

# **“LA MAGIA DEL ENCUENTRO COMO FACTOR FACILITADOR DEL CAMBIO EN AMAS DE CASA EN SITUACIÓN DE POBREZA DEL ESTADO DE COLIMA QUE ASISTEN A TALLERES VIVENCIALES”**

Lic. Marco Tulio Venegas Trujillo y Dra. Evelyn I. Rodríguez Morrill.

Noviembre de 2005.

## **RESUMEN**

*En el presente trabajo se efectuó un estudio de corte cualitativo con una muestra intencionada, el cual se realizó desde el enfoque fenomenológico basado en los testimonios que proporcionaron las participantes a través de sus experiencias ocurridas en su participación en talleres vivenciales. Así, en nuestro trabajo abordamos el encuentro definido éste de acuerdo con Jarquín (2004) como la vivencia que se refiere a la aprehensión del ser de otras personas ocurriendo con frecuencia en horizontes distintos según el conocimiento específico que se tenga de ellas. Y lo aplicamos a tres talleres vivenciales que fueron dirigidos a amas de casa en situación de pobreza del estado de Colima con el objeto de que las participantes experimentaran el encuentro a través de su participación en dichos talleres, logrando con esto que las participantes corrigieran formas relacionales distorsionadas, reestructuraran mapas cognitivos y llegaran a un reencuadre con respecto a su status previo a los talleres. En resumidas cuentas, dicha intervención llevó a las participantes a realizar un cambio saludable en su vida cotidiana, hecho que nos llevó a proponer la presente intervención como una alternativa viable en materia de promoción de la salud en la población en general.*

## **ABSTRACT**

*In presently work was made a study of qualitative court with a deliberate sample, which it was carried out from the phenomenological focus based on the testimonies that the participants provided through their experiences happened in its participation in workshops. This way, in our work, we approach the defined encounter according with Jarquín (2004) as the living experience that refers to the apprehension of the being of other people frequently happening in different horizons according to the specific knowledge that one has of them. And we apply it to three workshops that were directed to housewives in situation of poverty in of Colima's State, in order that participants experienced the encounter through their*

*participation in this workshops, achieving with this, participants themselves have corrected disrupted ways , they restructured cognitive maps and they have arrived to restructure their lives with regard to their previous status through workshops. In having summarized bills, this intervention took each participant to carry out a healthy change in their daily life, formulating with the present a proposal as a viable alternative as regards promotion of the health in the population in general.*

## **INTRODUCCIÓN**

De acuerdo con Fromm(1981) un producto de nuestra cultura actual y del industrialismo moderno es el hombre-autómata, el hombre enajenado. Enajenado en el sentido de que sus acciones y sus propias fuerzas se han convertido en algo ajeno, que ya no le pertenecen, se levantan por encima de él y contra él. Creando de ésta manera las relaciones humanas o mejor dicho, relaciones más inhumanas que conducen al hombre hacia un abismo de incertidumbre con respecto a él y a los otros, donde existe una gran falta de experiencia desde sí mismos y en consecuencia, para con los demás.

En dichas condiciones la persona tiende a reducir por ende las funciones de autoconciencia y se orienta a vivir en el escaño de vigilancia ante lo que lo daña o lo pone en situación, es decir, se escabulle ante el compromiso de existir.

De esta manera, en nuestro vivir cotidiano nos relacionamos continuamente con un sinnúmero de personas, no obstante, dichas relaciones llegan a resultar bastante impersonales y sin significado gracias a que no cuentan con un encuentro real, conceptualizado éste como aquel en el que se da un nivel de involucramiento más profundo con los otros seres, es decir, saludamos cortésmente, pero de forma automática, preguntamos amablemente a los otros cómo están, sin que realmente nos importe. En otras palabras, sólo decimos frases huecas y seguimos irreflexivamente la etiqueta de las buenas maneras, aunque no signifique nada para nosotros.

Además, dicho encuentro cuenta con tres características inaplazables, sin las cuales no avanza y son a saber 1) La respectividad de los sujetos que se encuentran, que se basa en la alteridad insuperable, la resistencia ante cualquier intento de fusión de los sujetos que se encuentran, donde cada uno actúa desde cada cual. 2) La reciprocidad que asegura la respectividad entre los sujetos que se encuentran: no hay uno más ni menos que el otro, ambos se relacionan activamente y con iniciativa. Y, 3) La intimidad de la relación que

connota, más allá de lo físico o psíquico, el tomar al otro como una persona y no confundirlo con sus propiedades o sus funciones.

Así, Bucay (2002) dice que el encuentro no llega a suceder por miedo o por condicionamientos, lo cierto es que tenemos una creciente dificultad para encontrarnos con conocidos y desconocidos. Además, según Yalom (2000) en el encuentro interpersonal hay aspectos sociales que no son aceptados, tales como la muestra de afecto y de sincera aceptación entre otros, y si llegáramos a hacerlo, seríamos vistos como seres sospechosos o que actuamos con intenciones encubiertas.

Como ya los medios de comunicación lo han escenificado sobradamente, ya que la civilización se esfuerza a través de dichos medios por desplegar su poder para alienar a las personas: su quehacer es adormecer su sensibilidad y hacerles creer que sus elecciones posteriores a este estilo de ser adormilado, es expresión de su libertad y no de su enajenación. Esta gente piensa que ser uno mismo, es repetir lo que los otros dicen en la televisión o en los otros medios de comunicación. Repetir lo de otros es la forma de manifestarse a sí mismos. Su vida se vuelve insignificante. La comunicación se vacía de sentido y el hombre no encuentra qué decir de sí mismo.

Así, en ésta vaciedad, donde Rollo May (1996) quiere significar no sólo que muchas personas no saben lo que desean, sino que a menudo no tienen ideas claras de lo que sienten. Cuando hablan de su falta de autonomía, o se lamentan de su incapacidad para tomar decisiones que son, por lo demás, dificultades comunes a las décadas anteriores, en seguida se pone de relieve, que el problema subyacente, es la falta de una experiencia definida de sus propios deseos y necesidades. Por eso encuentran inseguros todos los caminos y experimentan penosos sentimientos de impotencia debido a que se sienten vacías, huecas.

El mal que las lleva a solicitar ayuda puede ser por ejemplo: que sus relaciones amorosas terminan siempre rompiéndose o que no pueden salir adelante con sus planes matrimoniales, o que están insatisfechas con su cónyuge. Pero a las pocas palabras dejan al descubierto, con claridad, que esperan que su pareja actual o futura llene algún vacío, alguna carencia interna que ellas sienten; y su ansiedad y su cólera se deben a que él o ella no han cumplido con su requisito.

De lo anterior se desprende que dichas situaciones bien podría servirnos como un barómetro muy revelador y significativo de los conflictos y tensiones que se desarrollan bajo la superficie psicológica de la sociedad. Este barómetro debe ser tomado en serio por que es

uno de los mejores índices de la desorganización y de los problemas que todavía no han irrumpido abiertamente en la sociedad o que incluso ya lo vienen haciendo.

De ésta manera si no somos capaces de poder llegar a tener un encuentro con nosotros mismos por esa falta de experiencia nuestra ¿cómo podremos llegar a tener un encuentro con los otros?

En el presente trabajo se planteó la posibilidad de ensayar una relación tal, que nos permitiera abrirnos a la experiencia de otras maneras relacionales de aproximación con los otros a través de talleres vivenciales, que facilitarían el encuentro consigo mismas, emergiendo hacía los demás.

Esto, con el objetivo de que las participantes experimentaran el encuentro a través de su participación en dichos talleres, logrando con esto, que ellas corrigieran formas relacionales distorsionadas, reestructuraran mapas cognitivos y llegaran a un reencuadre con respecto a su condición previa a los talleres, es decir, que dichos talleres, sirvieron para que las participantes realizaran un cambio saludable en sus vidas, cambio que seguramente impactará a las personas del respectivo entorno de las participantes como lo propone la teoría general de sistemas, donde a la letra, dice Slaikeu (1996) que cada miembro del sistema impacta a su vez a los demás.

De ésta manera al mejorar la calidad de las interacciones individuales, las participantes podrán llegar a tener una incidencia positiva en los integrantes de su respectivo sistema familiar.

## **METODOLOGÍA**

Se efectuó un estudio de corte cualitativo con una muestra intencionada, el cual se realizó desde el enfoque fenomenológico basado en los testimonios que proporcionaron las participantes a través de sus experiencias ocurridas durante la impartición de tres talleres vivenciales, dirigidos a amas de casa de las colonias Francisco I. Madero, Lázaro Cárdenas y Antorchista de la ciudad de Colima, mismos que consistieron en ocho sesiones de dos horas cada uno, es decir, 16 horas en total por taller. Y para dar promoción a los talleres se convocó a los vecinos de las citadas colonias a través de la repartición de trípticos con la información del contenido y la naturaleza de los talleres vivenciales. Además, nos auxiliamos de algunas vecinas que fungían como presidentas de colonia o que sólo fueran participantes de sus respectivos comités de barrio para dar promoción a nuestro trabajo.

Dentro de las características socioeconómicas de las mencionadas colonias, cabe destacar que sus habitantes, en su mayoría, pertenecen a la clase trabajadora, estando consideradas dichas colonias, en situación de pobreza. De esta manera, el primer taller se llevó a cabo en la colonia: Francisco I. Madero, después en la colonia Lázaro Cárdenas y por último en la colonia Antorchista. Lo anterior, en virtud de haber tenido una aproximación previa a la situación y necesidades de dichas colonias con motivo de la participación en el proyecto “Pobreza en Colima: Percepción y Respuestas. La percepción social de la pobreza en familias de Colima.

Además, cabe resaltar el hecho de que sólo se expondrán los testimonios más significativos de los talleres, dado que resultaría ocioso presentar cada testimonio. También, en lo referente a la aplicación de dichos talleres parafrasearemos a Milton Erickson, quien dijo que la teoría se ajusta a las personas y no viceversa, porque sino, sería como meter en la cama de Procusto<sup>i</sup> a las personas que acuden por ayuda (O’Hanlon, 1990).

Por lo que las intervenciones propuestas estuvieron en función de las necesidades de las participantes y de la naturaleza de cada grupo, como lo planteó Yalom (2000: 75) diciendo que “Si dos talleres se impartían de la misma manera, entonces, a alguno de los grupos se le había aplicado erróneamente la intervención”.

Así, las participantes –como de aquí en adelante las llamaremos- fueron nueve amas de casa de la colonia Francisco I. Madero, nueve amas de casa de la colonia Lázaro Cárdenas y 12 amas de casa de la colonia Antorchista, haciendo un total de 30 participantes, las cuales tuvieron las siguientes características: oscilaban entre los 23 y los 68 años de edad, casadas en su mayoría, amas de casa y el requisito para su participación dentro de los talleres fue el simple hecho de que fueran mujeres y que fueran vecinas de las colonias convocadas.

Así, cada taller, estuvo integrado por participantes que acudieron por voluntad propia.

Una de las técnicas que se trabajó conjuntamente-con el psicodrama y dramatizaciones-fue el círculo mágico, también llamado círculo de aprendizaje interpersonal como lo propuso Ubaldo Palomares (citado por Ceja, J. 1993), donde el aprendizaje de valores y actitudes, es decir, la parte formativa de la educación a diferencia de la parte informativa, no puede ser transmitida a través de palabras, discursos, conferencias etc. Sino sólo a través de experiencias y testimonios concretos, así, el aprendizaje como proceso de adquisición de conocimientos por medio del estudio y la experiencia, con el consiguiente

cambio de conducta, implica la utilización de los recursos para estimular, propiciar y facilitar buenos resultados.

La interacción personal para aprender en compañía, participación y colaboración de otros, es la más idónea forma de lograr este propósito. Compartir la experiencia de aprender, crecer y realizarse, es la Vía Regia del Desarrollo Humano.

Así, el círculo mágico se define como un método para acompañar a las personas a establecer un diálogo vital, que las mantiene informadas, más conscientes de su realidad y por consiguiente, las va fortaleciendo y capacitando para que se actualicen, se integren y aprendan a vivir con mayor dignidad.

También es considerado como un sistema sofisticado y eficiente por la cantidad y calidad de información que se maneja y que se puede mover en diferentes direcciones.

A través de este método, las personas, aprenden a expresar libremente sus experiencias, siendo éstas el tema central (Rodríguez 2002, comunicación personal en el taller “intervención en crisis” en la Facultad de Psicología de la Universidad de Colima).

Una parte medular de dicho trabajo, lo constituyó el hecho de que las participantes, pueden llegar a vivir tan intensamente el proceso, en la medida en que se llegan a comprometer con los resultados que desean, por lo tanto en el taller casi no experimentan una fase discursiva sino que se enfocan más a la acción a través de la experienciación de verter sus sentimientos acompañadas por el facilitador de los grupos. Cabe mencionar también, que todas las sesiones fueron grabadas en audiocassettes y en el transcurso de los talleres las participantes proporcionaron narraciones por escrito de sus experiencias en los mismos. Y fue tanto de las grabaciones, como de las narraciones, de donde obtuvimos los testimonios y para el análisis de los datos registrados para los que se utilizó el análisis de contenido temático, ya que es una técnica no intrusiva, acepta material no estructurado, es sensible al contexto y, por lo tanto, es capaz de procesar formas simbólicas y puede abordar un gran volumen de información. De esta manera, el análisis de contenido temático consistió en descubrir los núcleos de sentido que componían los testimonios cuya presencia o frecuencia significara algo para el objetivo analítico trazado, utilizándose también la hermenéutica dialéctica propuesta por Minayo (1995).

Además, en lo referente al desarrollo de los contenidos temáticos de los talleres, primeramente se trabajó una fase de sensibilización, seguida por una de expresión emocional, encaminadas ambas, hacia el esclarecimiento del proceso personal de cada participante, como

bien se ejemplifican en el anexo uno, las características de una sesión cualquiera, en cuanto a la temática y desarrollo de la misma.

Así, los talleres fueron impartidos bajo el concepto de aprendizaje acelerado, esto es a través de ejercicios prácticos para facilitar el proceso de enseñanza-aprendizaje en adultos. realizaron ejercicios prácticos con el fin de realizar expresiones, desde las represiones personales controladas que conforman una fase previa de un salto para el cambio a través del riesgo de vivir y no permanecer en estado de retención de impulsos, falta de creatividad, vivir la experiencia a través de la expresión permite ir venciendo las vicisitudes de la cotidianidad, cuando cada participando va haciendo a un lado aquellas actitudes obsoletas, cuando ella así se da cuenta y que frenan su desarrollo personal..

Por lo anterior, al término de los talleres, se revisaron los audio-cassettes y las narraciones recopiladas a lo largo de los talleres y se seleccionaron lo que a nuestro criterio nos parecieron las partes más ilustrativas y que esclarecían los procesos de las participantes ya con rumbo al cambio de su propia situación.

Finalmente, cabe destacar que se tuvieron todas las consideraciones éticas para la aplicación del presente trabajo, como el consentimiento informado, confidencialidad, información participada, etc.

## **RESULTADOS**

En ésta presentación de resultados no se formularon juicios de valor sobre determinados hechos, sino como dijo Frankl (2000), se constató la experiencia axiológica del hombre vulgar y corriente; ya que es éste el que sabe el sentido que tiene su vida, el trabajo, el amor y el sufrimiento soportado con valentía. El hombre de la calle sabe todo esto, aunque sea incapaz de expresarlo. Por eso mismo Frankl (2002) propone que es tarea de la fenomenología el traducir esta sabiduría del corazón en términos científicos.

Por su parte May (1996) dice que “los datos que se obtienen en terapia no pueden formularse matemáticamente [.....] los datos que se obtienen son **enormemente significativos** y a menudo únicos de las personas sometidas a terapia, datos que se revelan sólo cuando el ser humano puede abandonar los habituales fingimientos, hipocresías y defensas detrás de las cuales todos nos ocultamos en nuestros tratos sociales “normales”, por otro lado, si no estamos orientados a prestar ayuda a la persona, ésta, verdaderamente no puede revelar los datos significativos”.

Mientras que Shaw (2003) menciona que a los investigadores de evaluación cuantitativa les gusta acusar de falta de precisión a los investigadores cualitativos, por no saber traducir sus afirmaciones a las típicas cantidades. Más la evaluación cualitativa, debe mantenerse en su posición. La acusación no distingue entre precisión y una exactitud más amplia. Lo importante es ésta última. Las respuestas pueden ser precisas, pero falsas. De lo anterior se desprende el inconveniente que sería el pretender “medir” aspectos de la experiencia cotidiana del ser humano a través del más riguroso método científico, como el que se utiliza en las ciencias llamadas exactas, y utilizarlo, además, como cernidor para la ciencia de la conducta humana, lo que podría implicar un error en la obtención de los resultados. Más bien habría que adecuar el método de investigación en éste último caso, como ya se mencionó.

En éste orden de ideas, Yalom (2000) dice que estudiar todos los seres con algún instrumento normal, aunque habiten el mismo mundo objetivo, es introducir un error monumental en las propias observaciones.

Por lo anterior, cabe resaltar que al inicio de los talleres vivenciales, las participantes se encontraban a la expectativa, dado que el tipo de trabajo grupal como el que se les presentó, desafió los esquemas que de ello tenían, ya que algo que caracterizó el desarrollo de los talleres fue el compromiso facilitador-participante con los resultados obtenidos al final de cada taller.

La sorpresa resultó ser un gran ingrediente para la intervención. Acto seguido al establecimiento del *rapport*, donde se aplicaron algunos juegos entre las participantes como lo propuso Schutz (2001) para que las defensas y la ansiedad de las involucradas disminuyera y se pudieran abrir de una manera adecuada y fácil a los ejercicios que se les plantearon; así, se pasó a que las participantes hicieran contacto con sus emociones y que las expresaran a través de diversas dinámicas, lo que resultó muy benéfico para la toma de contacto consigo mismas, contribuyendo además en su auto-descubrimiento personal, parte fundamental en el desarrollo y crecimiento personal para una vida más saludable.

De esta manera las participantes, tuvieron la ocasión de experimentar sus emociones y sentimientos y confrontarse con ellos mediante su reconocimiento, así como con sus estructuras cognitivas o mapas cognitivos vigentes. En este punto reconocieron en su mayoría, que no habían estado antes en una situación semejante y que hacerlo les daba una sensación

de bienestar “como de estar más livianitas”(sic), y que les daba la oportunidad de entender mejor al otro en su drama personal. Como lo mencionó una participante:

*“he asistido a varios talleres de autoestima, de cómo educar a los niños, de diabetes y a otros que ahora no recuerdo, y creo que me han sido muy útiles, pero nunca había asistido a algún taller donde trabajara conmigo misma. Al principio me costó trabajo, no sabía qué decir ni cómo empezar, pero cuando escuché a mis compañeras contar sus problemas todo fue más fácil”.*

De lo anterior se puede observar un factor terapéutico que favoreció el proceso, y que lo constituyó la universalidad, como ya lo ha mencionado Yalom (2000), donde las participantes se sienten hermanadas en el sufrimiento y en las grandes preocupaciones del vivir cotidiano. Así, podemos ver evidenciado que el ser humano se encuentra enmarcado en una inquietante lucha por llegar a la esencia misma de su ser. Por lo tanto una psicoterapia o intervención actual, debe tener presente la búsqueda del hombre por encontrarse a sí mismo, pero no debe dejar de lado que sólo se encontrará, si abre su existencia hacia los otros y mirándolos se reconoce.

Por otro lado, el trabajar las dramatizaciones acerca de situaciones mencionadas como problemas sirvió para hacerles llegar a las participantes información a ambos hemisferios cerebrales, tanto emocional como cognitiva o a veces más emocional que cognitiva, evadiendo así al hemisferio izquierdo como lo propone Watzlawick (1994), y así facilitar las herramientas para que cada participante llevara a cabo los cambios que estaba en condiciones de asumir, como lo menciona a continuación una de las participantes:

*“Antes veía a los problemas de mi vida como algo complicado y difícil de enfrentar, pero al ver los problemas de las demás me doy cuenta de que mis problemas son pequeños y que sólo me estaba ahogando en un vaso de agua, me doy cuenta de que los problemas pueden ser tan fáciles o tan difíciles según como cada quien los vea. Las escenificaciones me parecieron chistosas y me hicieron reír por cosas que yo misma he hecho en alguna ocasión, sólo que cuando yo estaba pasando por esos problemas no me causaba gracia, pero ahora lo miro diferente”.*

Aquí podemos apreciar con claridad las percepciones que se pueden llegar a tener acerca de las problemáticas cotidianas y de algunas manera de cómo se las enfrenta, sin embargo, cabe resaltar que de acuerdo con Watzlawick (1999), si las participantes fueron capaces de reírse de sí mismas, entonces la percepción de sus problemas se puede volver una

situación más manejable y dentro de su control, lo que las pone en posición de resolver de manera más adecuada los diferentes problemas que la vida les vaya planteando, cambiando así sus mapas cognitivos, es decir, no es en sí lo que les ha sucedido en su vida hasta ahora, sino cómo toman lo que les ha sucedido y en consecuencia que es lo que van a hacer en el aquí y ahora.

En este sentido de cosas, de acuerdo con Yalom (2000) las intervenciones grupales pueden constituir una especie de buffet de herramientas psicosociales, en el cual cada quien aprenderá lo que necesite aprender, tomando solamente lo que realmente necesite. Como una de las participantes lo manifestó:

*“Yo tengo mi carácter muy fuerte y siempre me gustaba que todos hicieran lo que yo quería y si no lo hacían me enojaba mucho con todos. Ahora me doy cuenta de que mi esposo ha sido muy tolerante conmigo, he visto que hablando con mis hijas de buena manera es mejor que regañarlas tanto. Ahora entiendo que yo soy la que tiene que cambiar antes que querer cambiar a los demás para que las cosas funcionen”*

En éste testimonio tan revelador, se puede apreciar claramente la distorsión en las formas o maneras relacionales de la participante, donde busca a través de su agresividad ser tomada en cuenta. Así, en ocasiones en el comportamiento neurótico algunos encuentran seguridad y en las formas relacionales distorsionadas también. Por lo que una de las tareas del facilitador fue la de ayudar a esclarecer el proceso para que las participantes identificaran las características y naturaleza de sus maneras de relacionarse, cómo impactan a los demás, qué percepción tienen de ellos los otros, ellos mismos cómo se sienten, y una vez hecho conciente lo anterior, que las participantes actuaran en consecuencia.

Además, al acercarse el final de la intervención empezaron a surgir sentimientos de nostalgia y un deseo de que el trabajo continuara, dados los sentimientos que se expresaron y compartieron como resultado del proceso, siendo producto de esto: la catarsis, la cohesión grupal desarrollada y la relación que como grupo supimos construir a través del encuentro abierto donde Schutz (2001) afirma que se desbloquea la energía y permite que se emplee con propósitos más productivos. Un encuentro más, como una manera de ser cuya meta es la liberación y desarrollo de las potencialidades de las participantes.

En éste orden de cosas, Maslow (1991) menciona que cualquier análisis fundamental de las relaciones humanas interpersonales demostrará 1) que las necesidades básicas se pueden satisfacer sólo interpersonalmente y 2) que la satisfacción de estas necesidades son

precisamente aquellas de las que ya hemos hablado como “medicinas terapéuticas”, a saber, el dar seguridad, amor, pertenencia, sentimiento de valer la pena y autoestima.

Así, podríamos decir con Yalom (2000) que lo que cura es la relación donde todo puede ser aceptado por el grupo de terapia tan pronto como las normas de aceptación e inclusividad sin enjuiciamiento son establecidas en el inicio del grupo. Hecho también mencionado por Silberman (2001), donde plantea que ser capaz de comprender a los demás permite comunicarse mejor, es decir, tener la posibilidad de llegar a tener un encuentro de mayor calidad. Como una participante lo expresó:

*“Me he sentido muy a gusto y no quisiera que terminara tan pronto el taller. Me gustaría estar en otros talleres más adelante, ojalá que den más talleres así en la colonia, pues creo que a todas nos sirvió para vivir mejor, de ahora en adelante cuando vea a mis compañeras las veré diferente, pues sabré que son personas que como yo, tienen problemas y las comprenderé mejor”.*

De ésta manera queda claro, que el encuentro interpersonal en el que se propicie un ambiente de calidez y de genuina aceptación como lo propone Rogers (2000), puede resultar de gran ayuda para ambas partes y para desarrollar relaciones humanas más sanas.

## **DISCUSIÓN**

A través de los testimonios podemos tener una apreciación más amplia de los efectos favorables del encuentro abierto en los talleres vivenciales. Logrando de ésta manera como lo propone Moles (1995), tener un conocimiento de lo real tal como tenemos que enfrentarlo, tratando de construir una epistemología (reglas para alcanzar la verdad), una metrología (ciencias y técnicas para medir lo impreciso), y una metodología (conocimiento de los procedimientos que permiten al hombre actuar sobre las cosas vagas). Lo importante, no es interpretar al hombre, sino transformarlo, en un sentido positivo y saludable.

Y un escalón en ese sentido, lo representa el trabajo grupal que se expuso y de ésta manera no se pretende abrir una ventana del trabajo grupal sobre el trabajo individual solamente, ya que en otras ocasiones, el trabajo individual, podrá ser el más adecuado para resolver situaciones inconclusas, de conflicto y desintegración esto dependerá , de las características de quien así lo solicite y de las consideraciones del profesional de la salud. En lo que respecta al trabajo grupal, tiene los beneficios de coste-efectividad, ya que su impartición, o al menos la de los talleres en cuestión, fue de bajo presupuesto, y son aplicables a diferentes sectores de la población tanto en escenarios sociales, es decir, en la

comunidad; en escenarios familiares, laborales y escolares, y los resultados han dejado claro que cumplen con los criterios de pertinencia, relevancia y viabilidad, es decir, son talleres que responden a las necesidades de la sociedad en el camino hacia su propia integración y van dirigidos a fomentar la salud de la población en general.

Y resultan pertinentes, ya que existe una constante en nuestro tiempo que es **la confusión**, así nuestro trabajo en los talleres vivenciales fue encaminado al **esclarecimiento** del proceso de cada uno de los participantes, obedeciendo más a las **necesidades del grupo**, que a programas prefabricados y esquemáticos, como muchos que existen a nivel institucional.

Por lo tanto, se puede promocionar la salud no sólo en los centros institucionales, sino en las colonias, en el trabajo, en las escuelas y en la población en general, ya que si bien, gran parte de la población no acude a recibir ayuda, pero una vez que ésta se presenta, empiezan a surgir toda una serie de problemáticas que van desde la violencia intrafamiliar, desintegración familiar, drogadicción, alcoholismo y otra constante que se perfila con mucha fuerza como lo es el sinsentido, es decir, la falta de sentido de vida.

Cabe agregar también, que en el presente trabajo no lo hicimos bajo un solo enfoque, sino bajo un enfoque integral que diera respuesta a las necesidades de las participantes. Y al final de cuentas se obtuvieron resultados similares como si se hubiera trabajado bajo un enfoque Cognitivo-Conductual, Racional Emotivo o Gestáltico. Poniendo énfasis en que un enfoque no es necesariamente “el enfoque”, sino una herramienta más, en la vasta gama de intervenciones.

Visto lo anterior desde un enfoque constructivista social, donde no se cuenta con productos acabados, sino en continua construcción.

Además, dentro de las limitaciones con que contó nuestro trabajo, se encuentra la manera de expresar los resultados, como ya se ha mencionado más arriba, ya que éstos, a nuestra consideración, podrían significar muy poco, al traducirlos desde la experiencia axiológica, es decir, desde donde la persona dota de sentido a su experiencia cotidiana, a los números, hecho que despojaría de su riqueza a la vivencia expuesta por las participantes.

Por lo que se seguirán buscando maneras adecuadas o al menos conciliatorias entre los enfoques cuantitativo y cualitativo, para poder traducir dichos resultados. Pues como lo propone Yalom (2000), el enfoque empírico nunca ayuda a la persona que lo posee, a aprender el significado de ésta estructura psíquica. El significado nunca puede obtenerse a

partir del estudio de las partes componentes, por que el significado nunca es causado, es creado por una persona que está supraordenada a todas sus partes.

Así, nuestra posición en el presente trabajo, fue existencial y dicha posición desafía la visión cartesiana tradicional de un mundo lleno de objetos y sujetos que perciben estos objetos. Obviamente, ésta es la premisa básica del método científico: hay objetos con un conjunto finito de propiedades que pueden ser comprendidas a través de la investigación objetiva. La posición existencial se extiende por debajo de ésta escisión sujeto-objeto y considera a la persona no como un sujeto que puede, bajo las circunstancias adecuadas, percibir la realidad exterior, sino como una conciencia que participa en la construcción de la realidad.

No obstante, es importante tener presente que las limitaciones de la investigación empírica en psicoterapia no son algo exclusivo de la orientación existencial en terapia. Tan sólo son más explícitas en el enfoque existencial. En la medida en que la terapia es una experiencia humana, profundamente personal, el estudio empírico de la psicoterapia de cualquier escuela ideológica contendrá errores y será de un valor limitado. Además, siguiendo a Yalom (2000), quien dice que el método adecuado de comprensión del mundo interior es el fenomenológico, para ir directamente a los fenómenos mismos, para encontrarse con el otro sin instrumentos ni presuposiciones “normalizadas”.

Hasta donde sea posible, uno debe “poner entre paréntesis” la perspectiva del propio mundo y entrar en el mundo de experiencias del otro. Un enfoque así, para conocer a otra persona es, eminentemente fiable en psicoterapia: todo buen terapeuta trata de relacionarse con el paciente de esta manera. Esto es lo que se quiere decir con empatía, presencia de ánimo, atención genuina y aceptación no crítica.

Por lo tanto, tendremos que establecer una jerarquía en orden de importancia, de acuerdo los resultados obtenidos y preguntarnos de manera honesta, ¿Qué es más importante para nosotros como profesionales de la salud, los aspectos metodológicos inherentes a la investigación empírica en psicoterapia, o el hecho de que a través de diferentes programas de intervención se pueda facilitar el cambio en personas que asisten a talleres vivenciales? Y ¿Al estar viviendo una fase de desorganización psicológica, la sociedad, seguirá manteniéndose en el mismo sistema de intervención en las instituciones, negando así la gran problemática y malestar que experimenta la población en general? ¿Seguirán siendo los programas de intervención institucional en materia de salud intramuros o dará inicio el trabajo extramuros,

dando así una respuesta a la naturaleza de las necesidades de la sociedad? Por que, si bien las expectativas de vida de la población se han ampliado, pero si las expectativas de vida no van aparejadas con la calidad de vida, entonces resultaría muy lamentable vivir más años sin una adecuada calidad de vida.

## **CONCLUSIONES**

El presente trabajo resultó ser toda una experiencia, en el sentido de que, por un lado, intentó dar una respuesta a las exigencias de la sociedad en materia de salud y, por otro lado, intentó lograr resultados que pudieran ser útiles y aplicables, y que no fuera otra investigación más que arrojar correlaciones ociosas y que se escribiera en fríos números y en vana retórica.

Un intento pues, como lo planteó Ernst Bloch (citado por Lévinas, 2001), donde dice que “La miseria, tan pronto como tiene conciencia clara de sus causas, se convierte ella misma en palanca revolucionaria”.

Así, el hecho de crear y ampliar conciencia acerca de hábitos saludables en lo que a comunicación se refiere y donde se fomente el encuentro como una toma de conciencia en una experiencia cada vez más amplia de nosotros mismos con nuestras emociones, con nuestros deseos y necesidades que bien puede incidir en un estado de salud Iatrógena como ya lo dijo Milton Erickson (citado en O’hanlon, 1989), donde en medicina se define como una enfermedad Iatrógena la que resulta de un mal tratamiento médico, así también planteó la posibilidad de que exista también una salud Iatrógena, en donde el hecho de trabajar con un aspecto tan importante de la interacción humana, como lo es, el encuentro, pueda contribuir a mejorar la salud mental de la comunidad y a contrarrestar los efectos nocivos de nuestra actual cultura globalizada.

Es por esto que hace falta desarrollar una adecuada planeación en las intervenciones para que ayuden a mejorar la salud mental de la población; modificando, si es necesario, la manera en que se viene brindando la atención a la ciudadanía en cuestiones de salud.

En un sentido más amplio, los problemas de salud pública requieren políticas encaminadas a fomentar la fortaleza individual y familiar de la población. Por ello, consideramos que nuestra propuesta puede incidir de manera directa y efectiva en la construcción de sujetos más saludables, que generen cotidianamente relaciones sociales también más sanas, y que no sólo vayan encaminadas a fomentar la salud pública, sino también el crecimiento y desarrollo de individuos cada vez más integrados.

Finalmente, cabe hacer mención que una variable de suma importancia la implicó el facilitador del taller, ya que la intervención se encontró impregnada de su personalidad, estilo propio, formación, enfoque, marco normativo de referencia, etc., de tal suerte, que es posible que los presentes resultados no se puedan replicar en una nueva intervención con otro facilitador distinto, pero sí obtener resultados muy semejantes. Así, en ocasiones la postura del facilitador, fue la de acompañar en el proceso, acogiéndolas y en otras ocasiones confrontándolas, pero en todo momento alentándolas a tener nuevos encuentros, ya que cuando el encuentro ocurre de manera plena, la magia sucede.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Bucay, J. (2002) *El Camino del Encuentro*, México: 1<sup>a</sup> Ed. Océano
- Ceja, J. (1993) *Manual para Facilitadores del Aprendizaje*, México: SEP.
- Jarquín, M. (2004) *La Psicoterapia Existencial: Una Aproximación*, México: Ed. LAG.
- Frankl, V. (2000) *El Hombre Doliente*, España: 4<sup>a</sup> Ed. Herder.
- Frankl, V. (2002) *El Hombre en Busca del Sentido Último*, México: 1<sup>a</sup> Reimpresión, Paidós.
- Fromm, E. (1981) *La Condición Humana Actual*, España: Paidós.
- Lévinas E. (2001) *De Dios que Viene a la Idea*, España: Ed. Caparrós.
- Maslow, A. (1991) *Motivación y Personalidad*, España: Ed. Díaz de Santos S.A.
- May, R. (1996) *El Hombre en Busca de Sí Mismo*, Argentina: Fausto.
- Minayo, C. (1995) *El Desafío del Conocimiento. Investigación Cualitativa en Salud*, Argentina: Ed. Lugar.
- Moles, A. (1995) *Las Ciencias de lo Impreciso*, México: Ed. Miguel Ángel Porrúa.
- Nardone, G.; Watzlawick, P. (1992) *El Arte del Cambio*, España: Herder.
- O'Hanlon, H., Weiner-Davis, M. (1990) *En busca de Soluciones*, España: Paidós.
- Rogers C. (2000) *El Proceso de Convertirse en Persona*, España: Paidós.
- Schutz, W. (2001) *Todos Somos Uno*, Argentina: 1<sup>a</sup> Reimpresión, Ed. Amorrortu.
- Shaw, I. (2003) *La Evaluación Cualitativa*, España: Paidós.
- Silberman, M. (2001) *Inteligencia Interpersonal*, España: Paidós.
- Slaikue, K. (1996) *Intervención en Crisis*, México: 2<sup>a</sup> Edición, Manual Moderno.
- Watzlawick, P. (1994) *El Lenguaje del Cambio*, España: 6<sup>a</sup> Edición. Herder.
- Watzlawick, P. (1999) *Cambio*, España: 10<sup>a</sup> Ed. Herder.
- Yalom, I. (2000) *Psicoterapia Existencial y terapia de grupo*, España: Paidós.

---

<sup>i</sup> Bandido de Ática, quien tras robar a los viajeros, los adaptaba al tamaño de un lecho de hierro, mutilando o descoyuntando a sus víctimas. Teseo lo sometió a la misma tortura.