado a las artes) en la Toronto Film School⁵ (TFS) ubicada en Toronto, Ontario, Canadá por 2 ½ meses, f) Realización de 5 esculturas con esqueleto flexible para realización del cortometraje en *stop motion*⁶ “Hamar⁷ education: Germs” (Educación Hamar: Gérmenes) enfocado a facilitar la educación (comprensión y aceptación⁸ de la existencia de los gérmenes) y creación de hábitos (lavarse las manos antes de preparar alimentos y hervir el agua para beber) en niños de la tribu Hamar (en el valle del Omo, Etiopía) coordinados por una activista inglesa líder de distintos proyectos de turismo altruista en las aldeas cercanas al poblado de Turmi. g) Realización de tres obras plásticas realizadas en carboncillo consistentes en rostros y animales. h) Administración de presupuesto (compra oportuna⁹ de vestimenta y otros bienes de primera necesidad) y entrega de bienes de beneficencia personal.

Cabe mencionar que para el curso de ESL en la TFS, se realizaron las siguientes actividades utilizando el Enfoque Centrado en la Persona (ECP):

⁵ Escuela de cine de Toronto.

⁶ Stop motion es un anglicismo que empezó a penetrar en el uso de la lengua española en tiempos relativamente recientes. Tradicionalmente, en lengua española, se ha designado esta técnica con muchos términos diferentes, como por ejemplo «animación en volumen», «parada de imagen», «paso de manivela», «animación foto a foto», «animación fotograma por fotograma» o «animación cuadro por cuadro».

⁷ La tribu Hammar, que tiene su territorio en el Valle del Omo, al sur de Etiopía. Es una tribu primitiva semi nómada, pastoralista, polígama y animista. Junto con los Mursi es considerada una de las menos civilizadas del continente y del mundo.

⁸ Al ser animistas y asistir con el curandero tribal para intentar “librarse” de la enfermedad (pagando con la “moneda” local: cabras) rara vez asisten al centro de salud de Turmi. Si bien a algunas personas se les había explicado “la existencia de animales pequeñísimos” que entran al cuerpo y causan la enfermedad, al no ser capaces de verlos no aceptaban la información aun cuando aparentemente la entendían. El curandero tribal, no facilitaba el proceso de aprendizaje, ya que dieztaba sus ingresos y estatus dentro de la aldea.

⁹ Es decir, el comparar calidad y precios en diferente estacionalidad y buscar ofertas para maximizar el presupuesto.

Dado que el producto de salida necesario para el correcto término del curso requería que nuestro equipo multicultural (integrado por chinos, taiwaneses, vietnamitas y mexicanos) realizara un cortometraje, propuse e implementé un sistema democrático basado en deseos y aptitudes de cada integrante enfocado a definir responsabilidades y escoger el género dramático y tema. Una vez designado como productor ejecutivo (encargado de presupuestos y tiempos) y guionista, utilizando el ECP propuse un sistema para establecer la trama del cortometraje (para que todos los involucrados estuviéramos conformes y motivados), enfrentando -en muchos casos- la falta de interés, perfeccionismo, confusión, e incluso depresión de algunos integrantes, logramos tener un guion que fue consensuado. Después, una vez terminadas mis responsabilidades continué participando de esta manera durante el resto de la pre-producción y producción (filmación). En la post producción (edición y musicalización) una sola persona (la directora) acaparó el control cerrando la comunicación con el resto del equipo, siendo solamente dos los interesados en mantenerla abierta, confrontando y dialogando sobre su decisión para terminar la colaboración de manera amistosa.

En la primera ponencia (en inglés) sobre un tema libre, elegí el de “Manejo de emociones: Alegría, Miedo, Afecto, Tristeza, Enojo -MATEA”, mismo que, además de proporcionar conocimientos sobre el tema, incluía una dinámica vivencial utilizando el marco del ECP para comprender qué emociones generaba la proyección de un “tráiler” elegido por cada asistente y su posterior diálogo focalizado en las vivencias que lo hicieron significativo para el que lo propuso.

En la segunda ponencia (en inglés) sobre un tema libre elegí el de “Jerarquía de valores”, que incluía una dinámica vivencial acerca del establecimiento y negociación de jerarquías de valores en diferentes subgrupos del salón (cada vez más numerosos). Mediante su posterior diálogo focalizado, reflexionamos sobre las características de la jerarquía de valores, donde propuse una reflexión enfocada en analizar la jerarquía de valores de los integrantes del grupo y la posible intolerancia de valores distintos a los

propios; esto fue motivado por la observación del proceder de diversos miembros de la clase hacia otro compañero.

Como se puede ver, mi experiencia laboral, si bien no está limitada a mis estudios universitarios, busca aplicar los conocimientos adquiridos en estos de una manera no sólo práctica y significativa sino también flexible y algunas veces innovadora. Esto con una clara intención hacia la satisfacción de necesidades de auto realización, manteniendo un equilibrio acorde con el Desarrollo Humano.

1.2 Antecedentes de trayectoria laboral

Aunque desde la infancia he tenido contacto cercano con personas con experiencias de vida muy diferentes a la propia, siempre he vivido, por así decirlo, en una “burbuja”. Por un lado, estudiando desde preprimaria hasta preparatoria en un colegio liderado por “hermanos maristas” enfocado en el catolicismo, y por otro, por la asistencia a trabajar los sábados y periodos vacacionales en la empresa familiar, conviviendo con empleados en los Departamentos de Empaque, Logística y Ventas que, como mínimo me doblaban la edad, con una realidad económica, social e ideológica, muchas veces diametralmente opuesta a la propia, y que, al tratar con un menor, cuidaban sus acciones, más no necesariamente sus comentarios. Esta situación me hizo consciente - desde temprana edad- de una realidad que muchos de mis familiares o amigos, ni siquiera imaginaban. Después cursé la carrera de mercadotecnia en una universidad privada de la localidad, donde, además de adquirir los conocimientos propios de las asignaturas, fui consciente de que las diferencias sociales e ideológicas no eran resultantes de un entorno económico, ni siquiera de una educación cristiana.

Durante la universidad, formé parte de una comunidad de vida cristiana (CVX)¹⁰, liderada por un sacerdote jesuita. Durante la etapa de conformación del grupo, cada

¹⁰ “La CVX es un movimiento eclesial católico, inspirado en la espiritualidad ignaciana, generalmente vivenciada a profundidad mediante la experiencia del discernimiento y en ejercicios espirituales. A través de la dinámica

integrante compartía su historia personal, más al encontrarme con amistades, conocidos y desconocidos, francamente, la mayoría de dichas historias, no me eran significativas. Buscamos un apostolado, por lo que, visitamos diferentes lugares entre los que estaban un hospicio, un asilo y una granja de recuperación psiquiátrica; donde me di cuenta de que mi miedo era mucho menor que el experimentado por la mayoría de mis compañeros; en especial las de sexo femenino (Yo lo atribuyo a que mi “burbuja” era menos gruesa que las de mis compañeros). Un aprendizaje importante fue la concientización de que el relato de la experiencia personal (al menos en mi caso), esta matizada por el instinto de autoprotección, incluso en un medio ambiente “caritativo”. Esto me representó una oportunidad para la creación de relaciones más auténticas, incluso para el inicio de un proceso de desarrollo personal y de sanación de problemáticas ignoradas por decisión propia.

Siempre me ha gustado y he tenido aptitudes para el dibujo. Por ello, me hice cargo de la imagen corporativa de la empresa familiar durante la universidad; y después este trabajo se extendió a las campañas de publicidad masiva de la empresa.

Como resultado de cambios importantes en circunstancias de mi vida personal y el ingreso a la Maestría de Desarrollo Humano (MDH) en el ITESO, fui adquiriendo experiencia y conocimiento sobre el Enfoque Centrado en la Persona (ECP) y la manera en que su aplicación en grupos de crecimiento hacía más exitosos, no sólo el relato de la experiencia, sino también la catarsis y el conocimiento personal. Otro cambio importante en el transcurso en la MDH fue la conciencia de la circunstancia y percepción de mis maestras y compañeras de sexo femenino con relación al patriarcado, en las esferas no solo intrapersonal (emocional, afectiva y racional), familiar y amistoso, sino también en lo laboral. Asimismo, esta conciencia me llevó a

comunitaria de pequeña iglesia, se establecen relaciones de apoyo mutuo, comprensión y compañía, en una espiritualidad que coloca a Cristo en el centro de nuestras vidas. El proceso de crecimiento en la CVX: 1ª. etapa.- Conoces y te conocen. 2ª etapa.- Te “late” y profundizas en el estilo de vida de CVX. 3ª etapa.- Transformas el “me late” en una decisión discernida. 4ª etapa.- Se forma parte del cuerpo apostólico CVX”.

cuestionar mis valores, creencias y actitudes en relación con mis expectativas y sentido de vida.

Me incorporé a este trabajo haciendo estudios de mercado cuantitativos para la empresa familiar por un esquema de proyectos remunerados por medio de recios de honorarios, por lo que me fue asignado un ingreso. También apoyó a las labores estratégicas (por cierto, laboriosas), ha sido una colaboración que presté ante la ausencia de otros miembros de la familia que, por diversos motivos, no podían atender. Otra actividad que desempeñaba estaba relacionada con instancias acreditadoras (como el Instituto Mexicano de la Propiedad Intelectual -IMPI), lentamente fui descubriendo áreas de oportunidad que estaban (un tanto) descuidadas y/o difíciles como, por ejemplo; la publicidad y el manejo de propiedad intelectual. Un ejemplo de esto es que, debido a un supuesto “conflicto de intereses” con otro cliente, el despacho de abogados con el que trabajábamos nos dejaba vulnerables en esta área al no proponer y/o presentar modificaciones importantes en los tipos y diseños de registros marcarios y al no presentar las pruebas de uso correctamente. Dicha situación me motivó a capacitarme en el tema, sensibilizar sobre su importancia al Consejo de Administración de la empresa familiar y apoyarlo en la elección de un nuevo despacho.

Debido a que las actividades anteriores eran estacionales, en los periodos con menor carga de trabajo, aprovechaba mi tiempo para mi desarrollo personal, tanto económico como humano. En estos periodos me enfocaba en la construcción y remodelación de inmuebles propios o familiares, así como en tomar cursos de interés personal o para aplicación en el consejo familiar. Cuando un tema me era altamente significativo, trataba de compartirlo con aquellas personas a mi alrededor (familiares, amigos o empleados), incluso, llegando a contratar cursos para el consejo familiar cuando era más conveniente que un tercero impartiera el conocimiento. Un ejemplo de esto es que, al ser consciente de que un familiar con un puesto gerencial imitaba el perfil de “hombre orquesta” del fundador, promoví una adaptación del curso “Liderazgo y motivación para la fuerza de ventas” (que yo había tomado), participando en la retroalimentación y

dando el visto bueno de las actividades a realizar. Convirtiéndose en los cursos de “Liderazgo y motivación para la empresa familiar” y “Diagnóstico y capacitación del uso del Herrmann Brain Dominance Instrument (HBDI)¹¹ en la empresa familiar”. También esto partió del reconocimiento de que uno de los departamentos donde mayor rotación de personal se tenía era el área gerencial en Recursos Humanos, empecé a diagnosticar la problemática y a mediar en el consejo familiar ciertas situaciones problemáticas donde el factor común era la falta de comunicación de dos vías: no solo de los directores con los gerentes sino también de los obreros y mandos medios hacia los directores.

Después de la jubilación de mi padre de la dirección de la empresa de alimentos, aquellas actividades en las que la inversión era considerada onerosa (como la publicidad), fueron canceladas por el nuevo director (miembro del consejo familiar), cuya visión era manejar un presupuesto aún más austero. Así que, mientras tanto, decidí capacitarme con estudios que serían útiles para los nuevos mercados. Cabe mencionar que con las campañas publicitarias en medios masivos, desarrollé un gusto personal por la escritura de fábulas y cuentos cortos; al fin y al cabo, un buen anuncio muchas veces es esto. Cuando mi hermano convenció a mi padre de cambiar la publicidad en medios masivos por medio de spots¹² por menciones en vivo en un programa específico, mis responsabilidades pasaron de ser un desarrollo creativo, a operativas. Tiempo después, me enteré de un posgrado (maestría en narrativa y producción digital) impartido en fines de semana enfocado a narrativa y producción audiovisual al que me inscribí. Mi motivación era trabajar en mi propio sentimiento de estancamiento por medio de la capacitación y expresión de ideas, muchas de ellas relacionadas con las inquietudes que el curso de la MDH había ayudado a concientizar y utilizar dicho conocimiento cuando se aprobara en la empresa nuevamente un presupuesto para publicidad en medios masivos. Al término del posgrado, la

¹¹ El HBDI, Instrumento Herrmann de Dominancia Cerebral, es una de las herramientas de diagnóstico más poderosas y flexibles. Consta de un cuestionario de diagnóstico conformado por 120 preguntas que al contestarlas, se obtiene un indicador de la “dominancia cerebral de la persona”, el grado en que una persona prefiere una manera particular de pensamiento y por lo mismo de conducta.

¹² Voz inglesa (|| soporte en que se transmite un mensaje publicitario).

universidad nos proponía la asistencia a un curso corto (en una escuela con las que tenían un acuerdo) en Los Ángeles (LA), donde se realizaría un cortometraje no profesional, mismo que podría ser analizado y presentado como trabajo para titulación; esta fue una experiencia muy satisfactoria. Basado en mi experiencia en L.A., busqué algún curso en Estados Unidos de América (EUA) o Canadá para tomar durante mis vacaciones y encontré uno impartido por una escuela de cine y diseño en Toronto que se ofrecía de manera introductoria para estudiantes extranjeros que querían cursar alguna de las carreras técnicas ofrecidas en la escuela. Cuando decidí tomar el curso de inglés en la Toronto Film School (TFS) y dar las ponencias en inglés; todo ello me permitió darme cuenta de lo compleja que es la adaptación a un medio ambiente intercultural, así como la interacción y el trabajo en este tipo de equipos. Dicho curso requería la realización de un cortometraje (en equipo) para sensibilizar a los estudiantes sobre los retos de trabajar en un país extranjero con un equipo multicultural. Decidí alargar mis vacaciones y tomar este curso, doblándoles la edad a mis compañeros y siendo el único estudiante sin planes de cursar una carrera. En mi estadía en Toronto experimenté situaciones similares a mis compañeros de clase, con la diferencia de tener un mejor manejo del idioma y experiencia en trato y negociación adquiridos en mis viajes vacacionales. A nivel personal, estos estudios también desarrollaban mis aspiraciones artísticas, ya que me ayudaban a profesionalizar una de mis pasiones: la escritura de fábulas y cuentos cortos. Estos estudios fueron benéficos para el proyecto del cortometraje “Hamar education: Germs” (Educación Hamar: Gérmenes) en el que, pasé una temporada como voluntario haciendo visitas a familias tribales enfocadas a mejorar la inocuidad alimentaria y prevenir la enfermedad. Fue entonces cuando me di cuenta de la enorme área de oportunidad que se tenía, en cuanto a educar a los niños en vez de tratar de convencer a los adultos de cambiar su cosmovisión sobre “los espíritus malignos causantes de la enfermedad” (como era su visión). E incluso más allá, integrando no solo mi Maestría en Narrativa Audiovisual, sino también la Maestría en Desarrollo Humano.

En la TFS (Toronto), al observar el duro trabajo de la profesora al tratar de enseñar, motivar, negociar y contener discusiones en las clases, decidí a elegir los temas

“Manejo de emociones: MATEA” y “La jerarquía de valores” para la exposición de mis ponencias. La primera estaba programada para 20 minutos, pero duró cerca de dos horas. La profesora se interesó por convertir este sencillo ejercicio de práctica de habilidades verbales en una dinámica de aprendizaje que mejorara la relación de los integrantes del grupo, y por ende, de los diferentes trabajos a entregar. Para la segunda exposición, la profesora me preguntó con anticipación el tema a exponer y el tiempo necesario, declarando lo complacida que había quedado con la primera. Estos fueron los inicios de mi incursión en la expresión artística y la conjugación con el Enfoque Centrado en la Persona (ECP).

Estas experiencias, y el conocimiento de la existencia de PROGRADO, me llevaron a retomar mi experiencia como facilitador de un “Taller de expresión por medio de las artes plásticas” en el año 2007 que había sido la concretización de mi crecimiento personal pero también de mi paso por la Maestría en Desarrollo Humano. Es en torno a esta experiencia que se organiza el Reporte de Experiencia Profesional que ahora se presenta. Como se puede inferir, mi circunstancia personal puede resultar similar a la de muchas mujeres profesionales que trabajan de tiempo parcial o con horario flexible, con la diferencia de que, en mi caso, la reproducción y cuidado de los hijos son sustituidos por la creación artística y el cuidado de la salud personal.

1.3 Justificación que sustenta la relevancia social de la intervención

En esta sección se expone la relevancia del trabajo realizado en campo, mediante argumentos que buscan explicitar la pertinencia de la intervención ejecutada, para ello se presentan los conceptos de arte, estética y belleza, también se ostentan dos denominaciones: expresión artística y expresión plástica, en íntima relación con el desarrollo personal, en otras palabras, en este trabajo se conciben las expresiones mencionadas como medios que favorecen el autoconocimiento y por tanto el desarrollo personal, asimismo se presentan algunas características demográficas de la población objetivo de estudio.

Debido a que en la intervención que aquí se presenta se utilizaron expresiones artísticas para arribar al objetivo de la intervención, se considera necesario que el lector esté familiarizado con las definiciones de: arte, estética y belleza. Así, la palabra “arte” es definida en la (Real academia española, 2018, s/p) como “Capacidad, habilidad para hacer algo” y “Manifestación de la actividad humana mediante la cual se interpreta lo real o se plasma lo imaginado con recursos plásticos, lingüísticos o sonoros”, las citas anteriores, son dos acepciones que se ajustan a la labor realizada, sin decir con ello que sean los únicos significados del término, pero si los que mejor se ajustan a la descripción de las actividades desempeñadas, en cuanto a hacer y manifestar. El origen de la palabra procede “del latín *ars*, *artis*, y este calco del gr. τέχνη *téchnē*”. Derivado del análisis de los dos significados expuestos, y desde circunstancias distintas y a partir de sus raíces latinas y griegas, los significados otorgados a la palabra revelan su carácter creador, es oportuno decir que este vocablo originalmente se utilizaba para designar las tareas realizadas, tanto por técnicos en producción de bienes (Como sastres, herreros, zapateros o cocineros), como aquellos técnicos en producción de “bellas artes” (Como músicos, poetas, escultores o pintores).

Con el paso del tiempo, la profesionalización de la técnica y el desarrollo del comercio, las actividades relacionadas con la producción de bienes “útiles”, emplea el término “oficio” (Prette & De Giorgis, 2002). En el Renacimiento, con su aprecio por la expresividad y culto a la personalidad del artista, surgió la palabra “artesanía” (Tipos de arte, 2017, s/p) para diferenciarla de aquellos bienes “hechos con arte” (Prette & De Giorgis, 2002) más carentes de originalidad o sin profesionalización en la técnica naturalista. Incluso después, con la invención de la fotografía y la computación, y más tarde de medios industriales de producción en serie o robotizados, la profesionalización de la representación naturalista fue menos apreciada. Con el desarrollo de la curaduría, el aumento en el número de artistas y la comercialización de las bellas artes, el valor atribuido a la originalidad se afectó. Estos cambios llevaron a un apasionado debate entre lo que es “arte” y lo que no, rebasando incluso la definición de la palabra en sí (Freeland, 2003).

Relacionado con el debate sobre que es arte y que no, esta cuestión ha sido abordada por la filosofía dentro de teorías estéticas como la de Kant o Hume que se fundamentan en la belleza¹³, el buen gusto o la forma significativa. Lo que nos lleva a dos conceptos estrechamente relacionados con el arte: estética y belleza. En cuanto a la palabra “estética” son dos definiciones las que ostentan su significado: “Perteneiente o relativo a la percepción o apreciación de la belleza” y “Armonía y apariencia agradable a los sentidos desde el punto de vista de la belleza” (Real academia española, 2018, s/p). Como se observa ambas significaciones refieren el término belleza como elemento relacionado con lo estético, en este sentido la armonía vinculada a lo estético se amalgama con el arte para dar paso a la siguiente definición: belleza. Sobre belleza, se toman las definiciones siguientes: “Cualidad de bello” y “Que, por la perfección de sus formas, complace a la vista o al oído y, por ext., al espíritu” (Real academia española, 2018, s/p), en tanto que se piensan definiciones que favorecen el entendimiento de lo estudiado, el término proviene de la locución latina: “*bellus*”. Respecto a las definiciones revisadas es oportuno decir que los artistas han incorporado o utilizado conocimientos o métodos psicológicos, sociológicos o pedagógicos, que no solamente forman parte imprescindible de la historia del arte, sino que muchas veces confrontan o contradicen los métodos. De tal suerte que, una definición de “arte” que tome en cuenta la diversidad del arte con el fin de dejar clara la dificultad de presentar teorías adecuadas acerca de lo que significa “arte” y por qué se valora una obra es la de Richard A. (Anderson en Freeland, 2003, p. 213): “El arte es una obra con significado de trascendencia cultural, hábilmente codificado en un medio sensorial que nos afecta”.

Ahora, con relación a los medios en que se realizan las artes, en el siglo XIX se generalizó una clasificación de las bellas artes que hasta nuestros días es aceptada, la que contempla siete clasificaciones generales: Arquitectura, Danza, Escultura, Música, Pintura, Literatura y Cine. De tal manera, y sin ahondar en la calidad percibida por un sujeto determinado de cierta expresión en particular, (llámese entretenimiento,

¹³ Para juzgar una belleza de la naturaleza como tal no necesito tener con anterioridad un concepto de la clase de cosa que el objeto deba ser, es decir, no necesito conocer la finalidad material (el fin), sino que la mera forma, sin conocimiento del fin, place por sí misma en el juicio (Immanuel Kant, *Crítica del juicio*, 1, 2, 48, 1790)

artesanía, arte callejero o bellas artes), también se puede clasificar el “arte” a través de los recursos usados: Sonoras (Música), Lingüísticas (Literatura), Plásticas (Arquitectura, escultura y pintura), Corporales (Danza), Mixtas (Cine). De las anteriores, la relevante para el objetivo del presente trabajo son las llamadas de tipo “plásticas”. Es oportuno expresar que definir y clasificar el arte es una labor compleja en tanto que como concepto incorpóreo y en constante evolución es prácticamente imposible establecer un conceso conceptual y clasificador del arte.

En consonancia con el objetivo de la intervención, la que consistió en que los participantes se expresarán por medio de tres métodos y diversas técnicas de las artes plásticas y reflexionarán en un grupo de encuentro (con el ECP) sobre dicha expresión (que podría extenderse a una tesis cuya hipótesis sería dar cuenta de la efectividad de emplear expresiones artísticas -como el dibujo y la pintura- para reconocer experiencias personales[entendiendo como experiencia aquellas vivencias que poseen un sentido y/o un significado para quien las posee]). De esta forma, mediante la realización de obras artísticas-plásticas las participantes plasmaron significados y compartieron verbalmente experiencias de orden diverso, las que en mayor o menor medida ostentaron circunstancias de vida consientes o inconscientes generalmente cargadas de contenidos emotivos, que no eran sino la materialización de la subjetividad sensible del autor de cada obra. De esta forma las obras realizadas sirvieron al propósito de: pintar o nombrar experiencias concebidas en su ser, las que se plasmaron mediante pintura, tiza, lienzo, papel o arcilla, medios materiales que sirvieron para producir creativamente la expresión artística con su incorporeidad temporal característica, estados furtivos hasta el momento en que se retrataron gracias al espacio brindado para materializar y posteriormente contemplar dichas manifestaciones, y así ahondar en el autoconocimiento de su autor y de quienes acompañaron el proceso creativo y de significación de las llamadas experiencias. Dicho lo anterior se presenta a continuación una concepción de lo que aquí se piensa como expresión artística y expresión plástica:

Expresión Artística en los términos más generales y llanos es el acto mediante el cual se encauzan intelectualizaciones y sentires de orden subjetivo, a un medio material

empleando disciplinas artísticas. Al respecto Alcaide (2006) reconoce que es característico de las expresiones artísticas la individualidad de quien la realiza, aquí una cita que lo ilustra: “Todo creador en el terreno de la expresión artística, aunque esté produciendo configuraciones que tiendan a discursos universales, está dejando su individualidad [en] la obra, lo que es propicio tanto a la educación como a la terapia” (p.89).

En tanto en mi opinión, si bien es cierto que las expresiones artísticas son medios excelentes de expresión de asuntos tan únicos como lo es cada individuo, también es verdadero que, como individuos insertos en contextos físicos, situacionales, políticos, históricos, culturales, etc. condicionados a una época, y como seres complejos dueños de las tecnologías comunicacionales más sofisticadas conocidas hasta hoy, que en conjunto buscan acercarnos con los semejantes, precisamos además de la comunicación de tipo interpersonal, la variable intrapersonal en comunicación, entendida como la comunicación con uno mismo. Las expresiones artísticas suelen ser medios que promueven la comunicación con nosotros mismos con los beneficios implícitos en tanto que promueven el autoconocimiento. A continuación, una cita que ilustra lo mencionado anteriormente es la expuesta por Alcaide (2006) “La expresión artística es una de las mejores posibilidades que tenemos los seres humanos de comunicarnos con nosotros mismos y con los demás, a través de ese lenguaje simbólico, no siempre verbal, que son las artes” (p. 91).

En el mismo orden de ideas, con miras de explicitar lo relativo a expresiones plásticas modernistas, estas se diferencian de las expresiones artísticas por su cualidad de especificidad. Es decir, que si bien las expresiones artísticas, así como las expresiones plásticas son representaciones subjetivas humanas que comunican el sentir y pensar de sus autores, para lo cual se valen de disciplinas y técnicas. La diferencia radica en los medios de expresión, de manera que las expresiones plásticas por definición poseen la cualidad de poseer color, forma y volumen y una vez concluidas permanecen “inmutables” en el tiempo -en contraste con la danza-. Por excelencia las expresiones

plásticas son: gráfico-plásticas y poseen la cualidad de inaudibles. Las llamadas expresiones plásticas como: la pintura y la escultura son las que precisan de medios materiales no orales para su realización, en tanto que expresiones artísticas como la danza varían su composición cada vez que se representan, es decir, que no son “inmutables” y la música que puede precisar de cualidades orales y escritas para su manifestación “material”, no son expresiones plásticas. Aquí las palabras de Alcaide (2006) quien de forma diáfana y concisa expresa que se entiende por: “La expresión plástica y visual nos permite «hablar» a través de [...] símbolos, de lo que nos ocurre, de lo que deseamos, de lo que odiamos o amamos” (p.91).

De tal manera las expresiones plásticas o “artes plásticas” se vinculan con las creaciones del ser humano que buscan expresar, mediante recursos plásticos, su visión sensible del mundo real o imaginario y estas pueden ser expresadas en distintos soportes como la pintura, la escultura, la arquitectura, entre otros. Cabe destacar que la fotografía, la joyería, la alta costura, la cerámica y el grabado también forman parte de las artes plásticas. Así, dependiendo del tipo de técnicas y/o materiales que sean empleados, se pueden clasificar las artes plásticas en: gráficas (Pintura, dibujo y grabado) y plásticas (arquitectura y escultura-en barro, plastilina, cera, madera o metal).

En síntesis, las expresiones artísticas dentro de las que se inscriben las expresiones plásticas, pueden ser medios fiables y poderosos para expresar experiencias humanas tan diversas, tan únicas y tan significativas, como únicos son los seres humanos. En la particularidad de este trabajo las expresiones mencionadas sirven al propósito de expresar para explorar y en su caso clarificar o significar de maneras nuevas y más elegidas ciertas experiencias. Son pues estas formas de expresión ejercicios que contribuyen en el autoconocimiento personal, lo que de manera paralela promueve el desarrollo de las potencialidades personales. Como lo ilustra la cita siguiente:

A través de los elementos del lenguaje plástico somos capaces de generar imágenes mediante las cuales representamos las ideas, los pensamientos, las

sensaciones y los procesos inconscientes. En ocasiones resulta más fácil comunicar de esta forma contenidos que no podemos, o no nos permitiríamos verbalizar. Al igual que los sueños que se visualizan en imágenes que desaparecen al despertar, las imágenes plásticas que producimos nos acercan mensajes de nuestro inconsciente que tal vez no podrían presentarse en palabras, pero que nos dan los indicios necesarios para que reflexionemos sobre ellas (Alcaide, 2006, p. 95).

En adición a la importancia que la expresión artística tiene en la Historia y estudios del arte, ésta ha sido estudiada como ayudante en las ciencias de la salud. Más aún, a manera de demostrar la relevancia por su cercanía con la temática del presente trabajo, sin que con ello éste se considere como parte de dicho movimiento, se ha popularizado en muchos países del primer mundo lo que comúnmente se conoce como arteterapia. También llamada terapia de arte creativa o terapia de arte expresiva, misma que motiva a las personas a expresarse y entender emociones mediante la expresión artística o mediante el proceso creativo. Se citan entre sus beneficios (The free dictionary by farlex, 2019) el auto descubrimiento, la auto realización (que al realizar una creación puede mejorar la autoestima), el empoderamiento, la relajación y el desahogo del estrés, el desahogo sintomático y rehabilitación física en pacientes terminales.

Psicoterapeutas renombrados como Natalie Rogers (2011), hija del Dr. Carl Rogers, ha combinado las artes expresivas con la terapia y con el Enfoque Centrado en la Persona (Davison, 2014), el trabajo con niños, adultos, familias y grupos y ha escrito varios libros, siendo los más conocidos "*La conexión creativa: Artes expresivas como sanación*"¹⁴ (1993) y "*Mujer emergente: Una década de transiciones en la mitad de la vida*"¹⁵ (1995). También se han formado instituciones en varios países relativas al tema entre las que cabe destacar la Asociación Profesional Española de Arte-terapeutas (ATE) y el Instituto Mexicano de la Psicoterapia de Arte (IMPA). En México, el artista Emiliano G. P. (Gironerlla Parra & Rico, 2015) -ajeno a la arteterapia tradicional- ha

¹⁴ The Creative Connection: Expressive Arts as Healing.

¹⁵ Emerging Woman: A Decade of Midlife Transitions.

desarrollado el tema “artempatía” en la exposición “Manos manchadas de pintura: resumen del taller de arte” y en talleres parte de Proyecto Herodes (enfocado a niños víctimas de violencia) y Proyecto cicatrices (enfocado a servidores públicos víctimas de agresiones) de los que menciona: “Para mí. El mayor ejemplo de empatía que existe del ser humano es ante la muerte. Lo que hago es una reflexión de la violencia en la que ha caído México y muchos países que son productores o traficantes de droga” (p. 165). El co-autor y curador Pablo J. Rico (Gironella Parra & Rico , 2015) relata sobre dicha práctica:

Donde sus prácticas artísticas colectivas - de Gironella- permiten a cada individuo reconocerse en los otros, sentir que no está solo en una situación única (por lo desgraciada que esta sea y su dolor singular), compartir sentimientos comunes, aprender junto con los otros a superarse, a crecer confrontándose en cada gesto, apoyándose y jaleándose al unísono; en suma, participando en una experiencia esencialmente vital y reparadora (pp.132-133).

Termina este apartado con algunos datos numéricos que demuestran como las artes ayudan al Desarrollo Humano (Metla, 2015) son:

- A) Los estudiantes que tomaron cuatro años de clases de artes obtuvieron 91 puntos en los exámenes SAT¹⁶ por encima de los que tomaron medio año o menos de clases de arte.
- B) 33% de los niños son aprendices visuales, lo que significa que absorben información de las imágenes.
- C) Los jóvenes estudiantes “en riesgo” con un involucramiento en las artes tienen mayores porcentajes de matriculación en estudios superiores que aquellos similares sin este involucramiento. Es tres veces más posible que obtengan su certificado de preparatoria con relación a sus similares sin involucramiento. Los estudiantes que no toman clases de artes tienen cinco veces más probabilidad de abandonar la escuela antes de la graduación.

¹⁶ El SAT es un examen estandarizado que se usa extensamente para la admisión universitaria en Estados Unidos.

Contexto social de la intervención

Sobre las características demográficas de la población objetivo de estudio, se presentan a continuación los rasgos generales de las participantes de la intervención. El taller fue dirigido a mujeres profesionistas de la Zona Metropolitana de Guadalajara (ZMG). La conformación del grupo fue mediante la invitación directa realizada por el autor de este trabajo y la recomendación de “boca en boca” por parte de algunas de las mujeres que confirmaron su asistencia. La convocatoria fue realizada por medio de una carta informativa de invitación al taller enviada por correo electrónico a las mujeres interesadas (Apéndice #1).

TABLA 1. CARACTERÍSTICAS DE LAS PARTICIPANTES

Nombre (seudónimo)	Edad	Nivel escolar	Ocupación
“Camaleón”	32 años	Lic. en administración de empresas	Administradora en negocio familiar a tiempo parcial y ama de casa (sin hijos).
“León”	32 años	Lic. en mercadotecnia	Administración de negocio propio (Florería)
“Mariposa”	30 años	Educadora	Ama de casa (esperando a primer hijo) anteriormente maestra de pre-escolar.
“Venado”	32 años.	Arquitectura	Administración y ventas en negocio familiar.
“Mono”	32 años	Lic. en comunicación	Columnista.
“Quetzal”	33 años	Lic. en diseño	Creatividad y ventas en agencia publicitaria y ama de casa (sin hijos).

“Gecko”	45 años	Lic. en filosofía y letras	Escritora y ama de casa (con hijos adolescentes).
“Canguro”	47 años	Enfermería	Ama de casa (con hijos adultos) anteriormente enfermera
“Pelícano”	47 años	Arquitectura	Constructora, maestra y ama de casa (con hijos adolescentes).
“Conejo”	de 26 años	Lic. en admón. de empresas.	Administración área logística en una maquiladora electrónica
“Oso”	42 años	Lic. relaciones industriales	Asesora de empresas, terapeuta y ama de casa (sin hijos).

Fuente: elaboración propia.

El taller se llevó a cabo en un inmueble que cuenta con una sala de juntas con cámara y micrófono. (Donde algunas veces he realizado focus group¹⁷ en investigación de mercados cualitativa).

Las fechas y horarios en que se llevaron a cabo el taller fueron 6 sesiones en día jueves entre el 21 de junio de 2007 y el 26 de Julio de 2007 de 18:00 a 22:00 hrs. A continuación, se presenta una tabla en la que se detallan asistencias de las participantes a cada sesión:

TABLA 2. LISTA DE ASISTENCIA DE LAS PARTICIPANTES

Asistente	21/06/07	28/06/07	05/07/07	12/07/07	19/07/07	26/07/07
“Camaleón”						
“León”						*
“Mariposa”			*			
“Venado”						*
“Mono”				*		

¹⁷ El focus group (o grupo focal) es un método o forma de recolectar información necesaria para una investigación, que consiste en reunir a un pequeño grupo de personas (generalmente de 6 a 12 personas) con el fin de entrevistarlas y generar una discusión en torno a un producto, servicio, idea, publicidad, etc.

“Quetzal”						
“Gecko”						
“Canguro”						
“Pelícano”						*
“Conejo”						
“Oso”						
“Rodrigo”						

= Asistencia

= Inasistencia

Fuente: elaboración propia.

* La ausencia fue debido a que en esa semana estuvieron fuera de las ciudad en vacaciones de verano.

1.4 La aportación del Reporte de Experiencia Profesional al Desarrollo Humano

Dado que el campo de conocimiento denominado Desarrollo Humano (DH), es vasto, es preciso delimitar el área de trabajo a la que se circunscribe este trabajo, el que en esencia se concibe como el conjunto de saberes y haceres que conducen a la autorrealización de los individuos, los grupos y las sociedades, en otras palabras, el DH se piensa como toda actividad humana tendiente a la vida y encaminada al progreso holístico de personas, grupos y sociedades. Como puede advertirse la concepción referida es general, empero sintetiza la esencia cambiante-evolucionista de la criatura humana. En palabras de Lafarga (2014) es “el proceso de crecimiento personal de los individuos, los grupos y la sociedad, motivado por la tendencia al crecimiento que se manifiesta en todos los organismos vivos” (p.46).

En relación con la concepción descrita en el párrafo anterior, la intervención estudiada en este trabajo intentó promover el autoconocimiento de quienes participaron de la intervención, con miras de clarificar experiencias personales que de manera intencionada o no intencionada se manifestaron por medio de expresiones artísticas, más específicamente en expresiones plásticas, de esta forma, promover el autoconocimiento es una manera válida y adecuada para promover el desarrollo personal.

Como se ha expuesto, dado que el campo nombrado Desarrollo Humano es inmenso, en él se acopla de forma conveniente y natural el aforismo general de la psicología humanista existencial, que lleva por denominación general: “tendencia formativa” o “tendencia actualizante”. Al respecto Rogers (1992) sobre esta propensión dice: “Todo organismo tiene la tendencia innata a desarrollar todas sus potencialidades para conservarlo o mejorarlo” (p. 24).

En sintonía con la tendencia actualizante, las actividades desarrolladas a lo largo del trabajo realizado en campo, se concibieron de forma tal que se alinearan con la actualización de las experiencias de la población objetivo de estudio. Si bien el desarrollo humano no es un enfoque o método psicológico, lo cierto es que constructos como la tendencia actualizante brindan el andamiaje epistemológico que sostiene el entramado que en términos generales se llama Desarrollo Humano. Si bien no es obligatorio referirse al DH cuando se trate de un plano terapéutico, probablemente si sea natural, pues el tipo de relación intra e interpersonal que promueve el DH, posee atributos relacionales gestados en el Enfoque Centrado en la Persona (ECP), acuñado por el famoso psicólogo humanista existencial Carl Rogers (1946) en Gondra Rezola (1978). Es así como en la indagación documental realizada al momento de concretar este trabajo se localizaron fuentes bibliográficas que hacen referencia a expresiones artísticas en contextos terapéuticos, y aunque la intervención ejecutada no es terapia, lo cierto es que interactuar intra e interpersonalmente en atmósferas seguras como las que promueve la práctica del DH, llega a ser terapéutico en tanto que alivia dolencias

no físicas. A continuación, una cita de Ceballo Bello, De Vasconcelos De Freitas, & Ferreira Correia (2012) que valida la aportación de este trabajo al campo de conocimiento Desarrollo Humano:

Las actividades artísticas desarrolladas en un contexto terapéutico le devuelven al individuo muchas de las nociones perdidas por causa de la patología que padece. Así, el arte se configura como un medio que le conecta con lo más íntimo de sí mismo y, al mismo tiempo, con el mundo externo. Este proceso, tan sencillo y al mismo tiempo tan complejo, promueve el aumento de la acción en personas que habitualmente son pasivas y va incrementando su grado de motivación (p. 220).

En el mismo orden de ideas y en consonancia con la propuesta del ECP en tanto enfoque primordialmente relacional Tudor (2011), la utilización de actividades encaminadas a la expresión artística, al tiempo en que se intima con la esfera emocional y personal, se propicia el contacto con emociones que llegan a considerarse amenazantes para quien las vive. La metodología de trabajo ejecutada con la población objetivo de estudio, estimuló con miras de favorecer en términos de bienestar la manera en que como individuos se comunicaban y relacionaban consigo mismos, lo que de manera análoga repercutió en el tipo de relación que las personas tenían antes y después de su participación en la intervención, es decir, que por medio de las actividades realizadas durante las sesiones de trabajo se favoreció la comunicación no lingüística con miras de incentivar la expresión emocional con su poder incuestionable frente a la conflictividad humana ante la que se revela la necesidad de cambiar, como lo muestra la cita de De La Llera Suárez & Guibert Reyes (2000).

La actividad artística es un vehículo de cambio terapéutico inmerso dentro del arte que se concibe principalmente como un medio de comunicación no verbal. Esta peculiaridad permite sobre todo captar la riqueza del mundo emocional y relacional del individuo, que en los enfoques modernos psicoterapéuticos es el

punto esencial para cualquier cambio o movilidad de los procesos emocionales y cognitivos (p. 297).

De cara a las citas presentadas, se advierte la pertinencia y relevancia del trabajo aquí presentado, así como la aportación realizada al campo de conocimiento llamado Desarrollo Humano, con su pluralidad de concepciones y con su enfoque único que reconoce la propensión innata de todo organismo para labrarse el mejor futuro posible de acuerdo a su condición y mejores posibilidades de trascendencia. Para el caso específico de la criatura humana ello significa, el progreso y evolución personal que garantizará el mejoramiento de sus condiciones vitales, para lo cual, es camino obligado ejercitar habilidades de relación del tipo propuesto por el DH y el ECP porque después de todo, en nuestra calidad de sujetos sociales, la vida entera acontece en un intercambio relacional que inicia con nuestra llegada al mundo y termina con la muerte.

En las atmosferas de interacción-relación seguras basadas en el DH y el ECP, posibilitan la solución de conflictos intra e interpersonales que considero fraguarán el camino del mejoramiento de los individuos y por tanto de los grupos y sociedades humanas. Al parecer hacen falta actualmente atmosferas de interacción en donde aprendamos como colectivo, del arte y de las imágenes propias de esta forma de expresión, las que son probablemente una dinámica exitosa para la construcción de relaciones que propicien el desarrollo de quienes se atrevan a explorar las facetas conflictivas de sí mismos. Aquí una cita de Marxen (2011) que retrata la insoslayable necesidad relacional humana como medio en el que se dirime lo caótico del ser.

La producción de imágenes y objetos artísticos se utiliza para ayudar a reestablecer la capacidad natural del individuo para relacionarse consigo mismo y con el mundo que le rodea de forma satisfactoria. Las imágenes y objetos artísticos creados en un entorno seguro y en presencia del arte-terapeuta posibilitan la contención, expresión, exploración y resolución de emociones conflictivas (p.14).

Las expresiones artísticas como catalizador del crecimiento personal, pudieran ser un medio eficaz para la exploración de experiencias y emociones amenazantes para individuos, grupos y sociedades, esta observación la sustento desde la experiencia propia, pues me he dado cuenta que existen imágenes, murales e incluso grafitis que detonan en mi emociones y experiencias conflictivas o amenazantes, mismas que al ser compartidas con otros semejantes expresan sensaciones y sentimientos similares, por lo que, considero que como grupo humano somos impactados de forma general cuando interactuamos con expresiones artísticas como las referidas, lo que les confiere carácter de lenguaje universal que trasciende idioma, raza, o grupo y conduce a reconocernos íntimamente vinculados más allá de nuestras diferencias.

CAPÍTULO II. VINCULACIÓN CON EL DESARROLLO HUMANO

2.1 Vinculación de la intervención social -impartición del taller “Expresión de emociones y autoconocimiento por medio de las artes plásticas”- con la curricula del Desarrollo Humano

En este capítulo se presentan construcciones que se consideran fundamentales en el quehacer profesional del autor de este trabajo, enunciaciones que, si bien no se ejecutan en actividades cotidianas, lo cierto es que son conocimientos, ideas, hipótesis y razonamientos que se consideraron pertinentes y necesarios en el trabajo de campo y en la labor de sistematización realizada. Es relevante mencionar que tanto cuanto contiene este capítulo son conocimientos, ideas, pensamientos y formas de sentir presentes en la vida diaria de quien escribe estas líneas, lo que les confiere grado de permanencia en sentido cognitivo y performativo, por lo que en menor o mayor medida los subjetivismos referidos están vinculados al desempeño laboral del autor de este trabajo.

2.1.1 La creatividad

La (Real academia española, 2018, s/p) define “creatividad” como la: “Facultad de crear” y como “Capacidad de creación”, ambos significados se refieren a la capacidad de un ser superior de dar vida, de esta forma el ser humano aspira a la acción creadora de Este, es decir, que simbólicamente eleva su condición a una categoría superior, esto se confirma cuando se indaga en el significado de la palabra “creación” que procede de la locución latina “*Creatio*” en el sentido de: “Producir algo de la nada” (Real academia española, 2018, s/p).

Dado que dichas definiciones no distinguen la diferencia entre creación (acción), creación (objeto) y creativo (sujeto) numerosos estudiosos han preferido definir lo que es “el proceso creativo” como la manifestación concreta de la creatividad, del cual la definición más aceptada es: Proceso por el cual a partir de dos o más ideas diferentes y

separadas se descubre o inventa una tercera idea con estas relacionada, pero de ellas diferente (Koestler, 1990).

El proceso creativo, es difícil de analizar¹⁸ porque una gran parte no se produce en el nivel consciente, sino en el subconsciente¹⁹. El pensamiento ordenado, consciente y lógico, difícilmente facilita la creatividad, por lo que, es oportuno mencionar que altos niveles de coeficiente intelectual²⁰ (CI o IQ), no bastan para ser creativo, en otras palabras, creatividad e inteligencia no son causales la una de la otra, lo que no quiere decir que no coexistan. La acumulación de información corresponde al erudito que muchas veces carece de experiencias y por lo tanto no es creativo. Dadas estas dos condiciones – inteligencia²¹ y experiencia²²- el proceso creativo requiere además una fuerte motivación para persistir en la indagación de un hecho por el que se siente una profunda curiosidad. Ciertas inteligencias, están íntimamente relacionadas con campos artísticos específicos, ejemplo de ello es la inteligencia espacial requerida para el arte plástico, inteligencia verbal para la literatura y ciencias sociales, etc.

La creatividad humana siempre es un proceso, muchas veces esquematizado en “fases”, que no es rígido ni secuencial. Wallas (2014) cita cuatro fases en el proceso creativo. La primera llamada fase de preparación, inicia con la entrada en escena de un problema y presupone una etapa de aprendizaje, mediante la cual se adquieren conocimientos necesarios y además se almacenan imágenes y experiencias. La segunda fase llamada de incubación, es un proceso inconsciente o preconscious en el cual se establecen las relaciones entre los diferentes estímulos adquiridos en la etapa de preparación; y se caracteriza por una forma latente de actividad en la que intervienen fantasía e imaginación. La tercera fase, denominada de iluminación

¹⁸ Para mayor información ver (Goleman, 2016) apartado “Incubación” (p.23) y apartado “Iluminación” (p.27).

¹⁹ Subconsciente: “Que no llega a ser consciente” (Real academia española, 2018, s/p).

²⁰ Número que resulta de la realización de una evaluación estandarizada que permite medir las habilidades cognitivas de una persona en relación con su grupo de edad (Definición de , 2019, s/p).

²¹ Inteligencia: “capacidad de entender o comprender” o “Capacidad de resolver problemas” (Real academia española, 2018, s/p).

²² Experiencia: “Hecho de haber sentido, conocido o presenciado alguien algo” o “Práctica prolongada que proporciona conocimiento o habilidad para hacer algo” (Real academia española, 2018, s/p).

(también llamada “intuición”, “inspiración” o “perspicacia”) es de naturaleza netamente inconsciente²³ en la cual de una manera brusca, se descubre la idea creativa que representa la solución del problema y es común que se genere durante el sueño. En la última nombrada fase de verificación, se busca elaborar, plasmar o verificar en algo concreto (con el fin de constatar la bondad de la solución representada por dicha idea creativa). Si la naturaleza del problema es de índole intelectual tendrá que establecerse de acuerdo con las reglas de la lógica o del proceso científico, más si es de índole artística deberá ser esencialmente subjetiva ya que representa solamente una solución a determinado estado del artista. Importante también es si responde a los criterios de novedad, verdad y utilidad.

En el ámbito de la psicología existencial, y del Desarrollo Humano, May (1977) - conocido humanista- describió un proceso creativo humanista, en lo que él definió como la última (ordinalmente) la etapa creativa o “etapa existencial” con los siguientes pasos:

- a) El encuentro
- b) El compromiso
- c) La intensidad
- d) El propósito
- e) El éxtasis
- f) La comunicación

Por último, una de las características más importantes y estrechamente ligada a la creatividad y consecuentemente al proceso creativo o la idea u objeto creativo es la “originalidad”, en términos de primicia o unicidad, es decir, poseer “Cualidad de ser original” o “que tienen un carácter de novedad” (Real academia española, 2018, s/p), como se advierte en la etimología de la palabra: original del “lat. *Originalis*” en cuanto a que es “Perteneiente o relativo al origen”, “Dicho de una obra científica, artística,

²³ Inconsciente: “Conjunto de caracteres y procesos psíquicos que, aunque condicionan la conducta, no afloran en la conciencia” (Real academia española, 2018, s/p).

literaria o de cualquier otro género: que resulta de la inventiva de su autor” o “Que tiene, en sí o en sus obras o comportamiento carácter de novedad” (Real academia española, 2018, s/p).

Debido a que, en el inicio de este apartado, se ha dicho que cuando se analizan elementos constitutivos de las expresiones artísticas, es insoslayable el concurso de tipos específicos de inteligencia, de manera en que la agudeza espacial facilita expresiones artísticas plásticas y la inteligencia verbal sirve a la literatura y las ciencias sociales, se piensa oportuno presentar para mejor comprender algunos de los entendimientos que teóricos como Goleman (2016) muestra en el libro que lleva por título: “El espíritu creativo”. En el libro referido se presentan, siete tipos de ingenios, de los que se analizan algunas particularidades de cada uno con el objetivo de ilustrar la necesaria presencia de tipos específicos de inteligencia en la elaboración de diferentes expresiones artísticas. La inteligencia lingüística que define como el don de los poetas y letristas; y se basa si en su relatar de historias lo hacen incorporando contenidos imaginarios, quienes poseen este tipo de inteligencia son capaces de vincular teorías y conceptos abstractos por medio de signos y símbolos. La inteligencia lógica-matemática que define como la de los matemáticos y otros orientados hacia el razonamiento lineal y lógico. Quienes poseen este tipo de inteligencia no se limitan a seguir las fases de un proceso, sino que muestran intuitivamente facilidad para comprender y ejecutar razonamientos que implican números y además operan con habilidad reglas lógicas. La inteligencia musical como la de los músicos y compositores; y se observa en personas a quienes se les facilita operar instrumentos musicales y/o producir sonidos agradables al oído que generalmente poseen la virtud de ser armónicos y rítmicos. La inteligencia espacial que define como la de los artistas plásticos, quienes suelen pensar en imágenes bidimensionales y tridimensionales, quienes poseen este tipo de inteligencia gustan de bosquejar dibujos, ilustraciones e imágenes diversas; cabe mencionar que este tipo de inteligencia es característica de artistas plásticos, fotógrafos, cineastas, arquitectos, publicistas y otros profesionales que representan espacios en dos y tres dimensiones. La inteligencia cinética-corporal, que es notoria entre los deportistas, bailarines y artesanos; este tipo de inteligencia se manifiesta en movimientos corporales

que impliquen el concurso total o parcial del cuerpo, lo que es muestra de ligadura entre el sistema nervioso y el cuerpo, esta agudeza motriz no es exclusiva del movimiento corporal, sino también de la destreza de operar herramientas u objetos de manera hábil. La inteligencia interpersonal que es característica en líderes políticos y sociales, vendedores, terapeutas y docentes; quienes ostentan este tipo de inteligencia suelen ser buenos oyentes, son capaces de percibir elementos emotivos en la comunicación, entienden los mensajes sutiles o no verbales en la comunicación, se interesan genuinamente en las personas y se desempeñan como mediadores, se comunican eficientemente. La inteligencia intrapersonal es distintiva de filósofos, inventores y emprendedores; las personas con este tipo de inteligencia son capaces de entenderse a sí mismas lo que supone algún grado de desconexión con su entorno pues su atención está volcada hacia su interior lo que les vale calificativos como introvertidos, callados o tímidos.

2.1.2 Influencia de las artes en la sociedad

Para entender cómo los métodos de creación artísticos que se detallarán en el siguiente apartado influyen en la sociedad, es útil conocer las diferentes teorías sobre la función del arte recopiladas en Freeland (2003) en su libro intitulado: "Pero ¿Esto es arte?" quien examina diferentes teorías del arte entre las que están: la ritual (conexa a la costumbre o ceremonia); la formal (relativa al gusto o estética de las formas); de la imitación (como modelo de la realidad); de la expresión (concerniente a la comunicación de emociones) y de la cognición (referente a la comunicación de ideas).

Las funciones del arte que se presentan a continuación se incorporan para ilustrar la utilidad del arte en las sociedades, teorías que de manera directa y de soslayo inciden en el objetivo de estudio de este trabajo. De las cinco diferentes funciones del arte que se analizan, son las de expresión, cognición y ritual, las que mejor se empalman con el objetivo de estudio de este trabajo, pues implican procesos subjetivos que acontecen dentro de la economía corporal, es decir, debajo de la piel, empero, se presentan las

teorías del arte: formal y de la imitación para que sea el lector quien juzgue si estas dos se hilvanan en alguna medida o no con el objetivo de estudio analizado.

La teoría de la función del arte como ritual, hace un extenso análisis de la función ritual desde las creaciones artísticas pre-históricas hasta las contemporáneas. Apreciando como ritos para la fertilidad la creación de las “venus” de la edad de piedra y como ritos para la buena caza las pinturas rupestres. Siguiendo a la evolución de estos ritos en las sociedades antiguas con la organización del culto religioso y la ritualización de las monarquías divinizadas. Estudiando las diferentes formas en que el culto religioso y sistema político permanecían unidos, interactuaban o se diferenciaban en distintas culturas y épocas. Advirtiéndose como la inclusión de nuevos grupos sociales modificaban, sincretizaban o secularizaban las ceremonias del pasado. Incluso llegando a crear un rito (relativo a la creación, apreciación y consumo) exclusivo al arte sin ataduras a los objetivos políticos, religiosos o económicos, o a la divinización del “arte” y el quehacer artístico en los llamados performances²⁴, happenings²⁵ o fluxus²⁶.

La segunda teoría de la función del arte es la formal. Esta teoría de la función del arte analiza principalmente la configuración externa de la obra artística, es decir, su relación al uso, gusto o a la estética de la figura, color o equilibrio y su relación con los ideales valorados en un determinado tiempo y espacio. Iniciando, nuevamente, con las características de las “venus” prehistóricas con sus anchas caderas o de las pinturas rupestres con la estilización del animal en movimiento. Evolucionando al canon de la

²⁴ Performance: Actuación. Voz inglesa “actividad artística que tiene como principio básico la improvisación y el contacto directo con el espectador” (Real academia española, 2018, s/p). La performance se puede presentar en cualquier momento sin necesidad de estar en un teatro o galería, gracias a que se puede proveer de varias herramientas metodológicas sin necesidad de un apoyo económico.

²⁵ Happening: Sucediendo. Anglicismo usado en América del sur que no figura en el Diccionario de la Real Academia Española, propongo traducirlo como “suceso”, se diferencia del performance en que es más espontáneo y reacciona con el medio ambiente en general. El happening, como manifestación artística múltiple que pretende la participación espontánea del público, suele ser efímero. Por este motivo los happenings suelen presentarse en lugares públicos, irrumpiendo en la cotidianeidad. Un ejemplo de ello son las instalaciones coloristas del fotógrafo Spencer Tunick, con sus multitudes desnudas.

²⁶ Fluxus: anglicismo usado en América del sur que no figura en el Diccionario de la Real Academia Española, propongo traducirlo como “flujo”, se diferencia del performance en que es más espontáneo y se centra en las emociones del artista que realiza la acción.

pintura y el bajo relieve egipcio, el ritmo compositivo cretense o la proporción de la estatuaria griega arcaica. Siguiendo con los cánones de diversos escultores griegos clásicos, la sensual o hipertrofiada musculatura helenística y el realismo romano. Analizando tanto las distorsiones del tamaño y escala de los personajes y volúmenes en el gótico²⁷, como del alargamiento de partes corporales o personajes en el manierismo²⁸. Siguiendo con el uso del claro-oscuro barroco²⁹ y la famosa forma “s” del rococó³⁰ para llegar a la limitante concepción de tema, concepto, estructura y estilo del academicismo³¹ francés. Continuando con los “borrosos” contornos y los brillantes colores del impresionismo³², las “deformes” figuras y contrastantes combinaciones de color de los lauves³³, las geométricas formas con múltiples puntos de vista de los cubistas³⁴, el equilibrio descentralizado del neoplasticismo³⁵ y la simplicidad y ritmo del minimalismo³⁶.

²⁷ Gótico: “Dicho del arte. Desarrollado en Europa del siglo XII hasta el Renacimiento y caracterizado en arquitectura, por el arco apuntado, la bóveda crucería y los pináculos” (Real academia española, 2018, s/p).

²⁸ Manierismo: “Estilo artístico y literario del Renacimiento tardío, caracterizado por su refinamiento y artificiosidad” (Real academia española, 2018, s/p).

²⁹ Barroco: “Dicho de un estilo arquitectónico o de las artes plásticas. Que se desarrolló en Europa e Iberoamérica durante los siglos XVII y XVIII, opuesto al clasicismo y caracterizado por la complejidad y el dinamismo de las formas, la riqueza de la ornamentación y el efectismo” (Real academia española, 2018, s/p).

³⁰ Rococó: “Dicho de un estilo artístico: Barroco surgido en Francia en el siglo XVIII y caracterizado por una ornamentación abundante y refinada” (Real academia española, 2018, s/p).

³¹ Academicismo: “Cualidad de académico (II que observa con rigor las normas, o se ajusta a las pautas de corrección)” (Real academia española, 2018, s/p). El academicismo es una corriente artística que se desarrolla principalmente en Francia a lo largo del siglo XIX, y que responde a las instrucciones de la Academia de Bellas Artes de París y al gusto medio burgués, como herencia del Clasicismo y resultado de una mediación entre las bases del neoclasicismo y el romanticismo. El academicismo huye, asimismo, del realismo naturalista, esto es, de los aspectos más desagradables de la realidad.

³² Impresionismo: “Corriente pictórica surgida en Francia en el siglo XIX y que busca representar los objetos según la impresión, condicionada por la luz, que en un momento dado producen a la vista, y no de acuerdo con la supuesta realidad objetiva” (Real academia española, 2018, s/p).

³³ El fauvismo es un movimiento pictórico francés de principios del siglo XX. El nombre de «fauves» (fieras en español) fue dado por el crítico francés Louis Vauxcelles a un grupo pintores cuyas obras escandalizan en el Salón de otoño de París de 1905, a causa de la «salvaje» violencia expresiva del color, aplicada en tonos puros.

³⁴ El cubismo fue una vanguardia artística europea que surgió en el siglo XX en Francia que cubre las artes y la literatura. Marcado por el uso de formas geométricas, rompió con los modelos estéticos que sólo valoraban la perfección de las formas.

³⁵ El neoplasticismo es una corriente artística que fue desarrollada en 1917 en Holanda por Piet Mondrian en colaboración con Theo van Doesburg. El surgimiento de este movimiento a comienzos del siglo XX lo coloca dentro de las corrientes de arte moderno.

³⁶ El término minimalismo en el arte fue empleado por primera vez en 1965 por Richard Wolheim en un artículo en la revista Art Magazine. El espacio es en el Minimalismo el lugar en el que se produce el encuentro entre sujeto y objeto y la experiencia de la obra.

La tercera teoría de la función del arte es la de la imitación. Esta teoría de la función del arte analiza principalmente la capacidad con la que el artesano o artista logró una similitud con la realidad percibida. En esta teoría se reconocía el esfuerzo por representar la figura humana con rudimentarias herramientas prehistóricas y la capacidad para captar el movimiento de las pinturas rupestres. Asimismo, se apreciaba la evolución de la estatuaria griega arcaica hacia los cánones griegos clásicos y se celebraba el realismo³⁷ romano. Se criticaba el retroceso en semejanza con la realidad de la “edad oscura” en el medievo y se celebraba el redescubrimiento del ideal clásico en el renacimiento y el establecimiento de las reglas de la perspectiva hasta llegar al academicismo francés. Con los impresionistas, más allá de la forma apreciaba la utilización de los estudios sobre la luz y el color, además de reconocer los avances tecnológicos de la fotografía. En la era moderna se maravilló con la invención del cine y su evolución en el siglo XX hacia la tercera dimensión, los hologramas y la realidad virtual. De muchos artistas contemporáneos reconoce su esfuerzo por integrar otros sentidos además de la vista y el oído a la experiencia del arte.

La cuarta teoría de la función del arte es la de la expresión. Esta teoría de la función del arte analiza principalmente la capacidad con la que el artista expresa su cosmovisión en una obra artística. En esta teoría, si bien se reconocía el valor cultural de las expresiones de los chamanes o sacerdotes de la antigüedad, no se consideraba una expresión pura, ya que en la mayoría de las veces la realización material de la obra era realizada por un artesano y la ideológica por un líder, ya sea político o religioso. Un caso excepcional se reconoce en Akenatón ya que la producción artística bajo su mecenazgo fue no solamente consistente durante su reinado, sino también altamente diferenciada de sus antecesoras y predecesoras. En el renacimiento es cuando realmente se aprecia la expresividad del artista mediante el humanismo, que como menciona Little (2004): “El humanismo empezó la transición de un mundo en el cual los artistas eran artesanos a uno en el cual tenían cosas significativas que decir sobre el mundo” (p. 26). Si bien en un inicio esta expresión era altamente ideológica o

³⁷ Realismo: “Modo de expresión artística o literaria que pretende representar fielmente la realidad” (Real academia española, 2018, s/p).

idealizante como muestra dan las alegorías de Botticelli, el naturalismo de Leonardo, la “terribilitá”³⁸ religiosa de Miguel Ángel o el academicismo cortés de Rafael; fue evolucionando con un componente más emotivo hacia el dramatismo de Caravaggio y el emocionalismo español (De los pintores De Ribera, Velázquez y Murillo) y llegando a su punto máximo con el romanticismo. Después de la superficialidad durante el rococó y el acartonamiento en el neoclasicismo, se llegó a las estrictas reglas del academicismo francés. Para romper con éste, en medio de un interminable número de “ismos” de la era moderna, cabe mencionar como esenciales a los postimpresionistas (principalmente Cézanne, Gauguin, Van Gogh y Redon) cuya influencia para la mayoría de los movimientos contemporáneos es innegable. De los impresionistas, Little (2004), en su libro “...ismos. Para entender el arte” dice:

Características de este movimiento amplio y antiburgués es el enfoque en el diseño y la estructura y una negación a imitar la naturaleza o moralizarla por medio de sujetos narrativos. El énfasis en la forma recobró el significado simbólico, espiritual y emocional del arte (p. 84).

La quinta teoría de la función del arte es la de la cognición. Esta teoría de la función del arte analiza principalmente la capacidad que el artista tiene de entenderse a sí mismo como individuo, como miembro de su grupo o como observador de otro grupo, o de presentar un estímulo que motive al espectador a hacerse una pregunta o a tener una experiencia sobre algo para éste desconocida. Si bien en los siglos anteriores al renacimiento el arte fue utilizado como herramienta de propagación de ideologías -tanto religiosas como políticas-, lo anterior se puede observar en grandes obras artísticas como el complejo de la Acrópolis o el de Persépolis, solo hasta esta época se llevó el humanismo a las artes desde la filosofía. La visión neoplatónica no fue solamente objeto de propagación del pensamiento de un filósofo en un medio plástico, sino más bien la expresión del complejo sistema de símbolos, ideas y creencias de los artistas

³⁸ “Terribilità” es un término italiano que utilizaban los contemporáneos de Miguel Ángel para describir su estilo. Esta palabra trata de describir su fuerza física y temperamental, su emocionalidad y la mirada dura de muchas de sus obras.

versados en dicha corriente. Sin duda el más destacado “hombre renacentista” fue Leonardo que en sus códices plasmó, fundiendo arte y ciencia, conocimientos de tan diversos campos como anatomía, botánica, aeronáutica, hidrodinámica e ingeniería. Más adelante durante la época colonial el arte sirvió para dar a conocer en Europa la forma de vida de América y el medio y lejano oriente, si bien muchas de las costumbres eran exageradas o malinterpretadas por los artistas, estas sirvieron para dar a conocer la existencia de costumbres diferentes a la cosmología europea. Fue principalmente en la era moderna mediante el dadaísmo³⁹ y el surrealismo⁴⁰ que los artistas empezaron a emplear métodos científicos orientados al auto conocimiento o al conocimiento de la manera en que los seres civilizados percibimos la realidad, para muestra de ello se cita la famosa obra de Magritte “Esta no es una pipa”. Más tarde con la nueva objetividad contemporánea se presentó al artista no sólo como experto en la realidad sino como creativo descubridor de nuevas realidades. La fotografía y el documental han tenido gran influencia en la educación y pedagogía de las masas, exponiendo de una manera visual o audiovisual realidades lejanas, sino incluso incómodas o marginales como las presentadas por los fotógrafos Diane Arbus y Roberth Mapplethorpe. Otros medios han promovido la experimentación de experiencias comunes dentro de realidades “artificiales” como son las relativas al olfato, auditivas o táctiles, la saturación cromática, el uso de prótesis y temperatura. Y no se puede ignorar la enorme influencia de muchas obras del séptimo arte y los videojuegos no sólo en la educación sino en la cosmovisión de las generaciones a partir de los años 60.

2.1.3 Enfoque Centrado en la Persona: tecnología promotora del potencial humano

En este acápite, se presentan semblantes generales del Enfoque Centrado en la Persona (ECP) y concreciones que se piensan insoslayables para el objeto de estudio

³⁹ Dadaísmo: “Movimiento vanguardista surgido durante la Primera Guerra Mundial, que niega todo ideal artístico y reivindica las formas irracionales de la expresión” (Real academia española, 2018, s/p).

⁴⁰ Surrealismo: “Movimiento artístico y literario iniciado en Francia en 1924 con un manifiesto de André Bretón, y que intenta sobrepasar lo real impulsando lo irracional y onírico mediante la expresión automática del pensamiento o del subconsciente” (Real academia española, 2018, s/p).

de este trabajo; la tendencia actualizante, la relación congruente, la consideración positiva incondicional y la relación interpersonal con el atributo de empatía, son algunos de los constructos que se presentarán a continuación con miras de ofrecer cimiento argumental relevante y suficiente a esta obra.

Según Carl Rogers (1985), el Enfoque Centrado en la Persona (ECP) con su bagaje humanista-existencial, concibe a la criatura humana como totalidad dotada de libertad, capacidad de elección consiente, y tendiente al progreso. De esta manera, el ECP promueve el conocimiento reflexivo; es decir, la capacidad no solamente de saber, sino que saber que se sabe. El conocimiento reflexivo hace posible la autovaloración y la autocorrección. No se trata de una capacidad de comprensión completa y absolutamente correcta, sino un grado de comprensión, imperfecto probablemente, pero suficiente en cada paso del proceso de adaptación y de integración que es la existencia humana. Es una comprensión activa, en cierto modo vital, orientada no hacia la conceptualización sino hacia la acción. Busca un “funcionamiento adecuado”, constructivo, que satisfice en conjunto y realizable en acción en el medio ambiente (con cualquier contingencia que éste presente, siempre y cuando estas no representen violaciones manifiestas y persistentes de las condiciones de la vida humana).

Continuando con las ideas de Rogers & Kinget (1967), la tendencia actualizante, o también llamada la tendencia a la actualización del organismo –entendido como la interpenetración e inseparabilidad de los aspectos físicos y psíquicos del organismo-, es la capacidad del individuo que “tiende constantemente a desarrollar las potencialidades del individuo para asegurar su conservación y su enriquecimiento, teniendo en cuenta las posibilidades y límites del ambiente” (p.31). El término “enriquecedor” debe entenderse en sentido fenomenológico, es decir, subjetivo, como menciona Rogers & Kinget (1967): “Lo que la tendencia actualizante tiende a alcanzar, es lo que el sujeto percibe como revalorizador o enriquecedor, aunque no necesariamente lo que es objetiva o intrínsecamente enriquecedor” (p. 31).

Importante también es la noción del yo de Rogers & Kinget (1967), que menciona:

es una estructura perceptual, es decir, un conjunto organizado y cambiante de percepciones que se refieren al sujeto (...) La tendencia actualizante y la noción del yo determinan el comportamiento. La primera representa el factor dinámico, la segunda el regulador. La primera suministra la energía, la segunda la dirección (...) El éxito, o la eficiencia de la tendencia actualizante, como base depende, no de la situación "real" u "objetiva", sino de la situación tal como el sujeto la percibe. Y el sujeto percibe la situación en función de la noción que tiene de su yo (pp.34-35).

Es importante es aclarar que "el carácter realista de la noción del yo, es decir, la congruencia o correspondencia entre los atributos que se cree poseer y los que posee en realidad" (Rogers & Kinget, 1967, p. 36), permite la "claridad" de la tendencia actualizante, es decir, matiza la eficacia del comportamiento elegido para actualizarse.

Otra noción importante es la de libertad de la experiencia, relativa a los "fenómenos internos y consistente en que el sujeto se sienta libre de reconocer y de elaborar sus experiencias y sentimientos personales como él cree que debe hacerlo (...) no se sienta obligado a negar o deformar sus opiniones y actitudes íntimas" (Rogers & Kinget, 1967, p. 38). Rogers & Kinget (1967) reconocían lo complejo que es esta noción ya, en algunos casos, debido a la consciente eliminación, falta de atención o uso de fantasía y/o exageración, se desarrolla un estado de confusión y/o desorientación, en resumen, neurótico, debido a que ciertos elementos de la experiencia ya no tienen libre acceso a la consciencia. Esta noción de la libertad de la experiencia tiene importancia ya que, si faltan datos experienciales importantes, el equilibrio estará falseado y las elecciones de los comportamientos para actualizarse serán inadecuados. Una limitante que tiene esta noción es lo socialmente conveniente que pueda resultar ya que se basa en la hipótesis de que la libertad de la experiencia ayudará a disminuir la tensión emocional del sujeto y por lo tanto hará un acto agresivo menos probable.

Rogers & Stevens (2012) tenían la convicción de que en “la amplia gama de profesiones que entrañan el mantenimiento de las relaciones con la gente (incluyendo la psicoterapia pero no limitándose a esta), el elemento más importante de la eficacia para el cambio es la “calidad” del encuentro interpersonal con el cliente” (p. 51). Ellos llegaron a la conclusión de que la “calidad” de su encuentro depende más de ciertos “ingredientes de la actitud” a la relación de ayuda que de la “erudición, formación personal, orientación asesora o técnicas empleadas” (p. 92). Los elementos de la actitud o de la experiencia eficiente de ayuda son para ellos: 1) La congruencia. - Esta se da cuando “el asesor es lo que es, [...] (es decir, que) los sentimientos experimentados por el asesor son accesibles para él y su conciencia, que es capaz de vivirlos, de consustanciarse con ellos en la relación con otro individuo” (pp. 92-93). Mencionan que ciertos sentimientos “negativos” (enojo, aburrimiento o desagrado) experimentados por el asesor es preferible sincerarlos, lo que no significa exteriorizarlos de manera impulsiva o irresponsable. 2) La comprensión empática entendida como: “la capacidad de percibir el mundo interior del otro, integrado por significados personales y privados, como si fuera el propio pero sin perder nunca el ‘como si’” (p. 95). Es decir, comprender que sensación y opinión se tiene cuando se es el otro sin dejar que se unan a los propios sentimientos o estados anímicos. Esta capacidad es diferente al análisis o al juicio del “mundo interior” del otro. Rogers & Stevens (2012) dicen que importa mucho “que esa comprensión sea exacta y también conviene que se comunique la tentativa de comprender” (p. 96). 3) El aprecio. - Es la “actitud cálida, positiva y benigna hacia lo que existe dentro del otro” (p. 97). Es una “preocupación no posesiva, como nos preocupamos por una persona con las capacidades” (p. 97), aclararía yo, necesarias para resolver un problema dado. Es una actitud “no paternalista, no sentimental, no superficialmente social y superficialmente agradable [...] Es una especie de fuerte de simpatía sin exigencias” (p. 97). 4) El aprecio incondicional. - Esto significa que se dé un aprecio sin valoraciones y no condicionado a cierto comportamiento del asesor hacia el otro. No significa que se aprueben o acepten todos los sentimientos o acciones de éste, pero sí que se le aprecie como ser humano. Este punto generaba en Rogers cierta inseguridad debido a su efectividad en sus

observaciones con psicóticos y con la relación que se puede tener entre este y la congruencia del asesor, empero reconoce que hay más posibilidades de que el cliente cambie y se desarrolle de una manera constructiva cuando se da este “sentimiento positivo que aflora sin reservas ni evaluaciones y que implica no juzgar” (p. 97).

La experiencia en el ECP

Rogers (1985) define algunos constructos relativos a su enfoque relacionados con las acciones del facilitador y que son de utilidad para entender el proceso de los grupos de encuentro. Uno de sus conceptos más importantes es la de la “experiencia” relacionada tanto con el facilitador como con el facilitado y que define como: “englobar todo lo que sucede dentro del organismo en cualquier momento, y que está potencialmente disponible para la conciencia” (p. 26). Incluye tanto cuestiones objetivas como subjetivas todas ellas de naturaleza psicológica sin importar el factor tiempo-espacio pero excluyendo aquellas funciones fisiológicas que se dan por debajo del umbral de la conciencia. Se diferencia de los relatos anecdóticos ya que estos no necesariamente se refieren a los datos inmediatos, y pueden ser menos exactos o ser parciales (al no reconocer la totalidad de los factores que interactúan en “lo que sucede”. Justo esa cualidad de la experiencia –el ser inmediata- en el proceso del ECP es de gran importancia ya que este busca una “experimentar conscientemente” y no sólo “experimentar”, siendo diferentes el primero del segundo en el hecho de que se dirige a una “simbolización más completa y exacta” al tomar en cuenta “la repercusión de los hechos sensoriales o fisiológicos que están produciéndose en un momento determinado”.

En otra obra de Rogers (1985) relacionado también con el proceso del ECP es el “Sentimiento” (también conocido como “experiencing” del sentimiento o la experiencia del sentimiento) mismo que “incluye la emoción, pero también el componente cognoscitivo” (p.27). Cuando la “experiencia” se relaciona con la “representación” (también conocida como “simbolización” o “consciencia”) que él define como la “representación simbólica de una parte de nuestra experiencia (...) (no necesariamente

en símbolos verbales)” (p.27) estas nos llevan al “experiencing total del sentimiento” (p.27) que es una de las finalidades del proceso y es la expresión congruente entre la experiencia (en un momento dado) y el sentimiento, es decir, que importa el factor tiempo-espacio sólo si este es de la experiencia y no exclusivo del componente cognoscitivo. También hay que tomar en cuenta que existen diferentes grados de agudeza en la “representación” que van la vaguedad a la claridad de la consciencia cuando existe “como fondo” o “como figura”⁴¹. Por último citaremos el concepto de “Disponibilidad para la consciencia”, que Rogers define como la característica de una experiencia de “simbolizarse libremente, sin negación defensiva ni distorsión” (p.27) para llegar a tener una “simbolización correcta” que es cuando en realidad estamos hablando de una experiencia (y no una interpretación fantasiosa o un “experiencing parcial del sentimiento”) (p.27) que tienen la característica de que “las hipótesis implícitas (del acto de experimentar) en la consciencia se verán corroboradas si se las verifica actuando sobre ellas” (p.28).

2.1.4 El taller y los grupos de encuentro

En esta sección, se presentan de forma sucinta algunas generalidades sobre elementos esenciales de los grupos de encuentro, laboratorios de expresión creativa y los talleres, con miras de ayuntar la intervención realizada con argumentaciones teóricas que formalicen el trabajo realizado. Si bien es cierto que el formato de intervención se concibió desde el formato taller, también es cierto que se propició la construcción de atmósferas seguras de interacción propias de los grupos de encuentro y la expresión artística de la población objetivo de estudio, por lo que en este apartado, además de los cimientos conceptuales del “taller”, se presentan también algunos fundamentos epistemológicos del formato “grupo de encuentro” a efecto de formalizar la intervención estudiada aquí.

⁴¹ Este concepto es de “la Psicología Gestalt” y se relaciona con uno de los principios primordiales de la percepción que manifiesta que dependiendo de la atención (o consciencia) que se presta a un punto o área de lo percibido puede “simbolizarse” de una u otra manera, es decir ser “figura” –elemento principal- o ser “fondo” -complemento-.

Grupos de encuentro: atmósferas seguras de interacción

El emprendimiento de presentar la concepción de los grupos de encuentro, es una tarea laboriosa en cuanto a que referir cuestiones sobre grupos humanos implica urdir en una estructura fundamental de la criatura humana que se remonta a los primeros hombres y los ancestros de esos que aquí se nombran primeros hombres. Es el grupo (tribu o clan) el sitio donde se gesta, desarrolla, evoluciona y perece la vida, sin decir, que solo ahí suceda. De esta manera, se concibe al grupo humano como contenedor y modelador de la criatura humana, es preciso establecer que el grupo impregna al individuo de formas tan sutiles como la manera de sentir o subjetivar, hasta aspectos tan groseros como la pasión por someter y asesinar, es pues el grupo ese fuero que cobija y desarrolla a sus integrantes y también el que enferma y mutila a sus individuos, en el que las maneras de interactuar, comunicarse y relacionarse constituyen a sus miembros, sin dejar de lado la influencia de la época y contexto en que se encuentra inserto el grupo.

Los grupos de encuentro provienen de grupos de capacitación (llamados “T” por training, en español: capacitación) formados por Kurt L. (Lewin, 1947 en Rogers, 1970) y “eran grupos de capacitación en habilidades vinculadas con las relaciones humanas, donde se enseñaba a los individuos a observar la índole del proceso grupal y sus interacciones con otras personas” (pp.10-11). Estos grupos pueden promover atmósferas seguras de interacción, en las que el respeto de la dignidad humana, el aprecio sin condición por la persona, la comprensión empática del trayecto y situación de vida de la persona, se reciben tal y como son sin pretender cambiarlas. Empero comprenderlas y el tipo de comunicación que sucede dentro de estos grupos, se caracteriza por la transparencia del sentir y el pensar que acontecen en el encuentro de quienes participan de estos grupos. Los anteriores, son recursos relacionales potentes que propician el desarrollo de sus miembros.

Es oportuno decir que en estos grupos, frecuentemente salen a la luz asuntos problemáticos que tras analizar, encuentran su génesis en cuestiones familiares o asuntos inconclusos de la infancia que poseen cualidad retroactiva. En otras palabras, problemáticas de la vida cotidiana y por tanto actuales, pero con un telón de fondo que se remonta al tiempo pasado en que quien padece la problemática, y no poseía los recursos necesarios para afrontarla. En otras palabras, asuntos ocurridos en el momento en que dependían totalmente del grupo familiar. A la luz de lo anterior, no es extraño que las formas de relación que se cultivan en los grupos de encuentro posean características similares a las que se piensan idóneas para la formación del infante sano; aquí una cita de De La Cuesta-Benjumea (1995) que ilustra este entendimiento:

Un ambiente seguro, emocionalmente estable, que con los cuidados y atención necesarios, parecen ser los factores precisos para lograr y mantener la salud. Se ha destacado que para la salud mental y emocional del niño son elementos cruciales el cariño, la continuidad, y estimulación materna (p. 22).

A continuación, se presentan las concepciones de lo que por “grupo de encuentro” y “laboratorios de expresión creativa” se concibe aquí, para ello se presentan un par de citas de Rogers (1970) las que de manera sintética presentan lo que se ha expresado en párrafos anteriores respecto del: A) “Grupo de encuentro (o grupo de encuentro básico).- Tiende a hacer hincapié en el desarrollo personal y en el aumento y mejoramiento de la comunicación y de las relaciones interpersonales, merced a un proceso que se basa en la experiencia” (p. 14). B) “Laboratorios de expresión creativa; en este caso, se enfoca de lleno la expresión creativa a través de diversos medios artísticos; su finalidad es la espontaneidad y la libertad de expresión individuales” (p.15) esta modalidad se presenta porque este tipo de grupo se corresponde, en igual medida que el grupo de encuentro básico, con el propósito del taller aquí estudiado, enfocado a promover la expresión de sus participantes.

En su libro Grupos de encuentro, Rogers (1970) tenía ciertas actitudes y convicciones preconcebidas sobre los grupos, que enumero a continuación:

- A) “Cuando existe un razonable clima de facilitación, confío en que el grupo desarrollará su propio potencial y el de sus miembros” (p. 51).
- B) “No pienso en una meta específica para un grupo determinado, abrigo el deseo sincero de que siga su propio rumbo” (p. 52).
- C) “Mi esperanza es llegar a ser en el grupo, en forma paulatina, un participante y un facilitador a la vez” (p. 53).
- D) “Es indudable de que me siento responsable ante los participantes, pero no de ellos” (p. 54).

También hace un listado, que si bien es secuencial no es inflexible, sobre las actitudes y acciones del facilitador del grupo.

1.- “Creación del clima” (p. 54).- Él menciona que, generalmente empieza poco estructurado y sin preocuparse de la profundidad del discurso. El objetivo en la creación del clima lo describe sencillamente: “mi intención es que el individuo sienta que, le pase a él lo que le pase, y cualquiera que sea el índole de lo que ocurra dentro de él, psicológicamente estaré as su lado en los momentos de dolor o alegría” (p. 55).

2.- “Aceptación del grupo” (p. 56).- Él trata de tener mucha paciencia con el grupo sin establecer un estilo (ej. emocional o intelectual, superficial o profundo); y piensa que ciertos ejercicios o actividades pueden obligar al grupo a tener una mayor comunicación o alcanzar un mayor nivel afectivo, más reconoce que estas acciones pueden tener un beneficio momentáneo, jerárquico o simplemente contraproducente.

3.- “Aceptación del individuo” (p. 58). Él está dispuesto a aceptar que el individuo se comprometa o no, independientemente de que el grupo mismo lo acepte o no. Acepta el mutismo siempre y cuando tenga la seguridad de que no encierra un dolor o una resistencia inexpresada. Prefiere ser crédulo. Responde más a los sentimientos actuales -es decir, aquellos que aún son sentidos vívidamente, no necesariamente los transitorios que se sienten en la charla- que a las memorias anecdóticas. Aporta su dosis de influencia sin intentar controlar lo que ocurre.

4.- “Comprensión empática” (p. 59).- Para él es lo más importante, que es “comprender el significado exacto de lo que comunica cada persona” tratando de verificar su comprensión sintetizándolo de una manera clara y sencilla. Si la conversación se “vuelve demasiado general o tiende a intelectualizarse, escojo el contexto total los significados que se refieren a la persona misma” (Rogers, 1970, p. 59) y verifica, particularizando en la persona que los expresó, si es el significado que quería transmitir. Trata de diferenciar y clarificar significados de sujetos distintos sobre un mismo tema o comprender los significados dispares entre miembros del grupo.

5.- “Actuación concorde a los sentimientos” (p. 60).- Él valora el volverse más libre en la expresión de sus propios sentimientos, tratándose de una preocupación y un sentimiento que existen en el ahora del encuentro. Trata de expresar cualquier sentimiento persistente hacia un individuo o hacia el grupo, ya que después de ser consciente de la complejidad del mismo puede elegir si manifestarla en ese instante o guardarla para otro más conveniente. Confía en los sentimientos, palabras, impulsos y fantasías que surgen de él sin actuar en ellos o expresarlos como algo verdadero. Intenta expresar “los sentimientos positivos y cariñosos con igual fuerza que los negativos, frustración o ira” (p.61). Busca que los sentimientos que le pertenecen interactúen inmediatamente con los de algún otro participante.

6.- “Enfrentamiento y retroalimentación” (p. 62)- Él no evitaba “enfrentarme con los individuos respecto a determinadas facetas de su conducta” (p. 62). Únicamente enfrentaba aquellos sentimientos que identificaba como propios y al comunicarlos lo hacía con esta experiencia no a manera de diagnóstico. Estaba dispuesto a ayudar a una persona “afligida por algún enfrentamiento propio o de algún miembro del grupo a ‘salir del aprieto’, si así lo deseaba” (p. 63).

7.- “Expresión de los propios problemas” (p. 64).- Él no rehusaba expresar si algo, que se había relacionado con su vida privada, lo inquietaba; más trataba de tener cierta “conciencia profesional” y no querer solucionar dichos problemas en ese preciso instante. Esto tiene una razón facilitadora válida ya que al reconocer la situación puede concentrarse en continuar a escuchar de una forma más adecuada, y que al clarificar que la razón de la intranquilidad percibida por los otros en él no ha sido provocada por ellos.

8.- “Evitación de interpretaciones” (p. 65).- Él trata de no crear en los miembros del grupo, ni en un individuo específico, un sentimiento de estar bajo escrutinio al formular comentarios respecto al proceso grupal; si se dan dichas interpretaciones –o por él descritas como conjeturas de alto-nivel- prefiere que sean expresadas por algún otro miembro que no pese sobre estos (este) debido a que está sustentada por la experiencia de alguien que goza de autoridad.

9.- Aceptación de la “potencialidad terapéutica del grupo” (p. 66).- Él reconocía el gran valor de la ingenuidad de los miembros del grupo, al seguir “relacionándose con un individuo perturbado” (p. 66) o con una conducta patológica como persona, a diferencia de la poco terapéutica reacción “profesional” de caer en la trampa de los rótulos que llevan a establecer cierta distancia y a tratar a la persona como si fuera un objeto.

10.- “Movimientos y contactos físicos” (p. 66).- El trataba de ser más libre en la expresión de estos siempre y cuando sean “auténticos, espontáneos y convenientes” (p. 66) a la relación. No promovía conscientemente esta expresión, ni el movimiento físico de los participantes, más trataba de no reprimirlos.

11.- Apertura a otras formas de facilitación.- Él se mostraba abierto con relación a las observaciones del provecho de diversas experiencias físicas (ej. la danza) y/o no verbales (ej. manualidades) que pueden ofrecer una gran cantidad de datos para mejorar la empatía. También con respecto a la “inocencia” -no interpretada o sexualizada- del contacto físico ya que reportaban una gran dosis de afecto y apoyo. Por último, también estaba abierto a la experimentación y la creatividad en nuevos modos de desarrollar la consciencia sensorial.

Se concluye este acápite, explicitando que en la intervención realizada, se instauraron atmósferas de interacción seguras como las descritas anteriormente, que sirvieron para la expresión creativa de sus miembros, las que como se presentará posteriormente, sirvieron al propósito de promover el desarrollo personal y relacional de los participantes, por lo que no está de más mencionar que si bien la modalidad de intervención fue tipo taller, también se promovieron espacios tipo grupo de encuentro y laboratorio de expresión creativa, razón por la cual se dedicaron estas líneas referentes a los grupos de encuentro, los laboratorios de expresión creativa y sus características primordiales.

El taller: espacio para el trabajo

Ahora que en la sección anterior se han planteado generalidades relativas a los grupos humanos como espacios de interacción que infunden virtudes y vicios en sus miembros y la manera en que grupos de encuentro y laboratorios de expresión brindan atmósferas seguras que promueven la derogación de conductas contrarias al desarrollo, es momento de centrar el foco en la modalidad empleada en la intervención que aquí se

estudia, modalidad que lleva por nombre taller. Es obligado presentar una definición que permita entender lo que por taller se piensa. El taller aquí se concibe como una parcela en la que conocimientos de orden declarativo convergen con saberes procesuales y/o empíricos para erigir hibridaciones de conocimiento relevante y significativo para quienes participan del taller, de manera en que el taller como promotor de producción de conocimientos significativos alcanza a cada uno de sus miembros y concibe la pluralidad grupal como medio fiable de construcción de conocimiento significativo, al combinar teorías y prácticas con miras de enriquecer el acervo intelectual y experiencial de quienes participan de él, lo que en mayor o menor medida transforma el fuero personal y contextual en que acontece. Al respecto Betancourt (2007) expresa: “Definimos los talleres como unidades productivas de conocimientos a partir de una realidad concreta para ser transferidos a esa realidad a fin de transformarla, donde los participantes trabajan haciendo converger teoría y práctica” (p. 12).

Dado que en la intervención realizada, se promovieron dinámicas grupales participativas debido a que en la forma de trabajar estuvieron implícitas actividades encaminadas a elaborar obras de arte, nacidas de las vivencias personales pasadas y las experiencias acontecidas a partir y durante las sesiones de trabajo, se empalman: las instancias prácticas realizadas en campo con las implicaciones propias del taller como instrumento colectivo de enseñanza aprendizaje que promueve la realización de objetos que facultan a quienes participan del taller. A continuación, una cita que formaliza lo expresado:

El taller implica como su nombre lo indica, un lugar donde se trabaja y se elabora. Es una forma de enseñar y aprender mediante la realización de algo. Se aprende desde lo vivencial y no desde la transmisión. Predomina el aprendizaje sobre la enseñanza. Se trata entonces de un aprender haciendo, donde los conocimientos se adquieren a través de una práctica concreta, realizando algo relacionado con la formación que se pretende proporcionar a los participantes.

Es una metodología participativa en la que se enseña y se aprende a través de una tarea conjunta (Careaga, Sica, Cirillo, & Da Luz, 2006, p. 5).

2.1.5 El facilitador del Desarrollo Humano

En esta sección se presentan algunas cuestiones que se juzgan imprescindibles en el estudio que se presenta. Las cuestiones referidas se enfocan en la persona del facilitador del Desarrollo Humano de cara a su quehacer promotor de las potencialidades personales y grupales.

Un facilitador es un individuo que no necesariamente es un terapeuta y en un grupo “puede desarrollar un clima psicológico de seguridad donde se genera en forma gradual libertad de expresión y disminuyen las actitudes defensivas” (Rogers, 1970, p.14). El principal objetivo de este coordinador es ayudar a los participantes a expresar sus sentimientos (positivos y negativos) y pensamientos , de manera que en el intercambio comunicacional se logre a cada participante “orienta(r) hacia una mayor aceptación de la totalidad de su ser -emocional, intelectual y físico- tal cual es, incluidas sus potencialidades” (p.14).

Como relata Rogers (1992) en su famosa conferencia del Oberlin College:

Como asesor sé bien que los problemas planteados en la primera entrevista no son los mismos que aparecen durante la segunda o tercera sesión, y cuando llega la décima entrevista habrá surgido toda una serie de nuevos problemas. No obstante, he llegado a creer que a pesar de esta intrincada multiplicidad horizontal y de los estratos de complejidad vertical, tal vez exista un único problema (p. 103).

Sobre la cita anterior, respecto al facilitador del Desarrollo Humano, puedo sintetizar tres apreciaciones de Rogers (1992) a partir de esta aseveración: A) Su experiencia pudiera parecer caótica. B) Incluye una visión tanto holística como detallada en su técnica y C) Tiene la creencia que puede rastrear el malestar a una sola causa. De esta forma, si se consigue localizar un “único problema”, es posible poner foco en ese problema singular, con un objetivo específico que lo atienda, en lugar de perderse en los múltiples problemas aparentes que no son sino máscaras que esconden una sola cuestión. Es pues la labor del facilitador, procurar una visión holística de las personas para acompañarlas en su búsqueda de maneras nuevas de posicionarse de cara al mundo, las que dicho sea de paso tenderán al respeto y a la preservación de la vida.

A continuación, una cita de Rogers (1992) referente a su darse cuenta de una “búsqueda primordial” generalizada que resume en las preguntas que apunta a resolver aquel problema único que se manifiesta como problemáticas varias: “¿Quién soy yo realmente? ¿Cómo puedo entrar en contacto con este sí mismo real que subyace a mi conducta superficial? ¿Cómo puedo llegar a ser yo mismo?” (p. 104). Dar respuesta a esta búsqueda es lo que él llama “El proceso de convertirse en persona”. Una vez expresado su foco, cita sus aprendizajes en prosa sobre este proceso, incluso presentando transcripciones de sus entrevistas terapéuticas, mismos que resumo (tomando fragmentos textuales) en una tabla dividida en hipótesis, objetivos, resultados y retos que presento a continuación, esto con el objetivo de ilustrar el proceso secuencial de las problemáticas que acontecen en la práctica del facilitador y para el caso de este trabajo, la tabla siguiente formaliza la experiencia de trabajo realizada:

TABLA 3. SECUENCIA DE EVOLUCIÓN PERSONAL

Hipótesis	Objetivos	Resultado	Retos
“La causa de la desesperación de un individuo reside en no elegir ni desear ser uno mismo”	“Comprender como se siente (el individuo) en su mismo mundo interno, aceptarlo como es y crear	(El individuo) “parece tratar de descubrir algo más profundo, más propio de sí mismo y empieza por	“La remoción de la máscara hasta entonces considerada una parte real de uno mismo puede ser

(Kierkegaard, en Rogers, 1992, p. 105).	una atmosfera de libertad que le permita expresar sin traba alguna sus pensamientos, sentimientos y su manera de ser” (p. 104).	despojarse de las máscaras que usaba conscientemente” (p. 104).	una experiencia profundamente perturbadora” (p. 105).
Cuando (el individuo) experimenta plenamente los sentimientos de lo que es en el nivel orgánico, se siente seguro de ser una parte de su sí mismo auténtico	“Descubrir los elementos desconocidos del sí mismo” (del individuo) (p. 106).	(Las actitudes) “pueden ser vivenciadas con plenitud y con conocimiento de los límites que representan” (p. 107).	“Existen mil y una razones que nos impiden experimentar plenamente nuestras actitudes” (p. 106).
“La apertura a la experiencia [...] expresa el extremo opuesto a una actitud de defensa” (p. 109).	“Que (El individuo) advierta con mayor facilidad las realidades externas, en lugar de percibir las según categorías preconcebidas” (p. 110).	“Sus creencias (del individuo) pierden su anterior rigidez, y pueden tolerar la ambigüedad y soportar una mayor cantidad de pruebas contradictorias” (p. 110).	“No podemos asimilar toda la información que nos brindan nuestros sentidos, sino sólo la que corresponde a nuestra imagen” (p. 110).
“Cuando un individuo se abre hacia su experiencia, descubre que el organismo es digno de confianza y siente menos temor hacia sus propias reacciones emocionales” (p. 112).	“Sobre la base de estas complejas consideraciones (sobre su experiencia), (el individuo) es capaz de descubrir la elección que más se aproxima a la satisfacción de todas sus necesidades mediatas e	“El individuo descubre paulatinamente que su propio organismo merece confianza, que es un instrumento adecuado para hallar la conducta más satisfactoria en cada situación inmediata” (p. 112).	“El individuo puede elegir mal, pero puesto que tiende a abrirse a la experiencia, prevé mejor las posibles consecuencias insatisfactorias” (p. 112).

	inmediatas en esa situación” (p. 112).		
Decir algo como lo que acaba de decir (reconociendo una experiencia “que dejó salir”) da al mismo tiempo un sentimiento de fuerza –al decirlo-, y, sin embargo, a la vez siente miedo de lo que ha dicho [...] Esto trastorna un esquema más bien significativo y lo sacude hasta aflojarlo (p. 114).	(El individuo) “reconoce que en él reside la facultad de elegir, y que la única pregunta importante es: ¿Estoy viviendo de una manera que me satisface plenamente y que me expresa tal como soy?” (p. 114)	“El individuo llega progresivamente a sentir que este foco de evaluación se encuentra en sí mismo” (p. 114).	No se menciona ninguna.
“El individuo parece más satisfecho de convertirse en un proceso que en un producto” (p. 115).	“En la libertad de la relación terapéutica, tiende a abandonar esos objetivos (solucionar problemas); acepta con más satisfacción el hecho de no ser una entidad estática, sino un proceso de transformación” (p. 115).	(El individuo) “se ve en acción; parece saber hacia dónde se dirige aunque no siempre sabe conscientemente cuál es su meta” (p. 115).	“A veces uno se inquieta, pero siempre es profundamente alentador” (Rogers transcribe la conclusión de un cliente en terapia) (p. 115).

Fuente tabla: Autoría propia. / Contenidos tabla: (Rogers, 1992).

Como conclusión de la conferencia del Oberlin College, Rogers (1992) reconoce no sólo sus limitaciones como estudioso y humano sino aquellas atribuibles al tiempo y

espacio, invitándonos a aceptar lo expuesto como una “descripción provisional, no como algo definitivo” (p. 116). Expresando claramente que “NO”, afirma “Ustedes deben convertirse en esto; he aquí el objetivo que deben adoptar” (p. 116).

El facilitador/artista

La práctica profesional motivo del presente TOG fue la planeación e impartición del taller “Expresión de emociones y auto conocimiento por medio de las artes plásticas modernistas”. En dicho taller para el que se utilizó una metodología mixta entre exposiciones, grupo de encuentro básico y laboratorio de expresión creativa; se tomó como inspiración la arte terapia razón por la cual a continuación se describirán conceptos importantes de la misma, necesarios para comprender las influencias y las diferencias de este tipo de actividad terapéutica y el taller impartido, sin decir con ello que en el taller ejecutado sea de corte terapéutico, empero, los constructos que se presentan a continuación soportan y ratifican una práctica reflexionada y con sustento epistemológico.

Un aspecto importante al consolidar la identidad profesional es delimitar el self⁴²-artista del self-terapeuta. Si se utilizara la expresión artística sólo como una técnica terapéutica, se trabajaría desde el campo de la psicología, por otro lado, si fuera más importante la expresión subjetiva del artista se trabajaría desde el campo de las bellas artes. Un terapeuta/artista trabaja desde ambos campos de manera que se relaciona con el cliente desde su expresión subjetiva, sin priorizar una sobre la otra. Según Edith K. (Kramer en Rubin, 2016) una de las primeras personas en lograr este difícil equilibrio fue Viktor Lowenfeld en su obra de 1957, un educador de arte terapéutico que acuñó la idea de “extender el marco de referencia” – una manera de prestar el ego propio del terapeuta/artista en su función facilitadora para posibilitar la expresión creativa de otra persona.

⁴² Si mismo.

Judith Aron Rubin (2016), con su entrenamiento psicoanalítico, en sus primeros contactos con la terapia de arte estaba preocupada con el hecho de que cualquier aspecto de contratransferencia⁴³ no reconocida pudiera perjudicar el resultado benéfico para el paciente, más el análisis del trabajo de la experimentada arte-terapeuta Mildred Chapin (Una persona con amplio autoconocimiento y un considerable grado de autoconciencia) le permitió confiar en la función del terapeuta/artista. Mildred (Chapin en Rubin, 2016), quien se basaba en ideas del psicoanalista Kohut en el año 1971 sobre la auto-psicología, describía las maneras en que usaba el propio self⁴⁴ artista del clínico para ayudar al paciente a desarrollar narcisismo saludable en vez de patológico. Kohut (1971 en Lachman-Chapin, 2001 en Rubin, 2016) indicaba que la inversión narcisista en un producto artístico ayuda al cliente a individualizarse ya que proporcionaba un medio para afrontar el dolor y la tensión –misma cuya autorregulación es un paso básico en la estructuración del ego- al proveer una manera de expresarlas y transformarlas en un mecanismo auto-regulatorio. Yendo más allá de esta idea, Lachman-Chapin (2001, en Rubin, 2016) reconocía que como artista somos arrastrados a una manera empática de relacionarnos con el mundo, en especial cuando empáticamente tomamos el arte realizado por otros, teniéndose como consecuencia una respuesta empática. También reconocía que como artistas se expresa el propio self, no limitándose a la respuesta empática, sino ofreciéndoles una solución que nosotros mismos hemos encontrado. Reconoce que hacer arte con el cliente es procedimiento atrevido en el que el cliente se hace vívidamente consciente de la persona con la que se relaciona, al igual que el propio terapeuta/artista que no puede evitar observar cualquier aspecto de contratransferencia que pudiera aparecer en la obra, misma que deberá tratar para poder avanzar en la relación terapéutica.

Aportaciones de Eugene Gendlin

⁴³ Contratransferencia f. Psicol. y Psiquiatr. En el psicoanálisis, conjunto de reacciones afectivas conscientes o inconscientes del psicoanalista hacia ciertos sentimientos del paciente (Real academia española, 2018, s/p).

⁴⁴ Si mismo.

Gendlin, filósofo, terapeuta, profesor y colaborador de Rogers, creó su método el cual “utiliza la focalización corporal como herramienta terapéutica que facilita el hecho de experimentar” (Alemany, en Gendlin, 1999, p.11) al observar que aún con las actitudes del ECP la terapia puede llegar a “puntos muertos”. En su libro *El focusing en la psicoterapia*, Eugene G. (Gendlin, 1999, pp. 25-37) presenta las siguientes conclusiones sobre este tema (Que presento en una tabla sintetizando la causa del punto muerto y citando textualmente la conclusión):

TABLA 4. CONCLUSIONES SOBRE OBSTACULOS EN TERAPIA

“Punto muerto” debido a:	Conclusión
El proceso terapéutico “se hace basándose únicamente en la interpretación e inferencia, careciendo de un proceso experiencial” (p. 25).	“Momento a momento, tras cualquier cosa que la persona dice o hace, se debe prestar atención al efecto que tiene sobre lo que se experimenta de forma directa” (p. 29).
En la terapia “se dan emociones muy concretas y éstas se repiten indefinidamente” (p. 25).	“Toda experiencia y acontecimiento contienen movimientos implícitos posteriores (...), se puede sentir un “matiz” de la experiencia que es más complejo de lo que jamás podría articularse con palabras o conceptos” (p.37).

Fuente tabla: Autoría propia. / Contenidos tabla (Gendlin, 1999, pp. 25-37).

Eugene Gendlin nombra a su método de trabajo: “focusing” en 1969, (Greenberg en Gendlin, 1999, p. 11) explicando cómo se utiliza la “focalización corporal como herramienta terapéutica que facilita el hecho de experimentar” (Greenberg en Gendlin, 1999, p. 11). El mismo Gendlin (1999) describe su método como una “forma de atención *corporal* interior [...] (que) difiere de la atención normal que prestamos a los sentimientos, porque se inicia desde el cuerpo y tiene lugar en la zona que existe entre lo consciente y lo inconsciente” (p. 17). Una experiencia similar con la que los estudiosos del focusing ayudan a comprender el proceso corporal del método de Gendlin a personas extrañas al mismo, es aquella que se genera cuando se siente que se olvida algún objeto al salir de casa y después de recordar varios objetos –también

olvidados pero que no satisfacen al organismo- se produce una sensación física energizante cuando repentinamente se recuerda el objeto olvidado que satisface al organismo. A diferencia de la experiencia anteriormente descrita, el proceso del focusing es una forma deliberada y sistemática de fomentar el proceso facilitador que surge desde el interior de la persona.

La sensación sentida en el focusing

Tratando de no centrar toda la responsabilidad del proceso personal en las características y aptitudes del facilitador, Gendlin centró sus investigaciones en lo que puede hacer la persona para facilitar el avance de la relación de ayuda, llegando a la conclusión que su principal contribución es el permitir que la “sensación sentida”, -una energía corporal diferente a la emoción- aflore de su organismo.

Gendlin (1999), presenta una lista de las ocho características de la “sensación sentida” objeto central de trabajo de su método:

1. [...] Se construye en la zona limítrofe entre lo consciente y lo inconsciente.
2. [...] Tiene al principio una cualidad confusa (aunque sea única e inconfundible).
3. [...] Se experimenta corporalmente.
4. [...] Se experimenta como un todo, un ato único de la complejidad interna.
5. [...] Se mueve mediante pasos; se modifica y se abre paso a paso.
- 6.- Cada paso nos acerca a ese *self*⁴⁵ nuestro que no es definible en términos de contenidos.
7. Estos pasos [...] poseen su propia dirección de crecimiento.
8. Sólo retrospectivamente podemos confeccionar la explicación de cada paso (p.50).

⁴⁵ Sí mismo.

Importante es recalcar que aunque las “sensaciones sentidas”, fácilmente se confunden con “emociones”, no son lo mismo; y (Gendlin, 1999, pp. 99-100) presentó en una tabla comparativa sobre sus diferencias (De la que he tomado el concepto textual y he sintetizado, en caso necesario, el significado que le daba a éste):

TABLA 5. “EMOCIÓN FRENTE A SENSACIÓN SENTIDA”

Emoción	Sensación sentida
“Claramente reconocida”	“No reconocible fácilmente”
“Reducida” (no permite conocer más de ella)	“Más amplia” (ya contiene un mayor conocimiento de la situación)
“Uniformidad interna” (al contactarla, se intensifica, es concreta)	“Multiplicidad interna” (al contactarla, descubro más aspectos, es holística)
“Una señal” (es reactiva a un acontecimiento)	“Muchas ramificaciones” (puede surgir de cualquier relación a ella)
“Pasado” (basada en el)	“Presente” (basada en el)
“Siempre la misma”	“Siempre diferente”
Reconocida culturalmente	Personal
“Carácter universal”	“Diferenciación individual” (significados)
“Se pueden nombrar y explicar fácilmente”	“Es difícil encontrar una palabra o una frase que se ajuste”
“Permanece igual” (aunque puede aumentar intensidad)	“Cambia”
“Intensidad”	“No intensas”
“Surgen de forma corporal”	“Surgen de forma corporal”
“Se forma en algo así como el mismo “espacio” corporal”	“Se forma en algo así como el mismo “espacio” corporal”

(Gendlin, 1999, pp. 99-100).

2.2. Aportaciones que se hacen al contexto social

La aportación que se hace al contexto social es un proceso creativo materializado en la creatividad e impartición del taller objeto del presente TOG. Para facilitar al lector el entendimiento de dicho proceso creativo, se divide esta sección en tres partes basadas en los pasos del proceso creativo propuesto por Wallas (2014): 1.- Preparación, 2.- Incubación, 3.- Iluminación y 4.- Verificación. En el primer apartado relacionado con el

paso de incubación, se presentarán los elementos teóricos relacionados e involucrados (en otras palabras, la base para la inspiración) del taller. En el segundo apartado relacionado con los pasos de incubación e iluminación, se presentarán de forma narrativa reflexiones generadas por la interacción de la creación de obras artísticas del autor con circunstancias y vivencias personales (en el campo del DH). Por último, en el tercer apartado relacionado con el paso de verificación, se describirán las actividades realizadas en las sesiones del taller y el desarrollo resultante de su puesta en práctica.

2.2.1 Paso de Preparación

En esta sección se presentan conceptos e ideas que fueron relevantes en la intervención realizada, en otras palabras, aspectos conceptuales y teóricos que deliberadamente estuvieron presentes en el trabajo en campo y que formalizan en desempeño de la práctica del facilitador autor de este trabajo, sin decir con ello que la intervención ejecutada sea de corte terapéutico, empero, los constructos que se presentan a continuación soportan y ratifican una práctica reflexionada y con sustento epistemológico.

La psicoterapia de arte. Elementos básicos

Según Judith Rubin (2016) hay dos elementos que son vitales en el arte, a los cuales no se les da importancia y si bien son importantes para la terapia de arte no son exclusivos de ella, estos constitutivos son: la “simbolización”⁴⁶, que ocurre cuando las personas crean arte y el “mirar” que ocurre cuando las personas perciben el arte.

Ella (Davis Beres en Rubin, 2016) menciona sus trabajos (de él, Beres) que trataron principalmente sobre la simbolización y lo que él denominó “Desarrollo retardado del ego”, que es cuando el infante no desarrolla la capacidad para distinguir la forma-representativa-del-objeto, del objeto-real. Esta condición está asociada con interferencia

⁴⁶ “Que se concibe la conciencia como la representación simbólica (no necesariamente en símbolos verbales) de una parte de nuestra experiencia” (Rogers, 1985, p.27).

en el desarrollo normal del lenguaje, los procesos de pensamiento y las relaciones objetales⁴⁷. La creación de imágenes visuales ayudaron a sus pacientes a desarrollar la habilidad de simbolizar -que es una capacidad fundamental para casi cualquier actividad civilizada. También notó acerca del lenguaje –un sistema simbólico compartido, base del desarrollo y la experiencia humana- que cuando usarlo es difícil para el paciente por su condición (o cuando usar palabras provoca demasiado miedo) la práctica de la simbolización al crear imágenes visuales hace caminar el proceso. Lo expuesto hasta aquí, exhibe en alguna medida porqué las expresiones artísticas y plásticas son un medio fiable para representar mundos personales, interiores y privados, a los que está vetado el acceso de su creador y de terceros, salvo cuando mediante expresiones del tipo que se han mencionado emergen a la superficie manifestando su existencia y reclamando su sitio y acomodo de quien las ha negado, experiencias no reconocidas que se revelan a los ojos de su hacedor y de terceros reclamando “una segunda” oportunidad, en otras palabras una simbolización distinta en caso de que la tuvieran. De esta forma, crear y percibir manifestaciones artísticas sirvió al objetivo general de este trabajo, en tanto que la población objetivo de estudio, contactó con experiencias a partir de las cuales, manifestaron su creatividad por medio de expresiones plásticas, las que a su vez promovieron el conocimiento de sí mismas, y por tanto su desarrollo personal.

En el mismo orden de ideas Betensky (1995 en Rubin, 2016) menciona las conclusiones de ella (Betensky) sobre el “mirar”, que considera la contribución más importante de la terapia de arte a la psicoterapia y a la fenomenología ⁴⁸. La terapia de arte pone atención en una experiencia auténtica de dos maneras: a) En una primera experiencia directa cuando el cliente produce la obra y b) en una segunda experiencia directa el cliente aprecia la obra ante sus ojos en su consciencia inmediata. Betensky (2001), con respecto a la fenomenología de “mirar” dice:

⁴⁷ El concepto de relación objetal tiene relación con las acciones que se dan en una relación dentro de la cual una persona trata como objeto de uso o consumo a un sujeto.

⁴⁸ Fenomenología se define: 1) “Teoría de los fenómenos o de lo que aparece”. 2) “Método desarrollado por Edmund Husserl que, partiendo de la descripción de las entidades y cosas presentes a la intuición intelectual, logra captar la esencia pura de dichas entidades, trascendente a la misma consciencia” (Real academia española, 2018, s/p).

Mediante una intención de ver, el objeto de mi atención empieza a existir para mí más de lo que lo hacía antes, es decir, aparece ante mi consciencia más claramente que antes. En este fenómeno se vuelve importante para mí, y ahora significa algo para mí; e incluso, algunas veces, se convierte en vital a mi existencia y a mi ser.

Betensky (1995 en Rubin, 2016) trabaja con la experiencia directa del cliente en dos fases:

A) La fase uno, facilita la percepción y consta de:

- a. El presentar visualmente la expresión artística.
- b. El distanciarse físicamente de la expresión artística para separar el fenómeno del creador y que sea una experiencia en sí misma.
- c. La mirada intencional de la expresión artística, recibiendo los mensajes depositados en ella y permitiendo que el “darse cuenta” se profundice y enriquezca. Es importante mencionar que esto generalmente se da en silencio y que es importante que el terapeuta dé suficiente tiempo absteniéndose de comentar algo y distraer al cliente.

B) La fase dos, facilita que el cliente comparta su percepción mediante la pregunta ¿Qué ves tú? Y puede ser de varias formas:

- a. Descripción fenomenológica.- en el que se describe tan precisamente como se pueda lo que está en la obra.
- b. Desdoblado fenomenológico.- en el que se discuten los significados privados contenidos en los diferentes niveles de la obra. Este se puede dar en dos maneras:
 - i. En una se empieza con el cliente y se trabaja con el tema.
 - ii. Otra enfatiza las propiedades estructurales y las relaciones entre ellas.
- c. Integración fenomenológica.- en la que se integra la experiencia. Esto se hace sobre tres aspectos:

- i. El primero consiste en comentar, de la obra realizada, las intenciones originales y los resultados actuales de dichas intenciones.
- ii. El segundo es la búsqueda de similitudes y diferencias en la obra de un cliente a lo largo del tiempo.
- iii. El tercero es el buscar paralelismos entre el proceso de expresión artística y el esfuerzo del cliente de hacerle frente a experiencias de la vida real.

La estética relacional

En este apartado se hará mención de este concepto esencial para entender la praxis de la arte terapia. Este concepto es exclusivo de esta práctica y la diferencia tanto de otros tipos de terapias (en su mayoría verbales) como de los valores y conceptos propios de las artes (y por consiguiente de las artes plásticas).

Recordamos la definición de Estética (del latín moderno “*aestheticus*”, y este del griego “*aisthétikós*” -que se percibe por los sentidos-) como:

- a) Pertenciente o relativo a la percepción de la belleza.
- b) Armonía y apariencia agradable a los sentidos desde el punto de vista de la belleza” (Real academia española, 2018, s/p).

Debemos reconocer que históricamente la noción de estética y belleza han sido principalmente relacionadas con la vista o el oído -por ser sentidos “pasivos”, es decir, que no se necesita mucha acción consciente para utilizarlos, es más, muchas veces es extremadamente difícil “apagarlos”-, pero que en una sociedad más intelectual y educada se pueden percibir (la estética y belleza) intelectualmente en vez de corporalmente, focalizando la cualidad de dicho “agrado” en la presencia o ausencia de un valor determinado. En el caso de la estética relacional el valor estético no es la expresión emocional del artista, la armonía o apariencia de la forma, ni la imitación de lo

percibido como bello en el mundo exterior; sino la funcionalidad, veracidad o equilibrio de la relación interpersonal en la que se genera la obra artística.

La estética relacional está estrechamente ligada con el “arte relacional” que fue definido por Nicolas B. (Bourriaud, 2002 en Rubin, 2016) como el tomar como horizonte teórico el reino de la interacción humana y su contexto social, en vez de la afirmación de un espacio simbólico privado e independiente, dónde su foco era el concebir una observación de las obras en las cuales la intención era el producir “relaciones” más que “objetos”.

También está sustentada por las experiencias vividas de los individuos o grupos cuyo contexto social, cultural y político varían grandemente; y como ejemplo de ello se puede citar las observaciones de Crowther, (2009 en Rubin, 2016) que distingue que los occidentales valoran las funciones del arte que reflejan y documentan las experiencias en diferencia con los no-occidentales en donde las funciones del arte reflejan experiencias formativas y participativas que se entrelazan con la transformación metafísica y del sentido. Es decir, en la concepción postmoderna se establece la existencia de “múltiples estéticas”.

Basados en las concepciones anteriormente mencionadas, los terapeutas de arte (Knill, Levin & Levine, 2005 en Rubin, 2016) establecen que el terapeuta tiene una “responsabilidad estética” de moverse más allá del ser testigo empático y debe tener un rol activo en dar forma a la sesión en el cual una respuesta estética sea evocada en la persona, un trabajo que se basa en “baja habilidad- alta sensibilidad”. Pero, como expresa Judith Aron Rubin (2016) a diferencia de la concepción de Bourriaud (2002 en Rubin, 2016), los terapeutas de arte identifican “la relación consigo mismo” como un aspecto necesario y significativo del “continuum” de encuentros relacionales que pueden ser explorados y encarnados en el arte. Para clarificar esto, Rubin (2016) describe un proyecto en el que participó llamado “arte-trabajo” (*Artworks*) con un objetivo no terapéutico convencional (disminuir el estigma e incrementar el entendimiento entre

personas diferentes socialmente –rico o pobre, joven o viejo, etc.) en el que se buscaba también disminuir el poder de los facilitadores, desarrollar el ser “compañeros atentos que crean conexiones relacionales” y llevar al grupo a una funcionalidad independiente de la asistencia de los facilitadores. Reconoce que el principal error de los facilitadores, que mermó la calidad estética relacional lograda, fue la decisión unilateral de suspender el grupo cuando después de un tiempo no lograron los objetivos por ellos buscados (la diversidad social), aceptando que tal vez de haberlo dialogado como grupo hubieran terminado su participación sin dañar, o traicionar, dicho logro de estética relacional.

El enfoque gestáltico en arte terapia

Con la finalidad de exponer una línea de entendimiento para abordar enfoques de arte terapia relativos a diferentes tendencias terapéuticas (en este caso la gestáltica) se proporcionan al lector primero una pequeña introducción a lo que es a psicología gestalt, siguiendo con una breve descripción de cómo se lleva a cabo la terapia gestalt para terminar con el enfoque gestáltico de arte terapia.

La noción de Gestalt es introducida por Christian V. E. (Ehrenfels Von, 1890) como “forma” o “estructura” en su obra *Über Gestaltqualitäten* (las cualidades de la forma). Como escuela psicológica considera los fenómenos no como suma de elementos aislados, sino como un todo o un conjunto de formas constitutivas de unidades autónomas, internamente solidarias y dotadas de leyes propias.

Las investigaciones de los psicólogos Gestalt se centraron en conocer la forma en que las personas perciben y en establecer los principios con los que a partir de esta se construye su realidad. Para comunicar efectivamente los resultados de estas investigaciones muchos psicólogos gestaltistas utilizan dibujos en los cuales el receptor puede fácilmente entender los descubrimientos, siendo la percepción visual uno de los pilares del estudio de la disciplina.

Fritz Perls (1969) fue el fundador de la terapia Gestalt, dice que tendemos a confundir nuestro “punto de vista” sobre el mundo con la verdad objetiva y absoluta, en lugar de reconocer el papel de la percepción y su influencia en la formación de nuestra perspectiva, junto con todas las ideas, actos y creencias que de ella surgen. Perls valoraba altamente la responsabilidad y decía que una vez comprendido que la percepción es la clave de la realidad, cada uno está obligado a responsabilizarse de la vida que crea y de la forma en que decide ver el mundo. También insiste en que podemos aprender a controlar nuestra experiencia interior con independencia del entorno exterior ya que el control de nuestro entorno psíquico interior nos da poder en dos aspectos: en cómo interpretar el entorno y en cómo reaccionar frente a él. El aprender a cultivar la conciencia es el primer paso y el más importante, es la capacidad llamada “estar en el aquí y el ahora”, es decir, tener una conciencia emocional aguda en el presente. En este proceso lo importante para Perls es el ¿Cómo? y no el ¿Por qué?

Cabe destacar que la finalidad de la terapia Gestalt no consiste en atacar, vencer o “sobrepasar” las resistencias, sino volverlas más conscientes y más acondicionadas a la situación de cada momento. El terapeuta Gestalt considera estas resistencias como normales y necesarias; sólo su exacerbación o persistencia rígida en momentos inapropiados es considerado comportamiento neurótico.

Según Rubin (2016), el trabajo de los terapeutas de arte Gestaltistas es similar al como el terapeuta Gestalt trabaja con los sueños. En el trabajo con los sueños se asume que estos representan mensajes existenciales que reflejan maneras actuales de estar en el mundo. Los pacientes deben reconocer que la configuración del sueño es su propia creación, se les invita a “trabajar” en sus imágenes auto-creadas tomando el lugar de cada persona o cosa del sueño.

Como Joseph Z. (Zinker, 1977, en Rubin, 2016) cree que toda actividad creativa empieza con el movimiento, él dice en su libro “Proceso creativo en la terapia Gestalt”:

La razón por la que dibujar y pintar puede ser “terapéutico” es que, cuando se experimenta como un proceso, le permite al artista el conocerse a sí mismo como una persona completa en un periodo de tiempo relativamente corto. Él no sólo se hace consciente de su movimiento interno hacia la plenitud experiencial, más también obtiene confirmación visual... de los dibujos que produce.

Esta forma de trabajar mediante las percepciones visuales/verbales, ilustra el pensamiento visual en acción, demuestra como “pensar con los sentidos” puede ser parte del proceso terapéutico. Rudolf A. (Arnheim, 1969 en Rubin, 2016) insiste en que el fenómeno físico y psicológico es isomórfico -sus formas están estructuradas de manera similar- de tal manera la dinámica de las estructuras percibidas en el dibujo pueden ser transpuestas en reconocer patrones de comportamiento. Arnheim (1969 en Rubin, 2016) ejemplifica su proceso terapéutico con su clienta “Wendy” en el que le pidió hiciera dibujos simples abstractos de su experiencia con nueve emociones primarias: A) Miedo, B) Enojo, C) Alegría, D) Tristeza, E) Disgusto, F) Aceptación, G) Anticipación, H) “Estar cuerda” y I) “Volverse loca” para después pasar varias sesiones observando los dibujos y poniendo atención a las descripciones, asociaciones e interpretaciones personales de sus mensajes visuales. Algunas veces comparando los dibujos en términos de similitudes y diferencias y verbalizando cualquier reconocimiento de alguna figura emergente.

Por otro lado, Violeta O. (Oaklander, 1978 en Rubin, 2016) dice de su trabajo Gestalt con niños y adolescentes que su objetivo es ayudar a los niños a ser conscientes de sí mismos y su existencia en el mundo mediante grupos experienciales de arte Gestaltistas de fin de semana o talleres de cinco días, incluso algunas veces permanentes, continuando por semanas o meses.

La conexión creativa: terapia de arte expresiva centrada en la persona de Nathalie Rogers

Tal como se hizo con el enfoque gestáltico de la terapia de arte, a continuación, se expondrán los conceptos básicos del enfoque humanista específicamente del (ECP) en la terapia de arte.

La terapia de arte expresiva es una terapia multimodal con un énfasis en los aspectos sanadores del proceso creativo. El usar las artes expresivamente significa ir dentro de nuestros propios recovecos para descubrir, expresar y “dejar ir” sentimientos mediante arte visualmente perceptible, movimiento, sonido, escritura o dramatización, sin importarnos la belleza del arte, la gramática o el estilo de escritura, o el flujo armonioso de los sonidos. Las personas en esta terapia reportan que los ayuda a ir más allá de sus problemas, encontrar un nuevo sentido espiritual y vislumbrarse a sí mismos efectuando acciones constructivas en el mundo.

Según Rubin (2016) Nathalie Rogers, siguiendo la filosofía de su padre, Carl Roges, rechaza las tendencias analíticas e interpretativas de la terapia de arte y de movimiento buscando, por el contrario, la empatía y cree firmemente que al escuchar genuinamente la profundidad del dolor emocional y al respetar la habilidad individual de encontrar su propia respuesta, le doy a los clientes la oportunidad de empoderarse y descubrir su potencial único.

Siguiendo con lo referido por Rubin (2016), Nathalie Rogers (1988) concibió el término “conexión creativa” para descubrir el proceso en que una forma de arte estimula y siembra creatividad en otra forma de arte, entretejiendo todas las artes hacia nuestra esencia natural. En un espiral con forma de embudo se empieza en lo más amplio- llevándonos hacia nuestro centro- liberando nuestra energía creativa, por ejemplo, del movimiento hacia el uso del color, pasando por la escritura y llegando al sonido, promoviendo el “insight” que permite el entendimiento de sí mismo; mediante la expresión para liberarnos, empoderarnos, experimentar y tomar riesgos para potenciar el cerebro y conectar la fuente de energía universal, trayéndonos vitalidad y sentido de unidad. De esta manera se dio cuenta de que el ser un testigo empático del arte, el

movimiento y la escritura de un diario es similar a ser un terapeuta centrado en el cliente.

Según Rubin (2016), Nathalie Rogers conceptualizó la noción de que usando el arte en una secuencia evoca verdades internas que se revelan con mayor profundidad y significado, como por ejemplo el movimiento que libera nuestra energía creativa y luego se expresa en artes visuales. Admitiendo que el proceso verbal, en el que se basa la psicoterapia tradicional, siempre será importante; ha descubierto que usar el arte como otro lenguaje la acerca más al mundo interno del cliente. Ella les asegura a sus clientes que el objetivo no es el evaluar su habilidad creativa, o de dibujo o baile si no un método de auto descubrimiento.

Los contenidos anteriores, se presentan con el propósito de explicitar la manera de procesar las experiencias acontecidas durante el trabajo en campo, es decir, sobre la relevancia del “mirar”. Si bien es cierto que el trabajo realizado se inscribe en el campo del DH y no de la terapia, también es cierto que la práctica se adhiere a concepciones como las presentadas, en términos de contemplar las expresiones plásticas realizadas por las participantes del grupo y la forma en que al “mirar” dichas expresiones, desde saberes como los presentados, sirve a los objetivos de: clarificar experiencias, incrementar el autoconocimiento, encontrar sentidos nuevos o diferentes de la existencia personal y por tanto legitimar el desarrollo de la población objetivo de estudio.

2.2.2 Paso de Incubación e Iluminación

Con la finalidad de entender mi proceso creativo, que es de donde nace la propuesta del taller motivo del presente documento, considero necesario que el lector conozca algunos datos sobre cómo este- al igual que el desarrollo de mis áreas de oportunidad- ha evolucionado debido a algunas circunstancias en mi vida y las decisiones por mí tomadas con base en mi autoconocimiento.

La primera carrera en la que me interesé fue Ingeniería civil, misma que empecé a cursar en ITESO en 1994. Mi razonamiento para esta decisión fue el hecho de reconocer mi habilidad con los números y con el dibujo (esta última en un principio me hizo considerar arquitectura, pero creía que la parte estética se me daba de manera natural). Dentro de la currícula de ingeniería civil se incluía una clase de psicología, ya que se nos informaba (a los estudiantes de la carrera) era un conocimiento que podría ayudar a desarrollar un “área de oportunidad” que los académicos consideraban era necesaria para el “equilibrio” del profesional. Las dinámicas planeadas por las maestras, a mis ojos no tenían mucha popularidad entre el grupo, y muchos de nosotros deliberadamente las boicoteábamos.

Conociendo un poco más de la carrera, me di cuenta de que, a mi parecer de aquel momento, no cuadraba con el estilo de vida que buscaba, así que me dirigí a servicios escolares donde trataron de convencerme de no desperdiciar las capacidades con las que contaba. En el examen de ingreso que se evaluaba aptitud lógico- matemática y verbal había obtenido puntuación aproximada de 1450 de 1600; pero lo que les llamaba la atención era el desempeño en el área lógico – matemática en la que obtuve aproximadamente 785 de 800 puntos. Me inscribí en la licenciatura en Mercadotecnia del Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Monterrey (ITESM) campus Guadalajara considerando que mi habilidad con los números sería benéfica para investigación de mercados (estadística) y el dibujo para la publicidad. Al salir de la carrera, me fue diagnosticado: trastorno afectivo mayor, por lo que inicié tratamiento con una profesional de la salud, que me recomendó que la MDH me ayudaría mucho. De esa manera entré al ITESO y me hice consciente de las enormes “áreas de oportunidad” que tenía en las inteligencias intrapersonal e interpersonal. De esta manera la ironía se había hecho obvia: la asignatura (psicología) por mí despreciada en ingeniería civil, ahora volvía como una necesidad más que un deseo. Para completar el listado de “inteligencias” me permitiré expresar mi creencia personal con relación a las restantes. En la kinestésica he sido bastante bueno con las manualidades, pero pésimo con la coordinación de la parte superior e inferior del cuerpo. La musical es otra gran

“área de oportunidad” para mí; pero he sido elogiado por mi desempeño en el dibujo, el modelado y el ubicarme, es decir, en la inteligencia espacial.

Después de terminar la MDH, al tomar un curso entré en contacto con el “Instrumento de Dominancia Cerebral de Herrman” (HBDI) (Herrmann México, 2007) el cuál “permite a uno tomar conciencia de las preferencias de pensamiento de manera de usarlas mejor en nuestra vida personal y profesional” (Sec. A, p. 2). Como menciona Herrman México (2007) “consiste en 120 preguntas, para proporcionar un cuadro visual de fácil lectura de las preferencias mentales de un individuo, equipo o grupo. Estudios de validación extensivos incluyen pruebas de electroencefalografía (EGG) y correlación con otros instrumentos válidos” (Sec. A, p. 3). Cabe mencionar que el instrumento divide las preferencias de pensamiento en cuatro cuadrantes:

A) Analiza (resuelve problemas, analítico, técnico, matemático y lógico),
B) Organiza (organizado, administrativo, conservador, controlado y planeador),
C) Personaliza (interpersonal, emocional, musical, espiritual y conversador),
D) Estratégico (Artístico, holístico, imaginativo, sintetizador y conceptualizador); y cuatro niveles para cada cuadrante: 1) Muy fuertemente (Preferido), 2) Fuerte (Preferido), 3) Intermedio (Usa, es decir, no lo prefiere pero no lo rechaza) y 4) Bajo (el que menos usa, o rechaza) (Sec. B, p.1).

Con base en esto Herrmann México, (2007) presenta los perfiles más comunes dividiéndolos en i) Perfiles de dominancia simple (10 perfiles, es decir 5% de la población⁴⁹), ii) Perfiles de doble dominancia (18 perfiles, es decir 58% de la población), iii) perfiles de triple dominancia (5 perfiles, es decir 34% de la población) y iv) perfil de cuádruple dominancia (3% de la población). Los perfiles de dominancia simple o doble generalmente se asocian a trabajos de menor responsabilidad, mientras que los de triple o cuádruple a trabajos de mayor responsabilidad. Es necesario aclarar que el perfil de preferencia(s) cerebrales

⁴⁹ Población de la muestra de estudio del (Herrmann México, 2007).

no implica un alto desempeño en las inteligencias asociadas a dicho cuadrante (es decir, el hecho de que se tenga un perfil que contenga la preferencia en el cuadrante A) Analiza no implica un alto coeficiente intelectual (CI ó IQ)). Después de realizar la evaluación, mi resultado fue bastante atípico ya que se conformaba de A)Muy fuerte +B)Bajo (organizado, administrativo, conservador, controlado y planeador) +C)Muy fuerte +D)Muy fuerte; y los 5 perfiles de triple dominancia presentaban un cuadrante B)Muy fuerte (es decir cuando lo común era que a una mayor dominancia de cuadrantes se incluyera el B como “muy fuerte”, justo lo contrario que en mi caso que se presentaba como “bajo”). Tras consultarlo con Herrmann México, (personalizando el resultado al integrar las observaciones del asesor -debido a su experiencia conmigo ya que fui yo quien organizó el taller para el consejo familiar-) se llegó a la conclusión de que lo atípico de mi perfil era debido a una adaptación de un perfil de cuarta dominancia que conscientemente había optado por “un acercamiento simple” hacia la complejidad que representa ser de un perfil de cuarta dominancia. A continuación, transcribo el perfil de cuarta dominancia según HBDI (Herrmann México, 2007, Sec. C, p. 23):

1-1-1-1

Este perfil tiene preferencia primaria en los cuatro cuadrantes (A, B, C, D) con preferencias relativamente iguales en cada uno. Este perfil se da en un 3% de la población. Los individuos con este perfil se caracterizan por estar bien balanceados y tener preferencias suficientemente fuertes en los cuatro cuadrantes, lo que les permite desarrollar el entendimiento y la habilidad para utilizar cada uno de los modos de los mismos. Esta persona es con frecuencia un “traductor multi-dominante”, es decir, que actúa como “traductor” con los otros para facilitar la comunicación y el entendimiento entre varios modos. En el caso ideal, ellos podrán moverse de un cuadrante a otro dependiendo de la situación. Esto sin embargo puede llevar al individuo a varios conflictos –los hechos vs los sentimientos, dicotomía diagonal del cuadrante A y C, o la puja – las formas o el detalle vs. el futuro o la fantasía, dicotomía diagonal del cuadrante B y D, ambas evidentes en este perfil. Pero este tipo de preferencia multi dominante puede

conducir al individuo a ser una persona bien integrada en los cuatro cuadrantes. Por ejemplo CEO's, directivos, ejecutivos de alta jerarquía con responsabilidades multifuncionales. El trabajo que los motiva incluirá muchos aspectos diferentes, pero la variedad y la oportunidad de involucrarse en diversos tipos de actividades es muy importante.

Una persona con este perfil para una mejor comunicación preferirá: i) acercamiento a los cuatro cuadrantes dependiendo de la situación, ii) individuos con este perfil pueden tener la habilidad de adaptarse a la escucha si están suficientemente motivados.

La estrategia más natural en la resolución de problemas incluiría: i) aquellas estrategias que la persona siente que se adecúan a la situación, ii) Debido a sus preferencias en los cuatro cuadrantes, pueden lograr un cómodo acercamiento desde diferentes ángulos.

Una persona con este perfil para tomar decisiones, podría preguntarse: i) ¿tengo todos los datos y hechos?, ii) ¿tendré el control?, iii) ¿cómo se vería afectados los otros?, iiiii) ¿cuál es la visión general?

Pero puede descuidar o dejar de lado: i) La comprensión con los que tiene una sola preferencia o preferencias muy marcadas hacia un modo o estilo de pensamiento en particular.

Puede que no considere: i) Un acercamiento con un enfoque simple (Sec. C, p. 23).

Como se puede deducir de los párrafos anteriores, contar con educación eficaz me permitió alcanzar un buen grado de inteligencia lógico-matemática y verbal, mis gustos personales me ayudaron a desarrollar inteligencia espacial y kinestésica, y ciertas circunstancias en mi vida "forzaron" a trabajar en las inteligencias intrapersonal e interpersonal. Pero probablemente con lo que fui más ¿afortunado? fue con un pensamiento holístico, que es poco común.

Probablemente el lector se pregunte ¿Y qué tiene que ver todo esto, con el taller impartido? La respuesta es sencilla, ya que pienso que una persona con diferentes características e intereses abordaría la “definición del problema” de una manera totalmente diferente. Para mí, todo empezó con “mi problema”, el hecho de que mi entrada a la MDH me generaba emociones que más fácilmente podía expresar mediante las artes plásticas, y me di cuenta de que este “lenguaje” además de ser apreciado por las personas a mi alrededor, me permitía avanzar en mi proceso personal de desarrollo. También me permitía comprender el “lenguaje” de otros artistas que resonaba a un nivel muy profundo, experimentar mis propias expresiones inspiradas en ellos y obtener retroalimentación de estas expresiones por personas cercanas a mí. Todo esto me llevó a entender la característica que tienen los verdaderos artistas: el ser admirados por ser ellos mismos, o como diría Rogers (1992), por el embarcarse en el proceso de ser persona.

A continuación, describiré acompañando con pinturas realizadas por mí, la evolución de mi expresión artística. Una de las primeras obras que realicé en óleo (autodidácticamente) fue un regalo para mi padre, que quería que le pintara un retrato de José Ma. Morelos y Pavón. En relación con el estilo, tomé prestados elementos de retratos realizados por Salvador Dalí (en cuanto a mezclar escenas relacionadas con el sujeto en el torso del busto retratado). Me fue sugerido, con lo que estoy de acuerdo, que el cuadro representa una línea del tiempo (yendo del pasado Mexica, al personaje independentista, hasta la revolución) y que contiene también expresiones más tanto físicas en el semblante (proyectado) y como temporales acerca del pasado (fuerza) y futuro (sufrimiento) que contrastan fuertemente con las nubes amarillas trazadas como las formas redondeadas comunes en los dibujos infantiles (Véase teoría de la expresión, p.39 de este trabajo).

IMAGEN # 1. "MEXICANO"

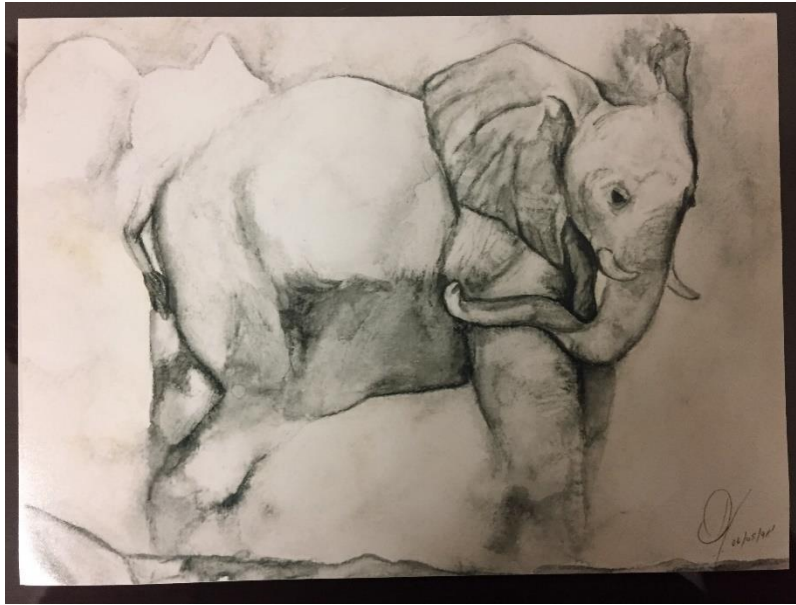


Autoría: Propia.

Después realicé este elefante para mí, porque me gustó mucho la fotografía original – que presentaba una manada de ellos refrescándose con polvo- en técnica de lápiz acuareleable⁵⁰. Centrarme en uno sólo, que a mí me parece aislado y melancólico, expresaba mi sentimiento. Esta obra fue importante para mí porque al utilizar una técnica mucho más parecida a las utilizadas en la primaria (lápices) me permitía lograr mayor realismo (Véase teoría de la imitación, p.39 de este trabajo) y recibir halagos. Esta obra se la obsequié a una amiga de la MDH.

IMAGEN # 2. "AISLADO"

⁵⁰ Por definición, el lápiz acuareleable es un lápiz de color que mezclado con agua, nos permite imitar la técnica de la acuarela, pero mediante un procesamiento más rápido, sencillo y seguro.



Autoría: Propia.

La siguiente obra, aunque es un a copia, tiene un significado personal muy grande. Para entenderlo es necesario conocer de donde viene, la obra de Salvador Dalí siempre me fascinó –se me hacía extraña y sublime en la misma medida- pero el periodo que se denomina “Del manifiesto místico” es el más apreciado por mí. Su mezcla de religión y surrealismo –en especial en este cuadro nombrado “La Madonna de Port Iligart” (1950)- me atraían de una manera mucho más fuerte que el trabajo incluso de Miguel Ángel, Leonardo o Caravaggio. Creo que era la fusión de tres ideas que en ese momento guían mi existencia: religión, familia y creatividad era lo que me llamaba la atención (véase teoría ritual, p.37 de este trabajo). Cabe destacar cómo me enfoqué solamente en el niño y omití a la Madonna, pero conservé el huevo. Este óleo lo empecé, más cuando entré a la MDH lo abandoné por unos años, solamente después de terminado el posgrado, lo retomé -después de realizar las copias del “Tulipanes en florero” (1892) de Cezanne y “El nacimiento de la divinidad” (1960) de Dalí- lo retomé para colocarlo en la sala del departamento al que me había ido a vivir independientemente.

IMAGEN # 3. “GÉNESIS DE LA COMUNIÓN”



Autoría: Propia.

Esta copia de “Tulipanes en floreo” (1892) de Cezanne fue un regalo para mi abuela materna. El último año de clases de la MDH, decidí asistir a un taller de pintura cercano a mi casa que me habían recomendado, con “una maestra muy poco directiva y bastante respetuosa”. Fue la primera vez que copié algo que no me atrajera grandemente (Se me hacía bonito, pero más “decorativo”; y sabía que, si le regalaba a mi abuela algo de Dalí, no le gustaría (siendo ella muy religiosa). Mientras pintaba, la maestra me explicó la intención del arte de Cezanne (Ver teoría de la forma, p.37 de este trabajo) y me hizo notar los cambios en color que inconscientemente había efectuado (Ver teoría de la expresión, p.39 de este trabajo) ya que en el original eran mucho más claros –o impresionistas-. Este cuadro mi abuela lo colgó en el área de su chimenea y cuando ella falleció, mi madre se lo llevó a la suya, donde está en la sala cerca de la chimenea.

IMAGEN # 4. “COPIA PARA OFELIA”



Autoría: Propia.

Este cuadro fue motivado por las observaciones de la maestra de pintura acerca del fondo de la obra anterior y lo realicé fuera de la clase. Por curiosidad, empecé a leer sobre el expresionismo abstracto – y comprendí como había evolucionado desde el posmodernismo de Vincent Van Gogh- y decidí experimentar. Se puede apreciar una gran influencia de los brillantes amarillos de obras como “La silla de Van Gogh” (1888) y “Girasoles” (1889), de los fondos difuminados con los dedos de muchas obras de Leonardo, así como de muchos infantes (En lo personal desde pequeño me encantaba la textura de la pintura en mis manos) y las imaginativas dinámicas de surrealistas y de muchos niños y adultos creativos que buscan “objetos” en las formas de las nubes o las rocas. Este experimento estuvo muy influenciado por el principio de la psicología gestalt “figura-fondo” y me entretenía bastante encontrando nuevas formas al voltear el cuadro, elegir áreas mayores o focalizadas y reinterpretar secciones bajo diferentes estados de ánimo.

IMAGEN # 5. “NUBES AMARILLAS”



Autoría: Propia.

Este cuadro, continuó la experimentación del cuadro anterior y lo realicé fuera de la clase; pero a diferencia del anterior, este no fue un experimento lúdico basado en una expresión serena de emociones. Me encontraba cargado de muchas emociones con un sentimiento de gran incomodidad. Los orificios además de gestuales asemejan a las obras de Lucio Fontana. De la manera en que los cuadros de Fontana, mediante sus “cortes” evidenciaban la tridimensionalidad del espacio en el que se encuentran e integraban la bidimensionalidad de la obra a la realidad, la catarsis artística y emocional al realizar mi versión me permitió estar más tranquilo y apreciar mejor la circunstancia que me incomodaba para darle una mejor solución. Aunque personalmente creo que, al menos en mí caso, el estrés no es buen facilitador para la creatividad, curiosamente esta es la obra que he realizado que más llama la atención y la única por la que se me ha insistido una compra-venta.

IMAGEN # 6. “HERIDA”



Autoría: Propia.

Este cuadro fue el tercero que realicé en la clase de pintura. Representaba para mí un reto debido al nivel de detalle necesario, el pequeño tamaño de algunas partes (que eran como pintar una miniatura), y mi expectativa de copiar fielmente la obra al óleo de Salvador Dalí. En “El nacimiento de la divinidad” (1960), Dalí reinterpretó la obra del pintor simbolista francés Odilon Redon “Los ojos cerrados”⁵¹ (1890 y 1894), como un homenaje a la visión espiritual de quién es considerado por muchos como el precursor del surrealismo. Si bien el método con el que Dalí la realizó fue el paranoico-crítico después de su manifiesto místico, para mí representaba un ejercicio de imitación (Ver teoría de la imitación, p.39 de este trabajo) así como una costumbre (Ver teoría ritual, p.38 de este trabajo). Cuando yo me frustraba por no poder imitar en óleo lo que deseaba, me acordaba de los conceptos de “yo real” vs “yo ideal” de la psicóloga Karen H. (Horney, 1937 en DiCaprio, 1989, p. 253) aprendidos en la MDH. Cada vez que la maestra se acercaba a enseñarme cómo lograr un efecto específico en la obra, le pedía me mostrara brevemente, pero respetara mi proceso; en ese entonces era para mí más importante tener un producto más imperfecto realizado por mí que una mejor copia en la que ella mejorara mi trabajo. Este cuadro se lo regalé a mi madre.

⁵¹ Traducido del francés “Les yeux clos” Gis pastel en papel, 44 x 36 cm (1890) y del inglés “Closed eyes”, Óleo en tabla (1894).

IMAGEN # 7. “COPIA DE UNA MUJER DE DALÍ”



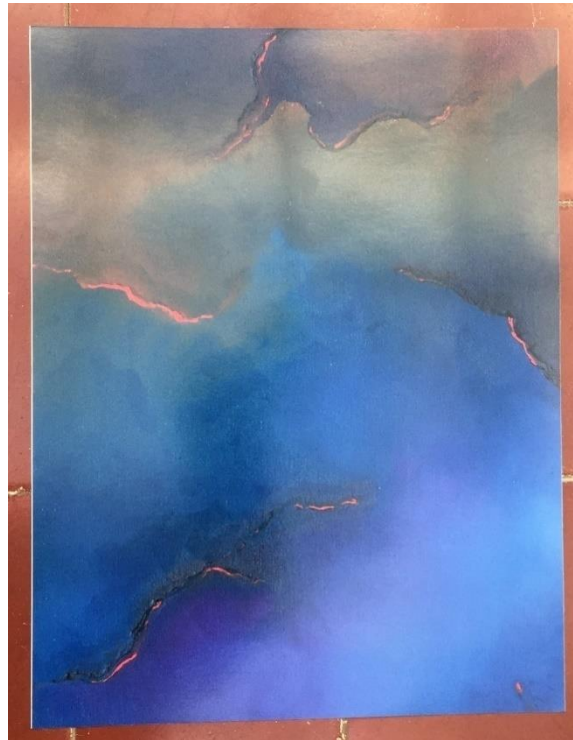
Autoría: Propia.

Como mencioné anteriormente, al terminar la obra anterior retomé la inconclusa de mi fragmento de “La Madonna de Port Ligarlt”. Esa obra la mantuve mucho tiempo en mi sala, hasta que una navidad se la presté a mi padre –que continuamente expresaba lo bien que se veía junto a “El nacimiento de la divinidad” en su casa- en un marco nuevo, especificando que el regalo era el marco. A la fecha estas dos son las pinturas que él presume a sus amistades, lo cual a mí me agrada.

Después, realicé varias obras fuera de la clase todas realizadas con los dedos. Se puede apreciar una influencia de barridos gestuales de varios expresionistas abstractos como Jackson Pollock (en sus primeras obras, aunque las de él eran mucho más figurativas) y de los estados contemplativos de Mark Rothko que regalé a una terapeuta, a una pareja de amigos y a una amiga de la MDH. Compartir estos “significados cifrados” de mis emociones en la relación era mi manera de mostrar

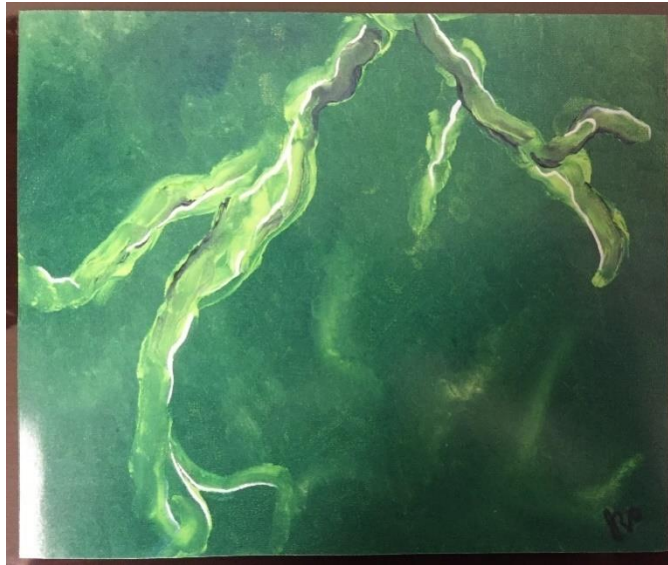
agradecimiento y reconocer lo importante de su “existir” en mi proceso de desarrollo personal.

IMAGEN # 8. “NUBES AZULES”



Autoría: Propia.

IMAGEN # 9. “TORMENTA VERDE”



Autoría: Propia.

IMAGEN # 10. “AMANECER LILA”



Autoría: Propia.

Al terminar esta serie de obras, me di cuenta de: que de algún modo me estaba limitando a una sola emoción por obra, las que generalmente eran emociones placenteras. De esta manera decidí hacer un “diario” de mis emociones, plasmadas en un lienzo de mucho mayor tamaño. En ocasiones me gustaba el trabajo de un día,

después aborrecía el del siguiente y dejaba por un tiempo la obra. En este lapso trataba de ser paciente con mi proceso y trabajar en mis expectativas apreciando la expresión aun cuando estéticamente me resultara desagradable, fragmentada o confusa. Mi objetivo era terminar el cuadro y lograr apreciarlo como un todo, si bien reconociendo lo que no me agradaba o los errores realizados en el proceso. En realidad, creo es la obra de la que estoy más orgulloso y la tengo en mi dormitorio ya que representa lo que en mi era honesto con mi emoción cada uno de los días de su realización, más allá de la expresión de ideologías o deseos del ego.

IMAGEN # 11. “TORMENTA ELÉCTRICA”



Autoría: Propia.

Después realicé esta obra, de hecho durante la intervención motivo del presente TOG. Un día tuve una discusión con una amiga con relación al lugar en que me sentaría al ver una película en mi casa que me habían pedido que exhibiera. Se dio fuera del taller pero ella participaba en el mismo; esto se me presentó como un reto durante la siguiente sesión del taller ya que sentía que debía “ser profesional” y facilitar pero aún estaba molesto. Dos aspectos ayudaron a sortear exitosamente la circunstancia: el hecho de contar con una co-facilitadora que me apoyara durante el taller y el hecho de trabajar mi emoción mediante la pintura (misma que regalé a dicha amiga como una

“ofrenda de paz”). En lo personal a mí se me figura la abstracción de dos gallos peleando, los colores vibrantes y las pinceladas enérgicas y con movimiento; y también me significa el aprecio incondicional, el hecho de que aunque tengamos emociones “negativas” y diferencia de percepciones con respecto a una acción no significa que alguna de las partes se haya dado por vencida en la relación, ya que tanto ella siguió asistiendo a las sesiones como yo seguí tratando de facilitar su proceso dentro del taller. Aún hoy este cuadro se encuentra en el comedor de esta amiga.

IMAGEN # 12. “LOS GALLOS”



Autoría: Propia.

Después del taller objeto de este TOG, tomé consciencia de que, al menos a mí parecer, existía una posibilidad real de empatía por medio de la expresión artística. Así que decidí experimentar con un nuevo medio -ahora escrito similar a una “fábula” pero con una finalidad de comunicación de emociones, más que didáctica, de carácter ético y universal. Este experimento, a mi punto de vista, necesitaba evaluación así que parte del mismo era proporcionárselo a una artista formal (por mí admirada) para su interpretación. Este proceso fue atípico tanto para ella como para mí. Por una parte, no quería presionarla, quería que la inspiración llegara a ella; por otra ella estaba acostumbrada a trabajar en temas altamente significativos para ella de una manera muy visceral. Seis años, un matrimonio, un nacimiento y una separación (todos de parte de

ella) fueron necesarios para que finalmente recibiera su llamada informándome que el cuadro estaba terminado. A la fecha de hoy, aunque no nos frecuentamos, nos da mucho gusto encontrarnos. Y a mí me encanta su interpretación, que en esencia mantiene la concordancia con mi emoción al momento de escribir el cuento fabulado. Un aspecto me sorprendió del mismo: Ella puso un castillo cerrado, fortaleza impenetrable que yo creo representa su darse cuenta que en el escrito existe algo inaccesible o indescifrable que forma parte del conjunto pero al mismo tiempo no lo hace sólo suyo o sólo mío sino más bien lo que un nosotros tiene en común, y eso para mí es muy bello.

IMAGEN # 13. “PLUMAS SOBRE LODO”



Autora: Tolentino (2011).

Varios años después del término del taller, otra amiga que asistió a éste (diferente a la de “los gallos”) tuvo una hija. Y una forma de relacionarme con ella fue mediante la pintura. Esta amiga motivaba a su hija a que me preguntara sobre los artistas que veía

en sus cursos de pintura (que elegían un artista por sesión y realizaban un dibujo basándose en su estilo). También compartíamos momentos de ocio pintando en los manteles de papel o en una libreta mientras esperábamos los alimentos en los restaurantes. Yo realicé una obra polimatérica⁵² (con mi propio cabello en la base oscura) y con unas manos como ella las plasmaba en los dibujos, para mí era como compartir esa inocencia desde mi realidad. Coincidentemente y sin ellas saber que yo había pintado dicha obra, me regalaron una similar. Las coloqué una junto a la otra, donde sus diferencias contrastantes se aprecian y se complementan: Al lado de mi fondo oscuro, los colores brillantes del de ella; al lado de su manita en negro las mías pintadas en diferentes tonos; junta una y otra las dos obras, una espontánea y rudimentaria, la otra planificada y densa.

IMAGEN # 14. “DOS CUADROS DE MANOS”



Cuadro de izquierda Autoría: Propia, cuadro derecha Tanaka (2012).

Como se puede deducir mi proceso de interacción de significados ha ido evolucionando. A una amiga (la de la obra titulada “los gallos”) le regalé un cuadro con el tema de su relación de pareja que realicé en la misma clase de pintura (a la que había dejado de asistir después del término del fragmento de “La Madonna de Port Ligart!” pero al que regresé un par de años después del taller de intervención objeto del presente TOG –al que también asistió mi maestra de pintura-). El proceso creativo incluía lenguaje braille “plano” (Es decir pintado en una superficie bidimensional), un

⁵² La definición de polymaterico en el diccionario es una obra de arte figurativa hecha de diferentes materiales.

diseño basado en el tapiz de un mueble antiguo propiedad de la familia de mi amiga, material polimatérico (cabello mezclado de ella y su pareja triturado finamente), el nombre de la canción que bailaron el día de su boda y sus iniciales (escritas en “braile”). Durante su realización en la clase de pintura muchas compañeras se veían interesadas en las características emotivas, imaginativas, lógicas y técnicas, interactuando como un todo en algo totalmente nuevo. En general les parecía atípico y les provocaba curiosidad, empero no expresaban rechazo o malestar. El cuadro aún al día de hoy esta colgado en la sala de mi amiga, con la única queja que semanalmente tiene que barrer unos cuantos trozos de cabello que de este caen. Este último dato me agrada ya que lo imagino como una performace con el tema de su relación en el que involuntariamente participa (simbolizando que permanentemente se trabaja en la relacion de pareja).

IMAGEN # 15. “MIENTRAS RESPIRE L&L”

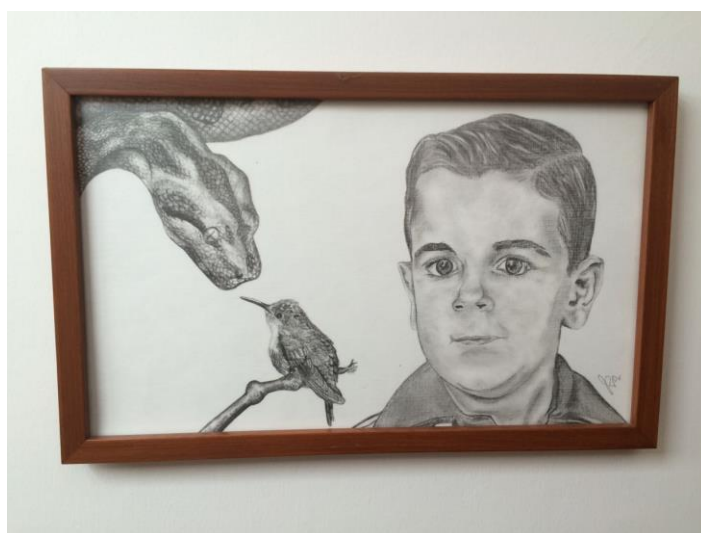


Autoría: Propia.

Mi madre deseaba que le dibujara a todos sus hijos. A lo largo de dos años completé todos los retratos. Pero dichos retratos realizados en grafito no eran sólo

reproducciones de fotografías, cada una de las obras tenía dos animales por mí elegidos que simbolizaban las polaridades de la personalidad de cada uno, sin duda un proceso emparentado con el simbolismo y con el surrealismo –por lo improbable de la relación de los animales-. Poco a poco, dibujé a mis sobrinos, dibujos que regalaba a mis cuñadas en época navideña durante un lapso de 7 años, con la variación de que representé su personalidad como embriones de animales. A una familia le asigné animales de estepa africana, a otra de mares americanos y a la última de animales de granja.

IMAGEN # 16. “AUTORRETRATO”



Autoría: Propia.

Mi proceso creativo no ha parado, regularmente escribo cuentos, cortos cinematográficos y obras de teatro altamente significativos, que reconozco aún no muestro regularmente. Durante la maestría en México D.F. realicé varias tareas de género lírico y dramático.

IMAGEN # 17. “UNA CASA EN BUSCA DE SENTIDO”



Autoría: Propia.

En mi voluntariado en el Valle de Omo, Etiopía realicé una planeación basada en la detección de una necesidad: Los Hammar no hierven el agua que toman ni se lavan las manos antes de preparar los alimentos lo que les genera problemas de salud. No aceptan el concepto de “germen”, pero aprecian las expresiones musicales y artísticas sobre su cultura. Los niños son mucho más receptivos y curiosos a nuevas ideas que los adultos. La estrategia que propuse fue realizar una fábula educativa en formato de cómic, culturalmente relevante -con metáforas significativas para ellos- que facilitara la aceptación de la realidad, promoviera actitudes positivas hacia éstos hábitos de higiene que se pudiera regalar a los niños (con un costo muy bajo). Para maximizar el impacto cultural de dicha historieta sería recomendable exhibir intermitentemente una versión audiovisual de la misma, que resultara no sólo llamativa sino también significativa y con suerte, probablemente inolvidable. Esto tiene estrecha relación con mis capacitaciones profesionales: Mercadotecnia (satisfacción de las necesidades), Desarrollo Humano y Narrativa y Producción digital (Véase teoría de la cognición, p.40 de este trabajo). Antes de partir de la aldea de Shelley (donde realicé mi voluntariado) realicé el arte del cómic y se los proporcioné a las encargadas del proyecto. Todavía trabajo en la producción del corto en Stop Motion para enviárselos.

IMAGEN # 19. “HAMMAR EDUCATION: GERMS”



Autoría: Propia.

Por último, el presente TOG es una integración de todo el proceso por mí experimentado en los últimos 20 años. Para mí no es sólo un trabajo, es una obra de arte multidisciplinaria que abarca todas las teorías de la función del arte (ritual, formalista, de la imitación, de la expresión y en mayor medida de la cognición) y en el que se utiliza todas las áreas del conocimiento que he adquirido en mayor medida del Desarrollo Humano.

IMAGEN # 20. "TALLER 2007"



Autoría: Propia.

2.2.3 Paso de Verificación

El taller se planeó de manera a que en cada una de las seis sesiones se experimentara con una metodología de arte modernista. El orden en que fueron acomodadas las sesiones, fue empezando por las que tenían un involucramiento más físico o corporal, avanzando hacia las que tenían un involucramiento más intelectual; de igual manera las primeras involucrarían menos aspectos de la persona (es decir, en un inicio solo se pretendía involucrar emociones) y se avanzaría hacia aquellas que involucraban más aspectos de la persona (en las posteriores se pretendía involucrar sentimientos, recuerdos, expectativas, significantes y aprendizajes).

En este apartado, se hará una descripción de las actividades realizadas durante cada sesión, exceptuando los periodos de grupo de encuentro –mismos que sólo se describirán para que el lector imagine como en el discurso libre se relataron experiencias, sentimientos, anécdotas, creencias, valores y significados y aprendizajes manteniendo la privacidad de las participantes.

Es importante hacer del conocimiento del lector, que si bien se citan fragmentos de experiencias o circunstancias de las participantes (transcribiendo incluso palabras o frases textuales) expresadas durante los tiempos destinados a grupo de encuentro, estas no se acomodaron dentro de la sección de lo reportado por las participantes de este TOG ya que es una versión ampliamente editada y focalizada por el autor (basándose en la facilitación subsecuente a dichos relatos) para que el lector se pueda dar una idea no sólo del proceso y avance del taller sino de la heterogeneidad de experiencias dentro del grupo. Es decir, para poder empatizar con un participante específico del taller en un tiempo y espacio determinado habría que leer fragmentos mucho más amplios de la transcripción (y tal vez incluso observar la videograbación) por lo que lo relatado a continuación es la percepción del autor sobre el proceso grupal y no necesariamente el significado que el emisor quiso comunicar en ese momento determinado. Con miras de no ligar a la participante con su seudónimo para evitar

cualquier injerencia de personas cercanas o relacionadas, sólo se identifica a la emisora como “una participante”, “otra participante” u “otra participante más”.

Primera sesión: En relación con la pintura de acción

Actividad #1: La primera actividad del taller empezó de una manera bastante informal. Se colocaron papas, salchichas, galletas, café, refresco y agua y se esperó a que llegara la mayoría de las participantes. Unos minutos después se les pidió a las participantes que formaran un círculo en la habitación, se les dio la bienvenida y se propuso una dinámica de presentación –aunque muchas de ellas ya se conocían previamente- consistente en la primera fase en pasar una pelota blanda a otra participante y pronunciar el nombre de está. En una segunda fase al recibir la pelota se tenía que pronunciar el nombre de la persona de la que se recibió y al lanzarla el nombre de la persona a la que se pasaba. En una tercera y última parte de la dinámica se invitó a cada participante a decir su color preferido y se pidió que se repitiera la segunda fase, pero diciendo el color preferido de la persona después de cada nombre. Al terminar se informó que se iba a hacer una pequeña introducción al taller con la ayuda del proyector y se apagó la luz. Con ayuda de una presentación de PowerPoint se dio lectura y una pequeña explicación de los objetivos y del reglamento de grupo. Con relación a los objetivos se escribió:

- Los participantes: *Se expresarán por los métodos plásticos modernistas.
- *Reflexionarán sobre sus experiencias.
- Los facilitadores: *Crearán el clima del ECP durante el grupo de encuentro.
- *Propiciarán una apreciación más completa de la experiencia.

Con relación al reglamento se escribió:

- Lo que se dice en el grupo de encuentro se queda en el grupo.
- Todos participaremos.
- Tratar de No dar consejos, es mejor decir que nos pasa con lo que escuchamos.
- Hablar en primera persona.
- Respetar el derecho a hablar de los demás.
- Expresar enojo asertivamente y no agredir físicamente.

Actividad #2: Esta actividad fue la primera experiencia del grupo de encuentro con una duración aproximada de 30 minutos. Se focalizó en ¿Cómo estoy ahora? ¿Cómo me siento? ¿Qué me ha pasado el día de hoy? Las participantes expresaron: i) alegría por su embarazo, ii) expectativa, iii) nerviosismo, iv) miedo a “rascarle”, v) la experiencia por el robo al auto, vi) la circunstancia de administrar un negocio nuevo, vii) expectativa por la responsabilidad del taller (mía), viii) sentimientos relativos a la adolescencia de los hijos, ix) seguridad por sentirse con capacidad para poner límites, x) confianza en Rodrigo y en el grupo (expresado por la co-facilitadora “Oso”) y ix) ilusión por compartir una experiencia creativa en un grupo de mujeres jóvenes (antes esta participante escribía sola) .

Actividad #3: En la tercer actividad (con la ayuda del proyector y una presentación de PowerPoint) se dio lectura y una pequeña explicación de 1)¿Qué es arte?: “Significado de trascendencia cultural, hábilmente codificado en un medio sensorial que nos afecta” (Richard Anderson en Freeland, 2003, p. 213). 2)¿Cuál es la finalidad del arte?: *Ritual, *Formal, *Imitación, *Expresión, *Cognición (Freeland, 2003, p.11) . 3)¿Cómo se crea el arte?: “Un continuo examen de nuestra conciencia perceptiva y una continua expansión de la conciencia del mundo que nos rodea”. (Robert Irwing en Freeland, 2003, p. 214) 4)Conceptos relacionados con Jackson Pollock: *Pintura de acción: la tela se percibe como arena (el espacio), el cuadro como acontecimiento (la acción) y la imagen como el resultado de este encuentro *Goteo: Dejar caer pintura sobre la tela extendida en el suelo 5) Proyección de fragmento de película “Pollock” Ed H. (Harris, 2000) del (hora:minuto:segundo) 1:05:00 al 1:09:00 –en el que se puede observar una actuación

de la manera en que el artista pintaba en su estudio-. 6) Conciencia de ¿Cómo es mi acción? (relativa al movimiento y a la elección de los medios –color, aplicador, etc-) 7) Principio de percepción “fondo-figura”: ¿De qué estoy siendo consciente en un instante dado? 8) Instrucciones para la realización de la obra: *Realiza una obra por medio de la técnica del “goteo” *Daté cuenta de cómo es tu acción.

Actividad #4: En esta actividad se pretendía que las participantes se relajaran y tomaran conciencia de su cuerpo mediante una reflexión guiada. Se puso música de ritmo lento en volumen medio relacionada con elementos de naturaleza acuática. Se les pidió que se colocaran acostadas boca arriba con las extremidades extendidas y relajadas y los ojos cerrados sobre el pellón (en el que más tarde efectuarían su obra). Se inició invitándolas a tomar conciencia de los pensamientos que estaban teniendo en ese momento y se les pidió que se despidieran de ellos. Acto seguido se dieron instrucciones para tener una respiración más profunda; se les recomendó que cuando surgiera cualquier pensamiento lo reconocieran, se despidieran del él y volvieran a centrar su atención en la respiración. También se les pidió que sintieran como su caja torácica se expandía y se contraía y que poco a poco fueran haciendo llegar el aire a la parte baja de su abdomen (relajando el diafragma). Una vez que se observó que sus movimientos habían disminuido y que su respiración alcanzaba la parte baja del abdomen, se les invitó a sentir las partes de su cuerpo mientras continuaban con su ritmo de respiración. Empezando con la cabeza y detallando cada una de sus partes, para después ir nombrando cada parte del cuerpo desde ésta hasta los pies – cuello, hombros, antebrazos, etc.-. Para finalizar la relajación se les invitó a sentir nuevamente su cuerpo como un todo y que después empezaran a mover poco a poco y de manera lenta sus extremidades u otras partes de su cuerpo con los ojos cerrados hasta que se sintieran preparadas para abrirlos.

Actividad #5: En la primera obra plástica se les proporcionó un metro cuadrado de pellón, pinceles, brochas, palos, y pintura de varios colores. Se les informó que lo colocaran en el suelo y que pintaran como desearan tratando de darse cuenta de sus

impulsos en lugar de tratar de planear un resultado final (no se puso música). Sólo se les pidió tomar conciencia de su actuar: Elección de colores, elección de instrumento para aplicar color, partes del cuerpo que se usan, partes del cuerpo que no usan, lados del pellón que tomaron como “base”, tipo de movimiento (rápido, lento, largo, corto, circular, recto, geométrico, etc.) y todas las posibles combinaciones entre las diferentes observaciones (ej. Color “x” con movimiento y/o instrumento “y” moviendo la “z” parte del cuerpo).

Actividad #6: En esta actividad, fue la primera vez que en el grupo de encuentro se relató una experiencia personal, reciente y común a todas las participantes: la de la reflexión y la realización de su pintura en acción. Mientras que unas expresaron su satisfacción corporal por la dinámica, otras reconocieron que les costó trabajo relajarse o despedirse de sus pensamientos, y de lo cómodo o incómodo que les resultó recostarse en el piso. Con relación a la realización de obra se relataron diversas experiencias entre las que se incluyeron i) la experiencia de gozo y libertad durante la dinámica, ii) las listas de aquellas partes del cuerpo que más utilizaban y de las que no utilizaban tanto, del tipo de movimiento que más utilizaban (rápido, lento, largo, corto, circular, recto, geométrico, etc.), los colores que más utilizaban –y algún significado que a estos atribuían-, los elementos con los que aplicaban la pintura, iii) la necesidad de más espacio y decisión de una de ellas de moverse a un espacio separado, iiiii) La preocupación por haber derramado pintura o que esta se hubiera permeado a través del pellón hacia el piso. v) Sus observaciones o comparaciones con otras participantes o sus obras, y sus auto juicios o reflexiones sobre estas.

Segunda sesión: En relación con el expresionismo abstracto

Actividad #1: Esta actividad fue la experiencia del grupo de encuentro con una duración aproximada de 60 minutos. A la pregunta de los facilitadores de ¿Cómo me he sentido desde que salimos de la clase pasada? Las experiencias relatadas por las participantes fueron variadas desde “me sentí exactamente igual”, “tranquila” hasta “emocionadísima”

relatando en su mayoría que les estaba gustando. También reconocieron experiencias relacionadas con dudas o motivación hacia el taller que iban desde un “tengo mucho trabajo y como llego cansadísima, muy cansada” hasta un “(tuve) los primeros estragos del embarazo, pero que se dijo que no podía perder su clase” y “espero que la gente me acepte y se aguante”. Se reconocieron reflexiones como “entre nosotras se ha levantado una expectativa positiva”, “tuve como canalizar mis emociones, o no sé si canalizarlas o como dices atenderme”, “por una parte siento está muy bien esto de abrirse un poquito”, “me enrolé en la actividad del día a día (del trabajo), (...) (luego) siento que estoy perdiendo tiempo, (...) (pero) no debería de sentirme mal, debería disfrutar ese momento”, “un momento como que lo veo algo peligroso”. Una participante que no había asistido a la primera sesión se presentó y relató un poco sobre su circunstancia de vida. Por último, compartí como me sentía “ahorita tranquilo, desde la clase pasada, la clase pasada fueron una mezcla de emociones chistosa para mí (preocupación, tranquilidad, auto exigente)”.

Actividad #2: En la segunda actividad (con la ayuda del proyector y una presentación de PowerPoint) se dio lectura y una pequeña explicación de 1) ¿Qué es arte?: “Significado de trascendencia cultural, hábilmente codificado en un medio sensorial que nos afecta” (Richard Anderson en Freeland, 2003, p .213). 2) ¿Cuáles son las principales formas de codificar en las artes plásticas?: *⁵³Objetivas –que concede primacía al objeto en sus relaciones con el sujeto-, *Figurativas –representa las cosas de la naturaleza que capta el ojo-, *Abstractas –no se vinculan con la representación de la realidad tangible-. 3) Utilizando versiones (de obras de Velázquez y Picasso) del cuadro “Las meninas” se ejemplificaron los conceptos mencionados en el inciso anterior. 4) ¿Cuáles son los tipos de arte abstracto?: *Expresionista –plasma un estado subjetivo- *Geométrico –utiliza formas geométricas- *Objetivista –utiliza objetos que son añadidos a una superficie- *Accionista –plasma una acción- *Meditativo: plasma lo metafísico *Espacialista –Plasma la existencia de un espacio- 5) Utilizando versiones de diferentes artistas se

53 * Para esta sección de este trabajo, el asterisco “*” indica viñetas derivadas de cada aseveración que lo antecede.

ejemplificaron los tipos de arte abstracto mencionados en el inciso anterior. 6)⁵⁴ Proyección de tres fragmentos de película “La sonrisa de Mona Lisa” (Mona Lisa smile, Mike Newell, 2003) del (hora:minuto:segundo) (a) 0:15:44 al 0:18:25, del (b) 0:58:52 al 1:00:35 y del (c) 1:46:56 al 1:48:00 –en el que se puede observar actuaciones de (a) una crítica de una maestra a la banalización de una expresión artística, (b) la decisión de una alumna de codificar una idea mediante una obra artística, y (c) la comunicación del aprendizaje “significante” de un grupo de alumnas a la maestra. 7) ¿Qué es expresivo?: Aquello que manifiesta con gran viveza una idea o un sentimiento de una persona. 8) Diferencias entre emoción y sentimiento: *Emoción: -que mueve a la acción – sensación que se siente en el organismo. *Sentimiento: -acción de sentir (o sentirse), percibiéndose con los sentidos o dándose cuenta. - en el ser humano involucra a la consciencia (con el conocimiento de su experiencia) 9) ¿Cuáles son las emociones (MATEA)?: *Amor, *Miedo, *Alegría, *Tristeza, *Enojo. (Muñoz Polit, 2009) 8) Instrucciones para la realización de la obra: *Toma conciencia de una emoción *Nombra esa emoción con un sentimiento *Realiza una obra expresando tu sentimiento por medio del método expresionismo abstracto.

Actividad #3: En esta actividad se pretendía que las participantes tomaran conciencia de una emoción en su cuerpo y la contactaran mediante una reflexión guiada. Durante 15 minutos, se les pidió que se colocaran acostadas boca arriba con las extremidades extendidas y relajadas y los ojos cerrados, sobre el suelo. Se inició invitándolas a tomar conciencia de los pensamientos que estaban teniendo en ese momento y se les pidió que se despidieran de ellos. Acto seguido se dieron instrucciones para tener una respiración más profunda; se les recomendó que cuando surgiera cualquier pensamiento lo reconocieran, se despidieran del él y volvieran a centrar su atención en la respiración. También se les pidió que sintieran como su caja torácica se expandía y se contraía y que poco a poco fueran haciendo llegar el aire a la parte baja de su

54 Se sugiere reemplazar la proyección a continuación citada por proyección de dos fragmentos de película “Tierra de sueños” (In América) del (hora:minuto:segundo) (a) 0:10:57 al 0:11:11, del (b) 0:32:14 al 0:32:25 y del (c) 0:41:55 al 0:47:53–en el que se puede observar actuaciones de (a) una actor recibiendo retroalimentación sobre su actuación, (b) un hombre de raza negra teniendo una catarsis mientras realiza una obra de expresionismo abstracto, (b) unas niñas tocando a la puerta del pintor para pedir dulces en la noche de brujas siendo observadas por su madre y el relato de su circunstancia que narran al pintor.

abdomen (relajando el diafragma). Una vez que se observó que sus movimientos habían disminuido y que su respiración alcanzaba la parte baja del abdomen. Se les invitó a identificar cuál de los sentimientos del modelo MATEA (Amor, miedo, alegría, tristeza o enojo) correspondía más con su emoción corporalmente; y que se dejaran llevar por unos minutos por la música de ritmo rápido y cíclico: “Música para 18 músicos” de Steve Reich (1974-1976) en volumen medio con efectos psico acústicos emitidos principalmente por marimbas, pianos, clarinetes y voces femeninas que se empezó a escuchar. Para finalizar la relajación se les invitó a sentir nuevamente su cuerpo como un todo y que después empezaran a mover poco a poco y de manera lenta sus extremidades u otras partes de su cuerpo con los ojos cerrados hasta que se sintieran preparadas para abrirlos.

Actividad #4: Para la segunda obra plástica se les proporcionó un lienzo de 38 x 28 cm., pinceles, brochas, palos, óleo de varios colores, telas, papeles de diferentes texturas, silicón, arcillas, material vegetal vario, tijeras, cúter, hilo y aguja, material plástico (chaquiras, lentejuelas, botones, etc.). Se les informó que colocaran el lienzo en la mesa o en un caballete y que pintaran como desearan (incluyendo la posibilidad de usar sólo los dedos) tratando de expresar el sentimiento de MATEA (Amor, miedo, alegría, tristeza y enojo) que más describiera su estado anímico actual. Sólo debían tomar conciencia de las reacciones de su cuerpo, de cualquier cambio en su estado anímico, así como de los recuerdos o ideas que surgieran durante el proceso.

Actividad #5: Esta actividad fue la segunda sección del grupo de encuentro de la sesión en la que se relató la experiencia personal, reciente -común en el estímulo a todas las participantes-, pero ya bastante diferenciada por su foco en su estado anímico- de la reflexión y la realización de su obra-. Mientras que unas expresaron agrado en contraste una expresó mucho enojo, muchas permanecieron en silencio o relatando la experiencia a nivel anecdótico. Con relación a la realización de obra se relataron diversas experiencias entre las que se incluyeron i) la experimentación con los materiales, ii) la facilidad o dificultad de plasmar su sentimiento, iii) Sus observaciones,

interpretaciones o el sentimiento que les generaba su obra, y sus reflexiones sobre esta. iv) la confusión o sorpresa al darse cuenta de que la sensación que su obra terminada les generaba, no era la del sentimiento que habían querido plasmar. v) Sus observaciones o comparaciones con otras participantes o sus obras, y sus auto juicios o reflexiones sobre estas. vi) Sus observaciones, interpretaciones o el sentimiento que les generaba la obra de alguna otra participante y sus reflexiones sobre esta.

Actividad #6: Esta actividad fue la experiencia del grupo de encuentro, con una duración aproximada de 90 minutos. Con relación a la experiencia desde la relajación hasta la realización de obra se relataron diversas experiencias entre las que se incluyeron i) “Sentía mucho gozo, mucha alegría y mis emociones se centraban en el ahora”, ii) “Sentí así, gozo y paz, o sea me impresionó muchísimo porque yo no sabía que podía hacer esto”, iii) “yo sentía (durante la relajación) todo, todo, todo aquí, o sea , pero, pero aquí, grueso, grueso, bien concentrado y era como muchísima alegría y como muchas ganas de volar, así de saltar al abismo (...) pero entonces (a la hora de pintar) me llegó un sentimiento y se me bajó al estómago y empecé a poner los cuadritos con rojo y me dio coraje”, iv) “estoy, estoy desesperada, desesperada estaba, por tu piiiinche cancioncita (...) porque no me podía parar a decirte quítame esta pinche canción”, v) Una participante describió que empezó a sentir algo físicamente y a identificarlo en el cuerpo pero que no pudo nombrar un sentimiento, que pintó pero sin poder “hilarlo con un sentimiento”. vii) “(cuando cambió la música) haz de cuenta que estaba entrando al templo cuando me iba a casar, empecé a temblar toda, (...) era como emoción y susto y nervio, pero cuando llegué al altar y le dí la mano a mi esposo, ya, sentí mucho amor (...) y me quedé con esa emoción con ese sentimiento de amor”, viii) “la dinámica (de la música) me incomodó (...) me costó trabajo. (...) Pero después (al pintar) fue muy agradable, muy agradable porque me sentí muy libre, ya no era enojo”, iX) “Si me quedó exactamente lo que yo quería (en su cuadro), y aparte ya sé que ni voy a acabar de la idea que traigo, entonces tranquila, despacio”.

También comentaron que: i) “Cuando pude descubrir dónde estaba la emoción, se me hizo bien padre (...) Identificar la energía (...) yo elegí amor”, ii) (Descubrió) que sí puedes ponerle un nombre específico (a la emoción) (...) y más que en palabras, poniéndolo en algo que puedes ver”, iii) “(el estar atenta a los cambios en mi cuerpo mientras observaba el cuadro) me sorprendió a mí misma, porque fue como una revelación que salió de mí, que yo no iba a sacar (...) me salió otra cosa (...) y me molestó porque me dio en cara”, iv) “Tengo que tener todo perfectamente.. tengo que saber a dónde voy, que pasa y como que se me va el control (...) cuando empezó la segunda cancioncita, el tin, tin, tin, me pusiste histérica, Rodrigo, de desesperada, lo que sigue (...) y no me gusta sentirme desesperada porque no sé qué hacer con eso, enojada, porque igual, y te miento la madre (...) (y al realizar la pintura) y más me desesperaba porque no veía la desesperación ahí”. v) Que la música no la ayudó a relajarse, pero que no sabe que sentimiento pintó, vii) Que al pintar se enojó por “sentirse cursi”, “por no profundizar” y “por sentirlo infantil (su cuadro)” porque ella quería pintar “amor” pero que su cuadro no le gustó porque le faltaba “madurez” (en comparación con cómo veía el cuadro de otras participantes), y lloró “por reprimir ese amor”. Un aspecto importante es que las participantes empezaron a retroalimentar a otras participantes relatando desde su experiencia lo sucedido en algún momento del grupo de encuentro.

Tercera sesión: En relación con el surrealismo

Actividad #1: Esta actividad fue la experiencia del grupo de encuentro con una duración aproximada de 60 minutos. A la pregunta de los facilitadores de ¿Cómo están? Las experiencias relatadas por las participantes fueron i) Emoción por tener planes nuevos para su trabajo (algo para lo que no concretaba y para lo que se “dio un tiempo”). ii) “Tranquilidad” por haber terminado un proyecto laboral, pero inconformidad y “coraje” por el resultado de este. iii) Cansancio por haber tenido una semana muy “intensa”, enlistando circunstancias y sentimientos relativas a cada una aparentemente

independientes, pero concretizando en estar “harta de estar queriendo poder hacer todo” sin apoyo de su esposo, es decir, cansada por la responsabilidad.

Cuando una participante empezó a relatar circunstancias de otras personas con las que se relaciona (a modo de queja), le pregunté “¿Cómo te sientes? Porque no logro comprenderlo”. Respondió “Me siento bien, pero me siento mal” y volvió a relatar circunstancias de otras personas. La invité a tomar consciencia de su sensación corporal a lo que prosiguió a interpretar o analizar la sensación. La co-facilitadora (“Oso”) trató de empatizar con ella sin éxito y después le expresó la frustración (compartida por muchas participantes observable en su lenguaje corporal) que ella experimentaba con su extensa diatriba no focalizada (que expresaba un mensaje, pero no daba espacio para la comunicación). Yo volví nuevamente a intentar empatizar resumiendo los temas “rebotados” (eso si lo escuchó), a lo que ella respondió concluyendo “Si, como que cuando lo hablo y entonces llego al punto, o sea como que todo es un caleidoscopio, y ya cuando llego: Aaaah! El punto que me esté molestando es este, entonces ya dejo de cargarlo (...) el punto que me molesta básicamente es volver a ser maternalista, cuando no quiero serlo”. Después de eso se generó en el grupo un largo silencio. Yo reconocí mi estado en aquel momento: “me siento cansado, pero no cansado físicamente”. Varias participantes compartieron su cansancio. El grupo volvió a hablar nuevamente, como despertándose entre risas. Una participante relató su proceso de aceptación en cuanto a permitirse estar con sus amigas cuando esta “mala vibra”, “triste” o “aburriéndolas”.

Las participantes que faltaban, continuaron relatando experiencias: i) El estar preocupada por un dolor en la garganta, por la cantidad de compromisos y actividades que tenía. También comentó: “si he hablado, (...) y lo que tiene que salir, tiene que salir” y que la tranquiliza saber que “todos somos amigos”. ii) El “engancharse” al oír hablar a otras participantes, que a veces aprende y que otras confunde, que muchas veces “no quiere hablar” porque cuando habla “quiere llorar” y que está “contenta de estar ahí” y “muy dispuesta a darse este espacio”.

Actividad #2: En la segunda actividad (con la ayuda del proyector y una presentación de PowerPoint) se dio lectura y una pequeña explicación de 1) ¿Qué es surrealismo?: *Es un método mediante el cual se pretende buscar en el inconsciente el significado “real del pensamiento” *Empezó siendo un movimiento literario que utilizaba la “escritura automática”. 2) Proyección de fragmento de película “La sociedad de los poetas muertos” Dead poets society, Peter W. (Weir, 1989) del (hora:minuto:segundo) 0:53:00 al 0:58:00 –en el que se observa actuaciones de un maestro que enseña a un estudiante introvertido a expresarse mediante una “poesía automática”. 3) ¿En qué formas se pueden codificar las expresiones del inconsciente? (Utilizando versiones de distintos artistas se ejemplificó las formas): *Objetivas –René Magritte-, *Figurativas – Salvador Dalí-, *Abstractas –Joan Miró-. 4) ¿Cuáles son las principales técnicas de las artes plásticas para explorar el inconsciente?: *Frottage –frotar con un lápiz negro un papel colocado sobre una superficie rugosa-, *Grattage –Raspar la superficie un soporte previamente preparado con capas de pintura rugosa para obtener diferentes efectos-, *Decalcomanía –Colocar pintura en un soporte, sobreponer una lámina transparente encima y presionar (para que la pintura forme patrones aleatorios). 5) Utilizando imágenes de diferentes obras de Max Ernst, se ejemplificaron las técnicas para explorar el inconsciente mencionadas en el inciso anterior. 6) ¿Cuáles son las principales partes en la mente según Freud? *Relativo al darse cuenta: *“Consciente”, *“pre-consciente”, *“inconsciente” (Freud, 1900 en Dicaprio, 1989, p. 36), *Relativo a su función en la personalidad: *Id (ello), *Ego (yo), *“Super-ego” (super yo) (Freud, 1923 en Dicaprio, 1989, p. 41) 7) ¿Qué es un arquetipo?: “contenido del inconsciente colectivo que aparece en las producciones culturales de un pueblo o en el imaginario de un sujeto” (Dicaprio, 1989, p. 94) (Ejemplos: *Héroe, *Mesías, *Rey) 8) ¿Cuáles son las características de los arquetipos?: *No son verbales *”Le dan significado a nuestras vidas” *”Tocan nuestras tendencias centrales más profundas” *Los nuevos pueden reemplazar a los primitivos. (Dicaprio, 1989, pp. 106-108) 9) ¿Qué es la sombra?: *Son aspectos de nosotros que tratamos de no reconocer *”Es una parte vital del yo total; en el funcionamiento normal complementa al ego consciente en lugar de oponérsele” (Dicaprio, 1989, p.122). 8) Instrucciones para la realización de la obra: *Explora tu

inconsciente (puedes utilizar la obra que realizaste la sesión pasada) *Descubre figuras por medio de la imaginación *Traza las figuras en el acrílico con plumones o punzones y gubias.

Actividad #3: En esta actividad se pretendía que las participantes ejercitaran su imaginación y se sintieran cómodas en la exploración del inconsciente (no se utilizó música). Durante 15 minutos, se pusieron todas las obras realizadas en la sesión anterior sobre caballetes y se pidió que se colocaran frente a una de ellas dándoles 45 segundos frente a cada una. En cada caballete se repetían las mismas preguntas e indicaciones: ¿Qué figuras ves? Si no ves alguna puedes empezar a explorar secciones de la obra, voltear la obra (por ejemplo 90 grados), enfocarte en el color que más te llame la atención, ¿Qué otras figuras ves? ¿Tienen alguna relación las figuras entre sí? ¿Qué le dice la figura A a la figura B? ¿Qué le contesta B a la figura A? ¿Aparece alguna nueva figura? ¿Qué relación tiene con las anteriores? ¿Qué le dice la figura C a la A o a la B?

Actividad #4: Para la tercera obra plástica se les proporcionó un acrílico transparente de 38 x 28 cm., papel, plumones de varios colores, pinceles, óleo de varios colores, cúter y gubias y punzones de diferentes formas y grosores. Se les pidió que lo colocaran el acrílico encima de alguna obra (propia o ajena) o que realizaran un frottage, grattage o decalcomanía y que en la mesa sobre el acrílico delinearan las figuras que surgían automáticamente de su inconsciente. Sólo debían tomar conciencia de las reacciones de su cuerpo, sus sentimientos, y sus pensamientos o juicios de valor al darse cuenta de las figuras que surgían; también que prestaran atención a cualquier recuerdo, interpretación –si es que se daba- y su aceptación o rechazo de dicha hipótesis. Cabe mencionar que tanto yo como “Oso” (la co-facilitadora) realizamos esta actividad. Sólo una participante utilizó una obra de alguna de sus compañeras y las demás realizaron una decalcomanía nueva.

Actividad #5: Esta actividad fue la experiencia del grupo de encuentro con una duración aproximada de 60 minutos. La charla comenzó en un nivel bastante superficial, mencionando imágenes imaginadas “inocuas” (perritos, hojas, etc.), descripción de lo que les gustaba al utilizar los materiales y los colores; con periodos de silencio o risas. Yo decidí compartir mi experiencia admitiendo haber visto imágenes “que me sacaron de onda” (narices para adentro de las caras, órganos, etc.) Una participante mencionó que vio “mujeres destrozadas en pedazos, como desechadas, como si fueran maniqués”, para después hacer una reflexión crítica sobre el trato de la sociedad a la mujer. Mientras yo empatizaba con la participante, empezó a contactar experiencias personales. Respondiendo a la pregunta ¿Qué te dice de ti? relató la experiencia de una hermana y la propia al separarse de la empresa de su familia política y empezar un pequeño negocio familiar independiente. Juntos exploramos rápidamente el sentimiento, llegando a los aprendizajes y las oportunidades que generó de esa experiencia. Cabe especificar que esta fue la única participante que usó la obra de otra persona, más aún fue la única participante que utilizó una obra de la segunda sesión ya que todas las demás crearon una decalcomanía nueva. La persona que realizó la obra (en la segunda sesión) sobre la que la participante pasada se imaginó a las mujeres destrozadas, compartió su percepción de lo que su compañera había percibido en el trabajo de su compañera (mujeres desnudas) y se sorprendió mucho de entender lo que realmente imaginó. Apoyó a su compañera en la expresión de sus reflexiones describiéndolas como un tipo de “protesta social”. Empatizando con la experiencia de esta segunda participante exploramos un poco el sentimiento y después se generó un silencio. Otra participante relató su experiencia, ya alejándose un poco del tema del trato a la mujer en la sociedad y enlistó una serie de imágenes (incluyendo una virgencita y un ángel) dentro de la que la confundió ver “un óvulo fecundado” de gran tamaño. “Oso”, la co-facilitadora exploró un poco el sentimiento. Otra participante relató que ella “se quedó en la baba” y que sólo vio una imagen, reconociendo “como que me falta la energía”. Otra participante dijo “sintiéndose terriblemente cansada”, relató que vio la “cabeza de una tortuga” y “la imagen que hay del lago Ness, no sé qué dinosaurio” entre otras cosas y que dijo que era “como una metáfora de lo que me está pasando ahorita”. Yo empaticé con el sentimiento y ahondamos en una sensación que

ella describió “como que está muy dentro de mí”. Otra participante relató haber visto puras “pendejadas” (A Nemo y “cosas así”) y que reconoció que no se pudo “conectar”. “Oso” le reflejó su auto exigencia y compartió que a ella le ayudó “relajarse” para imaginar. Varias participantes reconocieron haber tenido una experiencia similar a la de la participante anterior y su “enojo” por la situación, después de un pequeño ataque de risa ahondó en su sentimiento.

Cuarta sesión: En relación con la pintura post impresionista

Actividad #1: En esta actividad se pretendía que las participantes tomaran conciencia de su cuerpo, recordaran la experiencia de la sesión pasada mediante una reflexión guiada y tomaran conciencia de cualquier cambio en su cuerpo. Durante 15 minutos, se les pidió que se colocaran acostadas boca arriba sobre el suelo con las extremidades extendidas y relajadas y los ojos cerrados. Se inició invitándolas a que tuvieran una respiración más profunda; se les recomendó que cuando surgiera cualquier pensamiento lo reconocieran, se despidieran del él y volvieran a centrar su atención en la respiración. También se les pidió que sintieran como su caja torácica se expandía y se contraía, y que poco a poco fueran haciendo llegar el aire a la parte baja de su abdomen (relajando el diafragma). Una vez que se observó que sus movimientos habían disminuido y que su respiración alcanzaba la parte baja del abdomen, se les invitó a tomar conciencia de su estado corporal; y su relación con los pensamientos que se les venían a la mente, mientras se relataba la experiencia de la sesión pasada. Cada vez se mencionaba una acción (en el orden en el que sucedieron empezando por la actividad #3 y terminando en la actividad #4) se les recordaba revisar su estado corporal. Una vez terminadas la lista de acciones se dieron instrucciones para tener una respiración más profunda; se les recomendó que cuando surgiera cualquier pensamiento lo reconocieran, se despidieran de él y volvieran a centrar su atención en la respiración. Para finalizar la relajación se les invitó a sentir nuevamente su cuerpo como un todo, que después empezaran a mover poco a poco y, de manera lenta, sus

extremidades u otras partes de su cuerpo con los ojos cerrados hasta que se sintieran preparadas para abrirlos.

Actividad #2: Esta actividad fue la experiencia del grupo de encuentro, con una duración aproximada de 60 minutos. A la pregunta de los facilitadores de ¿Cómo están? Los comentarios realizados por las participantes fueron i) Tener duda de cuál era el objetivo o beneficio de la dinámica surrealista, es decir, ¿qué significaba lo que vieron?, ii) Otra participante respondió “tiene que ver con lo que trae uno dentro” y dijo que para ella era muy obvio el beneficio (porque lo vio), iii) Yo mencioné que el objetivo era “ir viendo diferentes métodos e ir tomando en cuenta todos estos métodos en nuestra expresión o en nuestra auto reflexión”, Tratando de empatizar pregunté si lo que ella buscaba es “encontrar alguna lógica a los dibujitos”, a lo que asintió. iv) Ella continuó mencionando que sentía que “no reflejaba nada en particular del sentimiento”, y cuando le pregunté si “podría aceptar que hay veces que hay cosas que salen y otras que no, y que no pasa nada”, con lo cual estuvo de acuerdo. v) La participante que observó “mujeres desmembradas” mencionó que ella se dio cuenta de que “empecé con la idea de protestar por otros y al final la protesta era mía”. vi) Otra participante habló de su experiencia con la protesta y empezó a darse un intercambio empático entre ambas, vii) Yo compartí como me encontraba físicamente y como me sentía en ese momento (no con respecto al tema de la protesta sino respecto al “aquí y ahora”, y también relaté mi experiencia en la sesión anterior; reconocí “esa parte de vergüenza” por haber visto ciertas figuras y/o haber decidido no mencionar lo que vi. viii) Otra participante relató como en su experiencia con niños a veces se exigía que llegaran a algún objetivo personal y que ha aprendido a apreciar “el que se diviertan”; y “de lo que se te queda que no te das cuenta y que se arregla, que si sirve para algo, aunque no sea para esta idea de ver que significa” y lo relacionó con la creatividad. Reconoció sentirse bien y emocionada (no deprimida como otras veces). ix) “Oso” la co-facilitadora reflejó lo que veía en ella, mencionando “me cuesta trabajo hilar porque abres uno y luego abres cinco temas dentro de ese”, cuando la participante trató de clarificar con su particular complejidad narrativa, “Oso” buscó apoyo o eco en el grupo. x) Una participante respondió diciendo que ella prefería decir “yo estoy bien y ya” porque le daba “flojera”

tanta charla, xi) Otra participante reconoció “que si ha encontrado cosas de mi que no sabía” y que “cayó en la cuenta, a lo mejor todos se dieron cuenta pero yo no (durante la sesión pasada) que la verdad que a mi si me cuesta mucho expresar el lado triste” y que “al menos lo pude decir, es un paso adelante”. xii) Otra participante se disculpó por haber faltado la sesión pasada (a la que quería asistir pero faltó porque le agendaron un compromiso) y reconoció que se dio cuenta de que “cuando quiero hacer algo, no hago mucho por hacerlo” (cuando pudo haber re agendado), le comuniqué que conmigo no había problema a lo que siguió disculpándose. Le reflejé la situación a lo que respondió “que es mi parte de buscar aprobación”. xiii) Otra participante reconoció la frustración resultante de la expectativa de obtener un resultado en la pintura, diciendo “reconozco en mí que no hay mucha creatividad” y reconociendo su emoción como enojo. xiv) “Oso” reconoció el gusto que le daba estar en el grupo mencionando que a diferencia de sus pacientes, se acordaba de ellas durante la semana, xv) Otra participante relacionó (al comentario de la ausencia a la sesión de otra participante) con la ambigüedad en sus sentimientos (flojera y exigencia) de asistir a la sesión y con gozo de la experiencia en sí, llegando casi a las lágrimas, después de la escucha empática de mi parte, reconoció “exacto, cuando se vuelve rutinario ya valí”.

Actividad #3: En la tercera actividad (con la ayuda del proyector y una presentación de PowerPoint) se dio lectura y una pequeña explicación de 1) Características de los postimpresionistas: *Buscaban la libertad de la técnica. *La realidad ya no se tiene que representar de forma objetiva. 2) La pintura post-impresionista es figurativa. (Utilizando versiones de obras de los principales exponentes se ejemplificó): *Van Gogh, *Gauguin, *Cézanne, 3)¿Cómo influyeron los post-impresionistas en la evolución del arte plástico?: *En la forma -Cubismo, -futurismo, *En los temas –Primitivismo, -Dadaísmo, *En la expresión –Fauvismo, -Expresionismo. 4) Temas esenciales del pensamiento: *Yo real vs Yo ideal, *¿Quién soy? –concepto del yo o de sí mismo, *¿Cómo me percibo? -autoimagen. 5) Posibles daños de vivir un yo idealizado: *Ambición neurótica, *La necesidad de perfección, *La necesidad de un triunfo vengativo. (Karen Horney,

1950, en Dicaprio, 1989, pp. 258-259) 6)⁵⁵ Proyección de fragmento de documental “Matisse: la tristeza del rey” del (hora:minuto:segundo) 0:08:00 al 0:13:30 –en el que se puede observar un análisis de la obra “la tristeza del rey” (La tristesse du roi, 1952) realizado mediante la técnica de collage (también llamado “pintura con tijeras”). 7) Instrucciones para la realización de la obra: *Busca en la enciclopedia una obra plástica que te signifique algo *Deja a un lado tu “yo ideal” en la pintura y encuentra tu “yo real” *Realiza tu versión de la obra elegida con los materiales disponibles.

Actividad #4: En esta actividad se pretendía que las participantes encontraran una obra plástica de un artista o artesano que les resultara significativa (no se utilizó música). Durante 15 minutos se les proporcionó diversos tomos de una enciclopedia de arte (18 libros). Se les pidió observaran las páginas de algún tomo de la enciclopedia (ordenados cronológicamente) hasta que una imagen conectara con su estado anímico actual. Las participantes se sentaron en el suelo y empezaron a observar las imágenes, se pudo observar que la mayoría de ellas leía el texto buscando información sobre la obra que llamó su atención. Algunas eligieron rápidamente y empezaron a platicar entre ellas. A otras les costó más trabajo decidirse y continuaban buscando una imagen en la enciclopedia. Incluso hubo quién, al informarles que el tiempo para elegir estaba por terminarse, se decidió por alguna mostrando duda.

Actividad #5: Para la elaboración de la cuarta obra plástica se les proporcionó papel fabriano, papel de acuarela, lápices de grafito y de color, plumones, acuarelas y gises pasteles de varios colores, agua, y carboncillos. Se les pidió reprodujeran según sus capacidades dicha imagen tomando conciencia de las reacciones de su cuerpo, sus sentimientos, y sus pensamientos o juicios de valor al darse cuenta de las características de su reproducción; también que prestaran atención a cualquier

⁵⁵ Se sugiere replazar la proyección mencionada a continuación por proyección de tres fragmentos de película “La sonrisa de Mona Lisa” (Mona Lisa smile, Mike Newell, 2003) del (hora:minuto:segundo) (a) 0:15:44 al 0:18:25, del (b) 0:58:52 al 1:00:35 y del (c) 1:46:56 al 1:48:00 –en el que se puede observar actuaciones de (a) una crítica de una maestra a vanalización de una expresión artística, (b) la decisión de una alumna de codificar una idea mediante una obra artística, y (c) la comunicación del aprendizaje “significante” de un grupo de alumnas a la maestra.

recuerdo, interpretación –si es que se daba- y su aceptación o rechazo de dicha hipótesis. Si se había presentado un proceso de “negociación interna” o de evolución de “disonancia cognoscitiva”, se pidió focalizaran su atención en el mismo paralelamente a su toma de conciencia corporal, anímica y cognitiva. A continuación, presento las obras de arte pictórico en las que se inspiraron, dibujando su versión según las aptitudes de cada una:

TABLA 6. INSPIRACIÓN DE OBRAS FAMOSAS PARA OBRA 4ª SESIÓN

Nombre (seudónimo)	Artista	Fecha del original	Título
“Camaleón”	Anónimo Azteca	1486 - 1502	Escudo con plumas de Ahuizotl.
“León”	Velázquez	1649 - 1651	La venus del espejo.
“Mariposa”	Giorgione	1505	La tempestad (<i>La tempesta</i>)
“Venado”	Gawhar El- Sequelly Arte musulmán egipcio.	971 – 974	Fotografía de la mezquita de Al- Azhar (cúpula y minaretos)
“Mono”	NA	NA	No asistió.
“Quetzal”	Henri Toulouse Lautrec	1888	Mujer en su baño (<i>Rousse dit aussi La Toilette</i>).
“Gecko”	J.M.W. Turner	1844	Luvia, vapor y velocidad. El gran ferrocarril del Oeste (<i>Rain, steam, and Speed –The great western Railway</i>).

“Canguro”	NA	NA	No se documentó, ni se identificó la obra, en la que se inspiró.
“Pelícano” (Mezcla de3)	E. M. Charles Schawabe.	1900	La boda del poeta y la musa
	Berthe Morisot.	1894	La hortensia o Las dos hermanas
	Verrocchio.	1475 - 1480	Dama de las primulas (<i>Donna con mazzolino di fiori</i>)
“Conejo”	Roy Lichtenstein	1963	Crack!
“Oso”	NA	NA	No realizó la dinámica.

Autoría: Propia

Actividad #6: Esta actividad fue la experiencia del grupo de encuentro con una duración aproximada de 60 minutos. En la charla se comenzó con la descripción de la experiencia: i) Una participante dijo que se sintió a gusto porque “representó algo de lo que soy sin estar copiando el dibujo porque no es igual”, ya que “me gustó tu idea (del autor de la obra) pero la hago mía”. ii) Otra participante mencionó que el primer tomo de la enciclopedia que utilizó (“era antiguo, como del renacimiento”) lo cambió por otro e inmediatamente encontró algo que le llamó la atención: era una mujer y lo que le llamó la atención fue el sentimiento que le provocaba (“dije, que a gusto”) y los colores (“muy alegres”) y lo relacionó con el sentimiento “cuando no tengo tantas expectativas”, iii) Otra participante mencionó que cuando estaba haciendo su versión sintió “como que me estaba desquitando” como la caricatura del dibujo, contacto con su “coraje” y o relacionó con la búsqueda de “justicia”. Después relató la experiencia laboral con una compañera que estuvo hablando mal de ella con sus otros compañeros, hasta que decidió no callar. Buscando empatizar con la experiencia, los facilitadores propiciaron una experiencia sentida físicamente de la emoción que en un inicio era un relato más “racional”. “Oso” la co-facilitadora reconoció que le dio gusto escucharla hablar sobre ella (que era la primera vez), “sin juicios” para sí, iv) Otra participante mencionó que “no

vi nada que dijera esta soy yo” así que juntó partes de tres obras en una sola, pero que le resultó “complicado” y que “no le gustó” lo que resultó. También contactó con su sentimiento de “impotencia” de no lograr la aprobación de personas significativas, la duda sobre las percepciones tanto de sí misma como de los demás sobre su persona y resumió que le cansa “Tener que buscar yo quién soy yo. Como que no quiero buscar, tal vez” y reflexionó sobre los significados de las tres obras elegidas con su actuar en diferentes situaciones centrándose más en la de pareja, v) Otra participante reconoció primero su auto juicio “toda mi vida me he considerado de mala lo que sigue para pintar”, relacionándolo con “en el (el juego) garabatos, nadie me entiende” y después reconoció desesperarse por no “hacerlo a su modo” así que mejor (cuando quedaba poco tiempo) lo copió tal cual. Conectó con su enojo de no lograr imitar la obra original, vi) “Oso” expresó confusión con respecto a entender “¿si soltaste o no soltaste?” (refiriéndose a la expectativa de la participante del inciso pasado), y al escuchar que si le gustó su dibujo, pero que luego lo comparaba con el original y entonces ya no le gustaba. Al final la facilitada reconoció “no solté el ideal porque me debió de haber quedado igual” y que después “me regañé porque lo debí de haber soltado”, vii) Yo expresé preocupación por una participante que no había hablado y que mientras hablaba su compañera, se estaba presionando y acariciando la cabeza y le pregunté “¿Estas bien?” a lo que respondió que sí y que “me parece muy chistoso” y empezó a relatar la experiencia de pintar. Le pregunté que estaba sintiendo cuando su compañera hablaba y ella se tocaba la cabeza a lo que respondió “Uy, de repente me dolió la cabeza, si fue así como me regañó que te regañas”. Al pedirle focalizar sobre la emoción empezó a saltar de describir la experiencia de pintar a la de reflexionar sobre el auto regaño de su compañera y mencionó “tengo mucho cuidado todo el tiempo de no estarme regañando” para terminar concretizando, después de contactar la emoción, dijo: “yo pensé que había una cosa y no era lo que había” (refiriéndose a la emoción), viii) Otra participante relató su alegría cuando encontró una obra, pero que decidió seguir buscando por otra mejor sólo para volver a la primera; y como se divirtió de expresarse sin importarle si se parecía a la obra, ix) Por último, una participante reconoció la existencia de exigencia al dibujar pero también el hecho de que no se centró en ella y que “yo lo que disfruté es que fluí”.

Quinta sesión: En relación con la nueva objetividad

Actividad #1: Esta actividad fue la experiencia del grupo de encuentro con una duración aproximada de 60 minutos. A la pregunta de los facilitadores de ¿Cómo han estado? Los comentarios realizados por las participantes fueron i) Tener duda de cuándo se van a comparar las versiones realizadas por las participantes con las versiones originales de las obras porque “al momento que la explicas entonces sacas parte de lo que tu realmente eres, entonces tienes un instante en lo que ves algo de la persona”, ii) Yo compartí encontrarme con dudas sobre saber transmitir correctamente la metodología del día de hoy y que al mismo tiempo tenía muchas expectativas de la clase, iii) Otras dos participantes reconocieron sentirse cansadas; una por la carga de trabajo y otra por haber elegido dialogar con su compañera de trabajo (que estuvo hablando mal de ella con sus compañeros) para limar asperezas, con un resultado negativo en cuanto a lo interpersonal pero positivo en cuanto a lo intrapersonal, iv) Otra participante simpatizó con la experiencia del problema laboral de su compañera, exponiendo y diferenciándolo del propio en un negocio familiar. También reconoció lo difícil que es manejar la parte emocional cuando se tiene la presión de la boda (ambas estaban próximas a contraer matrimonio), v) Otra participante comentó sentirse cansada, preocupada por las ventas bajas de su negocio, durmiendo mal, e informando que no podría asistir a la última sesión, reconociendo “como que no me gusta no cerrar las cosas”, después de ahondar un poco en el sentimiento diferenció “prefiero más el cansancio de trabajo que este cansancio emocional”, contactó su “ansiedad” que después de mi reflejo (formulé una hipótesis sobre si sentía miedo) describió como “con miedo a que los meses malos son más que los buenos (en el negocio)”, terminó comentando el que también el matrimonio es una experiencia reciente. vi) Otra participante mencionó que lleva toda la semana difícil con su esposo y que “lo dice simpático para no ponerse a llorar porque la verdad me tiene hasta la madre” pero “con ganas de estar aquí porque siento que es un espacio completamente fuera de, donde yo me puedo distraer y estoy con gente que me siento en confianza”, conectó no sentirse entendida y “si me da coraje que no ponga de su parte”, después de que facilitador empatizó con ella, contactó su tristeza y

reconoció que tenía una expectativa sobre su circunstancia actual. vii) Otra participante le sugirió que le comunicara su sentir a su esposo “no quiero estar así contigo” y ella reconoció su parte “yo estoy insoportable”, focalizó que su tristeza era por “no sentirse escuchada”, otras participantes empezaron a “traducirle” la actitud de su marido con resultados variados. Yo compartí “me da tristeza que estés triste”, después de eso otras participantes, compartieron experiencias similares empatizando con ella, haciéndose una verdadera comunicación en el grupo. viii) Una participante (que había permanecido callada), intervino diciendo “pues no estoy bien, pero no pasa nada (...) es parte de la vida”, yo intervine preguntándole ¿Qué quería decir? Explicó su comentario, pero el grupo lo ignoró y continuó empatizando con la otra participante. Cuando terminaron yo le pregunte a ambas participantes (la escuchada y la ignorada) cómo se encontraban, y reportaron que bien.

Actividad #2: En la segunda actividad (con la ayuda del proyector y una presentación de PowerPoint) se dio lectura y una pequeña explicación de 1) ¿Qué enfoques sucedieron después del arte abstracto?: *Realismo social –Su objetivo es la denuncia. *Conceptualismo –Lo importante es la idea. *Performance -Lo importante es la experiencia. * Fotografía –El arte al alcance de todos. *Medios electrónicos –La realidad no es limitante. 2) El regreso a la representación objetiva o figurativa NO significa un regreso al pasado: *El neo-realismo busca comunicar una nueva percepción de la realidad. *La nueva objetividad busca significar una nueva idea. 3) Proyección de fragmento de la serie de TV de Home Box Office⁵⁶ (HBO) “Seis pies bajo tierra 5ª, temporada, 8º episodio: Cantando por nuestras vidas” (Six feet under, 5.8: Singing four our lives, Matt Shakman (2005) del (hora:minuto:segundo) 0:30:55 al 0:34:30 –en el que se puede observar a una fotógrafa asistiendo a una exposición colectiva de sus excompañeros de la escuela de arte, explicándole a su acompañante la intención de la obra “gigantista” de uno de sus amigos y charlando con otro poniéndose al tanto de su vida y la expresión de la misma en su arte. 4) ¿Cuál es la importancia del proceso creativo en las artes plásticas? *El paradigma de Picasso –La experimentación. *Robert Irwing –el arte se crea en “un continuo examen de nuestra consciencia y una continua

⁵⁶ Taquilla casera.

expansión del mundo que nos rodea” (Irwing en Freeland, 2003, p. 214). 5) Elementos del método paranoico crítico: *Paranoia –organización lógica de los temas delirantes que se forman por intuición o por interpretación a partir de premisas falsas (RAE, 2018, s/p). * Crítica –Que juzga las cualidades y defectos de una obra (RAE, 2018, s/p). 6) Elementos de la psicología racional-emotiva de Ellis: *Situación –es objetiva, *Interpretación (simbolización) –es subjetiva. *Experiencia –como sensación, -como pensamiento, -como acción. 6) Recomendaciones de Ellis: * La importancia de probar y aprender. *Darse cuenta de la importancia que tiene lo que nos decimos a nosotros mismos. *La trampa de las oraciones compuestas, *La importancia del establecimiento de conclusiones válidas. 7) ¿Cuáles son los errores del pensamiento?: *”Sobre generalización”, *”Pensamiento todo o nada”, *”Interpretación en vez de la descripción”, *”La Correlación confundida con causalidad” (Ellis, 1974 en Dicaprio, 1989, pp. 502-504) 8) Instrucciones para la realización de la obra: *Elige un tema que sólo tú puedas decir de esa manera –date cuenta de tus sentimientos, -date cuenta de tus pensamientos, -se creativo. *Crea una historia, *Representa esa historia mediante una obra plástica.

Actividad #3: En esta actividad se pretendía que las participantes imaginaran una historia, cuento, chiste o fábula y la modificaran creativamente para “decir algo que sólo ellas pudieran decir así”. Durante 10 minutos, se les pidió se colocaran en una posición cómoda y con los ojos cerrados. Se inició invitándolas a que tuvieran una respiración más profunda y también se les pidió que sintieran como su caja torácica se expandía y se contraía, y que poco a poco fueran haciendo llegar el aire a la parte baja de su abdomen (relajando el diafragma). Una vez que se observó que sus movimientos habían disminuido y que su respiración alcanzaba la parte baja del abdomen, se les invitó a “hacer un viaje al pasado” recordando una experiencia, una película, un libro, una canción o un chiste. Se les invitó a recordar todo lo relacionado con el recuerdo elegido: imágenes, texturas, sentimientos, sonidos. Se sugirió que trataran de elegir una y que se la relataran en silencio; y que en caso de estar indecisas entre varias trataran de enfocarse en la respiración y eligieran la primera que surgiera al intentar nuevamente decidir. Se les pidió que se acordaran de los personajes y de la trama. Que

decidieran lo que le faltó a la historia (personajes que no había, acciones que estos no realizaron, relaciones que no se mostraron) y que imaginaran cómo esta cambiaba la trama. Fue muy importante dar tiempos de silencio entre cada instrucción o sustantivo para que se diera la imaginación. Que decidieran que personaje le sobró a la historia y a cuáles les faltó decir o hacer algo (acciones que estos no realizaron, relaciones que no mostraron) y que imaginaran cómo esta cambiaba la trama (todo sin importar que no sucedieran en el recuerdo de este “viaje al pasado”). Se les invitó a recordar algún sueño o alguna otra experiencia (sin importar el tiempo en que se dio) que se relacionara con sus personajes y que imaginaran cómo estas integraciones cambiaban, a los demás personajes o la trama (con la introducción de ese sueño). Se pidió que no trataran de crear una historia perfectamente lógica, sólo que dejaran volar la imaginación. También se pidió que comenzaran a imaginar el desenlace, imaginando que todas las historias son “un proceso”. Por último se les pidió recordaran la historia de principio a fin y que cuando terminaran, abrieran los ojos y la escribieran.

Actividad #4: Para concretar su creación narrativa se les proporcionó una libreta, lápices de grafito. Se les pidió crearan una poesía, fábula, historia o cuento corto –sin poner demasiado cuidado en el estilo, redacción o métrica que conectara con alguna de las experiencias en el curso, los recuerdos compartidos en el grupo de encuentro, su estado anímico actual y/o sus esperanzas o expectativas hacia futuro.

Actividad #5: Para la actividad de la quinta –y última- obra plástica se les proporcionó lápices de grafito y de color, papel fabriano, papel de acuarela, plumones, acuarelas y gises pasteles de varios colores, agua, y carboncillos. Se les pidió que reprodujeran según sus capacidades, la creación literaria producto de la actividad anterior, mediante símbolos gráficos tomando conciencia de las reacciones de su cuerpo, sus sentimientos, y sus pensamientos o juicios de valor al darse cuenta de lo que representaban plásticamente.

Actividad #6: Esta actividad fue la experiencia del grupo de encuentro con una duración aproximada de 60 minutos. En la charla se comenzó compartiendo los escritos realizados en la actividad 4 y mostrando las obras plásticas de la actividad 5: i) Una participante leyó su escrito y concluyó “nada que ver con la realidad, por supuesto”; y cuando le pedí que describiera lo que sentía, mientras lo leía respondió: “pues que me gustaría que hubiera pasado”, cuando le pedí que identificara la emoción que tenía la describió como “tristeza” y la sensación sentida como “nostalgia”, ii) Otra participante leyó su cuento después describió la experiencia de escribir (centrándose en sus emociones), yo traté de empatizar (fallidamente) hipotetizando si su sentimiento fue “añoranza de crecer o de aprender algo” pero ella recalcó “siento muchísima ilusión, muchísimo gusto. Como que estoy segura pues que Dios, me lo mandó con una misión a la tierra”, iii) Otra participante reconoció que “no le quedó claro, si lo que he hecho (la actividad 4), tenía que haber(lo) hecho” así que “agarró un hecho de su vida” y leyó su escrito, enseñando su pintura. Prosiguió a narrar la anécdota en la que se basó y a describir lo “que representaba” cada hecho o personaje. Cuando expresó “se me hizo difícil (el ejercicio)”, le pregunté que sentía y expresó confusión (“no sé”) explicando “como que esto representa mucho, en general, no voy a poder decir más, estoy entre procesando mi respuesta”, empatizando le dije “yo te veo (...) como queriendo explicar, pero también queriéndote guardar esto”; concluimos que deseaba expresarlo, pero no explicarlo. Le pregunté que le representaba o como se sentía con la idea de exponerse, de ser vulnerable a lo que contestó “obviamente no me gustaría, o sea que digan algo malo” y lloró, iv) Yo compartí “yo también escribo, y también me da miedo no solo de que lo vayan a usar en mi contra sino que vayan a interpretar lo que no quise decir”, después de escuchar lo que la participante compartía conmigo de mi experiencia, “Oso” compartió una experiencia concluyendo “cuando creía que me protegía (...) no me permitía desarrollar mi fortaleza”. Otra participante simpatizó con la participante que lloró, pero reconoció los beneficios en su vida de una actitud como la propuesta por “Oso”, v) Otra participante leyó su escrito y relató su experiencia al crearlo, mencionó que se dio cuenta de que “mi sueño, mi vida y mi pensamiento eran el mismo aunque en diferente tiempo y época” y dijo sentirse “esperanzada (...) a pesar de que habla de mi muerte es uno de los sueños más hermosos que he tenido, me dejó

mucha paz al despertar (...) ahí yo encontraba esa paz, dije (A Cristo) a la hora que Tú quieras” aunque reconoció que una vez que enfermó dijo “espérame, no me he despedido de mis hijas”. Cuando se le preguntó cómo se quedaba expresó conformidad a pesar de haber pasado momentos difíciles, vi) Otra participante leyó su cuento con la voz cortada reconoció “ahorita me dio mucho miedo”, “Oso” le compartió que a ella le parecía “la historia de una mujer rescatada”. La participante mencionó que ella la sentía “como una tragedia y mi salvación fue algo que me hace sonreír”. Yo traté de empatizar (infructuosamente) comentando que me parecía que la mujer “se arriesgó al meterse al agua”, ella dijo que no era tanto arriesgarse sino “sentirse muy triste (...) igual y me puedo morir”. Ella reconocer estar muy nerviosa y tratamos (facilitador y co-facilitadora) de ayudarla a identificar el sentimiento bajo ese “nervio(sismo)”, ella empezó a reírse y reconoció “al final siempre busco algo chistoso para librarla”. Una participante simpatizó con ella identificando que en su caso era “miedo a equivocarse o a ser juzgada”, “Oso” hipotetizó “Tal vez sea que si me río, desvío la atención y ya no me ves”, Yo simpaticé compartiendo que en mi caso es “miedo a no voy a hacerlo bien o si no soy lo que ellos creen que soy”, por último otra participante diferente por fin empatizó “en mí no es miedo al rechazo sino miedo a decirlo” La participante que compartió el cuento aclaró “No tengo miedo que me vaya a equivocar (...) a lo mejor me estoy evadiendo” y reconoció que sentía que era más el miedo a decirlo. Por último, comentó: “quiero saber cómo controlar ese sentimiento que me da” a lo que yo reflejé su intención de “controlar” y ella no recordaba haber dicho la palabra (controlar). Tras empatizar con ella que “el estar nerviosa no está mal”, “Oso” compartió experiencias similares reconociendo que, en ella, el querer controlar esta emoción normal, la acrecentaba. vii) Por cuestión de tiempo, pedía a cada una de las participantes que faltaban de compartir, que brevemente dijeran ¿Cómo se quedaban? Una mencionó “me divertí mucho” comentando que se acordó de la película del padrino pero “dije ¿porque un hombre?, podría ser una mujer”. Otra reconoció haberse divertido y “no la terminé, ni la dibujé”. Otra participante dijo estar bien, “con buen ánimo” Y por último otra mencionó sentirse tranquila reconociendo “creo que no la hice cómo debía ser” y que inspirándose en “Lagrimita y Costel” “ya sabía que no iba a servir” viii) “Oso”

concluyó diciendo que ella quería compartir el título de su cuento (Un juego de palabras algo chistoso) y mencionó que por cuestiones de tiempo no lo leería.

Sexta sesión: En relación con el conceptualismo

Actividad #1: Esta actividad fue la experiencia del grupo de encuentro con una duración aproximada de 60 minutos. Empezó de una manera informal antes de que los facilitadores indicaran el inicio, una participante ya estaba relatando una experiencia vivida recientemente a un subgrupo del grupo. Se trataron las siguientes temáticas: i) La experiencia relativa a una situación de riesgo al inundarse el auto en que viajaban durante una lluvia. ii) Las reflexiones relativas a la apropiación del método de artes plásticas tratadas en la sesión anterior (nueva objetividad). iii) La duda relativa a la temática tratada en la sesión pasada, duda de una participante que faltó. iv) La experiencia de una participante de conocer a su nieta y los sentimientos relativos a las decisiones que su nuera tomaba con relación a esta. v) Las reflexiones de una participante sobre el crecimiento personal que puede resultar de las adversidades. vi) El relato de una experiencia en su empleo en el que tuvo diferencias con una compañera. vii) Los sentimientos al iniciar un nuevo proyecto de trabajo.

Actividad #2: En la segunda actividad (con la ayuda del proyector y una presentación de PowerPoint se dio lectura y una pequeña explicación de 1) ¿Qué fue el renacimiento?: *Época de reforma intelectual, moral y espiritual del ser humano *Se volvió a valorar el pasado y la sensibilidad de la antigüedad (en especial Grecia y Roma) de marcada actitud humanista. *Confrontación del humanismo con el teísmo de la Edad Media. 2) Herencias del renacimiento: *Desarrollo de la independencia (más libertad vs más soledad). *Valoración de la persona (invención del “artista” vs competencia entre artistas). *Desarrollo de la ciencia (facultad para controlar el medio ambiente vs responsabilidad de controlar el medio ambiente). 3) Humanismo: *Conjunto de tendencias intelectuales destinadas al desarrollo de las cualidades esenciales del ser humano (RAE, 2018, s/p). *Esencia.- Naturaleza propia y necesaria, por la que cada ser

es lo que es (RAE, 2018, s/p). 4)⁵⁷ Se mencionó que se tenía programada la proyección de fragmento de película “Artemisia” (Merlet, 1997) –en el que se puede observar el proceso de individuación artístico de una de las primeras pintoras reconocidas –en el renacimiento- Artemisia Gentilesqui. Sólo se realizó la proyección de post de Youtube “Esconde/Encuentra: “sin título” o “retrato de Ross en Los Angeles” por Félix González Torres” (*Hide/Seek: “Untitled” o “portrait of Ross in L.A” by Felix González Torres*) (National Portrait Gallery, 2011) en el que se puede observar a un crítico explicando la obra del difunto artista y Proyección de post de Youtube “Felix Gonzalez – Torres en el Museo Universitario Arte Contemporáneo (MuAC) Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), (2010) m. –en el que se pueden observar imágenes de diversas obras el artista expuestas en el museo. 4) Escuelas psicológicas y psicología humanista: *Freud.- Libido. *Jung.- Arquetipo. *Adler.- Poder. *Skinner.- Conducta. *Ellis.- Conocimiento. *Maslow.- Motivación. *Franklin.- Sentido. Perls.- Contacto-retirada. *Allport.- Valores. *Rogers.- Actualización. 5) Oración de Perls: “Yo hago lo mío y tú haces lo tuyo. No estoy en este mundo para llenar tus expectativas. Y tú no estás en este mundo para llenar las mías. Tú eres tú y yo soy yo. Y si por casualidad nos encontramos es hermoso. Si no, no puede remediarse”. 6) Allport y las emociones: “La inhibición y control total son tan peligrosos y poco saludables como la expresión sin restricciones e indiscriminada de una sobreocupación con las emociones”. *La personalidad madura emocionalmente “no envenenar el aire que otros tienen que respirar” (Allport, 1961, p. 285 en Dicaprio, 1989, p.315) expresando libremente sus malos humores”. 6) La actualización de Rogers: * “Reconocer una reacción inapropiada”. * “Sentir la emoción aparente”. * “Preguntarse a sí mismo lo que sentía cuando sucedió”. * “Que le recuerda”: Recuerdo de situaciones similares para establecer correlaciones o causalidades. * “Busque un patrón”: Tratar de descubrir la emoción subyacente o “real” (Dicaprio, 1989, p.351). 7) El arte conceptual: *Se destacan los componentes mentales del arte y de su percepción. * Una diferencia

⁵⁷ Se sugiere remplazar las proyecciones mencionadas a continuación por proyección de post de Youtube “Jasper Sharp sobre Félix González Torres y Lombardo” (*Jasper Sharp über Félix González Torres un Lombardo*) (Kunsthistorisches Museum Wien, 2018) –en el que se puede observar al crítico comparando la obra “sin nombre” (Amantes perfectos) (*untitled (perfect lovers)*) de Gonzalez Torres y la obra “Amantes” (*Lovers*) de Gulio Lombardo y Proyección de post de Youtube “Felix Gonzalez – Torres. Vanguardias (tvmacay, 2011) –en el que se explican varias obras el artista expuestas en el museos.

importante entre hombres y animales es el lenguaje y la escritura. *Se caracteriza por sus relaciones con el lenguaje, donde la escritura tiene una importancia reconocida. 8) Instrucciones para la realización de la obra: *Elige una obra que realizaste o una de alguna compañera (pidiendo su permiso). *Elige una frase o una metáfora que refleje tu experiencia en el taller o lo que te llevas de este. *Añade esa frase a la obra que elegiste con alguno de los materiales disponibles. Se escucharon dudas y reflexiones sobre lo anteriormente expuesto donde se mencionó: i) Que a algunas participantes la oración de Perls les parecía “buenísima” o “sana”. ii) Que a una participante le parecía “incongruente” porque para “el equilibrio necesito interdependencia”.

Actividad #3: En esta actividad se pretendía que las participantes recordaran sus experiencias en las cinco sesiones pasadas mediante una reflexión guiada y tomaran consciencia de cualquier cambio en su cuerpo. Durante 10 minutos, se les pidió que se colocaran acostadas boca arriba sobre el suelo con las extremidades extendidas y relajadas y los ojos cerrados. Se inició invitándolas a que tuvieran una respiración más profunda; se les recomendó que cuando surgiera cualquier pensamiento lo reconocieran, se despidieran de él y volvieran a centrar su atención en la respiración. También se les pidió que sintieran como su caja torácica se expandía y se contraía y que poco a poco fueran haciendo llegar el aire a la parte baja de su abdomen (relajando el diafragma). Una vez que se observó que sus movimientos habían disminuido y que su respiración alcanzaba la parte baja del abdomen, se les invitó a tomar consciencia de su estado corporal y su relación con los pensamientos que se les venían a la mente mientras se relataba la experiencia de la sesión pasada. Cada vez se mencionaba una sesión en el orden en el que sucedieron empezando por primera sesión (Reflexión con sonido acuático, pintura de acción, compartir la experiencia de la pintura de acción), la segunda sesión (Compartir cómo llegaron, Reflexión con música psico acústica, pintura expresionista, compartir la experiencia de la pintura expresionista), la tercera sesión (Compartir cómo llegaron, Imaginación mediante la observación de pinturas expresionistas realizadas. Realización de pintura surrealista, compartir la experiencia de la pintura surrealista), la cuarta sesión (Compartir cómo llegaron, Observación de enciclopedia de arte, realización de su versión de pintura existente con algún método

post-impresionista, compartir la experiencia de la pintura post-impresionista) y terminando con la quinta sesión (Compartir cómo llegaron, Imaginación de historia, fabula, cuento o chiste, escritura y realización de la versión gráfica de la misma, compartir la experiencia de la pintura nueva objetividad) se les recordaba revisar su estado corporal. Una vez terminada la lista de acciones se dieron instrucciones para tener una respiración más profunda; se les recomendó que cuando surgiera cualquier pensamiento lo reconocieran, se despidieran de él y volvieran a centrar su atención en la respiración. Para finalizar la relajación se les invitó a sentir nuevamente su cuerpo como un todo y que después empezaran a mover poco a poco y de manera lenta sus extremidades u otras partes de su cuerpo con los ojos cerrados hasta que se sintieran preparadas para abrirlos.

Actividad #4: En la última sesión se pidió a las participantes pensar en una frase que simbolizara lo que se llevaban de la experiencia en el taller a modo de conclusión. Dicha frase podría ser plasmada en alguna obra (nueva o anteriormente realizada; propia o de algún otro participante –con su previa autorización-) y utilizando cualquier material disponible (hilo, silicón, óleo, bolígrafo, plumón, etc.).

Actividad #5: Esta actividad fue la última experiencia del grupo de encuentro con una duración aproximada de 100 minutos. Se inició la charla pidiendo a las participantes que comentaran lo que habían aprendido de la experiencia, y se mencionó: i) Una participante (“Conejo”) mencionó “aprendí como a escucharme a mí misma (...) y “a exteriorizar lo que está dentro de mí y en base a eso darme cuenta como estoy”. ii) Otra participante (“Camaleón”) mencionó que aprendió a “ir profundizando de lo que veo y lo que no veo en mí”, que “vale la pena preguntar (me)” y que “si la otra persona está viviendo algo y a mía algo se me mueve, pues vale la pena preguntar (me)”. iii) Otra participante (“Quetzal”) mencionó que “terminó súper contenta, muy satisfecha”, “que hice cosas que para, igual las demás personas son insignificantes, pero para mí fue un gran reto. No sé, o sea cosas que nunca había hecho y que siempre había querido hacer”, “Escuchar a las demás personas y sentirme identificada y decir oh, no

soy la única”, “me da miedo la tristeza (...) pero se vale estar triste, tengo el derecho de estar triste” y “(me sentí) libre, es que es como libre, mi sentido de ser al máximo, de expresarme así yo al 1000%”. iv) Otra participante (“Mariposa”) mencionó “me divertí y sobre todo como me descubrí, muchas emociones y sentimientos”, “me sentí auténtica”, y “(me sentí) sin miedo a sentirme juzgada”. v) Otra más (“Gecko”) mencionó que “(me sentí) como si tuviera 200 años y entonces ya lo viví todo, ya lo hice todo yo”, “que hay partes de mí que tengo que reencontrar pues no las conocía y pues estoy muy feliz, pues, muy feliz de haberlas conocido” y “profundamente darme cuenta que todos somos como un todo, y somos parte de un mágico rompecabezas (...) y cada una de nosotros como esa parte importantísima de completar y tienen que estar y todas estamos”. vi) Otra participante más (“Mono”) dijo “abrí los ojos de la misma pintura, abrí muchas cosas de mí y también reflejo los ojos” (vi muchas cosas de mí y también reflejado en otras personas” y “es así como digo: hay muchas posibilidades, muchas cosas por hacer, así como que me dio muchas esperanzas, mucha... así como bríos”. vii) Por último, (“Canguro”) mencionó “Soy siendo, soy la que voy siendo, pues”, “me abre el panorama”, “me siento no amenazada y esto para mí es muy fuerte (yo cuando no me siento amenazada es cuando me acepto a mí misma, me entiendo)” vii) Varias de las participantes cerraron reconociendo las actitudes del grupo y de los facilitadores que las hicieron sentir no amenazadas y lo que esta sensación genera en su persona. ix) Yo reconocí como me sentía “me siento tranquilo ahorita, me siento contento” y “me voy arriesgando y como que puedo meterme (...) el hecho de no ser campeón de natación, no me impide meterme a una alberca y me quedo a gusto con eso, con el haber permanecido en el grupo (...) porque yo si le tenía mucho miedo”. x) Por último la co-facilitadora (“Oso”) mencionó “a mí me hizo sentido ir de lo abstracto a lo concreto, totalmente fue un proceso que me pasó a mí y me hizo mucho sentido como los fuiste ligando”.

2.3 Consideraciones éticas

Segmentando las principales consideraciones éticas relacionadas con esta intervención puedo dividir las en los siguientes aspectos:

- A) La posibilidad de que circunstancias privadas de las participantes salgan del ambiente donde fueron relatadas sin el consentimiento del participante en cuestión relacionadas con i) la realización del presente TOG, con ii) la falta de respeto a la expectativa de discreción de las participantes que compartieron situaciones personales en el grupo de encuentro que se pudiera dar cuando otra participante comparte dicha información en otro contexto, o iii) la narrativa social que se puede generar en los subgrupos del propio grupo de encuentro.

- B) Los riesgos relativos al actuar o al omitir las acciones relativas al Desarrollo Humano, mismas que algunas veces llevan a reconocer, sensibilizan o resultan preventivas de problemáticas psicológicas que requieren atención psicológica o psiquiátrica profesional.

Con relación al primer aspecto -la información privada- relataré las medidas tomadas para minimizar dicho problema.

Con relación al inciso Ai) (relacionado con la realización del TOG): 1) Se acordó con las participantes que el material recolectado durante la intervención sería utilizada para un TOG, 2) Se informó a las participantes que en cualquier momento, previa requisición del interesado, se podría apagar la audio y/o video grabadora, 3) Se utilizaron pseudónimos para las participantes para no revelar su identidad, 3) Se recabaron cartas de consentimiento informado de 7 de las 11 participantes (El resto fue imposible lograrlo ya que el presente TOG se realizó 12 años después de la intervención) mismas que permanecen en resguardo del autor debido a que al contener nombre y firma de las participantes facilitarían la relación de la identidad en cuestión. Dichas cartas están disponibles previa requisición autorizada de esta universidad y sujetas al visto bueno del sujeto requirente por parte de la participante en cuestión.

Con relación al inciso Aii) (relacionado con la discreción por parte de las participantes): 1) Los facilitadores realizaron las recomendaciones necesarias al

grupo, 2) Los facilitadores promovieron pausas y preguntaron a las participantes que en un momento dado relataban anécdotas personales si ese era su deseo consciente, 3) Los facilitadores evitaron externar interpretaciones o juicios relacionados con sus observaciones subjetivas sobre algún participante para evitar generar enojo, miedo, morbo o confusión en otro participante que pudiera resultar en una indiscreción.

Con relación al inciso Aiii) (relacionado con la narrativa de los subgrupos): 1) Los facilitadores buscaron reconocer dentro del grupo de encuentro dichas narrativas para exponerlas, validarlas y/o clarificarlas, 2) Los facilitadores buscaron minimizar la creación de nuevos subgrupos, 3) Los facilitadores buscaron integrar a todas las participantes durante el grupo de encuentro, algunas veces expresando concretamente su deseo de que esto sucediera.

Con relación al segundo aspecto - los riesgos relativos al actuar o al omitir las acciones relativas al DH – expondré algunas ideas relativas a dicha dicotomía. Creo que muchos profesionales de la salud –terapeutas y psiquiatras- perciben riesgos o “desarrollo de complicaciones” con relación a la aproximación al DH en la que se basa la presente intervención; si bien reconozco que existen algunos individuos que no tienen el suficiente cuidado con las y los participantes de dinámicas similares, también existen profesionales de la salud que generan el mismo resultado -muchos a los que por cierto no se les genera narrativa crítica alguna-. Para minimizar la posibilidad de este error en el cuidado del participante en la impartición de este taller, creo que es básico mantener las siguientes condiciones:

- a) Mantener una pareja de facilitadores (como se hizo en la presente intervención) de manera que se puedan regular y apoyar el uno al otro en caso de que una omisión de cuidado se presente por parte de uno de ellos.
- b) Mantener un supervisor (como se hizo en la presente intervención) con capacitación de terapeuta que dé el visto bueno a las y los participantes, supervise el diario de campo y apoye terapéuticamente a los facilitadores en caso de ser necesario.
- c) Mantener el costo del taller lo más cercano al “valor de recuperación” de manera que los facilitadores no tengan un interés marcadamente económico.

- d) Evitar a toda costa, membresías escalonadas y/o ayuda de las participantes en tácticas de reclutamiento y beneficios relacionados con la autopromoción.

Por otra parte relacionado con B) (el riesgo de omisión en la acción oportuna) creo que si bien es una tarea difícil debería de ser sometida a experimentación por un mayor número de investigadores. No pretendo asegurar que este taller en específico ayude a reconocer, sensibilice o prevenga problemáticas psicológicas; pero tampoco puedo negarlo categóricamente debido a que los objetivos y alcances del presente TOG no incluyeron dicha hipótesis. En adición puedo relatar mi experiencia personal, que incluye la recomendación por parte de un profesional de la salud de tomar la MDH –que contaba con varias materias optativas con un formato similar el taller de la intervención- y mi convencimiento de que una aproximación interdisciplinaria, humanista, no forzosamente “psicológicamente especializada” y de metodología en la educación mixta⁵⁸, pero si basada en el ECP pueda facilitar el proceso no solo del DH sino de la aceptación de asesoría psicológica especializada. Estas reflexiones considero no están sólo relacionadas con esta intervención sino que son importantes socialmente ya que desde un ideal ético, como sociedad no deberíamos limitarnos a prestar atención a los “casos diagnosticados” sino a la omisión que todos sus miembros de esta – profesionales de la salud incluidos- hacemos de la circunstancia del prójimo.

2.4 Evidencias reportadas por las destinatarias de la intervención

Las evidencias reportadas por las destinatarias del taller “Expresión de emociones y auto-conocimiento por medio de las artes plásticas” se presentará a continuación en cuatro apartados: 1.- Evidencias de comunicación visual y de escritura creativa, es decir, sus obras artísticas realizadas durante las sesiones. 2.- Evidencias provenientes

⁵⁸ Los metodología en la enseñanza mixta (que es diferente a metodologías mixta de la investigación) se refiere a la que se da en la enseñanza y se define cómo aquella que integra en un solo programa dos o más métodos en los siguientes ejes o aspectos : “métodos de razonamientos: deductivo, inductivo o analógico comparativo)”, “métodos en cuanto a coordinación de la materia: lógico o psicológico”, “métodos en cuanto a concretización de la enseñanza: simbólico-verbalístico o intuitivo”, “método en cuanto a las actividades de los alumnos: pasiva o activa”, “métodos en cuanto a la relación maestro-alumno: individual, recíproco o colectivo” o “método en cuanto al trabajo del alumno: trabajo individual, trabajo colectivo o trabajo mixto” (Editoriales y artículos, 2014, s/p).

de transcripciones relacionadas con el auto-conocimiento. 3.- Al ser el área de estudio del presente TOG el DH, y al considerarme a mí mismo una persona destinataria de la intervención, con la consciencia de que podré ser criticado por fungir como “juez y parte”, me permito presentar: Evidencias provenientes de transcripciones relacionadas con mi desarrollo personal. 4.- Evidencias sintetizadoras obtenidas mediante un cuestionario denominado “la voz de las participantes” (LVP).

2.4.1 Evidencias de comunicación visual y de escritura creativa

En la primera obra plástica se les proporcionó un metro cuadrado de pellón, pinceles, brochas, palos, y pintura de varios colores. Se les informó que lo colocaran en el suelo y que pintaran como desearan, tratando de darse cuenta de sus impulsos en lugar de planear un resultado final. Sólo debían tomar conciencia de su actuar.

IMAGEN # 21. “PINTURA DE ACCIÓN DE “CAMALEÓN”



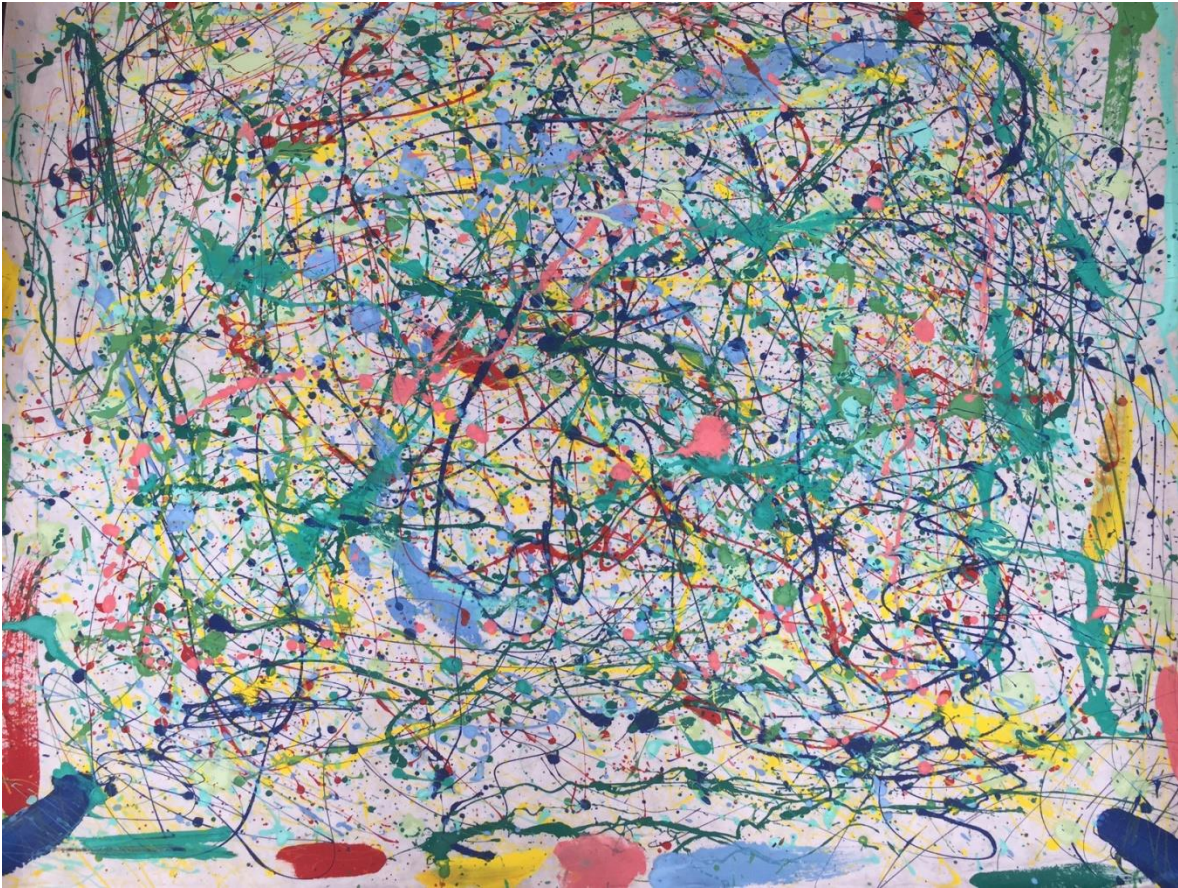
Autor: “Camaleón”

IMAGEN # 22. "PINTURA DE ACCIÓN DE "LEÓN"



Autor: "León"

IMAGEN # 23. "PINTURA DE ACCIÓN DE "MARIPOSA"



Autor: "Mariposa"

IMAGEN # 1. "PINTURA DE ACCIÓN DE "VENADO"



Autor: "Venado"

IMAGEN # 25. "PINTURA DE ACCIÓN DE "MONO"



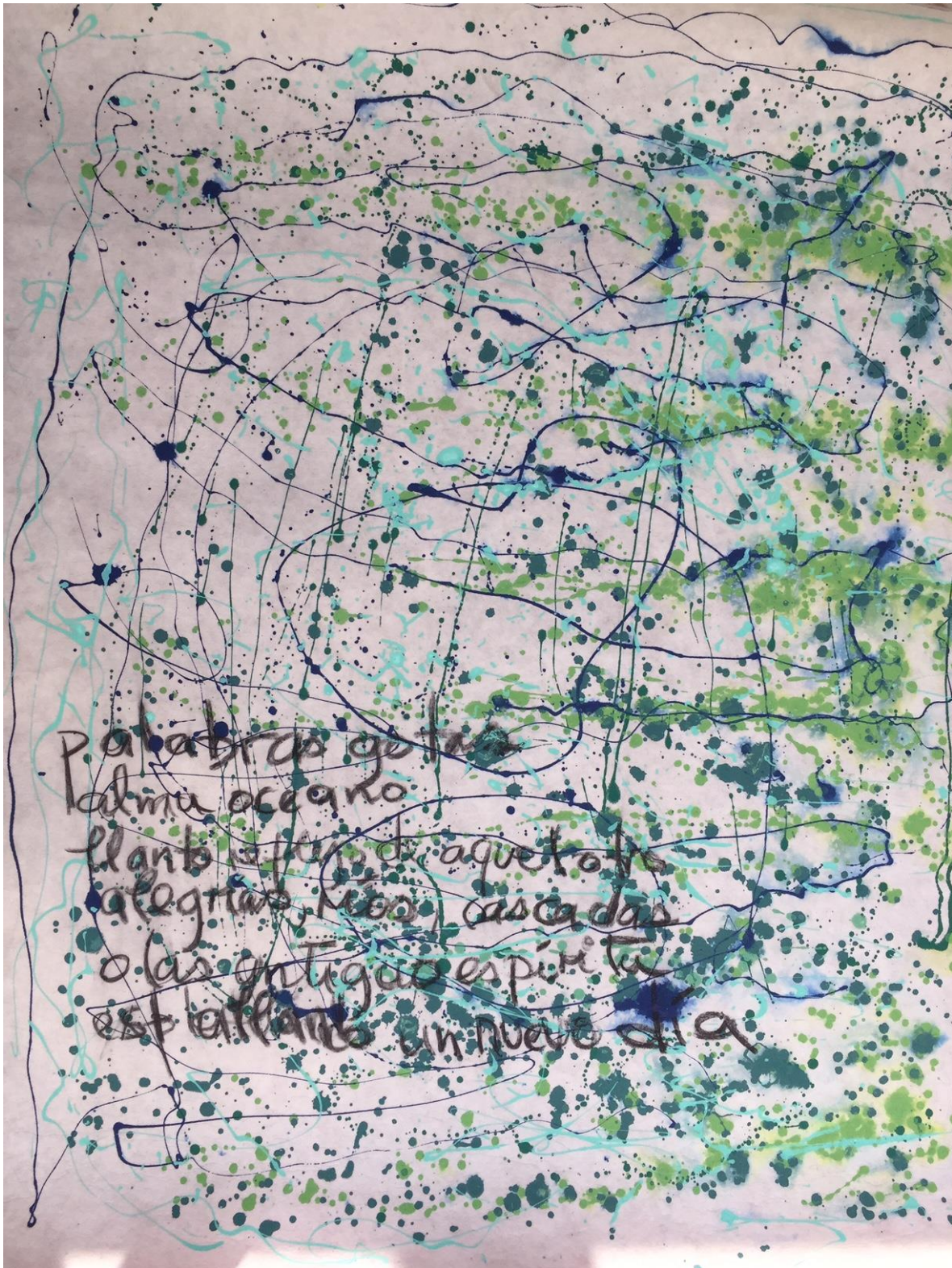
Autor: "Mono"

IMAGEN # 26. "PINTURA DE ACCIÓN DE "QUETZAL"



Autor: "Quetzal"

IMAGEN # 27. "PINTURA DE ACCIÓN DE "GECO"



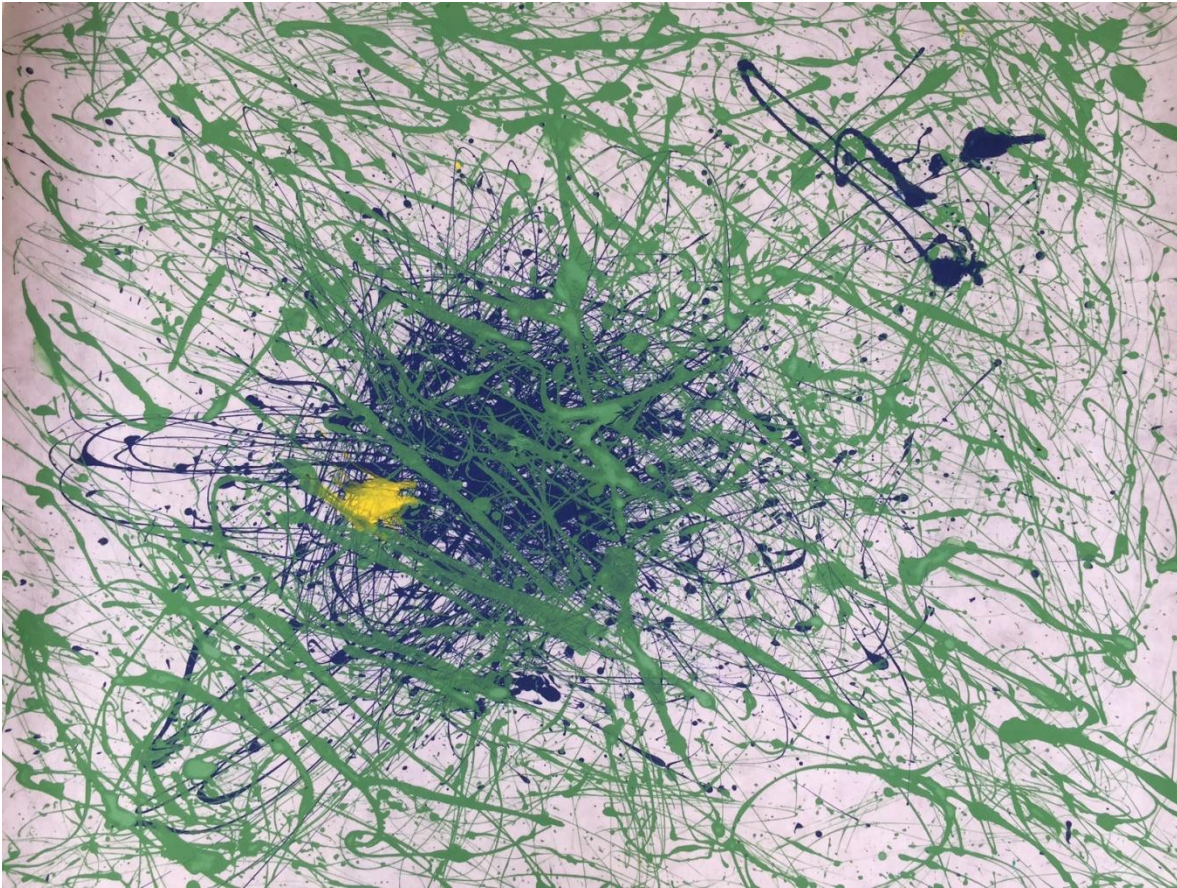
Autor: "Gecko"

IMAGEN # 28. "PINTURA DE ACCIÓN DE "PELÍCANO"



Autor: "Pelicano"

IMAGEN # 29. "PINTURA DE ACCIÓN DE "CONEJO"



Autor: "Conejo"

Las obras plásticas (2ª a 5ª sesión del taller)

Para la segunda obra plástica se les proporcionó un lienzo de 38 x 28 cm., pinceles, brochas, palos, óleo de varios colores, silicón, tijeras, cúter, arcillas, material vegetal vario, hilo y aguja, material plástico (chaquiras, lentejuelas, botones, etc.). Se les informó que lo colocaran el lienzo en la mesa o en un caballete y que pintaran como desearan (incluyendo la posibilidad de usar sólo los dedos) tratando de expresar una emoción de MATEA (Amor, miedo, alegría, tristeza y enojo) que más describiera su estado anímico actual. Sólo debían tomar conciencia de las reacciones de su cuerpo, de cualquier cambio en su estado anímico, así como de los recuerdos o ideas que surgieran durante el proceso.

Para la tercera obra plástica se les proporcionó un acrílico transparente de 38 x 28 cm., papel, plumones de varios colores, pinceles, óleo de varios colores, cúter y gubias y punzones de diferentes formas y grosores. Se les pidió que colocaran el acrílico encima de alguna obra (propia o ajena) o que realizaran un frottage⁵⁹, grattage⁶⁰ o decalcomanía⁶¹ y que en la mesa sobre el acrílico delinearán las figuras que imaginaban. Sólo debían tomar conciencia de las reacciones de su cuerpo, sus sentimientos, y sus pensamientos o juicios de valor al darse cuenta de las figuras que surgían; también que prestaran atención a cualquier recuerdo, interpretación –si es que se daba- y su aceptación o rechazo de dicha hipótesis.

Para la dinámica de la cuarta obra plástica, se les proporcionaron diversos tomos de una enciclopedia de arte (18 libros), papel fabriano⁶², papel de acuarela, lápices de grafito y de color, plumones, acuarelas y gises pasteles de varios colores, agua, y carboncillos. Se les pidió observaran las páginas de algún tomo de la enciclopedia (ordenados cronológicamente) hasta que una imagen conectara con su estado anímico actual. Después reproducirían según sus capacidades dicha imagen tomando conciencia de las reacciones de su cuerpo, sus sentimientos, y sus pensamientos o juicios de valor al darse cuenta de las características de su reproducción; también se les invitó a que prestaran atención a cualquier recuerdo, interpretación –si es que se daba- y su aceptación o rechazo de dicha suposición. Si se había presentado un proceso de “negociación interna” o de evolución de “disonancia cognoscitiva”, se pidió focalizaran su atención en el mismo paralelamente a su toma de conciencia corporal, anímica y cerebral.

⁵⁹ El frottage (del francés froter, 'frotar') es una técnica artística que consiste en frotar un lápiz sobre una hoja colocada sobre un objeto, consiguiendo una impresión de la forma y textura de ese objeto.

⁶⁰ Grattage ("raspado" en lengua francesa) es una técnica de la pintura surrealista en la que la pintura se desprende de la tela mediante desgarrones (por lo general una vez seca), creando una textura especial con efecto de relieve o tercera dimensión.

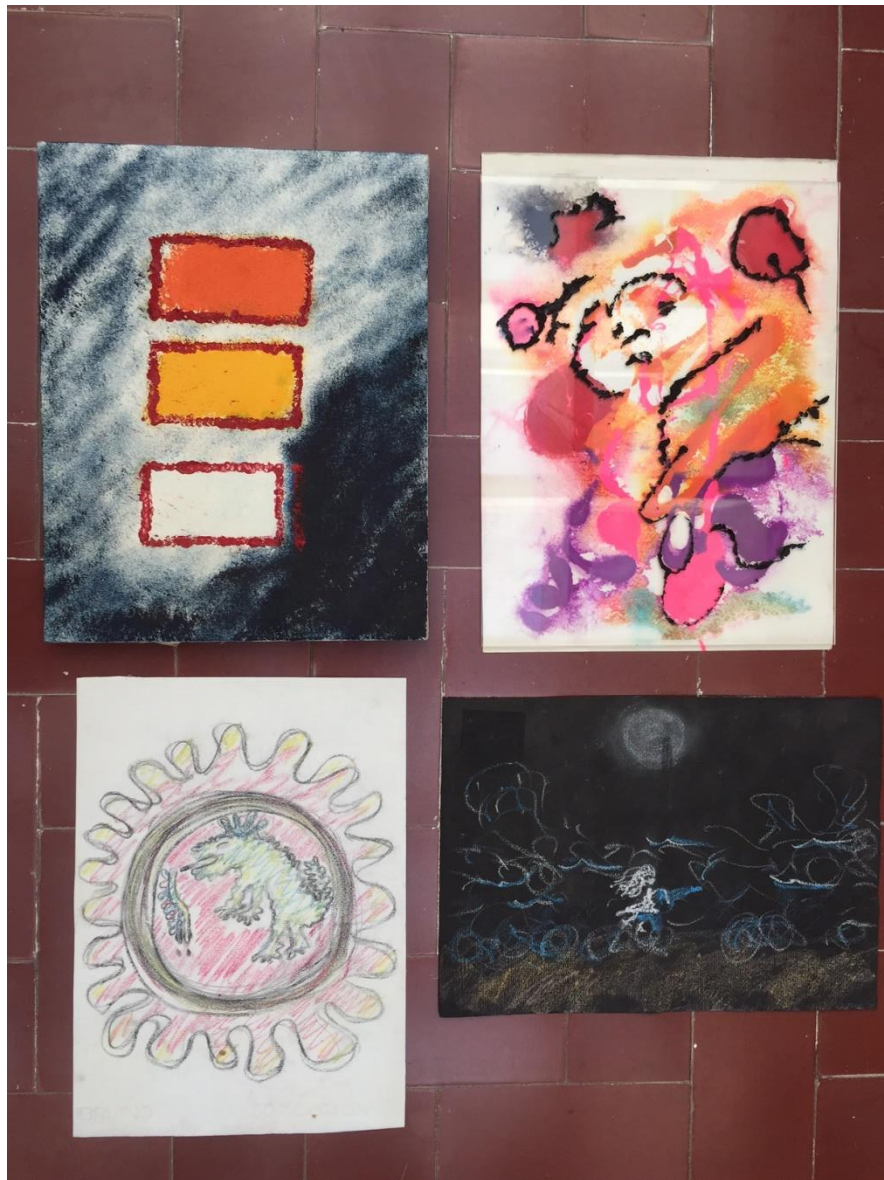
⁶¹ La decalcomanía es una técnica pictórica que consiste en aplicar imágenes, por ejemplo de gouache negro, sobre un papel, el cual se coloca encima de otra hoja sobre la que se ejerce una ligera presión, luego se despegan antes de que se sequen.

⁶² El papel de dibujo fabriano está producido con celulosa 100 % sin lignina y está exento de ácidos como garantía de una larga conservación en el tiempo.

Para la actividad de la quinta –y última- obra plástica se les proporcionó una libreta, lápices de grafito y de color, papel fabriano, papel de acuarela, plumones, acuarelas y gises pasteles de varios colores, agua, y carboncillos. Se les pidió crear una poesía, fábula, historia o cuento corto –sin poner demasiado cuidado en el estilo, redacción o métrica que conectara con las experiencias en el curso, los recuerdos acontecidos o compartidos en el grupo de encuentro durante el mismo, su estado anímico actual y/o sus esperanzas o expectativas hacia futuro. Después reproducirían según sus capacidades dicha creación literaria mediante símbolos gráficos tomando conciencia de las reacciones de su cuerpo, sus sentimientos, y sus pensamientos o juicios de valor al darse cuenta de lo que representaban plásticamente.

A continuación, se presentan las obras plásticas elaboradas por cada una de las participantes desde la segunda sesión hasta la quinta sesión. En el extremo superior izquierdo de cada fotografía se encontrará la obra realizada para la segunda sesión (expresionismo abstracto) por la participante a la que se refiere el título de la misma; en el extremo superior derecho la obra realizada para la tercera sesión (surrealismo); en el extremo inferior izquierdo la obra realizada para la cuarta sesión (post-impresionismo); y por último en el extremo inferior derecho la obra realizada para la quinta sesión (nueva objetividad). En caso de que alguna participante se haya encontrado ausente en una sesión específica, se deja vacío el espacio (en la fotografía) correspondiente a la obra realizada en la sesión a la que no asistió.

IMAGEN # 30. "PINTURA DE EXPRESIONISMO ABSTRACTO, SURREALISMO, POST-IMPRESIONISMO Y NUEVA OBJETIVIDAD DE "CAMALEÓN"



Autor: "Camaleón"

IMAGEN # 31. "PINTURA DE EXPRESIONISMO ABSTRACTO, SURREALISMO, POST-IMPRESIONISMO Y NUEVA OBJETIVIDAD DE "LEÓN"



Autor: "León"

IMAGEN # 32. "PINTURA DE EXPRESIONISMO ABSTRACTO, POST-IMPRESIONISMO Y NUEVA OBJETIVIDAD DE "MARIPOSA"



Autor: "Mariposa"

IMAGEN # 33. "PINTURA DE EXPRESIONISMO ABSTRACTO, SURREALISMO, POST-IMPRESIONISMO Y NUEVA OBJETIVIDAD DE "VENADO"



Autor: "Venado"

**IMAGEN # 34. "PINTURA DE EXPRESIONISMO ABSTRACTO, SURREALISMO Y
NUEVA OBJETIVIDAD DE "MONO"**



Autor: "MONO"

IMAGEN # 35. "PINTURA DE EXPRESIONISMO ABSTRACTO, SURREALISMO, POST-IMPRESIONISMO Y NUEVA OBJETIVIDAD DE "QUETZAL"



Autor: "Quetzal"

**IMAGEN # 36. "PINTURA DE SURREALISMO, POST-IMPRESIONISMO Y NUEVA
OBJETIVIDAD DE "GECKO"**



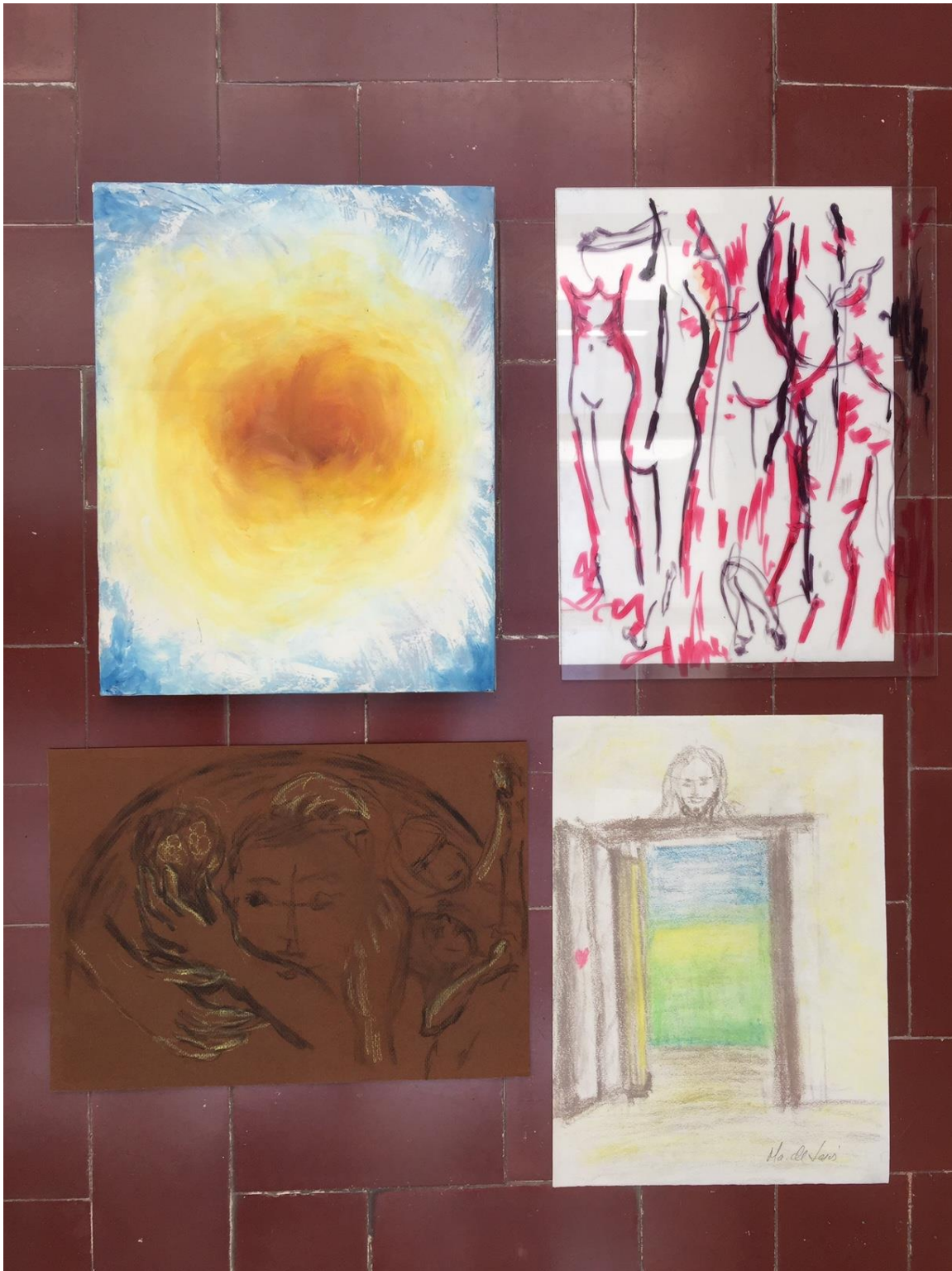
Autor: "Gecko"

IMAGEN # 37. "PINTURA DE EXPRESIONISMO ABSTRACTO, SURREALISMO Y POST-IMPRESIONISMO DE "CANGURO"



Autor: "Canguro"

IMAGEN # 38. "PINTURA DE EXPRESIONISMO ABSTRACTO, SURREALISMO, POST-IMPRESIONISMO Y NUEVA OBJETIVIDAD DE "PELÍCANO"



Autor: "Pelícano"

IMAGEN # 39. "PINTURA DE EXPRESIONISMO ABSTRACTO, POST-IMPRESIONISMO Y NUEVA OBJETIVIDAD DE "CONEJO"



Autor: "Conejo"

IMAGEN # 40. “PINTURA DE EXPRESIONISMO ABSTRACTO, SURREALISMO Y NUEVA OBJETIVIDAD DE “OSO”



Autor: “Oso”

La escritura creativa individuada (5ª sesión del taller)

En este apartado se transcriben las poesías, fábulas, historias o cuentos cortos realizados durante la 5ª sesión, antes de plasmarlos simbólicamente en dibujo. Cabe destacar que una participante (“Canguro”) no asistió a la sesión, y otras dos participantes (“Conejo” y “Oso”) decidieron llevarse su escrito por no haberlo terminado de escribir y/o por considerarlo privado. Cabe mencionar que se mantuvieron los errores en sintaxis y en lógica narrativa de las participantes de este ejercicio, de manera que el lector pueda apreciar no sólo la espontaneidad del mismo sino también cambios (conscientes o inconscientes) realizados en su concepción.

“Camaleón”:

“SUCEDIÓ EN UNA ISLA

Un delfín se enamoró de una mujer que todos los días estaba en la playa, mirando el mar, por lo que nadaba siempre cerca de la orilla para verla pasear por la arena. La mujer parecía triste y nostálgica, por lo que el delfín saltaba y bailaba para animarla, parecía invitarla a entrar al mar, pero la mujer sólo notaba sus pies, porque irónicamente no sabía nadar. Nadie conocía la tristeza de esa mujer que siempre miraba al océano y solo aparencia su fiel delfín, una noche oscura la mujer envuelta en un vestido blanco entro al mar, sin titubear, sin mirar atrás y en el momento que sus pies se separaron de la arena, sintió como el mar la arrastraba y la hundía. Ella no luchaba, no parecía haber esperanza, trató de ver la oscuridad y ahí él, en el silencio del fondo del mar, estaba el delfín, su delfín. Pasó su cuerpo por debajo de su brazo, ella sonrió. La silueta de ambos se perdió en la oscuridad. En la isla nunca más volvieron a ver a la mujer, ni al delfín.”

“León”:

“Eran 2 payasitas, que vivían en el mismo nido, pero con realidades muy diferentes. Uno de los payasitos era mayor que el otro, ese payasito cuidaba al payasito menor. El payasito menor era un payasito muy dulce y tierno a quien le gustaba hacer lo que le decían que no hiciera. Un día el payasito más pequeño estaba jugando cerca de donde había una moto. La moto era del papá de los payasitos, quien pasaba por ahí y le decía al payasito menor que no jugara en la moto, cosa que no hizo caso, jugó con la moto y se le cayó la moto encima. El payasito lloró y lloró, hasta que se le cayó el maquillaje de tanto llorar.

Lloró por el dolor de tener la moto encima y la impotencia de no poder quitársela. Se trataba de mover y más se lastimaba porque eres muy pequeña, por supuesto luego llegó el papá de la payasita y su hermana payasita y le ayudaron a quitarse la moto de encima. Por supuesto, la payasita aprendió algo de aquí y lo más importante fue que no la regañaron. Jajajajaja.”

“Mariposa”:

“UN ANGEL VA A LA TIERRA

En el cielo todos los angelitos bailan y cantan y juegan y son felices y llenos de AMOR. Cuando estaban así de felices se acercó Dios a ellos y les dijo: Les tengo un juego nuevo; es un juego muy divertido y sobre todo crearás un gran cambio en la tierra. Todos los Angelitos se miraban unos a otros con cara de interrogación: ¿pues qué será? Y Dios con cara de diversión, y al mismo tiempo de alegría y pícaro le dijo a los Ángeles: ¡Miren hacia abajo! ¿Y qué es lo que ven? Angelitos: la tierra llena de personas.

Bueno, pues ahora a lo que vamos a jugar es que ustedes van a estar viendo hacia abajo, donde quieran, pero va a ver un lugar donde te llame la atención de una forma sorprendente y no puedes dejar de ver. Ahí, entonces te darás cuenta de que es algo que falta por esos lugares, una virtud que tú tienes y que te gustaría que ellos la tuviesen; y así todos los angelitos asomados sobre las nubes vean hacia abajo llenos de emoción hasta que poco a poco cada uno fue viendo su lugar y eligieron una virtud como AMOR, PASIENCIA, TERNURA, ALEGRIA, VIDA, FORTALEZA, FUERZA, COMPROMISO, ETC. ETC.

Fueron con DIOS Y él les dijo: ¡Ok, ahora que sabes lo que les hace falta a esos humanos irás tu a la tierra y se los enseñarás! Los Angelitos empezaron a asustarse y al mismo tiempo estaban desconcertados y preguntaban:

Pero allá abajo ¿no te podré ver?

Tú tendrás un ángel que te enseñará a mirar al cielo y verme.

Pero ¿ya no podré cantar?

¡Tu ángel te enseñará mil canciones!

Y ¿si quiero platicar contigo?

¡Tu ángel te enseñará a rezar y a comunicarte conmigo!

Ok. Ya estoy más tranquilo y emocionado por ir, pero por favor solo dime ¿cómo reconocer ese ángel?

Su nombre es MAMÁ.”

“Venado”:

“TRES JOVENES

Tres jóvenes por primera vez salían de sus casas para vivir solas. Se enfrentan con la ilusión y con el temor de ir a lo desconocido, el primer contacto con este nuevo país fue como una visión ajena, como si vieran una película y fueran espectadoras nada más. Había un líder que guiaba a las tres y las otras dos se dejaban llevar. Eran formas distintas de enfrentar el reto. Fueron integrándose a la cotidianidad de su nueva vida, ya sea personas que aportaban más y más a este ambiente que a veces era surrealista para ellas. Aunque de carácter distinto, las unía la sinceridad. Doña Julia las alojaba y les daba ese calor que hacía falta de casa y había quien directamente hizo por romper ese cascarón en el que se refugiaban. Kristoff con sus dibujos se hizo presente en cada rincón del departamento. Él pasa, un aire permea las ambiciones de cada una, se relacionaba de una manera distinta, para “V” era un mundo paralelo, algo secreto, para “P” era un sentido de humor maravilloso; y para “H” era el amor. Conforme pasaba el tiempo, él se integraba a sus vidas y representaba el anhelo de cada una. Su presencia siempre fue compañía y dio sentido a la soledad de cada una. Kristoff se convirtió en un amigo, maestro. Era un sueño y al término de la experiencia, él se quedó dentro, con el espacio que lo traía la vida de cada una.”

“Mono”:

“ABRE LOS OJOS

Suena el despertador, el día comienza, sólo que hay algunas cosas que no encajan en el lugar. Habitualmente para subir a la habitación, hay que bajar unas escaleras, se ven un poco difusas, quizá porque aún está medio dormido. No se ve el último escalón. Sólo se observa que cada escalón es diferente, uno más alto que el otro. Construidos en piedra, en cada peldaño.

El primer peldaño es difícil pues el siguiente escalón está muy abajo, pero siempre hay plantas y un pasa manos, que aunque roto, ayuda a bajar. Una mujer aparece subiendo con facilidad y se cruza con ella en el tercer escalón. Su mirada es tranquila y ella

llegará al final. Vuelve la vista a la escalera, no es fácil bajar los escalones, al principio es difícil, aun no se ve el final. ¿Cuándo será el último escalón y a dónde llegará?

Abre los ojos.”

“Quetzal”:

“Sentado en un sillón de pies ancho y alto se encuentra Vitolín Corleone, el gran capo de mafia de Tonalá que traficaba diversos artículos prohibidos, y así fue haciendo su fortuna y gracias, también a sus buenas relaciones con la policía y los funcionarios políticos. Mucha gente lo visitaba para pedirle favores, como cobrar venganza de alguien, ya que tenía matones, y todos se referían a él como el PADRINO. Conforme crecieron sus hijos: Rupert y Micaela, fueron integrándose al negocio; pero Rupert, por el día era un capo de bajo pelo, muy zacatón y collón, pero siempre a la moda, casualmente nunca estaba cuando se le necesitaba o había acción (Balazos) y por la noche era Rubí – Rosa, la reina del barrio, sí, era puto y bien puto. En cambio, Micaela era una potranca bien dada pero bien... Sí, eso, de cascos ligeros, pero eso sí, empezaba a manejar muy buen negocio gracias a sus encantos y favores por lo que los demás capos la amaban y deseaban. Su padre cuando se enteró se murió de un infarto y ella se convierte en la MADROTA, adorada y deseada por todos, haciendo excelentes negocios sin violencia de por medio, y su hermano se fue a Brasil con Joao su pareja.”

“Gecko”:

“Y LAS PALABRAS SE VIENEN A MI MENTE UNA Y OTRA VEZ

Vamos a tener un hijo.

Extrañada te miré, dentro de mí había una mezcla de sentimientos predominaba el miedo y a pesar de todo dije bueno. Siguió días y noches, planeando, soñando, jugando con el futuro, con el nuestro, con el suyo. Ni siquiera era y ya teníamos resuelta su vida, y la del país. Al fin la biología actuó, fui la más feliz y la película no cambió, juntas de la mano recorrimos lo mejor.

Tu mirar al darme la vuelta, atenta, profunda, compartiendo mis cambios, mi voz encontraba un eco en tu voz y mi miedo iba desapareciendo en las mañanas, regresaba al anochecer, pero ahí estabas tú mirándome, desolando mi miedo en tus manos acariciantes, cuando el bebé llegó acunábamos sus sueños, en nuestra mutua comprensión. Parecía que el mundo giraba para nosotros tres.”

“Pelicano”:

“Esto es un sueño, una cita, un pensamiento, son “cosas” que ocupan diferente lugar en el espacio pero que a la vez se conjugan en uno solo que todos parten de un punto o hecho común o muy similar cuyo significado es el mismo y terminan también en una conclusión común.

Empezamos con el sueño, inicia con un cambio drástico no identificado hasta varios días después (la muerte) (mi muerte) que de momento no soy capaz de reconocer, aunque todos lo reconocen, pero yo no. Quiero verla, no me dejo llevar por lo que veo en ellos. Sigo creyendo verdadero mi sentimiento (vida) en una búsqueda, caminando trato de acercarme a ellos. Ellos no me ven, no me hablan, no me oyen. Eso a mí no me inmuta, yo sigo en mi búsqueda de ese lugar de mi recuerdo, hermoso lugar, maravilloso lugar, donde una vez estuvo y ansío mi regreso. Camino entre la gente allí, no lo encuentro. Busco en lugares, tampoco sigo caminando, encuentro cosas que creí buscaba: tesoros; pero me doy cuenta que lo que busco es mucho más sencillo y hermoso, y rechazo riquezas y tesoros, y encuentro una puerta pequeña, humilde, sencilla, vieja. La abro y allí estaba Jesús y me dice: entra, te estábamos esperando. Y me doy cuenta que al pasar por él, llego al lugar buscado, ese lugar lleno de paz de luz, de azules, amarillos y verdes.

El hecho, el cambio drástico, perder mi negocio. De alguna manera hubo otra muerte, la de mis sueños, la de mis ilusiones, esfuerzos, trabajo, romper con mi familia política, el despojo, la traición. Es el desarrollo del drama, el no entender el porqué de situaciones injustas, el buscar recompensa a mis esfuerzos, que las cosas materiales no me llenen y entiendo que no es lo que busco. Y tampoco se me es dado y esta cita que dice: MI HERENCIA ES EL SEÑOR. Me dice que lo que lo que busco y tendré es mucho más grande y hermoso.”

El aprendizaje significativo (6ª –última- sesión del taller)

En la última sesión se pidió a las participantes pensar en una frase que simbolizara lo que se llevaban de la experiencia en el taller a modo de conclusión. Dicha frase podría ser plasmada en alguna obra (nueva o anteriormente realizada; propia o de algún otro participante –con su previa autorización-) y utilizando cualquier material disponible (hilo, silicón, óleo, bolígrafo, plumón, etc.). Las frases elegidas por cada una fueron:

TABLA 7.- FRASES QUE SIMBOLIZAN LO QUE LAS PARTICIPANTES SE LLEVARON DEL TALLER

Nombre (seudónimo)	¿Utilizó obras de otros?	¿Cuál obra Intervino?	Frase elegida
“Camaleón”	No	Obra 5a sesión	“Yo soy Soy yo? Soy yo? Soy yo?”
“León”	No	(No aplica)	(No asistió)
“Mariposa”	No	Obra 2a sesión	“Auténtica Lo que hagas hazlo con AMOR Libre Honesta” (Pintó una mariposa)
“Venado”	No	(No aplica)	(No asistió)
“Mono”	No	Obra 2a sesión	“sojo sol erbA” (Abre los ojos en escritura “espejo”)
“Quetzal”	No	Obra 3a sesión	“Me auto conozco y me libero”
“Gecko”	No	Obra 1a sesión	“Palabras gotas Alma océano Llanto reflejo de aquel otro Alegrías, más cascadas”

			Olas, antiguo espíritu Esperando un nuevo día
“Canguro”	No	Obra 3a sesión	“La felicidad en azul”
“Pelícano”	Sí (En la 2ª sesión)	(No aplica)	(No asistió).
“Conejo”	No	Obra 2a sesión	“ <i>Vermelho</i> (Rojo) <i>Vermelho</i> (Rojo) <i>De cor é meu sentir nao</i> (De color, no es mi sentir) <i>É meu coracao solamente.</i> (Es mi corazón, solamente)”
“Oso”	No	(No aplica)	(No aplica)

Autoría: Propia.

2.4.2 Evidencias provenientes de las transcripciones relacionadas con el auto-conocimiento

En la penúltima sesión una participante compartió en el grupo de encuentro la experiencia de la primera visita a su primera nieta, relatando una diferencia en la escala de valores con su nuera (quién daba más valor a la comodidad de alimentar con biberón a su hija por encima del amamantar). Identificando lo significativo de la situación (el amamantar) para la participante, yo reflejé lo que estaba escuchando, y la transcripción se presenta a continuación:

- Ese aprecio.
- **Ándale ese afecto, ese vínculo esa ¿sí?, se lo vas a negar pues y me, me ahhaaahhh me revuelve por dentro. Me , me, hay no se ni como decirlo, mira ahorita lo toco y siento que el cuerpo me tiembla porque, para mi si es muy**

importante eso, lo que recibe el bebé cuando nace, desde que es concebido y los primeros años para mí son bien importantes, porque ahí es donde se va formando pues, en todos sentidos. Y este. y la frustración, y la tristeza; primero fue el enojo y luego como no lo puede expresar se me hizo como tristeza, pero finalmente no puedo hacer nada pues, no puedo hacer nada y como voy a juntar mi tristeza con la.... Con mis ganas de poner algo, pues más me enredada, entonces pues lo solté, lo solté, viviendo ese dolor y ese enojo y (...) y está (la nuera) me sale ¡Ay, no, ¿cómo voy a andar chorreando de leche?! Ahhaaah y yo, porque chorreando. Si es que cuando uno les da pecho, así está todo empapado y le digo ¿Eso es incómodo para ti?, ¡Ay señora como ¿no? imagínese ahí toda pegostiosa toda!... Ahhaaah y le digo y la bebe ahhh tan fácil que es arreglarle todos los biberones y dije arreglarle todos los biberones y mételos a la pañalera y cuando los desocupes no más fíjate

- Como que si esta, esta experiencia de, de no poder tener pues una responsabilidad o una acción concreta.

- Ándale, ándale.

- Con tu nieta, que opacara todo lo
- Y fíjate en ningún aspecto me meto, no dm gusta ser metiche, pero cuando se trata de los nietos ahí, mira hasta pataleo, hasta pataleo, porque no tienen la idea del impacto, el alcance que tiene esto. Para mi tiene mucha importancia, mucha, mucha y pues; y bueno, es para mí, esa es mi realidad,

la realidad de ella es otra diferente y eso es lo que me cuesta respetar, esta diferencia y este choque pues, si de mi manera de pensar con la manera de pensar de ella.

Una vez que empatizando y apreciando incondicionalmente el sentimiento, logré focalizar la motivación se la compartí para explorar hacia dónde la guiaba.

- Ahorita que mencionas sobre tu realidad y la realidad de tu nuera ¿Has identificado algo de esta realidad tan representativa, este hecho de, de, pues, de querer cuidar, de querer evitar el sufrimiento?

- Es que yo con mis hijos fui muy cuidadosa ¿sí?, fui muy, muy responsable, creo que de más. Muy, muy, pues mis tesoros pues, si mis hijos tienen una importancia y un lugar, ¡y sobre todo! y era más cuando eran chiquitos, pues porque nacieron de mí y en el momento que nacen de mí, son otras personas, pues, ¿sí? ya es diferente a mí, pero en ese momento depende de mí ¿sí?, depende de mí, el bebé y le tengo que responder. Y entonces pues esa parte yo así la veo, y no puedo entender cómo lo ve la otra pues, ¿sí?, no la puedo entender, o sea, en mi estructura, no la puedo entender. Y sí, pues, sí; es mi historia, pues, también. Y también yo en mi infancia, yo recuerdo tuve muchísimas carencias, muchísimas carencias, y viví en un ambiente sumamente agresivo y violento ¿Sí?, y eso y eso de alguna manera me predispone pues. Ahhaaah, ¿cómo te diré?

- ¿Cómo te estas sintiendo ahorita?

- Me puede provocar, como entendiéndome. Sí, como entendiéndome.
- Yo, yo, y esta es mi percepción, no sé, yo te noto como conteniendo, como un... como si hubiera..., como que bajas la voz, como que la haces más pausada. Como conteniendo algo.
 - Bueno si, si ahorita que te dije mi historia, bueno Ahhaaah.
 - Esa parte de tristeza dentro de ti.
- (Nombre)⁶³, ¿qué ha hecho (Nombre) para pelear con estas tristezas, para sobre llevar esta tristeza?
 - Me la agunto, pues, a veces, a veces.
 - También ¿cómo que le luchas, no?
 - Sí. Contra esas tristezas, un poco. Y a veces no sé, como.....
- Yo quiero compartir algo mío, ahorita que dices como que el hecho de ver a tu nieta, esa alegría de recibirla, luego de ver el hecho de ese enojo porque no le vayan hacer daño a tu nieta, o que no vaya a sufrir tu nieta, y el hecho de ver esa tristeza de (Nombre), a mí se me figura como que en cierta manera, como...

¿Qué te está pasando?, te tocas mientras, Rodrigo te habla de esto. Escucha.

⁶³ En este espacio se mencionó el nombre de la participante que por razones de privacidad no se transcribe; esto también es prueba de la personalización que el emisor hizo en el comentario.

- Es que eso, que dices, no le vayan hacer daño.

- ¿Te duele?

- Mucho, ajá

- El hecho de pensar que le pueden hacer daño

- Si, yaaa!, yaaa!, yaaa!

Como se puede observar la focalización la llevó a su historia personal pasada, contactando no sólo el sentimiento sino la sensación sentida en el continuum pasado-presente de la relación yo/tu (es decir, su nieta). La intervención de la co-facilitadora, más orientada a la psicoterapia trató de ahondar, más la participante se negó. Reconociendo la situación, trate de relacionarme como ser humano y cerrar el tema.

- Yo te quiero compartir algo y respetando tu límite de que ya no quieres hablar.

- Sí.

- Pero yo te quiero ver como yo veo a (Nombre), yo veo a (Nombre) como una mujer con una gran sensibilidad y también como una mujer con una gran fuerza. Y si se me hace que todo esto para mí, para mí, se me hace parte de tu historia. A mí me gustaría compartas la idea (es decir, yo expresarte y que hagas tuya mi idea), que me pasó como que también a mí, se me hace que todos los seres humanos tenemos la capacidad de ser dañados en un

porcentaje o en otro, en una manera o en otra y también todos los seres humanos a mí punto de vista tenemos la capacidad pues de recomponernos, de sacar fuerzas donde no hay fuerzas y sacar... de aprender cosas nuevas, donde no había nada y a mí se me hace que en tu experiencia, no sé, lo poco que te conozco, como que me da la impresión como que tú lo has hecho y me gustaría compartirte, y esto es mi deseo simplemente, como que cualquier cosa que puedas hacer, algo, cualquier cosa le puedan hacer a tu nieta, va a tener la capacidad, tal vez no, de no sufrir; pero si de aprender, y de salir adelante. Era mi deseo que te llegara, no sé cómo, te caiga esto, era mi deseo de compartirte este pensamiento.

- Fíjate como (pausa) te escucho y es como si le pusieras palabras al momento en que yo solté pues, cuando te menciono, cuando les comparto esto de, de que sufrí la... el dolor y la frustración y demás que solté pues y ahorita que te escucho le estas poniendo palabras a esa (pausa con leguaje no verbal) Como a ese procesito de haberlo soltado ¿sí? y ella va a salir adelante, como yo salí adelante ¿sí?, y no dejo de sentir tristeza, pues, cuando toco esto es como (pausa con leguaje no verbal) lo suelto y también me tengo que (pausa con leguaje no verbal) Ándale lo suelto y también me gustaría que para que (pausa con leguaje no verbal)

- Y ¿cómo te sientes con esto que Rodrigo te dice?

- Bien, entendiendo, entendiéndome y me siento pues cobijada (pausa)

Gracias.

En vez de que la experiencia se transformara en una terapia no solicitada y posiblemente ineficaz por la circunstancia en la que se presentó la situación, creo que nos conectamos a un nivel existencial, reconociendo no sólo las situaciones y sentimientos sino también los aprendizajes y oportunidades. Hábilmente mi co-facilitadora reconoció el cierre de la persona que hablaba y sondeó si algún otro miembro del grupo necesitaba cerrar algún proceso que se hubiera abierto mediante la dinámica, acción que sucedió.

- ¿Alguien más quiere compartir, le quiere decirle algo a (Nombre) de lo que les pasa, cuando la escuchan?

- Fíjate, a mí, (Nombre), cuando te escucho, a mí, mi reacción es como me pone tenso, me pone tenso el ver una persona triste, el ver una persona sufriendo, igual y porque yo creo que igual que a todos, tenemos cosas que nos hacen sufrir y que nos duele ¿no?, y como es como meterte, como pegarme en eso, y también, como que me da paz, como que pensar en eso ¿no?, compartirte y realmente querer que tu estés bien, que tenemos experiencias, que tenemos esa capacidad pues de dar, yo me siento así; pero si el hecho de verte a ti sufrir, o de ver otras personas sufrir, si me genera tensión, a mí en lo personal, sé que tengo que trabajar y que igual es como, como una idea guajira que tengo, como así, de no sentir nada y estar muy “cool” (sin problema), así con la otra persona, pero si me noto tenso, y también me noto en paz y también me noto como confiado en que, aunque duela siempre las cosas pasan y...ósea la mayoría de las veces me ayuda más a mí, entonces como que me reconforta eso de pues de reconocer esa parte del todo, esa parte del dolor, esa parte del sufrimiento, esa parte de si puedo, o sea, es parte de lo mismo pero si me deja triste pensativo y tenso.

- Ahorita que te escucho, y me siento acompañada, y eso es muy.... Es que a veces no encuentro palabras pues

- Pues pueden tomarlo así, esa sensación de abrazarla y acompañarla.

- Sí.

- Quiero opinar que, bueno a veces las dificultades nos hacen sentir cansados, a veces no son tan malas pues, porque siempre hay algo, que el resultado es positivo, como ser la persona quien eres, me imagino que no te arrepientes de ser quién eres, y la fuerza que tienes, y todo eso, entonces pues, no garantiza el que lo traigas del nacimiento y que va hacer una buena persona, los cariños excesivos o no sé, inclusive igual pueden desorientarlo, entonces a veces el sufrir un poco cuando uno está más chico, pasando dificultades, pues a veces, a veces sirven pues, y en vez de, bueno, así yo trato de ver las cosas, y en vez de tomarlo así como algo triste pues tomarlo como que, pues, como que es una consecuencia, un contexto que te hizo ser la persona que tú eres.

Nota: Con el objetivo de evitar que se relacione a la participante con su seudónimo o cualquier injerencia de personas cercanas o relacionadas a ella, se asigna a la emisora de las palabras en cuestión un sombreado en un solo color (amarillo, beige, naranja, etc.) –exclusivo a lo largo de todo el documento que permanece sin relacionarse a su pseudónimo-, la co-facilitadora (“Oso”) se identifica en sombreado gris y mis comentarios permanecen sin sombra.

Creo que todas las participantes de esta experiencia y no solo la persona que relató su anécdota aprendieron y pudieron reflexionar sobre situaciones, interpretaciones, motivaciones e incluso paradojas existenciales (ej. Situaciones: la diferencia de

opiniones entre personas cercanas, interpretaciones: la relación contacto/aprecio, motivaciones: cuidar y/o evitar el sufrimiento, y paradojas: como el sufrimiento puede generar beneficios.

2.4.3 Evidencias provenientes de las transcripciones relacionadas con mi desarrollo personal

En este inciso -ayudado de transcripciones de fragmentos del “diario de campo⁶⁴” (que se audio grabó con la co-facilitadora al finalizar cada una de las sesiones del taller)- relataré brevemente un ejemplo focalizado de mi proceso de desarrollo personal relacionado con la intervención objeto del presente TOG.

Según Rogers (Para todos los pasos, ver inciso 2.1.4 Tabla 3), el primer paso del proceso es comprender como la persona se siente, aceptarla y crear una atmosfera de libertad que le permita expresarse sin trabas. A diferencia de algunos profesionales de la salud (de orientación humanista o psicoanalítica), este clima ya existía al inicio de este “diario de campo” (se había iniciado entre mi co-facilitadora y yo durante la MDH, donde compartimos sesiones de “grupo de encuentro”, durante fines de semana en Jocotepec⁶⁵ y se incrementó con nuestra amistad, misma que fue haciéndose más sólida y profunda con el paso del tiempo sin llegar a ser una terapia). El foco de mi proceso de crecimiento durante el taller fue mi inseguridad como facilitador capacitado y responsable del grupo, y se ejemplifica en la transcripción a continuación (que sucedió después de la primera sesión del taller):

- (...) Y yo sé que yo mismo lo hago como que yo te volteo a ver muchas veces como que ¿voy bien?, ¿voy bien?, ¿voy bien?, ¿no sé si lo has notado?

⁶⁴ Un diario de campo es la grabación de la recuperación de la experiencia del facilitador y la co-facilitadora en una sesión del taller (incluyendo sus actividades de grupo de encuentro) y su retroalimentación mutua. Se realiza inmediatamente después de concluida la sesión y se utiliza para compartir emociones y sentimientos, reflexionar y apreciar más completamente las experiencias para mejorar el desempeño propio y de la relación de equipo.

⁶⁵ Durante estos fines de semana se realizaban experiencias intensivas de grupo de encuentro de la MDH, obligatorios para aprobar cada asignatura semestral de “grupo de crecimiento”.

- No, yo creo que me volteas a ver cuando estás dando una explicación, así como viendo ¿cómo vamos? , como monitoreando al grupo; pero no.
- Yo me siento como de repente (expresión de confusión) y como que de repente (expresión de pregunta) o sea muchas... cuando hablan como que te voltean a ver mucho a ti, Y eso también me preocupa, como que digo: ¡chin, como que...!, o sea, tal vez, o sea tal vez como grupo presientan que yo no estoy tan preparado, lo cual acepto y no me..., o sea lo acepto y no me, no me genera molestia, pero si como tenemos, de que luego, no me vayan a clavar (...).

El segundo paso, -descubrir los elementos desconocidos del sí mismo- y el tercer paso, -advertir con mayor facilidad las realidades externas, en lugar de percibirlas según categorías preconcebidas-, se empieza a vislumbrar en la transcripción a continuación (también durante la primera sesión):

- Con “Mariposa”, con “Mariposa” me preocupé, me preocupé. No sé si se notó.
- Digo, yo te vi muy atento a ella, no exactamente a que estuvieras preocupado, sin embargo te vi muy atento, muy dedicado a escucharla, pues.
- Si, con “Mariposa” ¡no sé!, como que desde que la invité, así como que se me vino la idea de ¡chin!, o sea de cómo que traigo un miedo ahí ¿y si la riego? O sea, que es una persona sensible, digo y si esa sensibilidad ..., o sea como que sé que es muy poco probable que pase, pero digo: ¿si esa sensibilidad le causa algún tipo de malestar al bebé, o a su embarazo?, o sea ¿Si le hace mal? Como que me da mucho miedo sentirme culpable yo, y como la otra

vez que estaba tan contenta y para afuera y como ¡ahh, que chido! y esta vez como que esas fantasías, como que volvieron a mi cabeza (...)

- ¿Si te da cuenta de que es una fantasía?

- Si, si, es que como no conozco mucho de esas cosas; pero si es una fantasía. O sea, es una fantasía en el punto en el que no tengo dato médico, ninguna cosa, pero ¿si es?, ¿si, no?, (se quiso expresar duda intelectual) sé que es más miedo, es como paranoia, es como decir ¡no metas la pata! Porque, si es como ¡no metas la pata! porque en esta situación, o sea ¡no metas la pata, puede ser muy, grave! como que es muy, muy importante, para mí, como el hecho de ser madre ... y una mujer ¿no? entonces como como que el hecho de tener, aunque sea el .005% de cualquier problema, dentro de un embarazo, me da mucho miedo. ¡Imagínate, si se queda más atorada! sí, ¡no!, yo reconozco que también me da miedo de mí, es del bebe, no tanto “Mariposa”, o sea como que yo digo: “Mariposa” por más que quiera, igual y si llora ... pero como que el hecho de tener una posibilidad de dañar al bebe ¡no!

-¡Lo que estoy tratando de que veas es que es tu fantasía, pues!

- Si, si; y eso si lo veo, pues!, pero el miedo lo sigo sintiendo

El cuarto paso -sobre la base de las consideraciones sobre su experiencia, se es capaz de descubrir la elección que más se aproxima a la satisfacción de todas sus necesidades-. A continuación, se transcriben las consideraciones de la experiencia (durante la segunda sesión):

-Yo quiero decir, primero, yo te escucho, porque algo que me llama la atención mucho: es que te sientes responsable de cómo lo están pasando, como si tú lo estuvieras provocando, por un lado, escucho esta parte de: ¡Híjole!, es que capaz que estoy haciendo algo que las personas no quieren oír, capaz que con lo que estoy haciendo se mueven cosas que luego te provocan pues alguna enfermedad, un aborto, algo ¿no? Te escucho a ti como si te imaginaras, te oyeras, estuvieras convencido de que lo que tú estás haciendo algo que puede causar algún mal.

- Si

-Y con respecto a eso lo que yo te quiero decir, que cada uno de las personas que están aquí, tienen la capacidad de cuidarse, tienen la capacidad de decir que no. Creo que eso hay y es gracias a tí! junto con la recomendación que me diste la vez pasada:, respetando hasta donde quieren llegar ¡creo más tu que yo!, porque yo he tratado un poquito más el tema, es mi tendencia ¿no? sin embargo con la recomendación que me diste la vez pasada, de la primera película que vamos encontrar, donde dice que no quiero, te escucho muy respetuoso con cada una de las participantes, así que en ningún momento veo que te estés pasando algo más allá de lo que quieren. Por más que intentes, si ellas no quieren entrar, no le van a entrar tienen la garantía completa si, de que si alguien no está lista para abrirse, la persona ni si quiera se va abrir, llega a pasar rabia o le va hacer como a “Mono” o como “Camaleón”, que se confunde y ahí se quiere quedar, es su manera de protegerse. Y en esa parte yo te he visto

muy respetuoso, entonces lo que digo es que puedes confiar en que en la vida, si hay información que ni siquiera te esperas, y que sucede, y que te llega cuando estás estresado. No te asustes de que tú lo estás provocando, tu estas abriendo un espacio para que te explores, pero no lo estas abriendo con un cuchillo

- ¿Sabes, sabes cuál es mi miedo? mi miedo es que estén tipo globo, bien inflado y que llegue con un alfiler ¡ese es mi miedo!

-Claro y yo te puedo garantizar que es no está pasando, porque llegar y picarles como un alfiler sería llegar y decirles: ¡Mira! ¡ándale! ¡brinca! ¡sácalo! eso sí sería, como llegar y ... sería algo agresivo, que no tomamos en cuenta. Pero precisamente, y lo que estás aquí haciendo y que tu organizaste, entonces el hecho de darle forma de cómo llegas y estas creando un ambiente para que cada quien explore y se vea a dónde quiere llegar, hasta donde pueda, Mi experiencia es de ¡al contrario! la tuya es de mucha tranquilidad, de muchísima confianza a tal grado de que las sabes llevar ¿sí, a tal grado de que se dan chance de enojarse, o sea, demostrarte, unas con más capacidad, otras con menos, que está bien ¿Sí?

Y también se empieza a vislumbrar la elección que satisface la necesidad tanto mía como del grupo: el utilizar el reflejo congruente de la experiencia con el facilitado (también durante la segunda sesión):

- Entonces igual, Rodrigo ¡confía en ti! al no tener que pensar: ¡es que si no le digo nada! y ¡es que tengo que ... ¡y es que tengo que ser facilitador! Sí, porque

lo que tú haces aquí, está el medio para expresarlo, pues le estas dando retroalimentación. Entonces eso si me gustaría invitarte a que no te enfoques a querer decir algo como: Yo estoy escuchando esto, yo estoy entendiendo este rollo; o sea hay algo muy importante, que es que devuelvas lo que has entendido.

-Perfecto

-¿Para qué?

- Para que lo sienta recibido.

El quinto paso -reconocer que en mí reside la facultad de elegir para que progresivamente se llegue a sentir que este foco de evaluación se encuentra en mí-evidencia del resultado de dicho reconocimiento queda implícitamente reconocido por la co-facilitadora en esta transcripción de la cuarta sesión:

- ¿Cómo te sentiste, "Oso"?

-Pues la verdad, primero que todo te quiero felicitar; porque de veras el día de hoy estuvo padrísima la sesión y por lo que por lo que te quiero felicitar es por tu congruencia, porque eso de llegar y abrir: ¡la vez pasada me sentí así, me sentí asado!, creo que dio pie para que se diera lo que hoy paso.

- Sí.

-Si, y me gustó mucho que te pudieran retroalimentar, estaba encantada de escuchar la retroalimentación de lo que ha sido y de cómo les ha servido, cuando tú dijiste no sé cómo se va acomodar, ves ¡que todas han encontrado algo! y que yo siento que una de las cosas que más he estado presente ha sido tu aceptación incondicional en todo momento, de tal manera que las expectativas digo tus propios exigencias han ido bajando.

Y evidencia del cambio del foco de evaluación mediante una mayor seguridad y una mayor responsabilidad se encuentra en este fragmento de la transcripción de la quinta sesión:

-(...) Mira, dos intervenciones se me hicieron, se me hicieron magistrales. O sea estuviste muy empático; pero dos dije: ¡Guau! una fue la de ahorita de “León”, la de que te regañas, que para todo el mundo fue súper claro y esclarecedor ¿te acuerdas?, y la otra fue donde a “Gecko” le dijiste es que son dos cosas, eso fue: una, separar la experiencia de la vivencia; y la experiencia de compartir, eso fue
Rodrigo padrísimo.

- Oye, también me gustó mucho, porque estaba medio confundido yo, porque empezaba, empezaba con una cosa y luego se iba a otra experiencia, y se iba a otra, y se iba a otra, y se iba a otra, como que se hacía bolas y como que en el momento en que vimos es que son dos experiencias diferentes, y no las quieras igual.

-Cuando tú la viste, porque yo no lo había visto, yo no había visto esa parte, igual ¡no!, a mí me ayudó muchísimo, es que a mí me paso lo mismo que a ti; y mientras tu hablabas, yo iba clarificando cosas, y eso fue padrísimo

- A mí también me ayudó muchísimo clarificar, cuando tu intervenías porque entonces ya estaba viendo como más claro, entonces yo no había visto eso de que ella estaba hablando de dos experiencias, cómo tú lo pusiste, o sea lo estaba viendo pero no era tan claro como cuando tú lo pusiste así con las manos separadas

-Maravilloso

Aproximándonos al último paso del proceso –donde en la libertad de la relación, la persona tiende a abandonar el objetivo de solucionar problemas y aceptar que es un proceso de transformación, se transcribe este fragmento del diario de la quinta sesión (en donde siguiendo mi foco de evaluación interno, actué en consecuencia durante el taller haciendo una expresión de mis inseguridades) reconociendo -tanto yo como la co-facilitadora- que somos un proceso:

-Lejos de que lo que yo pensaba era que me estabas, que las estabas como guiando hacia mí, así como: Ella es la chida. (El expresar tu inseguridad) ha sido tan congruente, que lo que has desarrollado me tiene contenta, al menos es mi percepción, porque todas ellas sabían que este es un proyecto para que tú lo estudies ¿no?, entonces cuando tú estás siendo congruente en el hecho de decir: A veces me siento inseguro, a veces me siento así. Está dando una dimensión que todavía no acomodo, pues, me encanta sentir, porque ahí en el

grupo se vive desde la congruencia, no sé cómo ponerlo y no sé si estoy siendo clara con lo que te estoy queriendo decir

- Como que algo es, como, como que el hecho de que haya congruencia y que haya esa... también expresión de la vulnerabilidad y de.... O sea ¿no? Fuera de, fuera de crear un efecto negativo, de desconfianza, tanto en mi como en el grupo, está creando de confianza.

-Exactamente.

- O sea que es un movimiento arriesgado, o sea, pero que tú crees que está funcionando.

-Más que crea, más bien, mi creencia era que eso NO funcionaba y lo que hoy aprendo es que, que está creando un clima de mucha confianza, (...)

Como decía Rogers (1992), el resultado del “proceso de convertirse en persona” es que el individuo se ve en acción pareciendo saber hacia dónde se dirige aunque no siempre sabe conscientemente cuál es su meta. A modo de conclusión presento esta última transcripción del diario de campo de la quinta sesión:

-Sí, muy contenta, me quedo muy satisfecha y comprobando una vez más que el desarrollo humano, en esta parte que no tiene que ver con la terapia, si no en lo terapéutico, el hecho del valor, de la clave de entender a la persona, de estar donde está.

- Esta padre ¿no?

-Sí.

- Como, que la parte de retomar eso es ...

-Muy valioso, muuuy valioso.

- Sí.

-Y también otra cosa que me gustó mucho de esto ha sido, de la dinámica es... Me encanta como, cuando estás hablando del artista, explicando eso, verte como lo disfrutas, como te apasiona y como lo tienes preparando de tal manera. Sí que es estás ahí, entero pues, explicando, queriendo compartirles lo que es, esta parte no, lo del arte; y como que si los "X", yo no recuerdo las palabras, pero que si el "Y" o "Z", o no sé cómo y luego lo repasas que entonces: ¿cuál vimos? y entonces que si va de uno al otro y esos rollos, te veo bien seguro, porque te veo muy bien preparado, muy preparado, con todo el material ya puesto, o sea, súper preparado.

- Me está gustando, me está gustando el taller.

-¡Qué bueno!, ¡qué bueno!, vale mucho.

2.4.4 Resultados expresados por las participantes en la encuesta "La voz de las participantes" (LVP)

En esta sección, se presentan manifestaciones nacidas de la población objetivo de estudio, las que fueron recogidas mediante el instrumento para recolección de información intitulado “Cuestionario: La voz de las participantes” (LVP) mediante el cual se pretende establecer ligaduras narrativas entre el objetivo de la intervención realizada, el objeto de estudio de este trabajo, y las voces de quienes brindaron su tiempo, su atención y experiencias para la realización de este trabajo. El cuestionario sólo se realizó a 8 participantes -las que se pudieron contactar- y a la co-facilitadora. Hay que tener en cuenta que los resultados aquí expresados, están matizados por el tiempo transcurrido desde la intervención, hasta el momento en que se aplicaron los cuestionarios “La voz de las participantes” (12 años) entre el término del taller y la aplicación del cuestionario LVP⁶⁶.

TABLA 8. RECUERDO GENERAL DE LA EXPERIENCIA

Nombre (seudónimo)	¿Cómo recuerda su participación en el taller?
“Camaleón”	“Activa, con confianza, ambiente agradable. Con dinámicas diferentes y originales para tocar temas profundos hasta donde te sintieras cómoda”
“León”	“Un taller muy divertido, donde cada quién hacía y se expresaba a su gusto sin que nadie dijera que estaba bien o estaba mal”
“Mariposa”	“Platicando mis sentimientos y mis puntos de vista. Pintando lo que sentía”
“Venado”	“Fue interesante, divertido, enriquecedor escuchar a los demás. Era motivador ir a las sesiones”
“Mono”	No se localizó a la participante.

⁶⁶ Sobre la manera de presentar la voz de las participantes, es oportuno mencionar que el cuestionario contiene preguntas abiertas (para ser analizadas desde lo cualitativo) y preguntas cerradas, formuladas en consonancia con la escala Likert (para ser analizadas desde lo cuantitativo), si bien estas últimas pueden expresarse en gráficas o resumirse con distintas técnicas estadísticas no se hace en este particular caso debido a la uniformidad en las respuestas y el pequeño universo a encuestar.

“Quetzal”	“Lo recuerdo con mucha alegría, era un momento de convivencia y una oportunidad de expresar mis sentimientos y emociones a través de la pintura y conocerme desde otro punto de vista”
“Gecko”	No se localizó a la participante.
“Canguro” ⁶⁷	“Inicialmente con curiosidad, la pintura me llama la atención por el arreglo de las formas y los colores y porque de alguna manera proyecta mi personalidad. En el transcurso del taller me deleité de y conmigo misma”
“Pelícano”	“Fue una experiencia muy buena. Combinar la pintura con la terapia ⁶⁸ de autoconocimiento fue realmente enriquecedor”
“Conejo”	“Me acuerdo que lo disfruté mucho porque siempre me ha gustado el arte y fue fácil dejarme llevar por el resto de las actividades sugeridas por los facilitadores”
“Oso”	“Como una experiencia profunda y divertida donde pude aprender como el arte habla de mi proceso personal”

Fuente: autoría propia.

En la tabla anterior (tabla 8), se presentan manifestaciones de las participantes, del tipo en las que se advierte que la atmosfera de trabajo construida por facilitadores y participantes era segura, muestra de ello son expresiones como: “con confianza”, “nadie dijera que estaba bien o estaba mal”, “platicando mis sentimientos y mis puntos de vista”, “me deleité de y conmigo misma”, “era motivador ir a las sesiones”. Estas formas de expresión son en alguna medida signo de que el trabajo desempeñado en campo por parte del facilitador y co-facilitadora se ajustó al tipo de relación que promueve el

⁶⁷ La participante envió vía correo electrónico, junto con el cuestionario este mensaje: “Hola, Rodrigo: Te cuento que tengo el hábito de guardar todo lo que escribo en los talleres o cursos a los que asisto y eso me ayudó a contestar el cuestionario porque también escribo los ejercicios, las técnicas, la teoría y los aprendizajes que me quedan”.

⁶⁸ La participante utilizó el término “terapia de auto-conocimiento” probablemente porque al no ser experta en el tema fue el adjetivo que le pareció más apropiado; pero hay que hacer notar que en una pregunta posterior donde se le pedía catalogara al taller como A) Terapia, B)Terapéutico o C) Ninguno de los dos, eligió B)Terapéutico.

desarrollo, dado que se abstiene de juzgar, se propicia el respeto, la espontaneidad y la comprensión del otro.

TABLA 9. RESULTADOS GENERALES DEL TALLER

Nombre (seudónimo)	Califica	Recomendaría	¿Aprendió algo? ¿Qué?	
“Camaleón”	Muy buena	Definitivamente sí	Sí	“A verme desde otra perspectiva”
“León”	Muy buena	Probablemente sí	SR	“No me acuerdo”
“Mariposa”	Muy buena	Definitivamente sí	Sí	“A identificar sentimientos y poder expresarlos y trabajarlos”
“Venado”	Muy buena	Probablemente sí	SR	“No recuerdo con claridad”
“Mono”	NA	NA	NA	No se localizó a la participante.
“Quetzal”	Muy buena	Definitivamente sí	Sí	“A ver como las emociones impactan y fluyen a través de tu cuerpo”.
“Gecko”	NA	NA	NA	No se localizó a la participante.
“Canguro”	Muy buena	Definitivamente sí	SR	“Comprendí que es el arte y sus tipos, las formas de codificar un significado, a expresar la emoción con una pintura, a saborear “mi arte”, a entender que el tiempo y el contexto afectaron a la hora de expresar el arte”
“Pelicano”	Buena	Definitivamente sí	Sí	“Aprendí a identificar momentos o situación pasada de mi vida que

				crean conflicto o malestar en mí”
“Conejo”	Muy buena	Definitivamente sí	Sí	“De los diferentes pintores y sus estilos”
“Oso”	Muy buena	Definitivamente sí	Sí	“Que me puedo expresar a través del arte y que se mueven mis emociones”

Fuente: autoría propia.

En la tabla 9, a las preguntas específicas: ¿Aprendió algo en el taller? ¿Qué? Desde una mirada hermenéutica, las participantes respondieron al menos desde dos esferas, la primera relativa a los aprendizajes de orden procesual y la otra esfera concerniente al autoconocimiento, que se vincula con la manera particular de operar, a la manera de posicionarse en el mundo y que antes del taller no se era consciente, muestra de ello son las siguientes expresiones: “A verme desde otra perspectiva”, “a identificar sentimientos y poder expresarlos y trabajarlos”, “a identificar momentos o situación pasada de mi vida que crean conflicto o malestar en mí”, “que se mueven mis emociones”, las anteriores son locuciones formuladas en primera persona y que asumen rasgos de la existencia particular de quien las expresa, con la responsabilidad y aumento del autoconcepto⁶⁹ de sus autores.

TABLA 10. PERCEPCIÓN DEL CLIMA CON EL ATRIBUTO DE APRECIO INCONDICIONAL

Nombre (seudónimo)	¿Te sentiste apreciada incondicionalmente durante el taller? ¿Qué hecho recuerdas que te hizo sentir así?	
“Camaleón”	Sí	“Siempre actitud de respeto a las emociones y experiencias de cada participante, actitud de escucha y retroalimentación”
“León”	Sí	“Todas escuchaban con atención sin juzgar a nadie”

⁶⁹ El autoconcepto se entiende como la imagen que uno tiene de sí mismo.

“Mariposa”	Sí	“Pues al exponer mis cosas me escuchaban y apoyaban con amor”
“Venado”	Sí	“Todas las participantes fueron abiertas y con disposición y sabían escuchar”
“Mono”	NA	No se localizó a la participante.
“Quetzal”	Sí	“El apoyo de los compañeros cuando las emociones me sobre pasaron y contacté con cosas dolorosas”
“Gecko”	NA	No se localizó a la participante.
“Canguro”	Sí	“Desde la bienvenida sentí un clima muy cordial, un respeto total, sin críticas ni juicios, con todo el material a mi disposición, motivada por los facilitadores y los compañeros. Me sentí segura y con ganas de ser yo”
“Pelícano”	Sí	“La guía que recibí durante el curso y el descubrir esas situaciones que estaban de manera inconsciente”
“Conejo”	Sí	“Recuerdo que participé voluntariamente compartiendo cosas personales porque me sentí en confianza”
“Oso”	Sí	Sentirme escuchada y respetada, sin que me juzgaran.

Fuente: autoría propia.

Las respuestas presentadas en la tabla 10 relativas a la creación de un clima seguro, se vinculan de manera directa con saberse respetado, es decir, que los facilitadores lograron que las participantes se dieran cuenta de que fueron empáticamente comprendidas y valoradas incondicionalmente. Las declaraciones siguientes sustentan esta presunción: “sin juzgar a nadie”, “me escuchaban y apoyaban con amor”, “Me sentí segura y con ganas de ser yo”, “me sentí en confianza”.

TABLA 11. PERCEPCIÓN DE UN CLIMA CON EL ATRIBUTO DE COMPRENSIÓN EMPÁTICA

Nombre	¿Te sentiste comprendida por los facilitadores durante el
--------	---

(seudónimo)	taller? ¿Qué hecho recuerdas que te hizo sentir así?	
“Camaleón”	Sí	“Al hablar de cómo me sentía”
“León”	Sí	“Al ser escuchada”
“Mariposa”	Sí	“La forma de escucharme. Su empatía”
“Venado”	Sí	“Fue atento y receptivo”
“Mono”	NA	No se localizó a la participante.
“Quetzal”	Sí	“Su comprensión y empatía y tranquilidad a la hora de abordar los temas y no dejarnos sin soltar cosas si nos veían contenidas”
“Gecko”	NA	No se localizó a la participante.
“Canguro”	Sí	“Sobre todo me sentí verdaderamente escuchada. Las intervenciones de los facilitadores fueron muy oportunas y acertadas para diferenciar el taller de una terapia”
“Pelícano”	Sí	“No había juicios, ni de parte de ellos, ni de ningún participante”
“Conejo”	No*	“Yo me sentí a gusto siempre. Cero comprometida, la verdad” *Nota: La encuestada se equivocó al leer la pregunta entendiéndola como <u>COMPROMETIDA</u> en lugar de <u>COMPRENDIDA</u> y respondió en consecuencia a su error de lectura, es decir, a si se sintió <u>COMPROMETIDA</u> .
“Oso”	Sí	“Que me entendían”

Fuente: autoría propia.

¿Te sentiste comprendida por los facilitadores durante el taller? ¿Qué hecho recuerdas que te hizo sentir así?, son interrogantes que centran su foco en la presencia del atributo relacional denominado empatía, las participantes refirieron sentirse

comprendidas, certidumbre de ello son las siguientes viñetas: “me sentí verdaderamente escuchada”, “que me entendían”.

TABLA 12. PERCEPCIÓN DE UN CLIMA CON EL ATRIBUTO DE RESPETO⁷⁰

Nombre (seudónimo)	¿Te sentiste respetada por los facilitadores durante el taller? ¿Qué hecho recuerdas que te hizo sentir así?	
“Camaleón”	Sí	SR
“León”	Sí	“Que no me calificaban de bien o mal, que no me juzgaban o etiquetaban”
“Mariposa”	Sí	“Si yo estaba platicando algo y alguien me interrumpía, él (facilitador) pedía que me escucharan y respetaran mi momento”
“Venado”	Sí	“No era invasivo y sabía escuchar”
“Mono”	NA	No se localizó a la participante.
“Quetzal”	Sí	“En que respetaban y validaban mis sentimientos”
“Gecko”	NA	No se localizó a la participante.
“Canguro”	Sí	“Los facilitadores al estar atentos y disponibles, me sentí respetada, en mis valores, mis emociones, mi ritmo para explorarme, en mis silencios me sentí muy respetada”
“Pelicano”	Sí	“Respetaron tanto el tiempo y la manera durante la expresión artística, así como en el trabajo grupal, permitiendo que nos expresáramos en total libertad”
“Conejo”	Sí	“Me dieron mi tiempo para hablar y hacían comentarios interesándose en mis dibujos y muestras artísticas”
“Oso”	Sí	“Que nadie se burlaba de ninguna participante”

Fuente: autoría propia.

⁷⁰ Debido a que las participantes no conocen el significado que Carl Rogers le da a la palabra “aprecio” relacionado con la preocupación del facilitador que confía en que el facilitado tiene los elementos para resolver sus problemáticas la palabra empleada en el cuestionario fue “Respeto” ya que también tiene una connotación no autoritaria, no directiva, no paternalista y no invasiva, en consonancia con el enfoque centrado en la persona.

En la tabla 12, se presentan descripciones de las participantes que respaldan el establecimiento de relaciones con la cualidad de consideración positiva incondicional entre facilitadores y grupo, lo que llevó a las participantes a saberse valiosas por su condición de personas y que el origen de sus valoraciones generalmente está en sí mismas. Se presentan viñetas que ilustran lo referido: “me sentí muy respetada”, “me dieron mi tiempo para hablar”, “nadie se burlaba de ninguna participante”.

El objetivo del taller, orbitó en torno a que las participantes contactaran con su experiencia emocional y a partir de ello, promover el desarrollo de su creatividad, de la expresión creativa y el desarrollo del conocimiento de sí mismas, referirse a los objetivos específicos sería decir que se buscó que:

- 1.- Los participantes se expresarán por medio del método plástico expresionismo abstracto.
- 2.- Los participantes se expresarán por medio del método plástico surrealista.
- 3.- Los participantes se expresarán por medio de la pintura post-impresionista.
- 4.- Los participantes se expresarán por medio del método plástico nueva objetividad y/o neo-realismo.
- 5.- El facilitador y la co-facilitadora crearán el tipo de relación descrito por el Enfoque Centrado en la Persona (ECP) en las sesiones de grupo de encuentro.
- 6.- El facilitador y la co-facilitadora propiciarán una apreciación más completa de la experiencia.

TABLA 13. PERCEPCIÓN RELACIONADA CON LOS OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL TALLER EN EL ASPECTO CONTACTAR EXPRIENCIAS PERSONALES⁷¹

Nombre (seudónimo)	¿Contactaste con experiencias personales durante el taller? ¿Qué te permitió hacerlo?
-------------------------------	--

⁷¹ El autor del presente TOG considera que si las participantes contactaran con experiencias personales se propiciaría una apreciación más completa de la experiencia.

“Camaleón”	Sí	“El arte”
“León”	No	NA
“Mariposa”	Sí	“El espacio que se creó de confianza y seguridad. Me sentía cuidada y contenida”
“Venado”	Sí	“Las dinámicas y también escuchar las experiencias de otros”
“Mono”	NA	No se localizó a la participante.
“Quetzal”	Sí	“Me lo permitió el ambiente dentro del grupo, el sentirme bien, en un lugar seguro, de contención, el ver que todos tenemos diferentes problemas y cosas que sanar y/o expresar”
“Gecko”	NA	No se localizó a la participante.
“Canguro”	Sí	“Me lo permitió la forma en que los facilitadores nos fueron sensibilizando con ejercicios de respiración, de relajación, para enfocar y para contactar”
“Pelicano”	Sí	“La música, como la expresión en la pintura, estos dos aspectos permitieron que afloraran sentimientos y emociones”
“Conejo”	Sí	“Creo sobre todo fueron las meditaciones y la participación de los otros y como los facilitadores comprendían y aceptaban cualquier momento de apertura personal”
“Oso”	No	NA

Fuente: autoría propia.

De manera que, (las respuestas a las preguntas ¿Contactaste con experiencias personales durante el taller? ¿Qué te permitió hacerlo?) responden parcialmente, al inciso seis del listado que antecede a este párrafo (porque las respuestas ponen de manifiesto que elementos como la música, las actividades y lo compartido en grupo, fueron aquellos que les permitieron contactar con sus experiencias). Solo una de las participantes (“Canguro”) refiere a los facilitadores como gestores del contacto con sus

experiencias. A continuación, se transcribe la respuesta de “Canguro”: “los facilitadores nos fueron sensibilizando con ejercicios de respiración, de relajación, para enfocar y para contactar”. Aunque en sentido estricto, como todo lo ocurrido en el taller fue posible gracias al espacio creado por los facilitadores, entonces, (que los participantes contactaran con sus experiencias) fue posible o probable debido a un actuar de los facilitadores y en efecto el objetivo de contactar con experiencias se cumplió a cabalidad.

TABLA 14. PERCEPCIÓN RELACIONADA CON LOS OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL TALLER EN EL ASPECTO DE PROPICIAR UN MAYOR AUTOCONOCIMIENTO

Nombre (seudónimo)	¿Consideras que te conoces más como resultado de tu participación en el taller? ¿En qué aspecto? ¿Cómo era antes y cómo después?	
“Camaleón”	Sí	“No estaba consciente de ciertas emociones”
“León”	No	NA
“Mariposa”	Sí	“Aprendí a identificar mis sentimientos en mi cuerpo y ponerle palabras”
“Venado”	Sí	“Porque reflexioné sobre mis emociones y el momento que vivía”
“Mono”	NA	No se localizó a la participante.
“Quetzal”	Sí	“Me ayudó a auto observarme más, a quererme y apapacharme más, no juzgarme tan severamente”
“Gecko”	NA	No se localizó a la participante.
“Canguro”	Sí	“El antes no lo pude identificar claramente por las expectativas, por lo que se supone me conozco, por el entusiasmo que tenía, pero el después, fue como sentirme expandida”
“Pelícano”	Sí	“Antes sólo me sentía incómoda pero no sabía por qué. Ahora he podido identificar algunas causas y cambiar mis

		respuestas”
“Conejo”	Sí	“Me di cuenta que el arte y la meditación podrían ser herramientas poderosas para relajarme, expresar y fluir”
“Oso”	Sí	“Yo no sabía que podía utilizar pintar para expresar lo que siento y ver o entender lo que me está pasando al ver lo que pinté”

Fuente: autoría propia.

Las manifestaciones presentadas en la tabla 14, se apegan al objetivo general de la intervención realizada. No está por demás plasmar el objetivo general aquí: “Que las participantes contactaran con su experiencia emocional y a partir de ello, promover el desarrollo de su creatividad, de la expresión creativa y el desarrollo del conocimiento de sí mismas”. De las ocho participantes que contestaron el reactivo analizado, siete respondieron afirmativamente, es decir, que refieren haber incrementado el conocimiento de sí mismas, como resultado de contactar con sus experiencias.

TABLA 15. PERCEPCIÓN DE CAMBIOS CONDUCTUALES

Nombre (seudónimo)	¿Observaste algún tipo de cambio o desarrollo personal como consecuencia de tu participación en el taller? ¿Qué observaste?	
“Camaleón”	Sí	(Ser) “más abierta para expresar mis emociones”
“León”	No.	NA
“Mariposa”	Sí	“Saber escucharme”
“Venado”	Sí	“Contacté con mis emociones, me permití sentir, un tiempo para analizarme”
“Mono”	NA	No se localizó a la participante.
“Quetzal”	Sí	“Me sentía más ligera y en paz conmigo misma”
“Gecko”	NA	No se localizó a la participante.

“Canguro”	Sí	“Descubrí con el recorrido de algunas obras de arte, cómo el artista procura despertar una respuesta que busca, y cómo yo, que no soy artista, con mis pinturas más que buscar una respuesta, me expresé y sobre todo me divertí mucho”
“Pelícano”	Sí	“Si he cambiado mi punto de vista o mi juicio personal”
“Conejo”	Sí	“Observé que era muy interesante la paz que adquirí al dejar fluir las emociones a través de las nuevas herramientas que aprendí en el curso, por eso siempre he seguido en contacto con el arte, incluso después inicié trabajo terapéutico personal”
“Oso”	Sí	“Que me dio menos pena expresar mis sentimientos”

Fuente: autoría propia.

Las participantes reportaron cambios nacidos a partir de su participación en el taller objeto de estudio de este trabajo. Se considera apurado decir que, como resultado de su participación en el taller, la población objetivo de estudio incentivó cambios en su vida, lo cierto es que ellas describen aprendizajes significativos que repercuten en el progreso personal, en la medida en que llegaron a darse cuenta de facetas de sí mismas que desconocían o que no tenían claras y que gracias a su participación en el taller hicieron conscientes.

TABLA 16. PERCEPCIÓN DE VINCULACIÓN ENTRE CAMBIOS CONDUCTUALES Y LA PARTICIPACIÓN EN EL TALLER

Nombre (seudónimo)	¿Consideras que existe alguna relación entre tu participación en el taller y algún cambio o desarrollo personal y/o familiar? Describe esa relación.	
“Camaleón”	Sí	“A través de la dinámica del cuento... al escribir me facilita ir más profundo y expresar lo que realmente siento / quiero”
“León”	No	NA
“Mariposa”	Sí	“Disfruté al máximo mi embarazo”

“Venado”	Sí	“Sí me dio una visión más clara de donde estaba y que estaba por vivir”
“Mono”	NA	No se localizó a la participante.
“Quetzal”	Sí	“Me ayudó a fluir con más tranquilidad en mi vida cotidiana y familiar”
“Gecko”	NA	No se localizó a la participante.
“Canguro”	Sí	“En mi se enriqueció mucho la parte de no hacer juicios en las personas con las que me relaciono porque en el arte como en la vida, es individual y único”
“Pelícano”	Sí	“Al cambiar yo, cambia todo mi entorno y puedo identificar también los conflictos con mi familia y tener más calma”
“Conejo”	Sí	Sí, porque me hizo no quitar el dedo del renglón de siempre buscar donde poder expresar y dejar fluir mis sentimientos. He asistido a sesiones grupales de meditación sin temor alguno porque ahora sé que regalan frutos muy positivos”
“Oso”	Sí	“Cuando yo entiendo cómo me siento no le echo la culpa a los demás de lo que me está pasando”

Fuente: autoría propia.

La tabla 16 al igual que la tabla 15, permiten hipotetizar la existencia real y la causalidad (y no solo la percepción de esta existencia o causalidad por parte de las encuestadas) que la participación en el “Taller de Autoconocimiento y Expresión por Medio de las Artes Plásticas” facilitó cambios significativos en quienes participaron de él, cambios que además se han preservado en tiempo (a juzgar por las respuestas recabadas en las tablas referidas porque varias expresiones recabadas están escritas en tiempo gramatical presente).

TABLA 17. COMENTARIOS Y CONSIDERACIONES FINALES DE LAS PARTICIPANTES

Nombre (seudónimo)	Consideras que en el taller: a) se me dio terapia b) fue terapéutico c) ninguna de las anteriores.	¿Has asistido a alguna terapia?	¿Tu participación en el taller generó riesgos, problemas o consecuencias indeseables en lo personal/familiar? ¿Cuáles?		
"Camaleón"	Fue terapéutico	No	No	NA	
"León"	Ninguna de las anteriores.	Sí	No	NA	
"Mariposa"	Fue terapéutico	Sí	No	NA	
"Venado"	Fue terapéutico	Sí	No	NA	
"Mono"	NA	NA	NA	No se localizó a la participante.	
"Quetzal"	Fue terapéutico	Sí	No	NA	
"Gecko"	NA	NA	NA	No se localizó a la participante.	
"Canguro"	Fue terapéutico	Prefiero no responder	Sí	"A pesar de que exponerme es un riesgo para mí, la energía del grupo me ayudó a transformar el riesgo en una oportunidad para conocerme más"	
"Pelícano"	Fue terapéutico	Sí	No	NA	
"Conejo"	Fue terapéutico	Sí	No	NA	
"Oso"	Fue terapéutico	Sí	No	NA	

Fuente: autoría propia.

Para interpretar las respuestas de la tabla 17, es preciso definir lo que por terapéutico entiendo, en su significado más general y sencillo, es decir, que terapéutico es toda actividad o disposición de relacionarse con malestares humanos de naturaleza inmaterial. Aquí una cita que retrata lo anterior: “Conjunto de prácticas y conocimientos encaminados al tratamiento de dolencias” (Real academia española, 2018, s/p). Ahora que se ha definido lo que por terapéutico se entiende, es oportuno referir que siete de las ocho respuestas⁷² recabadas en torno a manifestar si fue o no terapéutico el taller objeto de estudio, es posible afirmar que el trabajo realizado, en algún sentido y grado atendió dolencias de los integrantes del grupo, por lo que las participantes consideran que el taller fue terapéutico. Asimismo, las participantes expresaron no haber tenido consecuencias indeseables atribuibles a su participación en el taller.

TABLA 18. OBSERVACIONES Y SUGERENCIAS SOBRE EL TALLER

Nombre (seudónimo)	¿Tienes alguna observación o sugerencia sobre el taller? ¿Cuál?	
“Camaleón”	Sí	“Que se repita 😊”
“León”	No	NA
“Mariposa”	Sí	“Me gustó mucho, lo disfruté y me encantó que fuera dinámico y con expresión de pintura”
“Venado”	No	NA
“Mono”	NA	No se localizó a la participante.
“Quetzal”	Sí	“Que me encantaría participar en otro similar a través de la pintura”
“Gecko”	NA	No se localizó a la participante.
“Canguro”	Sí	“Desafortunadamente no asistí a la primera sesión, pero

⁷² Aunque las participantes no conocían lo que yo concibo como terapéutico, en el diseño del cuestionario busqué que mediante opciones separadas se diferenciara de lo que era una terapia (De hecho, para saber si fenomenológicamente tenían la capacidad de diferenciar entre ambas se incluyó la pregunta ¿Has asistido a una terapia?, asumiendo que si tenían una experiencia en terapia podrían diferenciar que es y que no es una terapia) Pragmáticamente en el único caso que puede existir duda si el concepto que las encuestadas tienen sobre lo que es “terapéutico” es similar a lo por mi considerado como tal, es el caso de “León” que contestó “Ninguna de las dos”.

		quedé muy motivada por este taller que me hubiera encantado que fuera más tiempo. Muchas gracias y los felicito de todo corazón”
“Pelicano”	Sí	“Me encantó el taller. Yo soy maestra de pintura y sin tener una metodología de este tipo observo a diario como el arte puede ir permitiendo a las personas liberarse. Si se logra sin ningún método, (pero) el resultado es mucho mejor cuando llega con un plan”
“Conejo”	No	“No en realidad, Quizá pondría un poco más de sesiones o tiempo en total para pintar más”
“Oso”	No	NA

Fuente: autoría propia.

Quienes contestaron el último reactivo del cuestionario “La voz de las participantes” (LVP), de manera general vertieron observaciones y sugerencias que se inscriben en el orden de sugerencias que se pueden valorar como virtuosas, es decir, que no describen omisiones, vicios o falta de esmero en la intervención realizada. En este punto se concluye con el apartado que presenta las manifestaciones de las participantes tal como fueron recogidas e interpretadas, en íntima relación con el objetivo general y objetivos específicos de la intervención.

En adición a los resultados del “LVP” el autor del presente TOG preparó con el fin de que el lector comprenda un poco más las circunstancias relatadas por los participantes durante los tiempos de grupo de encuentro y evaluadas en el cuestionario LVP, una construcción propia en dos ejes: A) circunstancia relacionada con la familia y B) circunstancia relacionada con el trabajo; mediante una indagación documental obtenida de textos provenientes de campos distintos pero complementarios como lo son la antropología, la psicología, la sociología y censos socioeconómicos basados en la estadística, mismos que podrán encontrarse en el Apéndice 5.

CAPÍTULO III. PROSPECTIVA SOCIAL Y DEL EJERCICIO PROFESIONAL

3.1 Mejoras sociales que se prospectan

En este inciso describiré mi percepción de la experiencia de una participante del taller dentro de su ámbito familiar, tengo un conocimiento -debido a que compartimos una relación amistosa, no frecuente pero sí con confianza y un mismo círculo amistoso- de la narrativa social de la situación, y cabe destacar que esta no es en extenso detallada y está matizada por diversos factores como lo son la subjetividad de la participante, los antecedentes de la situación, la omisión de detalles demasiado personales o vergonzosos, el paso del tiempo entre la experiencia y la narración y la posible “fantasía” o “exageración” con el objetivo de que la historia resulte entretenida. A partir de esta “historia” presentaré hipótesis, expectativas y la visión de cómo pudiera concretarse una mejora social.

Cuando se cambió a este inmueble, más grande que el anterior donde vivían, compraron algunos muebles, y decidieron no invertir demasiado dinero en decoración innecesaria. Compraron un cuadro decorativo segmentado de flores, es decir una obra que constaba de varios cuadros acomodados estéticamente con un mismo estilo y tema para la sala. Para la pared del comedor ella quería “algo” pero el presupuesto acordado no lo permitía, así que le presté una litografía de un cuadro de Salvador Dalí llamado “El sacramento de la Última Cena” (1955). Muchas veces me relató experiencias sobre cenas en su casa donde se comentaba la imagen, para algunos disonante, para otros agradable y para otros más enigmática. Años después, cuando compró su espejo, me devolvió la litografía.

Hace años que no visitaba a esta participante en su casa, pero la veía al menos tres veces al año en restaurantes o pequeñas reuniones sociales. Durante el taller estaba embarazada y ahora tiene tres hijos –la mayor niña, un niño pocos años menor que la primogénita y una niña que ronda el año-. Cuando asistí a su casa a llevarle el

cuestionario “LVP” para la realización del presente TOG, me di cuenta de que en el comedor ya no tenía el espejo sino un cuadro, que de inmediato identifiqué como de su autoría. Cabe destacar que durante el curso ella declaró que nunca había pintado y que para expresarse “su medio era más bien la escritura”; así que me sorprendió que lo hubiera realizado; pero le encanta hacer manualidades. Le pregunté cuando había realizado el cuadro, ella me dijo que aproximadamente hacía dos años (Es decir, aproximadamente 10 años después del taller) y que sus dos hijos mayores le habían ayudado. Le expresé mi agrado y preguntó si no estaba “muy feo”; cuando le dije que me gustaba –nunca mencioné que el cuadro sino la experiencia y el significado. Me contó que se le ocurrió porque ya le había cansado el de las flores, y cómo no pudo convencer a su esposo de que le otorgara presupuesto para otro decidió pintarlo. (utilizó silicón, pintura en aerosol rojo-café y dorado, brocha y pintura líquida dorada). Le hice notar que faltaba su hija más pequeña, a lo que respondió que “aún no sabía que venía” y “ya haremos otro con ella”.

IMAGEN # 41. OBRA DE PARTICIPANTE REALIZADA DESPUÉS DE 10 AÑOS DE SU PARTICIPACIÓN EN EL TALLER



Autora: "Mariposa".

Si mal no recuerdo, en el cuadro original todas las secciones eran verticales; ahora una permanecía vertical mientras que las cuatro restantes se cambiaron a horizontal. Están pintados empezando por la primera sección de abajo hacia arriba se puede leer (del lado izquierdo) la palabra "*Life*" (Vida) seguida con un árbol -que en lo personal me recuerda a la obra de Gustave Klimt "El árbol de la vida" (1909)-. Antecediendo el árbol hay dos aves volando juntas; precediendo el árbol hay dos elementos, uno consta de dos elementos semicirculares entrelazados abiertos hacia arriba-derecha y otro un elemento semicircular abierto hacia arriba-izquierda. En el segundo (del lado izquierdo) la palabra "*Dreams*" (Sueños) con una pequeña nube arriba precedida de un elemento semicircular abierto hacia abajo-izquierda. En el tercero (del lado derecho) la palabra

“*Family*” (Familia) antecedido por cuatro personajes tomados de la mano (Un hombre, una mujer, una niña y un niño). En el cuarto (del lado derecho) hay un ave volando (¿acercándose o alejándose?) seguida por las palabras (En el lado derecho) “*Be happy*” (Sé feliz) con una carita sonriente arriba de la palabra. El último segmento, en vertical como integrando los cuatro anteriores, (del lado inferior-izquierdo pero escrito de arriba abajo -como si lo hubiera planeado para colocarlo horizontalmente-) la palabra “*Love*” (Amor). Llama la atención que es la única sección que no tiene el color rojo-café y que fue pintada con brocha y pintura líquida; yo creo que eran todos del mismo estilo y por alguna razón decidió omitir dicho color.

Poco tiempo después (tres semanas máximo), en una coincidencia atípica, me la encontré saliendo de con mi terapeuta (Ella estaba desayunando con una hija de una amiga suya –ya mayor de 18 años- en una placita -donde dan asesorías nutricionales, yoga, medicina estética y venden productos de diseñador y naturales para alimentación y decoración, dónde mi terapeuta tiene su consultorio-). Le comenté que justamente estaba hablando del presente TOG y de su cuadro con mi terapeuta; compartiéndole mi alegría ya que yo creía que tenía alguna correlación la obra con el taller (yo no la atribuí a una causalidad ya que su hermana vende obras de arte y pudo haberle dado la idea), ella respondió “Totalmente” mencionando que no sólo tenía correlación, sino que sin el taller nunca se le hubiera ocurrido y que fue su idea (no de su hermana). Además, le explicó un poco de la dinámica del taller y de su experiencia en él, a su acompañante y lo describió como “padrísimo”.

Más allá de realizar una interpretación de los símbolos, palabras, colores o procesos - que pudiera o no resultar válida, pero muy probablemente no ayudaría pragmáticamente a la persona-; en lo que me gustaría focalizar es en el beneficio práctico que obtuvo, es decir, el hecho de que la persona eligió actuar de una manera más independiente, yo diría más bien de manera interdependiente al elegir en qué áreas quería seguir siendo dependiente; y en que otras, como en esta decoración, podría expresar un “narcisismo saludable”. Ella en vez de optar por seducir, manipular,

chantajear emocionalmente o influir mediante presión social a su marido, decidió actuar en consecuencia con los recursos – posiblemente limitados en el aspecto económico o de capacidad de técnica pictórica, pero vastos en creatividad, significación de sentidos y relaciones interpersonales- a su disposición y obtener un resultado que la dejara, no con una alegría probablemente pasajera, pero si con una paz interior. En lo personal lo veo como un discurso visual del establecimiento de los valores rectores de su actuar, es decir el bienestar de ella y de la familia por encima de la imagen social que quiere proyectar por medio de la decoración, modelando –tal vez inconscientemente- en sus hijos dicha jerarquía de valores y comunicando a su medio social quienes son esencialmente, más allá de las apariencias.

Ante el relato de las experiencias anteriores me permito establecer las siguientes hipótesis que no corresponden al objetivo del presente TOG (e incluso probablemente sea imposible obtener evidencia válida y concreta): i) El taller tuvo un efecto en la manera en que se pueden expresar las emociones y/o sentimientos, ii) En algunas ocasiones, dicho efecto puede no limitarse a una catarsis sino también abarcar “sensaciones sentidas” y expresiones significantes para la vida, iii) El taller puede tener algún efecto (aunque sea inconsciente) en individuos que no lo cursaron por medio del modelado. iv) El taller podría ayudar a evolucionar la independencia. v) El taller puede llegar a tener algún efecto (aunque sea inconsciente) en la creatividad –no necesariamente artística- de individuos que lo cursaron, y vi) La narrativa social sobre las experiencias dentro del taller pueden llegar a tener algún efecto (aunque sea inconsciente) en individuos que no lo cursaron por medio de la motivación a la imitación.

La expectativa que tengo es que el presente TOG y el soporte teórico y las actividades del taller en él descritas puedan: i) Inspirar a otras personas a crear sus propias versiones del mismo o a utilizar alguna dinámica en alguna situación que lo requiera, ii) Generar un antecedente para alguna investigación futura relativa a desarrollo humano, arteterapia, arte-empatía o sociología. iii) Motivar a personas a tomar el taller si decido

replicarlo, iv) Motivar a las participantes a recordar y aplicar cualquier aprendizaje del taller y v) Motivar a las personas a desarrollar las actitudes del ECP, es decir, a ser más congruentes, empáticas, aceptantes de la persona e incondicionalmente aceptantes de la dignidad de cada ser humano.

En este TOG, la visión que tengo es la de inspirar a otros egresados de la MDH a poner al alcance (del público en general) y hacer fácil el entendimiento del ECP, el desarrollo humano y el conocimiento psicológico a los individuos con el objetivo de prevenir algunas conductas dañinas en el ámbito anímico y motivar la búsqueda de ayuda de profesionales de la salud en caso de que se consideren pertinentes. A fin de diferenciar esta visión del DH de otras similares y propias de otras disciplinas como la psicología o la psiquiatría, los valores que creo indispensables son sencillez en la exposición, colectividad en la asimilación de conocimientos, flexibilidad con las necesidades de las personas, limitación de diagnósticos, interpretaciones o procesos “reparadores” y “humildad” intelectual. Y los valores que se tienen que compartir con otras disciplinas son responsabilidad e intención de no dañar a la persona.

3.2 Mejoras en torno al propio desempeño personal y/o profesional

En este inciso trataré de describir no sólo mi experiencia personal sino también algunas observaciones y visión sobre la circunstancia de algunas mujeres, y que se relacionan con mi familia, en el negocio familiar, o en mi trabajo para el consejo familiar. Esto tiene estrecha relación no sólo con la elección del perfil del participante de la intervención sino también con mi desarrollo personal –con el área profesional incluida- ya que algunas de las decisiones que he tomado con relación a mi hogar y mi trabajo “menos formal” están importantemente influenciadas por estas.

Mi familia es bastante conservadora y la división por sexo del trabajo algo rígida. Mi madre estudió hasta secretariado técnico y trabajó con mi abuelo antes de casarse, después se ha dedicado enteramente a ser ama de casa. Mi hermana también es bastante conservadora, así que los trabajos que ha desempeñado al salir de la carrera

en pedagogía son voluntariado con niños con necesidades especiales y repostería, -no se interesó en trabajar en la empresa familiar probablemente porque desde que recuerdo mi padre ha dejado en claro que “no es un lugar para señoritas”-; además de esto le ayuda a mi madre en los trabajos de casa y cuando cuida a sus nietos. A diferencia de las expectativas familiares para las mujeres, la expectativa para los hombres era el trabajo (preferentemente intelectual), jerarquizado patriarcalmente (es decir otorgando mayor poder y responsabilidad conforme más cercano se está de la primogenitura), gozando de una mayor independencia que mi hermana, pero esperando obediencia sin expresión de emociones. Se nos motivaba para integrarnos al negocio familiar, dentro del cual se limitaba el involucramiento del sexo femenino al mínimo indispensable (funciones de secretariado o ventas personales).

Esta situación cómoda pero limitante, conjugada con recomendaciones de profesionales de la salud, la seguridad en mí mismo adquirida durante la MDH y otros aspectos personales, me permitieron tomar la decisión de vivir independientemente. En realidad, no tenía experiencia en las labores del hogar, pocas veces había lavado ropa (De hecho “Leon” trató de enseñarme infructuosamente a usar la lavadora –porque el modelo que adquirí era diferente al de su casa-). Ir al supermercado o cocinar eran sólo tareas “de apoyo a mi madre” bastante esporádicas. Decidí tratar de hacer las tareas del hogar yo solo, (probablemente porque me era más fácil hacerlo yo que buscar y organizarme con alguien que lo hiciera) pero después cuando un amigo de la maestría me comentó en una plática que él “le tenía tres sirvientas a su esposa para hacer esas ‘cosas’ que ni los hombres ni las mujeres deberían hacer”, me pareció injusto. Reflexioné más a profundidad no sólo sobre las expectativas atribuidas a los diferentes sexos sino también a las diferentes clases sociales. Dicha reflexión, me hizo darme cuenta de que si bien mis comentarios con relación al tema no eran tan “francos” como los de mi amigo, mis actitudes no eran tan diferentes. Además, me di cuenta del beneficio obtenido de la “terapia ocupacional” que el trabajo del hogar me otorgaba. Pasando el tiempo, ya con más responsabilidades, decidí mantenerme en un punto medio y contratar a una persona que me ayudara con la limpieza de mi hogar una vez por semana, organizando y facilitándome las tareas no delegadas (que eran las no

relacionadas con barrer, trapear y limpiar baños como lavar ropa, doblarla y plancharla, mantener el orden, ir al supermercado, etc.) Mi forma de administrar la relación y el trabajo con la persona que me ayuda con la limpieza es más parecida a sistemas relacionados a los trabajos administrativos (instrucciones escritas, listas de verificación, premios por desempeño, etc.).

La situación de vida independiente que he desarrollado me llevó a formar, además de mis amigos hombres, muy buenas amistades del sexo femenino, probablemente influidas por las habilidades de empatía aprendidas en la MDH, pero también por una circunstancia similar en la administración del hogar y trabajo flexible. Me gustaba organizar pequeñas reuniones en mi casa y observé que estas amigas (muchas casadas con amigos) se sentían más cómodas en mi casa que cuando se organizaban en casa de alguna de ellas, yo lo atribuyo a que el hecho de que, a diferencia de ellas una expectativa de ser el “anfitrión perfecto” (tampoco esperaba que ellas y/o ellos fueran los “invitados perfectos”) las hacía sentir más libres y relajadas. Esto me llevo a reflexionar con más profundidad -al menos dentro de cómo en mi medio social- las expectativas y normas informales atribuidas variaban de un sexo al otro siendo incluso impuestas de un sexo a sus mismos miembros. También me llevó a darme cuenta de las diferencias de educación entre sexos y a comprender un actuar (el de las mujeres) con el cual estaba acostumbrado, pero del que en realidad era ignorante: las técnicas de negociación y ejercicio de poder de las féminas. Muchas veces, como resultado de evitar ser “sexista”, me colocaba en situaciones donde me sentía violentado por las expectativas de estas amistades femeninas, como dato curioso un amigo bromeaba conmigo diciéndome: “Dios las hace y tú las juntas” y mi terapeuta utilizando la ironía socrática me preguntaba “Yo no sé qué es lo que tú haces para tener tantas amigas así”. Esta circunstancia me creo una disonancia cognoscitiva ya que me di cuenta de que, en las mujeres como todos los seres humanos, la “libertad” no siempre genera el mismo nivel de “responsabilidad” y muchas veces terminaba viendo mis límites (sobre mi persona y pertenencias) anulados de una manera indirecta, más con la misma fuerza de las acciones del actuar masculino que genera amargas críticas de muchas mujeres, pero en unas tácticas diametralmente diferentes, en otras palabras, ponía límites en mi

relación con ellas y en el disfrute de mis bienes materiales, mismos que transgredían de una manera pasivo-agresiva.

El darme cuenta de mi particular circunstancia, más allá de una crítica al machismo y de mi proceso de desarrollo personal, fue la razón que me llevó a concebir la idea de elegir a esta población en específico. Conforme ha pasado el tiempo y los hábitos resultantes de la especialización de las tareas, tanto de mis amistades masculinas –con su enfoque en el ascenso y crecimiento laboral- como femeninas (cabe mencionar todas ellas con título universitario) –con su enfoque en el cuidado del hogar y la progenie y la búsqueda de un medio ambiente inocuo para esta- me he dado cuenta de lo similares que ahora sus circunstancias resultan a las de mi familia; y me ha llevado a identificar el desarrollo humano como un poderoso medio para generar bienestar no sólo individual sino familiar, profesional y social, del que muchas veces niveles socioeconómicos o sociedades con “mayor equidad de género” gozan. Es decir, muchas veces la clase media o las sociedades industrializadas donde las tareas de trabajo doméstico y extra doméstico son compartidas por todos los miembros de la familia me parecen más balanceadas, sanas o con un mayor nivel de desarrollo. Reconocer el orgullo personal que siento al haber sido capaz de equilibrar estas labores – y ambas maneras de relacionarme- dentro de mi particular circunstancia, ha mejorado mi autoestima y me ha motivado.

Viendo a futuro creo que seguir trabajando en este aspecto es muy importante tanto en mi desarrollo personal como en mi desarrollo profesional debido a que está íntimamente ligado con la realidad actual, y pienso innegable, que las mujeres se conciben –aunque no se refleje en sus actividades diarias- en diferente manera tanto en la familiar, lo social y lo profesional a cómo lo estuvieron haciendo, al menos en el mundo occidental por varios siglos. Este cambio de actitudes, creo, ha representado un reto no sólo para las propias mujeres, sino también, y considero, al menos en mi medio social que en mayor grado, a los hombres que hemos visto “duplicada” (al menos durante la juventud) la competencia laboral a la vez que se nos ha requerido un mayor involucramiento en

las tareas del hogar y del cuidado de la progeñie, pidiéndonos cambios en actitudes adquiridas mediante costumbres ancestrales. En mi particular caso aún sigo trabajando en la manera de crear un mejor equipo con las mujeres con las que realizo algún trabajo –remunerado o no, profesional o del hogar, formal o menos formal- y debo admitir que en realidad es complicado ya que tiendo a repetir actitudes de generaciones pasadas que algunas veces las invalidan, en otras las benefician, creando combinaciones complejas y dinámicas en las diferentes relaciones y en los diferentes tiempos y actividades. Es decir, algunas veces ellas –al igual que yo- esperan que no se nos invalide pero que se beneficien, otras que se invalide y se beneficien (probablemente para obtener algo por medio del chantaje), otras, –las menos creo, debido a la tendencia materialista actual y nuestra condición humana- que ni se invalide ni se beneficie, y por último –ya en contadas ocasiones debido a los avances de la justicia y el auto-respeto, cuyos logros reconozco con agrado – que se invalide y se les nieguen beneficios.

Más allá de contribuir a una visión patriarcal moderna, al menos de muchas personas en mi medio social, en la que se obtiene un beneficio psicológico (ej. ser reconocido como “buen” hombre, jefe o esposo, tener una esposa trofeo, etc.) mediante el no invalidar, pero beneficiar a las mujeres, llegando incluso a auto-ejercerse violencia. Justo el otro día, amigos circulaban el siguiente meme que refleja el sentir de muchos de ellos: “Si tú tienes \$400 y tu esposa tiene \$400, el total de dinero en tu hogar son \$400 y no \$800 ... Si tú entiendes estas matemáticas SIEMPRE habrá paz en tu hogar”. Mi camino ha sido reconocer las áreas en las cuales me he visto beneficiado por costumbres socioculturales tratando de crear oportunidades para aquellas mujeres que sin creer en un “feminismo radical” o un “machismo a la inversa” buscan mayores beneficios.

También relacionándome amistosa y laboralmente con este tipo de mujeres he aprendido no sólo sus “técnicas y tácticas de negociación” –tan diferentes y eficaces como las “masculinas”- sino también he desarrollado inteligencias que por costumbres

socioculturales me fueron atrofiadas, limitadas o enseñadas a despreciar. Esto espero traiga como resultado, al menos en mis relaciones y en mi medio ambiente, una mayor equidad, justicia y bienestar.

Concretamente en mi actuar laboral, seguiré trabajando día a día en facilitar o modelar a las mujeres con las que me relaciono, en la empatía de actitudes y el desarrollo de capacidades y labores “predominantemente masculinas” y en empatizar y dejarme modelar por ellas en las “predominantemente femeninas”. Cada vez se hace más claro que un área que me interesa desarrollarme y actuar es en la educación particularmente en la consolidación del Centro de Desarrollo Integral para la empresa familiar, no sólo de conocimientos prácticos -como por ejemplo el idioma inglés o el uso de paquetes computacionales-, sino también en la impartición de talleres, exposiciones y actividades que de una manera similar a la intervención presentada en el presente TOG, genere un desarrollo práctico, holístico, y humanista. El principal reto a futuro que vislumbro para mí es alcanzar un mayor respeto en las áreas de acción que por derecho le corresponden al otro, no sólo logrando una negociación “aceptable” para éste; sino facilitando el desarrollo de sus áreas de oportunidad. Es decir, no solo lograr la paz respetando el derecho ajeno (como decía Benito Juárez), sino también generar una interrelación de nuestras fortalezas y una multiplicación de nuestros beneficios.

CAPÍTULO IV. CONCLUSIONES Y PROPUESTAS

4.1 Elementos conclusivos de la intervención

La intervención, fue una experiencia altamente gratificante para las participantes (Ver la columna “califica” en la tabla # 9 de LVP), y para mí como promotor del Desarrollo Humano. Sin embargo, el hecho de que la satisfacción de las participantes haya sido alta (Ver la columna “recomendaría” en la tabla # 9 de LVP), no basta para asegurar su éxito ya que se presentan los siguientes aspectos:

1.- El formato del taller con diseño metodológico de carácter mixto (mezcla de taller de artes (artes plásticas modernistas), taller de ciencias (psicología básica) y grupo de encuentro) no se limitó a cumplir el objetivo de “expresión de emociones” en el área artística, es decir, generar una catarsis artística, más con la interacción del nuevo conocimiento de conceptos psicológicos básicos y el grupo de encuentro (con su bien logrado ambiente del ECP) permitió una catarsis emocional completa del individuo en la mayoría de los participantes.

2.- En el análisis de las transcripciones del taller se pueden apreciar evidencias que denotan alguna variación en el auto conocimiento.

3.- En al menos dos de las evaluaciones (entrevistas y observaciones) realizadas a participantes (al momento de la realización del presente documento, es decir, 12 años después de finalizada la intervención) del taller, se encontraron evidencias que denotan algún tipo de cambio o desarrollo personal y/o familiar relacionado directamente con dicha intervención.

4.- En ninguna de las participantes (Ver la columna “generó riesgos” en la tabla # 17 de LVP) en los cuestionarios realizados (12 años después de finalizada la intervención) del taller, no se encuentran percepciones de su parte de que su participación en dicha

actividad haya generado riesgos, problemas o consecuencias indeseables en el ámbito personal o familiar relacionado directamente con dicha intervención. Cabe mencionar que una participante reporta haber percibido riesgos, pero se refiere al riesgo de asistir al taller mismo que declara “transformó el riesgo en oportunidad para conocerse más” no relacionados con el objetivo de la pregunta del cuestionario que era conocer si existían la existencia o inexistencia de repercusiones negativas asociadas a su participación en el taller.

A continuación, trataré con mayor profundidad el significado de “taller con diseño metodológico de carácter mixto” ya que ha generado objeciones o temores en diversas personas que entraron en contacto con la realización del presente trabajo.

Según la Real academia española (2018, s/p) “taller” (del fr. Atelier) se define como: Lugar en que se trabaja una obra de manos o escuela o seminario de ciencias o de artes.

Por su parte (Rogers C. R., 1970) define el énfasis del “grupo de encuentro” como “Tiende a hacer hincapié en el desarrollo personal y en el aumento y mejoramiento de la comunicación y las relaciones interpersonales, merced a un proceso basado en la experiencia” (p. 12). Él también define el énfasis de otros dos tipos de grupos - el “grupo de sensibilización⁷³” y el “laboratorio de expresión creativa⁷⁴- que pudieran asemejarse a las características del taller de la presente intervención.

Como se podrá corroborar en el análisis de la programación de las sesiones (véase apéndice 2) del taller de intervención motivo del presente documento, se aprecian

⁷³ (Rogers C. R., 1970) “Grupo de sensibilización (sensitivity training): Puede parecerse a cualquiera de los dos que acabamos de citar <“Grupo T” o “Grupo de encuentro”>” (pág. 12).

⁷⁴ (Rogers C. R., 1970) “Laboratorio de expresión creativa: En este caso, se enfoca de lleno en la expresión creativa a través de diversos medios artísticos; su finalidad es la espontaneidad y la libertad de la expresión individuales” (pág. 12 y 13)

características tanto de la definición de “taller” de la Real Academia Española (2018, s/p) como de los “grupos de encuentro”. Si el diseño de las sesiones del taller, es decir, la intervención, está basado o no en un método validado⁷⁵, ello no es relevante para el presente trabajo (ya que esta no es una tesis que busque probar o invalidar dicha metodología mixta), aunque genere controversias o temores⁷⁶ en miembros de la comunidad académica de esta universidad ya que tiene tanto detractores⁷⁷ como adeptos⁷⁸.

Si bien las conclusiones anteriormente mencionadas (incisos 1 a 4) pudieran parecer no suficientes al evaluar la eficacia de la intervención social realizada, personalmente creo que hay que tomar en consideración los siguientes puntos:

1.- El tiempo empleado en dicha intervención fue realmente corto (24 horas, es decir, 6 sesiones de 4 horas cada una) cuestión que no solamente afectó el logro del objetivo relacionado con el auto-conocimiento, sino también la recolección de evidencia probatoria de los mismos.

2.- Un resultado que como licenciado en mercadotecnia no puedo ignorar es que el hecho de que dicho taller como menos fue altamente exitoso como estrategia

⁷⁵ El término “validado” se refiere a estudios de validez metodológica.

⁷⁶ (Rogers C. R., Grupos de encuentro, 1970) “Todos los tipos de experiencia grupal intensiva han sido objeto de ataques muy virulentos por parte de los grupos reaccionarios y de la derecha (...) los grupos de encuentro permiten una mayor independencia personal, menor ocultamiento de las emociones, mayor voluntad de innovar, mayor oposición a las rigideces institucionales. Por consiguiente si una persona teme el cambio en cualquiera de sus formas, temerá, lisa y llanamente, los grupos de encuentro. Estos generan cambios constructivos, como se demostrará en los capítulos que siguen. En consecuencia, todos aquellos que se oponen a las transformaciones se opondrán firmemente, incluso de modo violento, a la experiencia grupal intensiva” (pág. 19 y 20).

⁷⁷ Primer asesor de “progrado”: “Te comento que la intervención mediante un taller y un Grupo de crecimiento son muy diferentes y no es conveniente mezclarlas, dado que tienen sus propios principios (teóricos y metodológicos)”.

⁷⁸ Dra. Angélica Ojeda García (ITESO, 2019): “Publicaciones relevantes: Arteterapia y la psicoeducación: Validación de una metodología de intervención en el abordaje de problemáticas sociales: Es una línea de trabajo que se tiene como objetivo hacer incidencia en problemáticas expresadas en común por determinadas comunidades en condiciones de vulnerabilidad desde promover la participación social o generar grupos auto sustentables de trabajo. Se basa en tomar técnicas de la Arteterapia sin hacer terapia, pero si en diseñar intervenciones con fines terapéuticos: para abordar situaciones o necesidades determinadas, y/o para generar grupos de trabajo hacia encaminarlos a objetivos en común”.

publicitaria, al proporcionar una “muestra” del “servicio” (es decir, la facilitación basada en el ECP al estilo de la MDH -según el programa por mi cursado en el periodo 2000 a 2003-), que generó una actitud positiva y motivó a las participantes a continuar su desarrollo personal, algunas veces incluso con ayuda psicológica profesional individual. No puedo más que sentirme esperanzado en que dicha “experiencia” y su resultante “actitud positiva” hacia el DH, pudiera –hacerse accesible a un mayor número de personas- y mejorar las probabilidades de que el DH incidiera en la calidad de vida de alguna persona con mucha necesidad de la disciplina, de una manera similar en que tan rotundamente lo hizo en mi existencia. En este aspecto, se habrá de tener cuidado en que los facilitadores que impartan este taller o similares no lo manejen como una estrategia “explotación” (de promoción personal o como parte de un proceso de prospección de clientes para la práctica de psicoterapia individual); el objetivo de los emotivos comentarios – relacionados creo yo con las implicaciones éticas del mercantilismo, la avaricia y/o la vanidad- de Rogers⁷⁹ con relación a estas finalidades (la promoción personal y el reclutamiento de clientes) fue no sólo clara sino también contundente.

4.2 Apropriación de conocimientos del Desarrollo Humano adquiridos durante el curso de la Maestría en Desarrollo Humano y en la intervención

La vinculación del desempeño laboral con el campo de estudio cursado en el programa de la Maestría en Desarrollo Humano (2000-2003) se hace por medio de la realización del taller “Expresión de emociones y auto conocimiento por medio de las artes plásticas modernistas”.

A primera vista, pudiera parecer extraño que siendo mi campo de estudio Mercadotecnia, el tema que vinculé a mi desempeño laboral con la maestría cursada sea “artes plásticas”. Es importante recordar que la Publicidad es una rama de la

⁷⁹ (Rogers C. R., 1970) “Me infunden serias sospechas las personas que parecen explotar el interés actual por los grupos. Se me ocurre que debido a la enorme expansión de este interés cierta cantidad de quienes trabajan en este campo se fijan la consigan <Hacerse conocer rápidamente>, <No perder el tren>. Me siento sumamente molesto cuando algunos individuos que trabajan con gente manifiestan rasgos semejantes” (p. 75).

mercadotecnia estrechamente ligada con la creatividad e históricamente relacionada con las artes plásticas; y que según la Real academia española (2018), publicidad se define como: “Conjunto de medios que se emplean para divulgar o extender la noticia de las cosas o de los hechos” (s/p). Dicho taller fue planeado como un acercamiento al particular estilo de “Desarrollo Humano” que se hacía en el programa vigente en el periodo 2000 a 2003 en el Instituto Tecnológico Superior de Estudios Superiores de Occidente (ITESO), basado en principios de la filosofía existencial, la psicología humanista, el Enfoque Centrado en la Persona (ECP) sin limitarse a él, pero con particular interés en él y la intervención social.

Considero importante reconocer ciertas consideraciones antes de proceder a la demostración de la apropiación de los conocimientos del DH por mi persona:

- A) Al no ser el DH una ciencia exacta, la validez de las observaciones por mí presentadas están matizadas por la “experiencia” del otro, (que depende de la relación, del tiempo y la circunstancia). Es decir, las participantes del taller (relacionados con mi faceta como facilitador) pueden tener observaciones diferentes a mi asesor del REP (relacionado a mi faceta como facilitado en el ámbito académico), los lectores o que mi terapeuta (relacionado a mi faceta como cliente en el ámbito intrapersonal).
- B) No considero que el DH –a diferencia del ECP- sea un modelado de forma de “ser en las relaciones” o una educación en la jerarquía de valores, y la manera en que mi personalidad en particular se apropió de los conocimientos (Del DH) probablemente no cumpla con las características del ECP cuando no desempeñé un papel como facilitador en la relación.
- C) He notado que dependiendo la personalidad, del nivel de involucramiento que se tenga con la aproximación DH en el ITESO y el programa específico (maestría/diplomado, original-hace 50 años-/ intermedio-hace 20 años-/ actual)

se tiende a relacionar en mayor o menor grado con el crecimiento personal, la psicoeducación, o con labores humanitarias. Personalmente creo que lo que es común a todas las aproximaciones y motivaciones es el crecimiento personal, que si bien tiene amplias repercusiones en el aspecto laboral y profesional – motivo del presente REP- no se limita a la facilitación ni a los programas de intervención social.

Después de realizar las consideraciones anteriormente mencionadas (que probablemente matizarán el escrutinio del lector) describiré las actitudes de las que me apropie relacionadas con el DH en el orden jerárquico que considero tienen mayor efecto en el desarrollo personal. El orden propuesto, si bien subjetivo, está sustentado por la visión del ECP; y es el siguiente: 1.-Congruencia, 2.- Empatía, 3.- Aprecio, 4.- Apreciación incondicional de la persona.

Relacionado con la congruencia relataré una anécdota que nos compartió una maestra en el 2002. Ella recordaba que cuando Carl Rogers visitó el ITESO e impartió conferencias y talleres de cómo facilitar, en una sesión en la que ella actuaba como facilitadora se enojó bastante fuerte con la persona facilitada. Para sorpresa de todos, Rogers en lugar de desaprobando la acción, la felicitó. Debo reconocer que al escuchar la anécdota no comprendí el porqué del supuesto actuar de Rogers, e incluso llegué a dudar de la veracidad de la anécdota. En ese tiempo valoraba mucho más la erudición académica y la apreciación incondicional (mismas que, a mi punto de vista, esta maestra no tenía tan desarrolladas) ya que me encontraba en un estado “vulnerable”. Ahora mi forma de ver la facilitación ha cambiado y en consecuencia valoro menos ambas cuestiones; por un lado, al menos en mi experiencia, la erudición académica no es garantía de un cambio personal y he aprendido que apreciación incondicional -fuera de una dinámica específica de facilitación-, cuando no es una “característica idealizada el yo”, es el resultado de una evolución personal que debió iniciar por un intenso autoconocimiento y la constante práctica de la congruencia. Debo agregar que la relación interpersonal con esta maestra no era excelente pero tampoco mala, me resultaba muy agradable pero me costaba trabajo negociar con ella (De hecho fue la

única materia que reprobé en la MDH). Viéndolo en retrospectiva, ella me enseñó la parte “humana” del DH (con la que me puedo identificar actualmente) en vez de la versión “humanitaria” (que necesitaba dada mi circunstancia en ese momento). No deseo crear confusión, valoro el aprecio recibido de maestros y compañeros, pero reconozco estaba más influenciado por la “simpatía” que por la “empatía”; y tengo la experiencia de que a lo largo del tiempo, la congruencia ha generado un aprecio más sincero, un cambio personal más duradero y una consciencia de mis áreas de oportunidad personales referentes a la intervención social y una relación interpersonal específica.

Evidencias de la congruencia asimilada (durante la intervención) se encontrará especialmente en el inciso 2.4.3 tercera evidencia (“Evidencias provenientes de las transcripciones relacionadas con mi desarrollo personal”, pp. 166-175 de este trabajo) de donde reconocí mi propia inseguridad con relación a mi capacidad como facilitador y a la responsabilidad ante las participantes. En ese mismo inciso se expone la percepción por parte de mi co-facilitadora sobre el resultado de la expresión verbal de dicha congruencia. Si bien en los resultados de encuesta realizada a las participantes (12 años después) no se incluyó pregunta alguna referente a este aspecto, si se analizan las “historias” creadas por las participantes (inciso 2.4.1 “Evidencias de comunicación visual y de escritura creativa”, pp. 130-158 de este trabajo) se puede encontrar evidencia de que el clima creado en el taller modeló un ambiente congruente. En las frases elegidas a modo de cierre o aprendizaje por “camaleón” (“Soy yo, ¿Yo soy?/ ¿Yo soy?, soy yo”) , “mono” (“sojo sol erbA” {Abre los ojos en escritura “espejo”}) y “conejo” (“*Vermelho, Vermelho, De cor é meu sentir nao, É meu coracao solamente*” {Tr. Del portugués: Rojo, Rojo, De color, no es mi sentir, Es mi corazón, solamente}) en la tabla 7 (pp.157-158 de este trabajo), se puede inferir que al menos estas participantes tuvieron en desarrollo con relación a la congruencia (ya que se permitieron elegir una frase congruente asociada no sólo a la expresión de su emoción o sentimiento, sino a la su sensación sentida).

Evidencias de la congruencia asimilada (durante la realización del TOG) se encontrarán especialmente en las observaciones, creencias y opiniones de:

- A) El inciso 4.1 (relativo a los elementos conclusivos) que he de reconocer hubiera deseado generaran un mayor cambio en las participantes del taller.
- B) El inciso 4.3 (relativo a la experiencia de construir el REP) que había idealizado fuera más agradable tanto para mí como para las demás personas involucradas.
- C) El inciso 4.4 (relativo a las consideraciones finales y propuestas) que creo pudieran reducir las probabilidades de obtención del grado al ser percibidas como “creencias distorsionadas” y que, siendo honesto no creo generarán una discusión reflexiva que pudiera influir en la praxis actual de la enseñanza en la MDH.

Relacionado con la empatía (durante el taller), que considero quizá sea la presentación de evidencia válida más difícil de lograr, puedo realizar los siguientes comentarios que matizan su análisis:

Segmento A) “Camaleón”, “León”, “Mariposa”, “Venado” y “Oso” son amistades que conozco desde hace por lo menos 20 años, existe conocimiento, intimidad y confianza que facilita la empatía.

Segmento B) “Mono”, “Quetzal”, “Pelícano” y “Conejo” son personas conocidas con las que he tenido un limitado contacto social pero existe “simpatía”, donde probablemente la confianza se aceleró y la empatía no fue tan difícil.

Segmento C) “Canguro” y “Gecko” eran personas que no conocía y ya habían iniciado un proceso de desarrollo personal. Al ser totales desconocidas para mí

persona no se generaba que se acelerara la confianza, pero la empatía no fue tan difícil por su proceso personal previo.

Como se puede observar en los resultados de la encuesta realizada a las participantes (12 años después del taller) si se logró que las participantes experimentaran la empatía, particularmente puedo citar la transcripción de un fragmento de la última sesión en el inciso 2.4.2 segunda evidencia (“Evidencias provenientes de las transcripciones relacionadas con el autoconocimiento”, pp. 158-166 de este trabajo) donde “Oso” (la co-facilitadora) pregunta a una participante:

- Y ¿cómo te sientes con esto que Rodrigo te dice?
- **Bien, entendiendo, entendiéndome y me siento pues cobijada... Gracias.**

Más importante es mencionar algunos retos en cada segmento de las participantes:

Del segmento A) Con estas participantes mi principal reto fue evitar la interpretación, ya que relataban anécdotas (no en su relación conmigo) que yo había percibido de una manera diferente y plasmaban expresiones simbólicas personales en las que yo generaba hipótesis de causalidad con anécdotas pasadas por ellas no relacionadas con la expresión simbólica en cuestión.

Del segmento B) Con ellas mi principal reto fue el trabajar con las experiencias presentes empatizando con el ritmo de su proceso de “quitarse la máscara social”.

Del segmento C) El reto principal fue entender los específicos de la circunstancia ya que su medio social era diferente y desconocido para mí, también la diferencia de edad y sexo me generaba la duda de estar empatizando en vez de “actuando empáticamente”.

Durante la relación del TOG realmente hubo pocas oportunidades para empatizar ya que la mayoría de la comunicación era unilateral (de mí hacia los asesores) y en formato a distancia (electrónico y no simultáneo). Con la primera asesora, mantuve la expectativa de que se facilitará mi proceso y que la empatía fuera para mí (ya que el asesorado era yo) y rechacé cualquier intento de interpretación o manipulación psicológica (o como se dice diplomáticamente “darse cuenta de que alguien es o no de una manera” y “sugerir”) hacia mí persona. Con el segundo asesor se dieron pequeñas oportunidades de empatía, principalmente durante las asesorías presenciales, respecto a temas relativos a la frustración durante nuestra negociación, su necesidad de aprecio y con su necesidad de “moverse lejos de las personas” más realmente dudo que él haya experimentado dicha empatía ya que mi comunicación estaba más centrada en la tarea que en la persona.

Conexo con el aprecio, por las circunstancias relacionadas con los segmentos A y B tratadas anteriormente (en la parte de la empatía) me resulta un poco complejo delimitar si esta actitud fue apropiación de conocimientos o resultado de experiencias y circunstancias que se dieron incluso antes de mi ingreso a la MDH. Por la razón anteriormente citada he decidido limitarme en dos líneas de reflexión: la primera relacionada con el segmento C y la segunda referente a la relación del miedo que tenía de actuar como facilitador con el aprecio.

Con relación a la primera línea de reflexión si bien resulta difícil comprobar la existencia o inexistencia de la actitud sin ver o escuchar las grabaciones o leer las transcripciones, se presentan a continuación el fragmento de la transcripción que una participante expresó durante la facilitación por mí realizada a su persona durante la sexta sesión:

“(…) Ayer operaron al hijo de mi hija de las anginas y me dijo mi hija, ¡Este mamá, te quedas mañana todo el día! y le dije no. Hija me quedo hoy y en la noche, porque mañana no quiero faltar al taller y le digo mejor me quedo la

noche y bueno el niño paso muy bien la noche y pues suave ¿no?, ósea pero, pero si, si , si esta parte ... si me dejó.... Este, pues ese enojo, dije, ni hubiera perdido mi clase del jueves ¿sí? (...)"

En este fragmento se puede observar la motivación de esta participante -que había convivido con los facilitadores y el grupo solamente en tres sesiones anteriores, es decir 12 horas- en realidad dudo que si los facilitadores no hubieran promovido el clima del ECP (incluido el aprecio) en el grupo de encuentro una persona hubiera hecho el sacrificio del desvelo en lugar de simplemente acceder a la petición de su familiar y ausentarse de la sesión. También se puede deducir cómo valora la experiencia del taller, llegando a cuestionar incluso, de haber conocido con anterioridad la diferencia en puntos de vista con su nuera y cómo esta matizó el gozo que tenía de conocer a su primera nieta, si no hubiera preferido asistir a la quinta sesión (Es decir una sesión a la que faltó por ir a conocer a su nieta recién nacida fuera de la ciudad).

Cabe destacar que dicho aprecio con estas participantes del segmento C no puede confundirse con el aprecio propio de una relación amistosa o social ya que no mantuve comunicación por teléfono con ninguna de ellas (Hasta antes de la realización de este TOG obviamente), a "Camaleón" sólo me la encontré breve y aleatoriamente en la calle en una ocasión años después, donde nos saludamos, me dio un efusivo abrazo y me presentó a su esposo y a "Gecko" nunca más la he vuelto a ver.

Con relación a la primera línea de reflexión referente a la relación del miedo que tenía de actuar como facilitador con el aprecio. Citare antes de dicha reflexión comentarios de (Rogers & Stevens, 2012, p. 97) relativos al aprecio: "Es una preocupación no posesiva o dominante como la que se tiene con una persona con las capacidades necesarias para resolver un problema dado. Es una actitud no paternalista, no sentimental, no superficialmente social y superficialmente agradable" Como se puede notar Rogers relaciona el "aprecio" con la "preocupación" y al menos en mi experiencia al momento

de iniciar el taller, mi miedo a actuar fenomenológicamente como facilitador tenía que ver con una “preocupación” aunque también con una “responsabilidad” y con sentimiento percibido (miedo). Poco a poco basado en la experiencia del taller fui madurando dicha “preocupación” cambiando el factor “sentimental”, es decir el miedo, por una actitud “no sentimental”; sin ignorar mi “responsabilidad” pero si diferenciándola de la “sobre exigencia” o la “culpa neurótica” sobre situaciones que en ese momento no existían para reconocer las “capacidades” de las participantes en el taller. Prueba de esto es el hecho de que conforme avanzaba el taller los comentarios expresados por mí, existentes en el diario de campo (que se realizaba con la co-facilitadora al término de cada sesión del taller) referentes al “miedo a actuar como facilitador” disminuyen drásticamente.

Durante la relación del TOG considero que el hecho de volver a abrirme a la posibilidad de tomar el segundo PROGRADO habla un poco también de la actitud “aceptante” en mí. Si bien basado en la lógica de la jerarquía de la relación y por ser el área de estudio el DH, el facilitado debía de ser yo, es decir “el receptor de la preocupación no posesiva o dominante” debí de ser yo. No se puede negar que la distancia entre facilitador-facilitado, por ser ambos miembros o egresados del programa, se esperaba fuera menor y por lo tanto ser tanto recibida como entregada. Con base en la premisa anterior debo reconocer que no me desempeñé adecuadamente en la “preocupación por el otro” y la cualidad “no sentimental” con la primera asesora (No puedo decir que NO existiera un aprecio ya que en verdad admiro la erudición, la organización, la motivación y la fortaleza), más el hecho de haber recibido un trato por mi percibido como “posesivo o dominante” pienso matiza la situación. Relacionado con el segundo asesor (tomando en cuenta nuestras limitaciones humanas y la circunstancia de PROGRADO) considero que recibí y proporcioné ese aprecio. Con el único fin de evitar la confusión también debo reconocer que efectivamente actué “posesivo o dominante” con mi intervención y el subsecuente TOG lo que diferencio de haber hecho con el segundo asesor como persona. Creo que con respecto a las otras cualidades de la actitud (el actuar no paternalista, no superficialmente social y superficialmente agradable) ambos asesores pueden ampliamente constatar su existencia.

Relacionado con el aprecio incondicional de la persona haré referencia a una experiencia sucedida en la segunda sesión donde una participante del segmento “A” (amistades cercanas) expresó enojo hacia la situación y hacia mí con una intensidad que sorprendió incluso a algunas de las participantes. Si bien no estaba de acuerdo con la manera en que ella estaba comunicando su enojo (alzando la voz e incluyendo el uso groserías) -razón por la cual a lo largo de nuestra amistad hemos tenido fuertes diferencias-, fui capaz de empatizar con su enojo y usarlo para su beneficio de una manera que en otra situación fuera de la facilitación hubiese elegido no hacerlo. Esto en consonancia con lo que decía Rogers & Stevens, (2012): No significa que se aprueben o acepten todos los sentimientos o acciones de éste, pero sí que se le aprecie como ser humano. La transcripción de la situación se adjunta a continuación para que el lector aprecie las observaciones anteriormente mencionadas.

- (...) Cuando empezó la segunda cancioncita, te quise matar, tin, tin, tin. Me pusiste histérica, Rodrigo, de desesperada lo que sigue y además cuando me duele la cabeza los ruidos los oigo tres veces más, y además fuertísima la música, ¿A alguien más se le hizo fuerte? (Una participante dijo que a ella también) Gracias, gracias. Entonces yo quería pararme y... decirte ... y estoy desesperada, desesperada, Rodrigo. Desesperada por la pinche cancioncita, de veras y el tin tin tin y decía por favor que alguien le diga que esta canción no es para meditación y desesperada, desesperada porque no me podía parar a decirte: Quítame esa pinche canción. Estaba, estaba como que entrando en mí, pues en mi bosquesito y empiezas con tu cancioncita, no, una desesperación en la panza que te quería golpear; pero claro que a lo mejor te estaba poniendo en ti lo que traigo de todo el día(...) Muy incómodo, muy incómodo, porque desgraciadamente me desesperaba porque no me podía calmar, la música se me hacía fuertísima y me estaba punzando la cabeza. Ay no, no, no, que desagradable. Es que quería, quería pararme y no gritarte,

pues pero apagarle la música o poner estéreos que...ya ni existe, lo que sea por favor. Pero no esa canción por favor que me desespera. Pero una vez más, o sea cómo me iba a parar y molestar a todo el grupo y como se iba a incomodar y demonios porque siempre tanto el respeto a los demás. (Varias de las participantes reían nerviosamente)

- Y ahorita que estás diciendo eso ¿Qué estás sintiendo?
- Ay, desesperación. Esa es la palabra que he tenido todo el rato.
- Y si tuvieras que cambiar la palabra desesperación por alguna de las emociones de las que hablamos, ¿por cuál lo harías?
- A lo mejor enojo. Sí, porque amor definitivamente no.
- Estoy entendiendo que no me quieres ni poquito.
- No, no y ya no es contigo. Ahora sí que no es personal pues.

Sin duda la apreciación incondicional se evidencia no solo de mi hacia ella, sino también de ella hacia mí (y más en un asunto de menor importancia para la amistad como lo fue una canción); pero lo que realmente tiene relevancia con el aprecio incondicional de la persona en el ECP fue el foco que fui capaz de mantener en la facilitación. Un aspecto que deseo incluir es el relacionado a las “risas nerviosas” de las otras participantes. Si bien, el hecho de darme cuenta de éstas hubiera podido ser utilizado para conocer su punto de vista (Incluso cuatro participantes se acercaron a mí, al terminar la sesión para expresar “su sorpresa” tanto por la intensidad de la reacción como por la diferencia en percepción) y, después de profundizarlo, tal vez para generar mayor autoconocimiento en la y las participantes en cuestión y una mayor transparencia en la relación dentro del grupo, decidí no hacerlo en el momento ya que consideré podría segmentar temporalmente al grupo y requerir más tiempo con el que no disponíamos por la cantidad de actividades.

Durante la relación del TOG, específicamente con el segundo asesor, se realizó un trabajo intenso de aceptación incondicional. Estoy seguro de que fue tan retador y cansado para mi segundo asesor como para mí, pero sin conocer aún el éxito de la relación de trabajo o del logro del objetivo del presente TOG, la intención por ambas partes estaba ahí. Con la única intención de no omitir un comentario con relación a mi primer asesor, considero que la aceptación incondicional se deterioró rápidamente –si es que alguna vez existió– y el lector podrá conocer más sobre mi percepción de la experiencia en el apartado siguiente.

4.3 La experiencia de construir el Reporte de Experiencia Profesional

El mejor adjetivo que puedo encontrar para definir la experiencia de construcción del REP es “desafiante”. Según la definición del diccionario de la Real academia española (de des- y afiar):

1. Retar, provocar a singular combate, batalla o pelea.
2. Contender, competir con alguien en cosas que requieren fuerza, agilidad o destreza.
3. Afrontar el enojo o la enemistad de alguien contrariándolo en sus deseos o acciones.
4. Enfrentarse a las dificultades con decisión.

Para comprender la elección de este adjetivo no sólo se debe comprender mi circunstancia que tenía las siguientes características:

- a) A diferencia de muchos compañeros de la MDH, si había terminado el programa (No solo las materias que me aportaban un beneficio deseado o práctico).

- b) Ya tenía realizada la intervención que planeaba utilizar en mi tesis, misma que evalué como muy satisfactoria. Si no había invertido tiempo y esfuerzo en la realización del documento era porque la experiencia relatada por ex compañeros de la MDH no sólo era descrita como agotadora sino en algunas ocasiones extensamente invasiva o irrespetuosa. No quería arriesgarme ver transformada mi buena experiencia en una mala por un título.
- c) En realidad, la obtención del título de MDH es más un gusto que una necesidad. Por un lado, cuento con mi cédula profesional de Maestro en Narrativa y Producción digital (con la cual ya aplico a tabuladores salariales preferentes) y por otro mi interés no es dar terapia (ya que no soy psicólogo ni terapeuta) ni impartir clases de DH en alguna universidad o trabajar en alguna organización enfocada al DH (para la que se pueda necesitar un título para el área específica).

Las implicaciones de esta circunstancia es la alternativa de negociación “ganar-ganar o no hay trato”.

A mi parecer, el periodo de PROGRADO febrero- junio 2019, fue “un proceso de una relación que se deteriora”, es decir del significado del adjetivo elegido –desafiante- del inciso 2 (Contender, competir) al inciso 3 (Afrontar el enojo o la enemistad) debido a que mi experiencia percibida era que las creencias y la jerarquía de valores de mi asesora eran diferentes a la mía y ella, desde su situación de autoridad, en lugar de estar dispuesta a negociarla intentaba diagnosticarla y cambiarla. Es decir, poniéndolo en conceptos de Rogers (1985) no se daba el constructo de “Vulnerabilidad⁸⁰” en mi lo que situaba el escenario no en la “teoría de la terapia⁸¹” sino en la “teoría de las

⁸⁰ (Rogers C. R., 1985): “Vulnerabilidad. Este término designa el estado de incongruencia que puede existir entre el yo y la experiencia. Se emplea cuando se desea destacar el peligro de desorganización psíquica al que puede llevar tal estado. Cuando el individuo se encuentra en estado de incongruencia sin tener conciencia de ello, es potencialmente vulnerable a la angustia, la amenaza y la desorganización” (pág. 35).

⁸¹ (Rogers C. R., 1985): “Para que un proceso terapéutico se produzca es necesario: 1. (...)2. Que la primera persona, a la que denominaremos cliente, se encuentre en un estado de incongruencia, de vulnerabilidad o de angustia” (pág. 49).

relaciones interpersonales⁸²” (específicamente en la condición 3 girando por un lado en torno a los elementos a y b, y por otro, del elemento c)⁸³. Debido a que el importe del curso no era reembolsable si el alumno abandonaba el programa, me parecía francamente injusta esta actitud por mi percibida como autocrática, así que decidí involucrar instancias superiores, llegando incluso al significado del adjetivo –desafiante- inciso 1 (Retar, provocar) para obtener pruebas escritas.

El coordinador de PROGRADO mostró, a mi juicio, mucho mayor profesionalismo, empatía y respeto que mi exasesora; razón por la cual decidí darle una segunda oportunidad al programa.

En el periodo de PROGRADO julio - noviembre 2019 inició con “un proceso de una relación enriquecedora” que no considero ha sido fácil ni para mi nuevo asesor ni para mí, es decir, se ajusta al significado del adjetivo elegido –desafiante- del inciso 4 (Enfrentarse a dificultades con decisión). No considero que su actitud se autocrática – más bien la describiría como con una intención empática, respetuosa u cautelosa- pero debo reconocer que no creo que nuestros enfoques y objetivos sean del todo similares. Entiendo que, además del contar con mayor experiencia sobre este proyecto, que para mí es mucho más significativo y significativa que para él⁸⁴; y que actuó en consecuencia para preservarlo, actitud que complica la negociación; pero, la he vivido como una experiencia de aprendizaje y crecimiento, tal vez no sencilla ni agradable, pero si congruente. Y eso, al menos a mí, me genera esperanza en nuestra capacidad para

⁸² (Rogers C. R., 1985): “Condiciones del desarrollo de una relación en vías de deterioro. La comunicación y la relación se deterioran cuando están dadas las siguientes condiciones: 1. Un sujeto Y consiente entrar en contacto y en comunicación con otro sujeto X (:::). 2. Un sujeto X desea (por lo menos en grado mínimo) entrar en contacto y en comunicación con Y. 3. En X existe un acentuado estado de incongruencia interna entre los elementos siguientes: a) Su experiencia del objeto de su comunicación con Y (...) b) Su simbolización consciente de esta experiencia, en particular con relación a su concepto de sí mismo. C) La expresión consciente (verbal o no-verbal) de esta experiencia, es decir, la comunicación de esta experiencia a Y” (pág. 85).

⁸³ (Rogers C. R., 1985): “Comentario. (...) En cambio, si el estado de incongruencia gira en torno a los elementos a y b; por un lado, y, por otro del elemento c, se tratará más bien de un simulacro o un engaño y las consecuencias inmediatas son sobre todo de orden social” (pág. 86).

⁸⁴ Por lógica básica, la cantidad de tiempo y esfuerzo que he invertido en el mismo es considerablemente mayor (un lapso de más de 12 años) a la duración de este PROGRADO.

apreciar las diferencias y tolerar nuestras discrepancias, vivenciando la posibilidad – humana e imperfecta- de la aceptación. Alejándonos del nihilismo y creando un equilibrio entre nuestra “necesidad de consideración positiva⁸⁵” y la “necesidad de consideración positiva de sí mismo⁸⁶” -que creo yo, es el logro más destacado en mi persona de la MDH en el ITESO-.

4.4 Consideraciones finales y propuestas

Más allá de las conclusiones que se reportaron de la intervención, como todo proceso humano, este taller es susceptible a mejoras dentro de las que puedo enumerar:

- D) Evaluar si modificar el equilibrio demográfico del grupo (sexo, nivel socioeconómico, edad, etc.) genera una mejor dinámica o un mayor crecimiento personal.
- E) Limitar el número de amistades por grupo para evitar la unificación de criterios mediante alianzas previamente establecidas.
- F) Extender la duración del taller o realizar sesiones intermitentes, es decir, no semanalmente, del grupo de encuentro.
- G) Evaluar la función de sesiones intermitentes de otras metodologías de producción de arte si se considera una duración más larga (Si bien la duración recomendada para un taller es de 20 horas, éstas, a mi juicio, resultan insuficientes para un grupo de encuentro; por tal razón –dada la metodología mixta de este taller específico- el establecer sesiones exclusivas de grupo de

⁸⁵ (Rogers C. R., 1985): “Consideración positiva. Cuando percibo que una persona tiene una experiencia respecto a su yo y cuando esa percepción modifica positivamente mi campo experiencial, decimos que experimento una consideración positiva hacia esa persona. En general, la consideración positiva engloba sentimientos y actitudes de afecto, cariño, respeto, simpatía aceptación. (...). Necesidad de consideración positiva. Según Standal, la necesidad de consideración positiva es una necesidad secundaria, o adquirida, (...)” (pág. 41).

⁸⁶ (Rogers C. R., 1985): “Consideración positiva de sí mismo. Este término se utiliza para designar un sentimiento de consideración positiva que el individuo experimenta respecto de una experiencia, o una serie de experiencias relativas al yo, independientemente de la consideración positiva experimentada por otras personas respecto de ellas (...). Necesidad de consideración positiva de sí mismo. La necesidad de consideración positiva de sí mismo es una necesidad secundaria o adquirida que se relaciona con la necesidad de consideración positiva de parte de los otros” (pág. 43).

encuentro entre las que se intercalen sesiones intermitentes de otras metodologías pudieran dar unidad al taller y lograr una mayor eficacia del grupo de encuentro.

- H) Evaluar la función de sesiones de repetición de metodologías de producción de arte para superar la monotonía o el estancamiento dentro del grupo de encuentro.

Realizar la intervención fue una experiencia de profundo aprendizaje y desarrollo personal. Dentro de los beneficios obtenidos de esta experiencia puedo enlistar:

- A) Adquirir una mayor confianza en las habilidades que aprendí en la MDH.
- B) Aumentar mi confianza en la capacidad y el potencial de desarrollo de los participantes.
- C) Reconocer la importancia de una experiencia positiva del grupo de encuentro en los participantes para la motivación personal para continuar su desarrollo personal.
- D) Corroborar que las artes plásticas modernistas fomentan la curiosidad en la población objetivo, respecto al DH, ECP, y los grupos de encuentro.
- E) Corroborar que las artes plásticas modernistas facilitan el proceso del grupo de encuentro al modificar la dinámica grupal y al ayudar a algunos participantes a superar “puntos muertos”.

Realizar este trabajo de obtención de grado (TOG) fue una experiencia muy retadora, principalmente con relación a la evaluación (y su posterior defensa argumentativa) hecha por mi persona de la concepción de “Desarrollo Humano” que sustentó en los conceptos aprendidos en mis estudios en el programa de la MDH 2000 a 2003. También retador fue el manejo de mis emociones y sentimientos ante los profundos cambios que ha tenido el programa en estos 17 años después del término de mi formación.

En referencia al programa de la MDH 2000 a 2003, también reconozco que el programa anterior generaba mucha polémica y discusiones relativas no solo a la efectividad de este, sino a importantes cuestiones éticas y de responsabilidad ante los facilitados⁸⁷- específicamente a la creencia de que los egresados dieran terapia-. Con relación a este asunto, en mi experiencia, he llegado a darme cuenta de que los egresados del programa anterior se dividen en dos grandes grupos:

- A) Cuando practican formalmente algún tipo de terapia humanista se han capacitado al término de la MDH para hacerlo.
- B) Cuando practican algún tipo de terapia espiritual o “alternativa” se dirigen a un segmento que no valora la currícula de la MDH, y sólo tienen público en el largo plazo entre aquellos adeptos que ya comparten su cosmovisión.

Personalmente, hubiera decidido proporcionar una extensión de estudios para los interesados en dar terapia humanista (mismo que aquellos interesados en dar terapias espirituales o “alternativas” probablemente no tomarían) que constara por escrito en el título; en vez de limitar el conocimiento relacionado con las importantes bases del programa a impartir. Sí aún después de esto persistieran las dudas, para resolver la confusión entre lo que es una terapia y lo que es una dinámica terapéutica -como lo es la facilitación- usaría un límite en el puntaje dentro de la escala de estrés de Holmes y Rahe⁸⁸ en MD wise a McLaren Company (2015)⁸⁹ (ver anexo 1) o similar que permitiera delimitar las situaciones en las que un facilitador debe actuar, en contraste con aquellas en las que un terapeuta puede actuar (De una manera similar a como con el Manual

⁸⁷ Como yo lo percibo, es que las decisiones de algunos egresados con relación tanto a su vida personal como con el hecho la práctica de alguna dinámica con base psicológica o terapia -contando o no con la capacitación necesaria para esta última-, generaban miedo, enojo y/o preocupación entre personalidades conservadoras, profesionales de la salud y licenciados en psicología.

⁸⁸ Ver Anexo # 1

⁸⁹ MDwise es una organización de mantenimiento de salud sin fines de lucro con licencia de Indiana que ofrece beneficios de atención médica a 300,000 miembros de Medicaid. Desde 1994, MDwise ha brindado acceso a atención médica y educación compasivas, de alta calidad y coordinadas a los miembros de Medicaid en comunidades de todo Indiana EEUU.

diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (en inglés, Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, abreviado DSM) se delimitan las situaciones en las que un terapeuta debe actuar, en contraste con aquellas en las que un psiquiatra puede actuar). Creo que la consideración central para debatir la justificación del programa de la MDH -más allá de posturas académicas de diversas escuelas psicológicas, jerarquías de valores personales y otras narrativas grupales y/o sociales, que dicho sea de paso sería más acorde con la visión del ITESO y de la Compañía de Jesús sería el establecer un liderazgo basado en el examen de la conciencia, tal vez mediante asignaturas de axiología⁹⁰ de los valores y/o ejercicios espirituales.

Sé que pudiera parecer que las consideraciones son más extensas con relación al programa de la MDH que a la intervención en sí, pero es importante tomar en cuenta los siguientes aspectos:

- A) Debido a mi tardanza en concretar este TOG -el tiempo entre el curso de mis estudios y el término del presente trabajo fue de 20 años- atípicamente he experimentado y documentado diversas aproximaciones al DH dentro del ITESO.
- B) Si bien ha cambiado (tal vez según la percepción de algunos, mejorado) el programa de la MDH, la institución éticamente no debiera desacreditar y/o “corregir” el (los) anterior(es) ya que, como yo, aún existe un gran número de exalumnos por titularse.
- C) Desde lo más profundo de mi ser considero que la dinámica por mi experimentada durante y después de la MDH⁹¹, fue altamente benéfica y

⁹⁰ Según definición de la Real Academia Española: “(Del fr. Axiologie, y este del gr. Áxios “digno”, “que tiene valor” y el fr. -logie, -logía) Fil. Teoría de los valores.

⁹¹ (Rogers & Kinget, 1967): “Corre entonces el albur de permitir que el grupo conozca alguna faceta más honda de sí mismo. Un hombre cuenta cual es la trampa que lo aprisiona, al sentir que no hay esperanza de comunicación entre su esposa y él. Un sacerdote manifiesta cuánta cólera acumuló a causa de un trato irracional que le dispensa uno de sus superiores. ¿Qué tendría que haber hecho? ¿Qué podría hacer ahora? Un científico, jefe de un importante departamento de investigación, cobra valor y habla de su penoso aislamiento, refiere a su grupo que en su vida nunca ha tenido un solo amigo. Al terminar derrama algunas lágrimas de autocompasión – que estoy seguro ha reprimido durante muchos años-. Un psiquiatra se sincera y revela su sentimiento de culpa por el suicidio de un paciente suyo. Un hombre de cuarenta años narra su absoluta incapacidad para liberarse de la presión que ejerce

mucho más exitosa para mi desarrollo personal que cualquier otra dinámica realizada por profesionales de la salud.

No pretendo dirigir el rumbo del DH ni poseer “la verdad”, sino simplemente ser asertivo y congruente, y creo que ese es mi mayor aprendizaje -humano y si, imperfecto- pero auténtico y con (lat.) “*logos*”, es decir, sentido.

sobre él su madre, quien quiere controlarlo permanentemente. Se ha iniciado un proceso al que uno de los miembros de un laboratorio llamó <<viaje hacia el centro de sí mismo>>, proceso que es a menudo muy doloroso” (p. 26) y “Aprendí que los miembros de un grupo son tan terapéuticos como yo mismo – o más aún – cuando surge en él una situación muy grave, en la cual el individuo manifiesta una conducta psicótica o actúa de forma extraña. De vez en cuando el profesional cae en la trampa de los rótulos y piensa, por ejemplo: <<¡Esta es una conducta claramente paranoide!>>. Tiende así a establecer cierta distancia y a tratar a la persona como si fuera más bien un objeto. Sin embargo, los miembros de un grupo, más ingenuos, continúan relacionándose con el individuo perturbado como persona, y, de acuerdo con mi experiencia, esto es mucho más terapéutico” (p. 66).

REFERENCIAS

- Alcaide, C. (2006). La Expresión Artística como intervención educativo-terapéutica. En M. (. López Fdz. Cao, *Creación y posibilidad Aplicaciones del arte en la integración social* (Primera ed., págs. 89-106). Madrid, España: Editorial Fundamentos colección ciencia.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-5®)*. American Psychiatric Pub.
- Betancourt, A. M. (2007). Conceptos básicos. En A. M. Betancourt, *El taller educativo* (págs. 11-15). Bogotá: Cooperativa Editorial Magisterio.
- Butler, J. (2007). *El género en disputa*. (M. A. Muñoz, Trad.) Barcelona: Paidós studio 168.
- Careaga, A., Sica, R., Cirillo, A., & Da Luz, S. (2006). Aportes para diseñar e implementar un taller. 8vo. *Seminario-Taller en Desarrollo Profesional Médico Continuo (DPMC) 2das Jornadas de Experiencias educativas en DPMC*, (págs. 1-28). Uruguay.
- Ceballo Bello, Y., De Vasconcelos De Freitas, J., & Ferreira Correia, A. (2012). Efectos de un programa de arteterapia sobre la sintomatología clínica de pacientes con esquizofrenia. *Arteterapia: Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social*, 7(Vol. 7 (2012) 207-222), 207-222. Obtenido de <https://revistas.ucm.es/index.php/ARTE/article/view/40771>
- Cezanne, P. (1892). *Tulipanes en un florero*. Colección privada.
- Dalí i Domènech, S. F. (1955). *El sacramento de la Última Cena*. Galería Nacional de Arte, Washington, DC, EEUU.
- Dalí i Domènech, S. F. (1960). *Nacimiento de una divinidad*. Colección privada.
- Davison, T. (ND de ND de 2014). www.feministvoices.com/natalie-rogers. Obtenido de www.feministvoices.com/natalie-rogers
- De Beauvoir, S. (1949). *El segundo sexo. Los hechos y los mitos*. Paris: Gallimart.
- De La Cuesta-Benjumea, C. (julio-agosto de 1995). Familia y salud. *Revista ROL de Enfermería*(203-204), 21-24.
- De La Llera Suárez, E., & Guibert Reyes, W. (2000). Las terapias con recursos artísticos. Su utilidad en la atención primaria de salud. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 295-304.
- Definición de . (15 de Marzo de 2019). *Definición de*. Obtenido de https://definicionde/coeficiente_intelectual/
- Diáz Muñoz, J. G. (2009). *Centro Interdisciplinario para la Formación y Vinculación Socail (CEFOVIS)*. Recuperado el 2009 de Marzo de 15, de rei.iteso.mx: <http://hdl.handle.net/11117/1402>
- DiCaprio, N. S. (1989). *Teorías de la personalidad* (Segunda ed.). (J. A. Velázquez Arellano, & A. M. Palencia Guerrero, Trads.) Estado de México: McGraw-Hill Interamericana S.A. de C.V.

- Editoriales y artículos. (8 de Septiembre de 2014). *Conocimientos web*. Obtenido de www.conocimientosweb.net/portal/article292.html
- Ehrenfels Von, C. F. (1890). Über gestalqualitäten. *Vierteljahrsschrift für wissenschaftliche philosophie, XIV (Revista catorcenal de filosofía científica)*.
- Espeleta, M. (7 de Marzo de 2017). *blogs.iteso.mx*. Recuperado el 15 de Marzo de 2019, de Centro Interdisciplinario para la Formación y Vinculación Social (CIFOVIS) del ITESO: <https://blogs.iteso.mx/cifs/2017/03/07/reflexiones-sobre-los-movimientos-feministas/>
- Farga Mullor, M. d., & López Varela, A. (2013). *Historia del arte. Segunda edición (revisada)*. Naucalpan de Juárez: Pearson Educación de México, S.A. de C.V.
- Freeland, C. (2003). *Pero ¿esto es arte? Una introducción a la teoría del arte*. (J. I. Tena, Trad.) Madrid: Ediciones Cátedra (Grupo Anaya, S.A.).
- Fromm, E. (2014). *El arte de amar*. Barcelona: Paidós.
- Gendlin, E. T. (1999). *El focusing en psicoterapia. Manual del método experiencial*. (J. R. Ortega, Trad.) Barcelona: Paidós Ibérica, S.A.
- Gironerlla Parra, E., & Rico, P. J. (2015). *Artempatía / Empathy art*. México D.F.: CONACULTA.
- Goleman, D., Kaufman, P., & Ray, M. (2016). *El espíritu creativo*. (R. S. Corgatelli, Trad.) Barcelona: Ediciones B, S.A.
- Gondra Rezola, J. M. (1978). *La psicoterapia de Carl R. Rogers Sus orígenes, evolución y relación con la psicología científica* (Segunda ed.). Bilbao: Editorial Española Desclée de Brouwer, S.A.
- Harris, E. (Dirección). (2000). *Pollock* [Película].
- Herrmann México. (2007). Herrmann brain dominance instrument (Sección A-D). *Sesión coaching ejecutivo* (págs. Sección: A=7, B=8, C=23, D=11). Zapopan: Herrmann México.
- Home Box Office. (8 de Noviembre de 1972). Seis pies bajo tierra. Nueva York, EEUU.
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2018). *Hombres y mujeres en México 2018*. Obtenido de INEGI: http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos_download/MHM_2018.pdf
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (09 de Octubre de 2019). *Hogares: vivimos en hogares diferentes*. Obtenido de INEGI: <http://cuentame.inegi.org.mx/poblacion/hogares.aspx>
- Klimt, G. (1909). *El árbol de la vida*. Palacio Stoclet, Bruselas, Belgica.
- Koestler, A. (1990). *The act of creation*. New York: Arkana/Penguin.
- Kunsthistorisches Museum Wien. (6 de Marzo de 2018). Jasper Sharp über Felix Gonzalez-Torres und Lombardo. Viena, Austria. Obtenido de <https://www.youtube.com/watch?v=h4EEygQ2O9Q>
- Lafarga, J. (2014). *DESARROLLO HUMANO El crecimiento personal* (Segunda ed.). México D.F.: Trillas.
- Little, S. (2004). *...isms. Understanding art*. New York: Universe publishing.

- Marxen, E. (2011). Diálogos entre arte y terapia. En E. Marxen, *Diálogos entre arte y terapia* (págs. 13-16). Barcelona: Editorial Gedisa.
- Matisse, H. (1952). *La tristeza del rey (La Tristesse du roi)*. Centro Nacional de Arte y Cultura Georges Pompidou, París, Francia.
- May, R. (1977). *La velentía de crear*. Buenos Aires: EMECE.
- MD wise a McLaren Company. (1 de Octubre de 2015). *Holmes-Rahe - MDwise*.
Obtenido de
https://www.mdwise.org/MediaLibraries/MDwise/Archivos/Herramientas%20de%20Obienestar/Stress_Holmes-Rahe_Life_Stress_Inventory_ESP.pdf
- Merlet, A. (Dirección). (1997). *Artemisia* [Película].
- Metla, V. (14 de Mayo de 2015). *Law Street*. Obtenido de
<https://www.lawstreetmedia.com/issues/education/cutting-art-programs-schools-solution-part-problem/>
- Muñoz Polit, M. (2009). *Emociones, sentimientos y necesidades. Una aproximación humanista*. IdeaZapato Araucaria.
- National Portrait Gallery. (7 de Abril de 2011). Hide/Seek: "Untitled(Portrait of Ross in L.A.)" by Felix Gonzalez-Torres. Washington, D. C., USA. Obtenido de
<https://www.youtube.com/watch?v=37bSb-aQ4BM&app=desktop>
- Newell, M. (Dirección). (2003). *Mona Lisa Smile (La sonrisa de Monalisa)* [Película].
- Perls, F. S. (1969). *Gestal therapy verbatim*. Lafayette: Real people press.
- Prette, M. C., & De Giorgis, A. (2002). *Leer el arte y entender su lenguaje*. Madrid: Susaeta Ediciones S.A de C.V.
- Real academia española. (Octubre de 2018). *Diccionario de la real academia española*. Recuperado el 3 de Julio de 2019, de www.dia.rae.es
- Redon, O. (1890). *Ojos cerrados*. Estación de Musée d'Orsay, París, Francia.
- Reich, S. (1974-1976). *Musica para 18 musicos*. San Francisco, California, EE. UU.
- Rogers, C. (1992). *El proceso de convertirse en persona*. España: Paidós.
- Rogers, C. R. (1970). *Grupos de encuentro*. (M. A. Bonfanti, Trad.) Buenos Aires: Amorrortu.
- Rogers, C. R. (1985). *Terapia, Personalidad y Relaciones interpersonales*. (A. Carmona, & O. Castillo, Trads.) Buenos Aires, República Argentina: Nueva Visión.
- Rogers, C. R., & Kinget, M. G. (1967). *Psicoterapia y relaciones humanas. Teoría y practica de la terapia no directiva*. (M. Valcarce, Trad.) Barcelona: Alfaguara.
- Rogers, C., & Stevens, B. (2012). *Persona a persona. El problema de ser humano. Una nueva tendencia en psicología*. (A. editores, Ed.) Buenos Aires: Paidós.
- Rogers, N. (1988). *The creative connection. Self expresion as a path to personal empowerment*. Palo Alto, USA.
- Rogers, N. (1993). *The creative connection: Expressive arts as healing*. Science and Behavior Books.
- Rogers, N. (1995). *Emerging woman: A decade of midlife transitions*. Old Trafford.

- Rogers, N. (2011). *The creative connection for groups: Person-centered expressive arts for healing and social change*. Palo Alto: Science and Behavior Books.
- Rubin, J. A. (2016). *Approaches to art therapy*. New York, NY.: Routledge.
- Shakman , M. (Dirección). (2005). *Six feet under (Seis pies bajo tierra) Temporada 5 capítulo 8: Singing for our lives (Cantandi por nuestras vidas)* [Película].
- SIPSE. (15 de Marzo de 2019). *SIPSE.COM*. Obtenido de <https://sipse.com/mexico/familias-tradicionales-mexico-reporte-inegi-2017-245199.html>
- Tanaka, K. (2012). *Sin título*. Colección privada, Zapopan.
- The free dictionary by farlex. (19 de Marzo de 2019). *The free dictionary by farlex*. Obtenido de <https://www.thefreedictionary.com/>
- Tolentino, G. (2011). *Plumas sobre lodo*. Colección privada, Zapopan.
- Tudor, K. (2011). Rogers' therapeutic conditions: A relational conceptualization. *Person-Centered & Experiential Psychotherapies*, 2011.
- tvmacay. (24 de Octubre de 2011). Félix González Torres | Vanguardias. Mérida, Yucatán, México. Obtenido de <https://www.youtube.com/watch?v=5cK6317yUO8>
- Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM). (25 de Marzo de 2010). Felix González-Torres en el MuAC. Ciudad de México, D.F., México. Obtenido de <https://www.youtube.com/watch?v=K-qlyymY5eI>
- Van Gogh, V. (1888). *Silla con pipa*. Galería Nacional, Londres, Inglaterra.
- Van Gogh, V. (1889). *Los girasoles*. Neue Pinakothek, Múnich, Alemania.
- Wallas, G. (2014). *The art of thought*. West Sussex: Solis press.
- Weir, P. (Dirección). (1989). *La sociedad de los poetas muertos (Dead poet society)* [Película].

ANEXOS

Anexo 1 Escala de estrés de Holmes y Rahe



Evento de Vida	Valor en Puntos
26. Cónyuge que empieza a trabajar fuera de la casa o deja de hacerlo	26
27. Comienzo o fin de la educación formal	26
28. Cambio importante en las condiciones de vida (casa nueva, remodelación, deterioro del barrio o la casa, etc.)	25
29. Modificación de hábitos personales (cómo se viste, personas que frecuenta, dejar de fumar, etc.)	24
30. Problemas con el jefe	23
31. Cambios importantes en las condiciones laborales o la cantidad de horas trabajadas	20
32. Cambios de domicilio	20
33. Cambio a una nueva escuela	20
34. Cambio importante en el tipo y/o la cantidad de recreación habitual	19
35. Cambio importante en la actividad relacionada con la iglesia (mucho más o mucho menos que lo habitual)	19
36. Cambio importante en las actividades sociales (clubes, cine, visitas, etc.)	18
37. Sacar un préstamo (para un auto, TV, electrodomésticos, etc.)	17
38. Cambio importante en los hábitos de sueño (mucho más o mucho menos que lo habitual)	16
39. Cambio importante en la cantidad de reuniones familiares (mucho más o mucho menos que lo habitual)	15
40. Cambio importante en los hábitos alimentarios (ingesta mucho mayor o mucho menor de alimentos u horarios o ambientes muy diferentes para las comidas)	15
41. Vacaciones	13
42. Festividades importantes	12
43. Violaciones menores de la ley (multas de tránsito, cruce imprudente de calles, alteración del orden, etc.)	11

Suma todos los puntos que tenga para averiguar su puntaje. Si tuvo:

- + **150 puntos o menos:** Significa que tiene una cantidad relativamente baja de cambio en su vida y una susceptibilidad baja a un colapso de la salud inducido por el estrés.
- + **150 a 300 puntos:** Eso implica una probabilidad de aproximadamente 50 por ciento de tener un colapso importante de la salud en los próximos dos años.
- + **300 puntos o más:** Eso implica una probabilidad de aproximadamente 80 por ciento de tener un colapso importante de la salud en los próximos dos años, según el modelo de predicción estadística de Holmes-Rahe.

Manejo del estrés: Escala de estrés de Holmes-Rahe

Instrucciones

Marque el valor en puntos de cada uno de estos eventos de vida que le haya sucedido durante el año anterior. Saque el total de los puntos asociados.

Evento de Vida	Valor en Puntos
1. Muerte del cónyuge	100
2. Divorcio	73
3. Separación marital de la pareja	65
4. Detención en una cárcel u otra institución	63
5. Muerte de un familiar cercano	63
6. Lesión o enfermedad personal importante	53
7. Casamiento	50
8. Despido laboral	47
9. Reconciliación marital con la pareja	45
10. Jubilación	45
11. Cambio importante en la salud o la conducta de un familiar	44
12. Embarazo	40
13. Problemas sexuales	39
14. Nuevo integrante en la familia (nacimiento, adopción, adulto mayor que se mudó para vivir con usted, etc.)	39
15. Reajuste comercial importante	39
16. Cambio importante del estado financiero (mucho peor o mejor que lo habitual)	38
17. Muerte de un amigo cercano	37
18. Cambio de rubro laboral	36
19. Cambio importante en la cantidad de discusiones con el cónyuge (ya sea mucho más o mucho menos que lo habitual con respecto a la crianza de los hijos, hábitos personales, etc.)	35
20. Tomar una hipoteca (sobre la casa, negocio, etc.)	31
21. Ejecución de una hipoteca o préstamo	30
22. Cambio importante de las responsabilidades laborales (ascenso, descenso de categoría, etc.)	29
23. Hijo o hija que deja la casa (por casamiento, para ir a la universidad, para entrar a las fuerzas armadas)	29
24. Problemas con parientes políticos	29
25. Logro personal sobresaliente	28

APM029 (1/15)

APÉNDICES

Apéndice 1 Carta informativa de invitación para participantes del taller

El objetivo general del taller es explorar experiencias (emociones, sentimientos, creencias y situaciones de vida) mediante:

La expresión de las mismas por medio de métodos y técnicas de artes plásticas modernistas (ej. arte abstracto).

La facilitación de sesiones de grupo de encuentro en las cuales se exploran las mismas (experiencias) a mayor profundidad.

Es:

Un espacio donde compartirás sentimientos, creencias y situaciones de vida en un grupo de 12 personas (10 participantes y dos facilitadores).

Un espacio guiado por dos facilitadores en el que se espera participen TODOS los integrantes.

Un taller en el que puedes conocer algunos conceptos, creencias o modelos de diferentes escuelas psicológicas que te lleven a aumentar tu conciencia, tu aceptación y mejorar tu toma de decisiones.

Un taller en donde conocerás y practicarás algunos métodos y técnicas de diferentes escuelas de pintura.

Un grupo en el que se aplicará el Enfoque Centrado en la Persona.

El objetivo no es:

Un taller de pintura (Donde puedas aprender a pintar).

Un curso de apreciación del arte (Donde puedas analizar o efectuar una crítica de una obra de arte).

Una terapia individual (En la que se profundicen temas que requieren de un terapeuta).

Costo:

Debido a que será video grabado para la elaboración de una tesis, en esta ocasión el costo será absorbido por el facilitador. Durante las sesiones, si alguien desea apagar la cámara durante periodos cortos de tiempo debido a que quiera compartir situaciones sensibles, se podrá hacer. El costo del material de este taller es de \$2,000.00; para este taller tu costo es tu compromiso de asistencia.

Fechas y Horarios:

6 sesiones (jueves) de 18:00 a 22:00 hrs.

Junio 21 de 2007.

Junio 28 de 2007.

Julio 5 de 2007.

Julio 12 de 2007.

Julio 19 de 2007.

Julio 26 de 2007.

Apéndice 2 Planeación conceptual del taller

El taller está planeado siguiendo el “Círculo del contacto” de la terapia Gestalt donde:

Primera sesión —> Sensación/percepción —> Pintura de acción
Segunda sesión —> Formación/figura —> Expresionismo abstracto
Tercera sesión —> Movimiento de energía —> Surrealismo
Cuarta sesión —> Acción —> Post-impresionismo
Quinta sesión —> Contacto —> Nueva objetividad
Sexta sesión —> Realización —> Arte conceptual
NA —> Retiro —> Entrega de obra.

Primera sesión

Temas artísticos: Definición de arte.

Finalidades de arte (Ritual, formal, Imitación, Expresión y Cognición)

Método de pintura de acción y “goteo” de Jackson Pollock.

Temas psicológicos: Fondo – Figura (conciencia)

Segunda sesión

Temas artísticos: Formas de codificación (objetivas, figurativas y abstractas)

Tipos de arte abstracto (Expresionista, geométrico, objetivista, accionista, meditativo, espacialista)

Definición de expresividad

Temas psicológicos: Diferencia entre emociones y sentimientos

MATEA

Tercera sesión

Temas artísticos: Definición e historia del surrealismo

Tipos de surrealismo.

Técnicas de surrealismo básicas (Frottage, grattage y decalcomanía)

Temas psicológicos: La mente según Freud (Consciente, preconsciente y subconsciente) (Id, ego y súper ego)
Definición y características de arquetipos
Concepto Jungiano de la sombra

Cuarta sesión

Temas artísticos: Características de pintura modernista.
Modernistas básicos (Van Gogh, Gauguin y Cezane)
Ismos modernistas (de forma: cubismo y futurismo, de tema: Primitivismo y dadaísmo, de expresión: expresionismo y fauvismo)

Temas psicológicos: Concepto “yo real vs yo ideal” de Karen Horney.
Consecuencias del yo idealizado.

Quinta sesión

Temas artísticos: Ismos post-modernistas (Realismo social, conceptualismo, happenings, fotografía/cine y medios electrónicos)
Definición e importancia de creatividad.
Ismos contemporáneos (neo-realismo y nueva objetividad vs método paranoico-crítico)

Temas psicológicos: Bases de psicología racional emotiva de Ellis.
Errores del pensamiento según Ellis.

Sexta sesión

Temas artísticos: Características y herencias del renacimiento.
Definición de humanismo.
Definición de arte conceptual.

Temas psicológicos: Autores de psicología humanista.
Oración de la Gestalt.
Comentarios de Allport sobre las emociones.
Actualización según Carl Rogers.

Apéndice 3 Anteproyecto (del TOG)

EXPRESIÓN DE EMOCIONES Y AUTO-CONOCIMIENTO POR MEDIO DE LAS ÁRTEES PLÁSTICAS

RESUMEN

En este trabajo se describirán las circunstancias, el proceso y resultados de la impartición del taller “Expresión de emociones por medio de las artes plásticas” a 10 mujeres con estudios universitarios relatando las emociones y sentimientos expresados, la evolución de su autoconocimiento y la manera en que este es integrado a su circunstancia y expectativa tanto familiar como profesional.

PALABRAS CLAVE

Desarrollo humano

Enfoque centrado en la persona (ECP)

Manejo de sentimientos

Métodos de producción de artes plásticas.

Terapia Gestalt.

ANTECEDENTES

El autor desde temprana edad ha mostrado gusto e interés por las artes plásticas (creación, historia y estudio metodológico). El objetivo del autor desde su curso de la maestría en Desarrollo Humano ha sido integrar y armonizar a nivel personal, familiar y amistoso lo aprendido. El taller “Expresión de emociones por medio de las artes plásticas” fue impartido por el autor hace 12 años a amigas y conocidas principalmente.

PROPOSITO

Proporcionar a los estudiosos del Desarrollo Humano un estudio de caso de que trate las circunstancias y procesos de expresión de emociones y de autoconocimiento de mujeres profesionistas que promueva la reflexión sobre las limitantes, retos y expectativas de estas al iniciar su vida familiar.

RELACION CON EL DESARROLLO HUMANO

Si bien muchas de estas mujeres no expresan una problemática focalizada, al iniciar su vida familiar como egresadas universitarias, se enfrentan a una circunstancia en la que muchas desean compaginar su desarrollo familiar con el profesional que es territorio propicio para el desarrollo humano no solo de las participantes sino de sus familias (tanto la de origen como la nuclear)

REFERENCIAS

Enfoque centrado en la persona.

Terapia Gestalt.

Métodos de producción de artes plásticas.

EVIDENCIA DISPONIBLE

Se cuenta con videograbaciones, grabaciones de sonido de todas las sesiones del taller (algunas con su respectiva transcripción).

Se cuenta con todas las obras plásticas (físicas y digitalizadas) elaboradas en el taller.

Se puede conseguir encuestas o entrevistas a profundidad de la mayoría de los participantes en el taller “Expresión de emociones por medio de las artes plásticas” y de la co facilitadora.

EXPLICACIÓN DETALLADA DEL CONTEXTO EN DONDE SE DESARROLLA EL CASO A ESTUDIAR.

El presente estudio de caso relatará la experiencia y uso de las habilidades aprendidas en la maestría de desarrollo humano del autor como impartidor del taller “Expresión de emociones por medio de las artes plásticas” a mujeres profesionistas y tradicionalistas de la ZMG (la mayoría de ellas conocidas y/o amigas)

DESCRIPCIÓN DE LA ORGANIZACIÓN, INSTITUCIÓN O PERSONAS INVOLUCRADAS

Las mujeres participantes en el taller son egresadas en su mayoría universidades privadas de la ZMG y de colegios religiosos (preparatorias y de enseñanza básica). Muchas de ellas están casadas o por casarse próximamente. La mayoría no trabaja tiempo completo, pero expresa deseos de auto realizarse profesionalmente.

DEFINICIÓN DEL PROBLEMA, TOMANDO EN CUENTA LOS ACTORES Y/O HECHOS QUE SE INVOLUCRADOS EN EL EVENTO

Debido a que muchas de ellas son conocidas o amigas, estas mujeres tienen ya un conocimiento y probablemente hasta confianza mutua. Aun cuando pueden expresar sentimientos entre ellas, no están familiarizadas con el ECP (Enfoque centrado en la persona) o el manejo de emociones. El presente taller utilizó la expresión de emociones y/o sentimientos por medio de las artes plásticas para facilitar la exploración y el autoconocimiento de la manera en que las participantes manejan sus sentimientos mientras balancean sus objetivos personales (familiares y profesionales).

ALCANCES Y CONSECUENCIAS DEL PROBLEMA.

Los alcances del problema afectan el bienestar y calidad de vida de las familias de las cuales estas mujeres son o serán jefes de familia. Muchas de estas mujeres, a mi juicio en concordancia con muchas personas de la población femenina universitaria, buscan evolucionar el estilo de relacionarse con su pareja de su familia de origen, incorporando la educación adquirida sin descuidar su deseo de replicar un modelo de vida familiar ortodoxa, objetivo no sólo ambicioso sino también algunas veces confuso.

Manejar directamente conocimientos y competencias abordados y adquiridos durante el estudio de la MDH.

La aplicación de conocimientos y competencias adquiridos durante el estudio de la maestría son principalmente las nociones de facilitación relativos al Enfoque Centrado en la Persona (ECP) de Carl Rogers: congruencia, empatía, aceptación incondicional, respeto, honestidad, escucha, focalización, expresión de sentimientos, confrontación y concretes. Todo esto durante la impartición del taller “Expresión de emociones y auto-conocimiento por medio de las artes plásticas”

Apéndice 4 Planeación de sesiones del taller

PROYECTO

Delimitaciones: Será formado por 10 participantes adultos en seis sesiones de cuatro horas con la revisión de su experiencia en al menos una actividad del tipo grupo de encuentro en cada sesión.

Objetivo general: Los participantes se expresarán por medio de tres métodos y diversas técnicas de las artes plásticas y reflexionaran en actividades de grupo de encuentro sobre dicha experiencia.

Objetivos específicos:

- 1.- Los participantes se expresarán por medio del método plástico expresionismo abstracto.
- 2.- Los participantes se expresarán por medio del método plástico surrealista.
- 3.- Los participantes se expresarán por medio de la pintura post-impresionista.
- 4.- Los participantes se expresarán por medio del método plástico nueva objetividad.
- 5.- El facilitador creará el clima descrito en el ECP (enfoque centrado en la persona) en las actividades de grupo de encuentro.
- 6.- El facilitador propiciará una apreciación más completa de la experiencia y/o un mayor auto-conocimiento.

Población: 10 personas de entre 20 y 70 años de la ZMG.

Supuestos:

- 1.- Los participantes desean expresarse por medio de las artes plásticas.
- 2.- El facilitador está capacitado para facilitar el ECP (enfoque centrado en la persona)

SESIÓN 1

OBJETIVOS	ACTIVIDADES	MATERIALES	DURACIÓN
Las participantes conocerán los objetivos que se persiguen con el presente taller	Exposición Externar inquietudes Encuadre	Pelota blanda Computadora Proyector Presentación	30 minutos
Se promoverá en el grupo el clima	Dialogo		60 minutos

del ECP (Grupo de encuentro)	Facilitación		
Las participantes conocerán las características y objetivos del método expresionismo abstracto y de la técnica pintura de acción desarrollado por Jackson Pollock	Exposición Externar inquietudes	Computadora Proyector Presentación Fragmento de película "Pollock"	30 minutos
Las participantes se sensibilizarán sobre como esta su cuerpo	Reflexión guiada	Grabadora CD "Delfines"	15 minutos
Las participantes experimentarán en grupo por medio del método de expresionismo abstracto y la técnica pintura de acción.	Realización de pintura	Cartón Palos Pinturas	45 minutos
Las participantes compartirán su experiencia personal y reflexionarán sobre la experiencia grupal obteniendo una apreciación más completa de la experiencia. (Grupo de encuentro)	Dialogo Facilitación		90 minutos

SESIÓN 2

Las participantes expresaran su experiencia desde el taller pasado ECP (Grupo de	Dialogo Facilitación		60 minutos
--	-------------------------	--	------------

encuentro)			
Las participantes recordarán las características y objetivos del método expresionismo abstracto y apreciarán diferentes técnicas propuestas por diferentes artistas plásticos	Exposición Externar inquietudes	Computadora Proyector Presentación Fragmento de película "La sonrisa de Mona Lisa"	30 minutos
Las participantes contactarán alguna emoción	Reflexión guiada	Grabadora CD "A home at the end of the world"	15 minutos
Las participantes experimentarán personalmente por medio de la técnica de su elección el método de expresionismo abstracto	Realización de pintura	Lienzos Palos Pinceles Manos y pies Pinturas al óleo Telas Arenas Utensilios domésticos Materiales orgánicos Silicones Ceras Papeles de diferentes texturas Walkman (opcional) CD (opcional)	45 minutos
Las participantes compartirán su experiencia personal y	Dialogo Facilitación		90 minutos

reflexionarán sobre ella en grupo. (Grupo de encuentro)			
---	--	--	--

SESIÓN 3

Las participantes relatarán su experiencia desde la sesión pasada (Grupo de encuentro)	Dialogo Facilitación		60 minutos
Las participantes conocerán las características y objetivos del método surrealista y apreciarán diferentes técnicas de este método.	Exposición Externar inquietudes	Computadora Proyector Presentación Fragmento de película "La sociedad de los poetas muertos" Fragmento de la película "La agonía y el éxtasis"	30 minutos
Las participantes conocerán otros puntos de vista	Tiempo libre para Imaginar Dialogo	Caballote	30 minutos
Las participantes experimentarán personalmente por medio de la técnica de su elección el método surrealista	Realización de grabado	Tabla de acrílico transparente Instrumentos de grabado Carboncillo	60 minutos
Las participantes compartirán su experiencia personal y reflexionarán sobre ella en grupo (Grupo de encuentro)	Dialogo Facilitación		90 minutos

SESIÓN 4

Las participantes se relajarán.	Reflexión guiada	Grabadora Casete	30 minutos
Los participantes relatarán su experiencia desde la sesión pasada (Grupo de encuentro)	Dialogo Facilitación		60 minutos
Las participantes conocerán las características y objetivos de la pintura modernista y apreciarán diferentes temas propuestos por diferentes artistas plásticos	Exposición Externar inquietudes	Computadora Proyector Presentación Fragmento de documental "Matisse"	30 minutos
Las participantes experimentarán personalmente por medio del tema de su elección la pintura post-impresionista.	Realización de dibujo	Enciclopedia de arte Papel fabriano de diferentes colores Carboncillo Gis pastel	60 minutos
Las participantes compartirán su experiencia personal y reflexionarán sobre ella en grupo (Grupo de encuentro)	Dialogo Facilitación		60 minutos

SESIÓN 5

Las participantes relatarán su experiencia desde la sesión anterior (Grupo de encuentro)	Dialogo Facilitación		60 minutos
Las participantes conocerán las	Exposición Externar	Computadora	30 minutos

características y objetivos del método nueva objetividad y neo realismo y apreciarán diferentes temas propuestos por diferentes artistas plásticos	inquietudes	Proyector Presentación Fragmento de videos youtube relacionados con Feliz González-Torres	
Las participantes imaginaran una historia	Reflexión guiada		15 minutos
Las participantes escribirán una cuartilla de una historia en la que se basarán para hacer una pintura	Realización de historia	Papel en blanco Lápices	30 minutos
Las participantes experimentarán personalmente por medio del tema de su elección el método nueva objetividad y/o neo realismo	Realización de dibujo	Libros de distintos temas en el arte. Papeles en blanco Lápices	45 minutos
Las participantes compartirán su experiencia personal y reflexionarán sobre ella en grupo (Grupo de encuentro)	Dialogo Facilitación		90 minutos

SESIÓN 6

Las participantes relatarán su experiencia desde la sesión anterior (Grupo de encuentro)	Dialogo Facilitación		60 minutos
Las participantes	Dialogo	Computadora	50 minutos

recordarán los objetivos que se persiguen con el presente taller	Exposición Externar inquietudes Encuadre	Proyector Presentación Fragmento de película "Artemisa"	
Las participantes recordarán su experiencia a lo largo de todas las sesiones del taller.	Reflexión guiada		10 minutos
Las participantes elegirán una obra anteriormente realizada en la que quieran trabajar por medio del método del arte conceptual.	Realización o adición a la obra.	Papel fabriano de diferentes colores Carboncillo Gis pastel Papeles en blanco Lápices Tabla de acrílico transparente Instrumentos de grabado Lienzos Palos Pinceles Manos y pies Pinturas al óleo Telas/Arenas Utensilios domésticos Materiales orgánicos Silicones Ceras Papeles de diferentes texturas Walkman (opcional)	20 minutos

		CD (opcional)	
Las participantes compartirán su experiencia personal en el taller y reflexionarán sobre ella en grupo (Grupo de encuentro) de crecimiento.	Dialogo Facilitación		100 minutos

Apéndice 5 Circunstancia y sentido de vida de mujeres profesionistas

A) En la Familia

Antropológicamente el cuidado, es decir, la obligación de responder por la familia ha sido ámbito esencial del quehacer de las mujeres. Esta postura deposita una demanda excesiva de atención y trabajo de las mujeres madres mexicanas, herencia de preceptos patriarcales occidentales, por lo que al ser yo hombre, referirme al sentido de vida de mujeres profesionistas, me es familiar y a la vez extraño. No está por demás expresar que comparto la “advertencia” de Judith Butler (2007) en el prefacio de 1990:

Quizá no sea necesario que los problemas tengan una carga tan negativa. Según el discurso imperante en mi infancia, uno nunca debía crear problemas, porque precisamente con ello uno se metía en problemas [...] (después) llegue a la conclusión de que los problemas son inevitables y que el objetivo era descubrir cómo crearlos mejor y cuál era la mejor manera de meterse en ellos. [...] Leí a Beauvoir, quien afirmaba que ser mujer en el seno de una cultura masculinista es ser fuente de misterio y desconocimiento para los hombres, y eso pareció corroborarse de algún modo cuando leí a Sartre para quién todo deseo – aceptado problemáticamente como heterosexual y masculino- se describía como un problema (pp. 35-36).

De esta manera, al parecer Butler reconocía la complejidad e implicaciones nucleares de la experiencia humana: La responsabilidad o la “respuesta que uno da a algo” con sus conexiones con la libertad y obediencia; la búsqueda de algo nuevo y el mantenimiento de lo apreciado y el amor o como describía Fromm (2014) el sentimiento de no separatividad con sus conexiones con sexo, poder, familia, sociedad y cultura.

Adentrándonos más en el asunto de la familia y empezando por el inicio: el parto, el momento en el que a mi parecer la conformación de la familia se hace “permanente” la autora (Kristeva 1987, p. 239 en Butler, 2007, p. 181) “Al dar a luz, la mujer contacta con su madre; se convierte en su propia madre y lo es; son la misma continuidad que

se diferencia” y ahondando más en el fenómeno (Kristeva, 1987 en Butler, 2007, p. 188) “Nos damos cuenta de que los impulsos maternos forman parte de un ‘destino biológico’ y son de por sí manifestaciones de ‘una causalidad no simbólica, no paterna’ es una causalidad semiótica materna”.

Una familia, al menos en la sociedad occidental del siglo XX, no permanece atemporalmente estancada en el momento del alumbramiento; crece, se diferencia y adquiere independencia y en este momento es en el que se hace más importante la afirmación de Simone De Beauvoir (1949), el icono feminista, expresada en su libro *El segundo sexo*: “No se nace mujer, llega una a serlo” (p. 13), en este sentido me atrevo a dar la vuelta a la cita de Beauvoir: tampoco se nace hombre sino que se llega a serlo también. Tal vez sea irónico que yo incluya esta afirmación de una mujer sin hijos involucrada en una relación sentimental no ortodoxa al tratar el tema de la familia; pero considero que ha influido de una manera importante en muchas mujeres, especialmente aquellas con mayor educación o con una circunstancia “atípica”, “problemática” o “poco ortodoxa”. Las implicaciones de la afirmación de Beauvoir, aún generan (yo incluido) mucha curiosidad y dudas, ya que si el “ser mujer” no se limita al sexo biológico y a la reproducción (y por extensión al cuidado de la familia), tampoco se adecúan al concepto que el discurso social masculino (si es que aún existe “uno” común o mayoritario), el fenómeno de ser mujer queda desdibujado o relativizado. La consecuencia lógica a la que arribo, es declararme ignorante y mi intención es empatizar con una variedad de individuos de sexo femenino que me permitan comprenderlos.

El porqué de este interés mío, que creo es compartido por otras personas, y vivenciado por un gran número de mujeres profesionistas son sus implicaciones en el modelo y la dinámica familiar, tanto al repetir roles ortodoxos (que algunas veces pueden resultar nocivos o estancar el desarrollo personal), experimentar nuevas expresiones del rol (que algunas veces pueden resultar nocivos o amenazar el desarrollo personal) y todos los estados intermedios entre ambas polaridades.

Con la finalidad de comprender las implicaciones de lo anteriormente expresado en el ámbito demográfico de México, citaré algunos datos Instituto Nacional de Estadística y Geografía (2018).

Los hogares de tipo familiar han disminuido su participación en el total de hogares familiares en el país, pues en 2010 se ubicó en un 90.8 por ciento y en 2015 representó un 88.9 por ciento. Expone que estos cambios tienen que ver con la mayor participación de las mujeres en el mercado de trabajo, el retraso de la primera unión, la disminución de la fecundidad, las uniones consensuales y el divorcio entre otras. (INEGI en SIPSE, 2019, s/p)

Los hogares familiares pueden dividirse en clases, que se forman a partir del tipo de parentesco que se tenga con el jefe del hogar, denominados nucleares, ampliados o compuestos. El primero se conforma por el núcleo familiar de la primera generación, es decir, padre y/o madre con hijos o parejas sin hijos; el ampliado se compone de un núcleo familiar con algún otro pariente, y el compuesto considera a los hogares nucleares o ampliados que incluyen, además, a alguna persona sin parentesco. Del total de hogares familiares en México en 2015, siete de cada diez (69.7 por ciento) son nucleares, 27.9 por ciento son ampliados y 1.0 por ciento son compuestos. (Instituto Nacional de Estadística y Geografía, 2019, s/p)

En el 73 por ciento de los hogares familiares se reconoce como jefe de familia a un hombre; y en tres de cada 10, es decir el 27 por ciento, es una mujer quien asumen el papel. (INEGI en SIPSE, 2019, s/p)

“La jefatura femenina aumentó 4 puntos porcentuales entre 2010 y 2015. En 2010 representaban el 24.6 por ciento (es decir, 6'916,206 hogares) y en 2015 el 29.0 por

ciento (es decir, 9'266,211 hogares)” (Instituto Nacional de Estadística y Geografía, 2019, s/p).

B) En El trabajo

Un aspecto importante en el desarrollo de las mujeres profesionistas es el trabajo, más aún es la realidad de que muchos sectores de la sociedad tapatía aún esperan que al contraer matrimonio sean ellas las que cuiden del hogar. Si bien la circunstancia cambia mucho de una mujer casada a otra (dependiendo de sus propias expectativas, ingreso e incluso actitudes y necesidades de su pareja) muchas invierten su tiempo en empleos semi-formales e informales, que muchas veces no son debidamente valorados por los trabajadores formales.

El Dr. (Díaz Muñoz, 2009) en su introducción del seminario “Mujeres, trabajo y familia: Una perspectiva de género desde América Latina” obtenido por CEFOVIS, ITESO matiza:

Se trata de entender el trabajo como una actividad productiva y, por tanto, actividad de transformación para la producción de bienes y servicios necesarios para la reproducción de la vida. Por esa razón es necesario rebasar la economía convencional que reconoce al trabajo sólo como el exclusivamente remunerado. Y, desde esta nueva perspectiva, el trabajo de las mujeres –tanto remunerado como no remunerado- se convierte en una clave fundamental para la comprensión de su enorme contribución productiva (p. 3).

Si bien las circunstancias laborales de las mujeres han cambiado grandemente a partir de la Primera Guerra Mundial, especialmente en las sociedades industrializadas. Aún hoy, de ser posible, muchas mujeres deciden dedicar menos tiempo o poner en pausa su actividad laboral no relacionada con el hogar con la llegada de los hijos. También es una realidad que la integración de las mujeres al mercado laboral, aunada a factores demográficos, culturales y económicos, han contribuido a modificar el sentido del

trabajo más allá de su propio género; en otras palabras, aunque muchas mujeres dan prioridad al cuidado de la prole -especialmente durante los primeros años de vida de ésta- su integración al mercado laboral ha cambiado la forma en que se valora el trabajo remunerado y no remunerado tanto en ellas como en los hombres.

Con relación a lo anterior, el Dr. Díaz-Muñoz (Hopenhayn, 2007 en Díaz Muñoz, 2009) expresa:

En la modernidad el trabajo era un paradigma clave como eje de integración social, sentido de vida, espacio privilegiado de participación ciudadana, motor del progreso material (...) Sin embargo, en el nuevo paradigma posmoderno se cuestiona la centralidad del trabajo: el trabajo ya no ofrece un huso seguro para enrollar y fijar definiciones del yo, identidades y proyectos de vida (p. 9).

Es decir, a diferencia de siglos pasados, debido a los cambios socioculturales acontecidos desde el término de la primera guerra mundial; el trabajo no es la actividad que define al ser humano ni sus expectativas. Siguiendo su línea argumental el Dr. (Díaz Muñoz, 2009) menciona:

Desde la economía convencional, tanto neoclásica como marxista, el trabajo ha sido considerado como una mercancía, es decir, como un factor productivo intercambiable en la esfera del mercado. Sin embargo, también es posible y necesario considerar el trabajo, especialmente el femenino, como productor de valor de uso y no sólo de cambio (p.8).

Pero más allá del sentido personal o social que se le dé al trabajo, una realidad innegable es que trabajo y economía están estrechamente relacionadas. Contabilizando numéricamente la circunstancia laboral femenina, Mercedes P. (Peradero, 2005, en Díaz Muñoz, 2009) menciona en su "trabajo doméstico no remunerado en México, Una

estimación de su valor económico a través de la encuesta nacional sobre uso del tiempo 2002”:

El valor económico del trabajo doméstico (TD) puede equipararse al 21.6% del PIB nacional mexicano. (...) De ese porcentaje total, la producción de los hombres es de 19% y de las mujeres el 81%. Desde el trabajo extra doméstico (TED), la contribución de los hombres es del 71.1% y el de las mujeres del 28.9%. (...) la suma del TD y el TED la contribución de los hombres es del 42.4% contra el 57.6% de las mujeres (p. 12).

De los datos presentados anteriormente y la observación de muchos hogares, principalmente aquellos que no cuentan con ayuda de servicio doméstico, se deduce que es una realidad el mayor cansancio y estrés de las mujeres en comparación con los hombres. Matizando la experiencia en diferentes Niveles Socio Económicos (NSE), (González de la Rocha, 1994 en Díaz Muñoz, 2009) menciona el concepto de “estrategias de supervivencia” parafraseando a:

Se trata de un concepto usado por los historiadores como una forma de moverse desde el nivel individual de la motivación. (...) En ese sentido cuando las contribuciones de los hombres no son suficientes para cubrir las necesidades del hogar, el trabajo de las mujeres se vuelve esencial (p. 17).

Y más aun citando la conclusión del estudio “Cuando una puerta se cierra, cientos se abren” de Lucía Bazán (1999 en Díaz Muñoz, 2009): “Si el trabajo es el eje organizador de la vida, la supervivencia es un elemento que desorganiza la vida familiar y la deja en su rol de proveedores” (p. 18).

Como consecuencia lógica, incorporando el concepto de las estrategias de supervivencia, aquellas mujeres de nivel socio-económico (NSE) alto no tienen la

necesidad económica de desarrollar “estrategias de sobrevivencia” enfocándose muchas de ellas trabajar -sin pretender minimizar su inmenso valor- en la administración del hogar y la crianza. Esta situación, basada en la elección de una jerarquía de valores que priorice a la familia - similar a las de sus madres- más con la diferencia de una expectativa de auto realización laboral generada en la universidad, en muchos casos puede generar confusión, insatisfacción e incluso baja autoestima.

Reconociendo la importancia de la experiencia femenina en la vida familiar, social y cultural actual, Mariana Espelta (2017) expresa en su artículo “Reflexiones sobre los movimientos feministas”:

Estos movimientos no son solamente de mujeres para mujeres: muchos hombres también han comprendido la necesidad de repensar su posición de privilegio masculino como una forma de control social que también les ha negado derechos y posibilidades de crecimiento personal, imponiendo como atributos obligatorios la agresividad, la competitividad, el control de emociones, la propensión al riesgo, entre otras características que han producido daños personales y sociales (s/p).

Personalmente comparto esta opinión, no solamente en un nivel racional sino incluso, sustentada por experiencias de vida personales, en el anímico ; estado que también me lleva a coincidir –recordando mi experiencia en el taller motivo del presente TOG- con la experiencia relatada, citándola nuevamente, de Mariana (Espelta, 2017):

Una de las cosas que disfruto más de mi trabajo en la universidad, es el contacto con generaciones de jóvenes que están más dispuestas y dispuestos a cuestionar los roles de género y reconocer la necesidad de un cambio profundo en las estructuras de dominación y poder que asignan posiciones sociales a partir del hecho biológico de nacer con un cuerpo sexuado. Creo que estamos en un momento clave para informarnos y formar parte de un movimiento de

liberación humana que es decisivo para transformar la realidad del mundo. Este movimiento se llama feminismo, y quiero terminar aclarando –porque siempre me lo preguntan que “feminismo es anterior al término “machismo”. No es “lo mismo pero al revés (s/p).

Apéndice 6 Cuestionario La Voz de las Participantes (LVP)

1. ¿Cómo recuerdas tu participación en el taller?

2. ¿Cómo calificarías tu experiencia durante la participación en el taller?

Muy mala Mala Buena Muy buena

3. ¿Recomendarías la participación en el taller a algún familiar o amig@ cercan@?

Definitivamente no Probablemente no Probablemente sí Definitivamente sí

4. ¿Aprendiste algo en el taller?

SÍ NO En caso de respuesta afirmativa ¿Qué? _____

5. ¿Te sentiste apreciada incondicionalmente durante el taller? Sí NO

En caso de respuesta afirmativa, ¿Qué hecho recuerdas que te hizo sentir así? _____

6. ¿Te sentiste comprendida por los facilitadores durante el taller? Sí NO

En caso de respuesta afirmativa, ¿Qué hecho recuerdas que te hizo sentir así? _____

7. ¿Te sentiste respetada por los facilitadores durante el taller? Sí NO

En caso de respuesta afirmativa, ¿ Qué hecho recuerdas que te hizo sentir así? _____

8. Consideras que en el taller... (sólo marca una opción)

Se me dio terapia Fue terapéutico Ninguna de las anteriores

9.- ¿Has asistido a terapia individual o grupal? (sólo marca una opción)

Sí NO Prefiero no responder

10. ¿Durante tu participación en el taller contactaste con experiencias personales?

Sí NO En caso de respuesta afirmativa ¿Qué te lo permitió?

11. ¿Consideras que te conoces más como resultado de tu participación en el taller?

Sí NO En caso de respuesta afirmativa, por favor describe ¿En qué aspecto? ¿Cómo era antes y cómo fue después? _____

12. ¿Observaste algún tipo de cambio o desarrollo personal en como consecuencia de tu participación del taller?

SÍ NO En caso de respuesta afirmativa ¿Qué observaste?

13. ¿Consideras que existe alguna relación entre tu participación en el taller y algún cambio o desarrollo personal y/o familiar?

SÍ NO En caso de respuesta afirmativa, describe esa relación

14. ¿Tu participación en el taller generó riesgos, problemas o consecuencias indeseables en el ámbito personal o familiar relacionado directamente con éste?

SÍ NO En caso de respuesta afirmativa ¿Cuáles? _____

15. ¿Tienes alguna otra observación o sugerencia sobre el taller? ¿Cuál?
