

Centro de Estudios Psicodrama de Chile

**“ESTUDIO EXPLORATORIO ACERCA DE
COMO SE CONFIGURA LA MATRIZ VINCULAR
EN MUJERES TRABAJADORAS DE LA SALUD
DE UN CONSULTORIO DE ATENCION PRIMARIA DEL SECTOR
OCCIDENTE DE SANTIAGO DE CHILE
A TRAVES DE LA TECNICA PSICODRAMATICA ATOMO SOCIAL”**

TESINA PARA OPTAR AL TÍTULO DE PSICOLOGO CLÍNICO

AUTORES

Blanca Carreño C.

Adolfo Morán A.

PROFESORA PATROCINANTE

Gloria Reyes C.

ASESOR METODOLÓGICO

Marcelo Retamal G

Santiago, Octubre del 2007

Dedicada a:

Nancy Castro,

Mujer delicada y fuerte...

Que nos dejó el ejemplo de luchar para vivir y que entregó lo mejor de sí misma a su familia, su trabajo,

y a quienes tuvimos la oportunidad de compartir con ella.

Agradecemos a:

Gloria Reyes por guiarnos en este aprendizaje...

A los aportes del psicodrama que nos permite una mirada integradora en donde se mezclan el conocimiento y la experiencia, que nos lleva a nuevos senderos de caminos conocidos y por conocer...

Especialmente agradecer a cada una de las mujeres que confiaron y se comprometieron con nosotros en este andar, permitiendo que este estudio pudiera realizarse.

ÍNDICE

	Página.
I. INTRODUCCIÓN	5
1. Formulación del problema	7
2. Objetivos	13
II. MARCO TEORICO	14
1. Teoría de las relaciones interpersonales	15
1. Configuraciones sociométricas	16
2. Tipos de vínculos	19
3. Vínculo y desarrollo evolutivo	20
2. Teoría de Roles	21
4. Características de roles	21
5. El rol como una mirada integradora	22
6. Categorías de roles según J. L. Moreno	23
7. Emergente grupal	27
3. Átomo social	28
8. Tipos de átomo social	28
9. Átomo social una forma de método de diagnóstico	29
III. MARCO METODOLÓGICO	30
1. Tipo de diseño metodológico	30
2. Universo y muestra	32
3. Estrategia de producción de información	32
- Procedimiento	32
- Instrumento	33
- Taller de exploración del Átomo social	35
4. Recolección de la información	36
5. Estrategias de análisis e interpretación de la información	36

IV. ANALISIS DE LA INFORMACION	37
1. Breve descripción de la sesión número dos	37
2. Descripción de las sesiones a considerar en el análisis	37
3. Análisis del Átomo Social de Acción de Mary	39
4. Análisis de las temáticas emergentes del átomo social de Mary	40
5. Análisis de la relación vincular en el átomo social individual de Mary	43
6. Repercusiones del átomo social en el grupo	45
7. Conclusiones diagnósticas del átomo social individual de Mary	47
8. Sugerencias al átomo social de Mary	49
V. REFLEXIONES FINALES	50
VI. BIBLIOGRAFÍA	53
VII. ANEXO	54

I. INTRODUCCIÓN

Las mujeres a través de generaciones han debido asumir una multiplicidad de roles, tales como el ser madre, esposa, dueña de casa, de reproducción, roles que se han ido consolidando como propios del género femenino, aún en nuestra sociedad actual.

Desde la perspectiva de género, esto resulta relevante en los momentos actuales, dado que existen cambios culturales que están impactando en los distintos ámbitos de la vida de las personas, cambios relacionados con el desarrollo y la participación de las mujeres y de los hombres en una búsqueda de igualdad de condiciones, en todos los ámbitos de la vida social, incluyendo al área laboral. De esto, da cuenta la siguiente definición acerca del concepto de género: *“se refiere a las características, atributos y habilidades que cada cultura, en función del sexo, atribuye de manera diferenciada a mujeres y hombres, lo cual constituye una limitante para el desarrollo de la potencialidad de acción tanto de unas como de otros”*.¹

¿Qué ha significado para las mujeres tener que asumir todos estos cambios que le ha tocado vivir, cómo los ha ido integrando en su vida cotidiana? Desde el lugar que ocupamos en esta tesina como investigadores, nos interesa indagar acerca de cómo son los vínculos y los roles que establecen las mujeres que forman parte del área laboral de nuestra sociedad actual. Para esto nos planteamos la posibilidad de trabajar a través de una técnica llamada átomo social, la cual es una de las herramientas que utiliza el psicodrama y que permite explorar acerca de los vínculos principales que establece una persona y sus conflictos más relevantes, ya sea en el contexto individual como grupal. Esta actividad la realizaremos con un grupo de mujeres trabajadoras, teniendo en cuenta que el grupo es un dispositivo que permite reproducir los vínculos y los posibles conflictos personales al interior del grupo, es que dirigimos nuestra mirada hacia una Institución, que de acuerdo a nuestra experiencia profesional, hemos podido constatar que la mayor parte de las personas que allí laboran son mujeres. Este es un lugar de trabajo relacionado con el área de la salud, específicamente un consultorio de atención primaria en salud. La mayoría de estas mujeres son madres, algunas sin apoyo de pareja, lo que implica tener que asumir una

¹ Arteaga, A: (1998) Mujer y género. Página 23. Centro de Estudios para el Desarrollo de la Mujer. Santiago de Chile.

mayor responsabilidad frente al cuidado de sus hijos, otras han tenido que hacerse cargo del cuidado de sus propios padres, u otro familiar, sobre todo si este familiar padece alguna enfermedad de carácter crónico. También se caracterizan por ser mujeres que llevan años trabajando en las mismas funciones y en el mismo lugar.

Para introducirnos en el tema de como ha sido la inserción de la mujer al mundo laboral, damos paso a la presentación de la Formulación del problema, recogiendo algunos datos entregados por los dos últimos Censos en Chile (1992-2002), dando cuenta brevemente, de este transitar de la mujer a los medios de producción remunerados. Espacio que nos permite además dar cuenta de algunos elementos conceptuales del enfoque psicodramático, enfoque que por su diversidad de accionar nos permite utilizar diferentes recursos para trabajar con las personas, entre los cuales se encuentra el átomo social, que es una técnica que nos facilita la exploración de las relaciones interpersonales, en este caso de las mujeres trabajadoras, como son los roles y vínculos que ellas establecen. A continuación se elaborará el Marco teórico, el cual permite dar sentido al análisis de la problemática planteada. Desde esta mirada se pretende entregar un aporte, por una parte, al diagnóstico de cómo se expresa el átomo social en un grupo de mujeres trabajadoras y por otra, al estudio de las mujeres trabajadoras en el ámbito de la salud primaria. Siendo estos nuestros objetivos de estudio.

Posteriormente se describe la estrategia metodológica adoptada en esta investigación, las técnicas utilizadas en la recolección de información y el procedimiento utilizado para el análisis de la información recopilada. Este se complementa con una breve descripción de los distintos ejes temáticos de análisis que han sido objeto de nuestro estudio. Luego se realizará la exposición del análisis. Allí se caracteriza el átomo social desde 3 ejes de análisis, un eje corporal, un eje cognitivo, y un eje afectivo, lo que nos permitirá conocer como se expresa el átomo social de un grupo de mujeres trabajadoras de la salud primaria, como son sus vínculos, su red interaccional, frustraciones en sus relaciones y posibles conflictos.

Como última etapa de esta investigación se expondrán las conclusiones y reflexiones de esta tesina y finalmente se dará a conocer la bibliografía consultada y un anexo, cuyo contenido se considera material de apoyo a la presentación del trabajo de tesina realizado.

1 Formulación del problema.

Es importante explorar qué reconocen las propias mujeres trabajadoras con respecto a su implicancia en la actividad laboral, ya que si se considera que hay diferencias entre la capacidad estructural o neurológica entre hombres y mujeres, como por ejemplo que las mujeres tienen una capacidad multifocal a nivel neurológico y que esto puede ser un aspecto positivo dentro de lo femenino, ya que permite concentrarse en distintas cosas a la vez, es también cierto que trae consigo gran cansancio y agotamiento. El tener que asumir el rol de madre, esposa, trabajadora, desde esta visión de multifocalidad hace que la mujer contenga una historia de vida significativa no menos conflictiva, interesante de explorar. (Sordo, 2005)

De acuerdo a datos entregados por los dos últimos CENSO, correspondientes a los años 1992 y 2002, se observa que en general no se ha experimentado grandes variaciones por sexo, respecto a la población total.

Esto se grafica en la siguiente tabla

Población por sexo e índice de masculinidad. 1992 y 2002			
CENSO	HOMBRES	MUJERES	INDICE DE MASCULINIDAD
1992	6.533.254	6.795.147	96,4
2002	7.447.695	7.668.740	97,1

Tabla N° 1 Datos de Población. Fuente Instituto Nacional de Estadísticas. Censo 2002

La composición por sexo se describe a través del Índice de Masculinidad (I.M.) que se interpreta como el número de varones por cada cien mujeres.

Respecto a la población que constituye Fuerza de Trabajo, se plantea que ha habido un incremento en la participación femenina, de un 7,5 puntos porcentuales, entre el CENSO de 1992 y el del 2002, en contraste con la participación masculina que se redujo en 1,5 puntos porcentuales en el mismo lapso.

Las siguientes cifras muestran la tasa económica de participación de acuerdo al CENSO 2002:

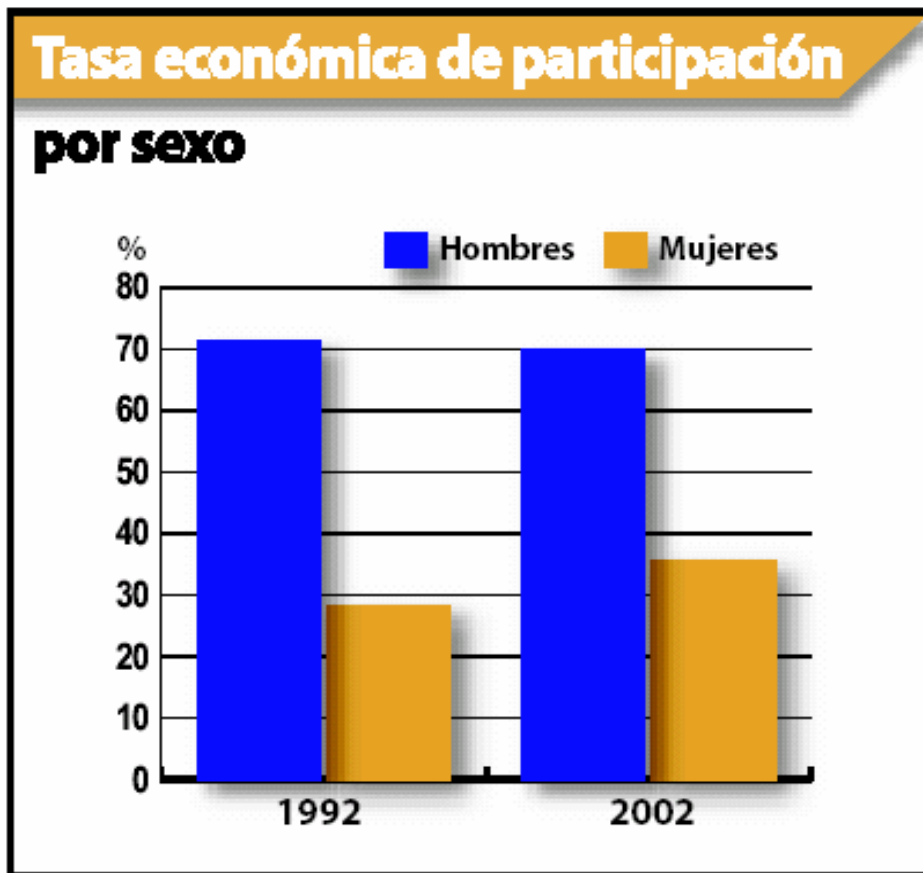


Tabla N° 2 Participación Laboral. Fuente: Instituto Nacional de Estadísticas. Censo 2002.

De los datos expuestos en la tabla anterior, se deduce que en 1992, la fuerza de trabajo femenina representaba un 29,5%, mientras que en 2002 aumentó al 35,6%. Al analizar su composición por sexo, se observa que el aumento porcentual de la fuerza de trabajo femenina respecto del censo de 1992 fue de un 50,1%, mientras que la de los hombres alcanzó al 17,6%.

En la distribución de trabajos por sexo, el CENSO 2002 da a conocer que la mayoría de las mujeres siguen ejerciendo trabajos que la sociedad tradicionalmente ha considerado como propios del sexo femenino.

Esto se grafica en el siguiente cuadro:

OCUPACIONES HOMBRES	Partc. Porcentual dentro del total de hombres ocupados	OCUPACIONES MUJERES	Partc. Porcentual dentro del total de mujeres ocupadas
Oficiales, Operarios y Artesanos.	15,5	Trabajadores Servicios.	16,5
Operadores de máquinas.	11,5	Técnicas.	16,5
Técnicos.	11,2	Profesionales.	13,0
Trabajadores de Servicios.	9,0	Empelados Oficinas.	11,5

Tabla N° 3: de participación laboral Fuente: Instituto Nacional de Estadísticas, Censo 2002.

Considerando aquellas ocupaciones en las que predomina la presencia masculina, se observa que el 15,5% del total de hombres ocupados están en la categoría oficiales, operarios y artesanos; el 11,5% en operadores de máquina, el 11,2% como técnicos y el 9,0% se desempeña como trabajadores de servicios. Por su parte, del total de mujeres ocupadas, un 16,5% se concentra en la categoría trabajadoras de servicios y en igual proporción como técnicas; 13,0% como profesionales y 11,5% empleadas de oficina.

Es así como la inserción de la mujer al mundo laboral ha ido produciéndose paulatinamente, y sin dejar de lado los antiguos roles ya asignados culturalmente, lo que demuestra el gran esfuerzo que ha significado para las mujeres el ingresar al sector de la producción remunerada. De esto da cuenta el llamado sector formal, que se limita a los servicios administrativos y sociales (administración pública, trabajos de oficina, enseñanza, enfermería, etc.), integrados básicamente por mujeres con niveles educativos medio-altos. Estas ocupaciones en dicho sector están siendo cada vez más flexibilizadas, con el fin de aumentar la «eficiencia» en el sector público, lo que se consigue a costa del deterioro de las condiciones de trabajo de las mujeres.

En cualquier caso, la razón principal de estas mujeres para incorporarse al trabajo remunerado es la necesidad de percibir recursos monetarios y, por el momento, no parece que las condiciones en las que se da permitan modificar sustancialmente las bases del sistema social actual o contribuyan a valorar el trabajo realizado por las mujeres. Al margen de los «beneficios» mencionados en términos de logro de autonomía e independencia, se producen efectos claramente negativos para las mujeres, por cuanto no se produce ninguna modificación en el reparto del trabajo reproductivo entre sexos, y el trabajo asalariado supone para ellas añadir jornadas de trabajo. (Arteaga, A 1998)

Esto implica principalmente reducir los tiempos que la mujer pudiera tener disponible para realizar actividades de esparcimiento, compartir con su familia o con sus amistades, dado que romper con las conservas culturales le significa demostrar su alta capacidad de enfrentar lo que era permitido solo para los hombres, es decir, que su trabajo pueda tener un valor económico y también un valor social.

Desde el Psicodrama existe una técnica llamada Átomo Social, la cual consideramos relevante para ser utilizada en esta investigación, porque es una forma de explorar y diagnosticar acerca de los vínculos y conflictos que se producen en los seres humanos, ya sea vínculos en el ámbito familiar, o aquellos vínculos que se generan producto de la convivencia diaria en los lugares de trabajo. Además permite conocer los diferentes roles con los que se ven enfrentados diariamente estas mismas personas. Sobre todo en aquellos lugares en que se debe cumplir extensas jornadas laborales, estableciéndose diferentes tipos de relaciones, según las funciones, así como las afinidades que allí se producen. Pensamos que este elemento del psicodrama puede resultar ser una herramienta práctica en el manejo institucional, donde los conflictos que se producen entre los trabajadores afectan muchas veces el buen rendimiento laboral. Esto facilitaría abordar de manera más asertiva y con los recursos más adecuados, algunas problemáticas al interior de una institución. (Reyes, 2005)

El átomo social tiene su importancia para el desarrollo de la persona en relación a la familia, entendiendo a ésta como el sistema relacional primario – la primera red social que pone en juego otras redes – donde sus miembros se comunican e interactúan en una retroalimentación

permanente conformando una matriz vincular. Si la persona va ampliando sus redes sociales podemos pensar que en el área laboral es posible conformar una matriz vincular en donde, a través de un inter-juego de cohesión y diferenciación, cada miembro es reconocido en su singularidad, va construyendo su subjetividad en un continuo devenir desde una fuerte dependencia hacia una autonomía relacional y va forjando su autoestima, la cual dependerá fuertemente, no sólo de cómo se perciba a sí mismo sino de cómo lo perciban los otros significativos, particularmente sus padres. (Reyes, 2005)

Persona y mundo se van organizando en la propia interacción, la cual se da en y a través del cuerpo; cuerpo concebido no como mera sustancia sino como un campo afectivo, activo de interrelaciones que hacen al sujeto. A medida que se va desplazando por estos juegos, busca su lugar; lugar complejo. En esta trama relacional aprende a ser con otros, adquiere valores y conocimientos, aprende a organizar y significar experiencias, sentimientos, pensamientos y palabras. En este entramado se genera el repertorio de recursos, estrategias, capacidades que le posibilitan enfrentar los problemas y resolverlos, tolerar la frustración que conlleva al fracaso, así como la posibilidad de aprendizajes autónomos y creativos, en distintos momentos de la vida de la persona. (Matoso, 1992)

De esta manera podemos definir la matriz vincular a la modalidad con la que cada persona organiza y significa el universo de su experiencia, su universo de conocimiento. Esta matriz o modelo es una estructura interna, compleja y contradictoria, y se sustenta en una infraestructura biológica. Esta socialmente determinada e incluye no solo aspectos conceptuales sino también afectivos, emocionales y esquemas de acción. Este modelo construido en nuestra trayectoria de aprendizajes, sintetiza y contiene en cada aquí y ahora, nuestras potencialidades y nuestros obstáculos. Esta matriz es una estructura en movimiento. Es el modelo con el cual organizamos y damos significación a nuestra experiencia. (Reyes, 2005)

Por lo tanto nos proponemos explorar a través de esta técnica los posibles vínculos que estas mujeres trabajadoras establecen y los conflictos a los que se ven enfrentadas por este ritmo de vida que ellas llevan. Es por medio del Átomo Social que permite guiar sobre los distintos

vínculos y roles que desempeñan las mujeres investigadas, como un primer acercamiento clínico a este grupo de mujeres. Ya que desde las investigaciones realizadas en Chile, desde las fuentes que fue posible acceder, no encontramos desarrollos temáticos que se aproximen a nuestro tema de investigación. De acuerdo a lo anteriormente expuesto, nuestra pregunta de investigación es: ¿Cómo se expresa el Átomo social en un grupo de mujeres trabajadoras de salud en un Consultorio de la ciudad de Santiago de Chile”?

2. Objetivos.

Objetivo general:

- Explorar a través de la mirada psicodramática a un grupo de mujeres trabajadoras de un consultorio de salud primaria desde la perspectiva del Átomo social.

Objetivos específicos:

- Explorar las modalidades vinculares en un grupo de mujeres trabajadoras de un consultorio de salud primaria.
- Explorar los roles en un grupo de mujeres trabajadoras de un consultorio de salud primaria.

II. MARCO TEORICO.

Para iniciar nuestro marco teórico, nos referiremos a modo de introducción, acerca del psicodrama, sus orígenes, y antecedentes relevantes que nos permitan dar cuenta posteriormente de tres ejes temáticos: *la teoría de las relaciones interpersonales, el átomo social, y teoría de roles*, ejes que contemplan los elementos que desde la teoría psicodramática, nos faciliten el camino para llevar a cabo esta investigación.

En sus orígenes el psicodrama parte como un modelo de trabajo esencialmente grupal, colectivo y público y posteriormente se desarrolla como una propuesta de psicoterapia para individuos, parejas y familias. Surge como un enfoque que enmarca una respuesta social de búsqueda de la libertad y espontaneidad del ser humano y como una forma profunda de explorar el alma humana, de develar los aspectos latentes no manifiestos de la psique. (Reyes, 2005)

El psicodrama es un enfoque creado por un psiquiatra de origen judío, J. L. Moreno, quién concibe al ser humano como un agente participante desde su primera entrada en escena de la vida social. Moreno plantea que el hombre actúa en función de la imagen que tiene de si mismo, de sus semejantes y de sus relaciones con éstos. De ahí, que su propuesta metodológica para abordar las relaciones bipersonales y grupales sea la investigación de las características inter-relacionales entre los individuos involucrados en una situación tal como esta sucediendo, averiguar la relación presente, las corrientes afectivas captadas en el aquí y ahora. (Bustos, 1975)

1. Teoría de las Relaciones Interpersonales.

El psicodrama tiene como cuerpo teórico a la sociometría, la que puede ser entendida como la ciencia de las relaciones interpersonales. Tiene como punto de partida el concepto de vínculo. (Reyes, 2005)

El vínculo es definido como la unidad de interacción conformada por dos o más personas (red vincular), y según Moreno, debe ser entendido, como íntimamente ligado a los conceptos de espontaneidad y creatividad. (Reyes, 2005)

Se define como espontaneidad, a la capacidad de actuar de manera adecuada frente a situaciones nuevas, generando una respuesta inédita o renovadora, o transformadora de situaciones pre- establecidas. Y la creatividad, como la capacidad que todos los seres humanos tenemos de desarrollar conductas afectivas, cognitivas, corporales de manera única y adecuándonos al entorno social, sin interferencia de relaciones previas en este proceso. (Reyes, 2005)

Moreno plantea que en la actualización del ser estaría siempre presente el vínculo, otro que va permitiendo la estructuración y diferenciación de un yo adecuado a normas sociales-roles- pero con características particulares que cada persona crea en cada momento. Todo vínculo se realiza a través de un rol (unidad funcional de conducta) y su rol complementario. (Reyes, 2005)

Entre los autores que se relacionan con Moreno se encuentra Pichón Riviere, si bien no se conocieron, ambos tienen una mirada más social con respecto a la salud mental. Moreno es considerado el precursor en esta temática, él supone un punto de equilibrio entre lo individual y lo social, dice que son los otros y la definición de ser social lo que permite el proceso de identificación y también el de individuación, mientras que Pichón Riviere plantea un modelo más social de la psiquiatría, considera al sujeto y a la emergencia de patologías como la resultante de una relación entre sujeto–objetos externos e internos y que la enfermedad mental es un emergente

que surge de tensiones sociales, por lo que no se podría entender la estructura de una enfermedad sino se logra entender el conjunto de tensiones sociales desde donde ésta emerge.

Pichón Riviere, define al vínculo como la manera particular en que un sujeto se conecta o relaciona con el otro o los otros, creando una estructura que es particular para cada caso y para cada momento. Plantea que la relación de objeto es la estructura interna del vínculo, por lo tanto un vínculo es un tipo particular de relación de objeto; que está constituida por una estructura que funciona de una determinada manera. (Pichón- Riviere, 1985)

Se produce entre ambos autores un punto de encuentro en la visión social que tienen acerca del vínculo, al plantear Pichón Riviere que el vínculo es siempre un vínculo social, aunque sea con una sola persona, a través de la relación con esa persona se repite una historia de vínculos determinados, en un espacio y un tiempo determinados. (Bustos, 1992)

Otros conceptos relevantes que forman parte del enfoque psicodramático y que se relacionan con la teoría vincular, son los conceptos de tele y transferencia. Moreno define el tele como la relación espontánea y creativa, libre de contaminaciones de historias vinculares anteriores, es decir, como la correcta percepción de otro, lo que sería recíproco. En tanto que la transferencia, en contraposición al tele, la describe como depositar en el otro a través del vínculo, objetos internos introyectados en relaciones interpersonales anteriores, fundamentalmente de carácter primario. Moreno llama transferencia al aspecto patológico del tele, y sería responsable de las distorsiones en la percepción del otro.

Configuraciones Sociométricas:

La sociometría es una técnica que permite describir las características y modalidades vinculares de los grupos humanos. Esta exploración de los vínculos se realiza a través de puntos de vista como son: la atracción- neutralidad y rechazo, los criterios de mutualidad o incongruencia, los polos de simetría, asimetría.

Las personas se vincularían a través de tres signos básicos: Positivo (aceptación, atracción), Negativo (rechazo) y Neutro (indiferencia). La Mutualidad sería la congruencia o coincidencia en un vínculo de dos signos de igual denominación, dando paso a una relación de reciprocidad. La incongruencia sería la elección entre signos diferentes. Los criterios son las razones para realizar una determinada elección, hay tantos criterios como acciones posibles (a quien elegiría para estudiar, a quien para divertirme, a quien como pareja, etc....) (Bustos, 1992)

El hombre es concebido como una unidad indivisible de su entorno, a esto se refiere la red vincular en la que se encuentra inserto el ser humano y que Moreno diferencia desde lo más simple a lo más complejo: el hombre aislado, el hombre en pareja, conformando un triángulo, o una cadena o un círculo.

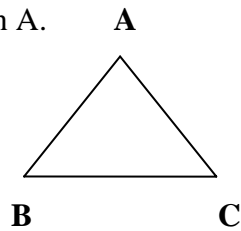
Aislamiento: Es la persona en total incomunicación que ha roto todos los canales que la vinculan con el grupo. Se configura a partir de la percepción de los vínculos como amenazantes y no como vías de seguridad y nutrición. No es necesario que este físicamente aislado, pero si, sin relaciones de mutualidad.

Diada: Se llama así a todo vínculo de reciprocidad, es decir alguien elige a otro por determinado criterio y existe mutualidad, debe ser una relación de exclusividad según ese criterio.

Al ser pareja en un grupo el grado de dependencia recíproco es máximo, ya que cada uno tiene sólo al otro para comunicarse con el grupo. **(A.....B)**

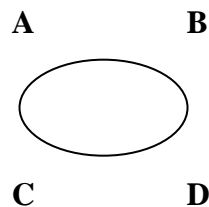
Cadenas: Cada uno de los términos de una configuración diádica establece una relación mutua con dos personas más. Las posiciones centrales B y C son las de mayor seguridad ya que tienen opciones alternativas. Las posiciones distales A y D son de mayor inseguridad y dependencia, no tienen opciones alternativas. **(A.....B.....C.....D)**.

Triángulos: Se configuran cuando los tres elementos tienen mutualidad entre sí, es decir A con B, B con C y C con A.



Los celos y dependencia serán manifestados por quien tenga la posición menos fuerte de acuerdo a la intensidad de elección, existe el riesgo de ser un tercero excluido y caer en el aislamiento, el cual se evita a través de la aceptación pasiva de las normas impuestas. El triángulo amoroso sería una configuración en cadena.

Círculo: A la configuración triangular se agrega un cuarto y cada uno tiene al menos dos alternativas, pero no todas entre sí en relación directa. Cada integrante se incluye en una configuración en la que no depende de una relación directa de mutualidad. A y D pueden encontrar entonces un código que les permita comunicarse, ya que aunque no tienen mutualidad se encuentran en el mismo campo relacional.



A partir de lo anterior, es central tener en cuenta que las emociones o ansiedades básicas consideradas como estructuras cristalizadas deben siempre considerarse dentro del vínculo donde se manifiestan (envidia, celos, rivalidad, agresión, etc....). Un punto crítico se genera cuando en cada grupo que integra un individuo se reproduce la misma posición sociométrica vital. La transferencia grupal lleva a construir un sistema de vínculos que reproduce la matriz de identidad, origen del conflicto.

Tipos de vínculos.

Otra dimensión a partir de la cual se desarrollan los vínculos, es desde la asimetría hacia la simetría vincular. (Reyes, 2005):

Vínculos simétricos: Tienen nombre propio. Ej, esposos, amantes, hermanos, compañeros, amigos. En las primeras fases del desarrollo –simbiosis e indiferenciación- el bebe está absolutamente dependiente de los adultos que lo cuidan, el grado de responsabilidad y determinación de la modalidad vincular es fundamentalmente de los adultos. En la medida que el niño comienza a adquirir la función de autonomía, diferenciar a otro y a otros, empiezan a aparecer en sus configuraciones vinculares los pares –hermanos, primos, amigos- a través de los cuales surge la posibilidad de vínculo simétrico, por lo tanto de compartir y competir. (Reyes, 2005)

Vínculos asimétricos: deben ser nominados por los roles en interacción. Ejemplo: profesor- alumno, terapeuta- paciente, padre/madre- hijo, jefe- empleado, etc. Las reglas del juego no son por definición las mismas para ambos. Esto condiciona una variedad de encuentro.

La individualidad es una ilusión. Todo grupo humano, tampoco está formado por unidades individuales; es el conjunto y la integración de cada uno de los vínculos establecidos, que palpitan dentro del mismo grupo. Cada grupo es una constelación afectiva, compuesta por muchas unidades relacionales, entretejidas las unas con las otras, como formando una red. Estas redes vinculares constituye en su conjunto, el cañamazo comunicacional que las mantiene unidas. Cada ronda humana, es algo así como uno de los múltiples nudos de alguna red. (Reyes, 2005).

De ahí la importancia de considerar, dentro de la dinámica de la relaciones interpersonales, los componentes sociométricos que se desarrollan en los procesos grupales, ya sea en el ámbito psicoterapéutico, en el ámbito del desarrollo de grupo etc., lo que implica que en esta dinámica, los miembros elegidos por el grupo para la profundización o desarrollo de una escena psicodramática, átomo social por ejemplo, están siendo de alguna manera portavoz del conflicto del grupo de un momento en particular. El grupo se detiene a mirar algo, o subraya algo

dicho por alguien al interior del grupo, es decir, en cierta forma una persona del grupo está enunciando un contenido, está hablando por el resto del grupo, como un cuerpo grupal. (Reyes, 2005).

Vínculo y desarrollo evolutivo:

En la perspectiva psicodramática, una historia sana de vínculos, desde el punto de vista evolutivo, debiera pasar las siguientes fases de desarrollo temprano (Bustos, 1992):

Fijación del rol a partir de un complementario, a partir de otro fusionado (la madre u otros objetos primarios). En ésta fase el bebé no diferencia entre yo y medio ambiente, ni discrimina fantasía de realidad. El bebé es contenido, y si siente amor anticipará amor, si siente agresión anticipará agresión. Cualquier alteración en esta fase, generará patologías vinculares ligadas a la incapacidad de ser amado, contenido y a la dificultad en los límites y las diferenciaciones con los otros.

Diferenciación del yo a partir de ese otro primario, que ya no está fusionado. A partir de las experiencias con la madre tanto de gratificación como de frustración, de las vivencias de apego y lejanía, el bebé comienza a reconocer primero parcialidades de la madre, ojos, senos, etc.; luego a la madre más integrada (la evolución de la percepción desde objeto parcial a objeto total, desarrollada por M. Klein). Logra por lo tanto diferenciar su propio cuerpo, sentándose con ello las bases para la diferenciación entre el yo y el medio ambiente.

Apreciación de otros diferenciados del complementario original (madre o cuidador), generando otras modalidades vinculares. Aparece el padre, los hermanos u otros dependiendo de las características de la constitución familiar. Aquí según D. Bustos, aparece la función de autonomía, seguridad, autoafirmación, de explorar el mundo y tener logros personales. De ser alimentado y contenido, pasa a ser apoyado. El niño ya ha salido de la simbiosis materna, para pasar a la autonomía. (Bustos, 1992)

La teoría del desarrollo evolutivo estaría conectada con la teoría de roles, en como se van generando los roles en el crecimiento del niño. Y los roles a su vez, no se presentarían aislados, sino que agrupan conformando un ramillete o cluster.

2. Teoría de Roles.

La teoría de las relaciones interpersonales, esta directamente relacionada con la teoría de roles. Moreno define al rol como “la unidad mínima de conducta interaccional”, referida esta, a la relación con otros dentro de una situación específica en que interactúan un rol y un contrarrol. Es una experiencia social, en la que siempre debe haber otro. (Bustos, 1992)

Características de los roles:

El rol es una unidad interaccional de conducta que posee una base psicossomática, medible y observable. Los roles no se expresan aislados en una persona, sino que en racimos o clusters, es decir, una persona es a la vez madre, profesional, esposa.

Por estar en interacción son necesariamente complementarios. Esta complementariedad puede ser asimétrica, por ejemplo, profesor- alumno, padre- hijo, etc., o simétrica, por ejemplo, hermanos, amantes, primos, etc.

Pueden ser percibidos y representados, lo cual forma parte del proceso de socialización.

El rol se expresa en una conserva social, pero se estructura dinámicamente con aspectos creativos personales. Por ejemplo, el rol de terapeuta es una conserva social, no obstante lo que el profesional ponga en ese rol tiene que ver con sus propios aspectos personales, cognitivos, emocionales, sus fantasías, etc. En otras palabras, el profesional recrea el rol. (Reyes, 2005)

El rol como una mirada integradora:

Desde la Teoría de roles de Moreno, es posible integrar una mirada desde lo social, lo psicopatológico y lo evolutivo.

Los roles según Moreno, son una forma social que adquiere el Yo, en que emerge lo social e individual, lo privado y lo público o colectivo. Es decir, la teoría de roles de Moreno, tiene características que permite integrar la conserva cultural o la influencia social en la personalidad, dentro de la influencia de la dinámica externa o interna genética, de los aspectos privados (fantasías biográficas, transgeneracionales, y los aspectos genéticos), versus la conserva cultural que es una conserva social.

Es el caso del rol de psicólogo en atención primaria, en donde la conserva cultural se puede expresar de manera compleja, como por ejemplo, atender a ochenta pacientes aproximadamente en un mes, usar delantal blanco, en donde el profesional se tiene que adaptar para poder ejercer su profesión. Dependerá de como la persona va integrando la conserva cultural en forma creativa y espontáneamente, los aspectos internos, eso es lo que le va a dar la parte creativa al rol, y es también lo que ocurre en el proceso de socialización de un niño. Si un niño no logra abrirse o estereotipa mucho en base a las conservas culturales cuando adolescente y cuando adulto, puede ser un adulto poco creativo, estereotipado, versus una persona que pone mucha cosa interna en el rol, en la conserva cultural va a propender a la desadaptación.

Desde la psicopatología, el rol permite ver cuando una persona es más sana, o más adaptada. Cuando una persona que no tiene equilibrio en el rol, lo tiene muy estereotipado, va a aprender a ser una persona obsesiva muy sobreadaptada a la conserva cultural, a diferencia de la persona que tiene mucho de privado del rol, va a ser una persona con tendencia a lo excéntrico a lo esquizoide. Importante también son los criterios de flexibilidad o rigidez en el rol, el grado de libertad para desprenderse de un rol, la cristalización del rol.

Otro aspecto de la teoría de roles es la mirada del desarrollo evolutivo. El niño llega al mundo en una red social compuesta por la familia y sus relaciones más próximas. El rol surge de esta matriz de identidad, la cual condiciona valores sociales y dinámicos que han de marcar profundamente la vida del nuevo ser. De acuerdo a esto y según lo planteado por Moreno “el Yo surge del rol”, en el interior de la relación con el otro, que en un primer momento es la madre y en la relación con ella se va formando el Yo.

El Yo se desarrolla de la brecha entre fantasía y realidad, a través de la interpolación de resistencia que ejerce el objeto externo. En un principio se confunden fantasía y realidad, interno y externo, no hay separación entre yo y no yo. La madre en su función de Yo auxiliar ayuda al niño a dar forma a sus roles. El niño en su rol de hijo tiene en si mismo la función de internalizar las reglas, por lo que el aprendizaje de las normas que anticipan conductas van estructurando la instancia psíquica llamada Yo. De acuerdo a esto, el rol es el que estructuraría el Yo.

Finalmente, el rol sería la forma operativa en que el otro (la madre) es colocado para proporcionarle al individuo (niño) la satisfacción de sus necesidades básicas (Bustos, 1992). Se entendería por necesidades básicas el poder estar con el otro, ser contenido, arrullado, amado.

Categorías de Roles según JL Moreno.

Moreno plantea tres clasificaciones de roles:

I.- La primera clasificación de roles esta planteada desde el desarrollo evolutivo del rol:

Los roles empiezan a surgir en el interior de la matriz de identidad, la cual constituye la base psicológica para todos los desempeños de roles. Los primeros roles que surgen son los Psicósomáticos, que permiten al bebe experimentar el cuerpo. Luego están los roles psicodramáticos, relacionados con la psique y finalmente los roles sociales, que contribuyen a producir sociedad. Cuerpo – psique – sociedad son parte del yo total.

Los primeros roles están ligados a funciones fisiológicas indispensables: rol de ingeridor, mingidor, defecador, en cuyo desempeño el niño aprende a experimentar su cuerpo, estos son los llamados roles psicosomáticos. Son formas de funcionamiento en la situación de dependencia que caracteriza la matriz indiferenciada, cuando el niño aún no posee unidad propia y no están diferenciadas para él otras personas y objetos. De acuerdo a esto, los roles psicosomáticos estarían asociados a la función materna y son impuestos. Se asumen, no se imitan. Cada niño vive de un determinado modo sus roles psicosomáticos, dependiendo de las actitudes y satisfacciones que encuentra en los inicios de la identidad.

Luego en el curso del desarrollo individual van emergiendo los roles fundantes que a su vez se agrupan y forman lo que podemos llamar un, “yo psicodramático”. Los roles psicodramáticos describen conductas más ligadas a procesos psicológicos, por ejemplo, autoritario, rebelde, dependiente, etc., estos surgen en forma entrelazada a los roles sociales. Estos roles corresponden a la dimensión psicológica del yo y opera predominantemente la función de fantasía.

Los roles sociales describen conductas sociales, como madre, padre, hijo, profesor, etc. En ellos opera predominantemente la función de realidad y corresponde a la dimensión de la interacción social, constituyendo un “yo social”. Todos estos “yo parciales” no son aún el “yo total integrado” que todavía no ha nacido.

Los roles psicosomáticos, psicodramáticos y sociales interactúan entre sí, conformándose en una identidad, un yo y un si mismo.

Como una integración de lo anterior, se puede decir que, el rol es la forma de funcionamiento que asume un individuo en el momento preciso en que reacciona ante una situación específica, en la que están involucradas personas y objetos que actúan como contra roles. Este rol social, visualizado en un individuo es además la manifestación de un conjunto de otros roles subyacentes (roles psicosomáticos fundantes, familiares) integrados en el rol social y subsumidos a este, ya que lo sostienen. Todos estos roles (incluso los psicosomáticos) son considerados por Moreno como “unidades culturales de conducta” o dicho de otra manera, roles

que hemos aprendido a jugar a lo largo de cada proceso evolutivo ontogenético, cuando estamos inmersos en momentos originarios de vincularidad.

II.- La segunda clasificación de roles tiene que ver con el grado de libertad o espontaneidad, en donde el proceso de desarrollo de un nuevo rol pasaría por tres etapas distintas:

Role taking: son las estereotipias culturales y consiste en imitar el rol a partir de los modelos disponibles. Por ejemplo, un profesional al integrarse en un equipo de trabajo, tiene que tomar el rol, realizando una determinada función, él está tomando el rol porque está en un proceso de aprendizaje, de como se entiende el rol profesional en un ámbito específico.

Role playing: es una exploración más creativa, espontánea y personal del rol y consiste en jugar el rol, explorando simbólicamente sus posibilidades de representación. El sujeto representa una situación real, imaginaria o simbólica jugando su rol desde su modo habitual de relacionarse. Siguiendo con el ejemplo anterior, el profesional va a buscar una manera de hacer la función determinada, en forma más rápida y va a probar, jugando con aspectos de su historia, de su desarrollo personal y profesional, sin transgredir el rol de la conserva cultural.

Role creating: es el periodo de mayor evolución de un rol, en donde se han integrado los aspectos culturales e individuales, conformando un rol particular. Consiste en el desempeño del rol, de forma espontánea y creativa. Aquí el profesional del ejemplo anterior, pudo lograr un equilibrio entre las exigencias burocráticas y disfrutar de lo que está haciendo.

De acuerdo a lo anterior, en esta clasificación se daría la siguiente secuencia: tomando el rol, jugando el rol, creando el rol.

III.- La tercera clasificación de roles está relacionada en como estos se agrupan, denominándose a estas agrupaciones ramilletes o clusters:

Cuando Moreno dice que los roles intercambian sus experiencias, alude a que se agrupan según una cierta dinámica, constituyendo los clusters. En las primeras etapas de desarrollo del

niño, estos ramilletes asumen diversas características, que van a permitir delimitar estas agrupaciones. El cluster I, cuyo complemento es la madre o adulto que lo sustituye. El clusters II cuyo complemento es el padre o adulto sustituto. Clusters III, cuyo complemento es el hermano o sus sustitutos.

Cluster I o materno: el bebé nace en un estado de completa dependencia, o es auxiliado o muere. El bebé incorpora lo que ocurre a su alrededor como si fuera el mismo, por lo que está indiferenciado de su cuidador primario. Aprender a depender es esencial para el desempeño de la vida adulta. Saber recibir, aceptar ser cuidado.

Esta fase esta ligada a la ternura, la capacidad de sentir y aceptar ternura es esencial para la construcción de relaciones de intimidad.

En el cluster I las emociones básicas predominantes son la voracidad y la envidia. La voracidad es hambre más odio de un pecho, que es percibido como amenazante. Acabará destrozando lo que debiera alimentarlo. La envidia sería un sentimiento de instalación posterior, aparece cuando el bebe se da cuenta que no contiene dentro de si todo lo que necesita para subsistir.

Una contención apropiada de las emociones, permitirá que el niño pueda construir paulatinamente en el futuro una madre interna, que es la construcción de sentimientos y respuestas con capacidad para tolerar frustraciones, tristezas o pérdidas (Reyes, 2005).

Cluster II: corresponde a la función paterna. De ser alimentado y contenido pasa a ser apoyado para el logro de la autonomía. Coincide con el comienzo de la discriminación progresiva entre objetos y personas, fantasía y realidad, yo y no yo. Además de criterios de elección, se elige a alguien para algo específico.

También este clusters esta asociado a las ideas de triunfo y logro personal. El buen pasaje por el cluster uno, permite que una persona tenga confianza en su capacidad de ser querido, por lo que esa persona sabe y anticipa que gustarán de él o ella.

Como ansiedades básicas surgen los celos, la competitividad y la incapacidad de compartir.

Ambos clusters I y II, dan origen a funciones que se transforman en la vida adulta en parte constitutiva de otros roles. Recibir (clusters I) y dar (clusters II) son funciones primordiales para el ser humano. Ambas etapas además están constituidas por vínculos asimétricos.

Cluster III: rol fraterno. El bebé ya ha aprendido a caminar, a buscar lo que quiere. Aparecen otros seres: hermanos, amigos, primos, otros niños que comparten de una u otra forma su átomo social. Los vínculos acá serían más bien de simetría. En este cluster se desarrollan la mayor parte de los roles de la edad adulta. Haber sido sostenido primero, afirmado después, habilita para aprender a compartir.

La negociación es esencial en las relaciones en este cluster, los pactos, los acuerdos, nacen en una relación simétrica en la que se está dispuesto a ceder algo para obtener algo.

La construcción del nosotros es la característica del cluster III. Ya hay un rudimento de nosotros en el cluster uno, que se acentúa en el cluster dos y se consolida en el cluster III.

Emergente grupal:

Para lograr una aproximación a la historia vincular y los diferentes roles que establecen un individuo o un grupo, es importante considerar la dinámica sociométrica que se da al interior del grupo.

Dentro de esta dinámica sociométrica existe un concepto clave, el Emergente grupal, siendo este el mismo concepto de Protagonista que propone Moreno en la técnica psicodramática, y que corresponde a la persona sobre la cual se centra la acción dramática. Es un emergente grupal, ya que es elegido por el grupo, desde la dinámica télica y co-inconsciente y si bien representa su propia escena, a la vez está actualizando el conflicto y la acción psicodramática esencial del grupo. Es decir, el Protagonista o Emergente grupal está siendo de alguna manera portavoz del conflicto del grupo en ese momento, el grupo se detiene a mirar algo, subrayando algo dicho por alguien. La persona está anunciando un contenido, está hablando por el resto del grupo, dando cuenta a la vez de su propia historia, como de aspectos relacionados con el grupo, explorando de esta manera diferentes vínculos y roles.

El conjunto de vínculos, que comparten el campo relacional de una persona es el “átomo social”. Este concepto deriva de una útil técnica psicodramática de diagnóstico, que permite ver no sólo el conjunto de vínculos relevantes que el sujeto posee, sino que además las modalidades de estas relaciones y en las fases de desarrollo en que están.

3. Átomo Social:

Moreno define al átomo social, como “el núcleo de relaciones que se constituye alrededor de cada individuo” (J.L. Moreno. Fundamentos de Sociometría, Pág. 62), es decir, lo forman todos aquellos que desempeñan roles complementarios necesarios en relación al individuo. Lo considera además, como la configuración social de las relaciones interpersonales que se desarrollan a partir del nacimiento. En sus orígenes comprende a la madre y al hijo, y va aumentando a todas las personas que entran en el círculo del niño y que le son agradables o desagradables, y para las cuales, recíprocamente, él es agradable o desagradable. Las personas que no le causan impresión alguna, ni positiva ni negativa, quedan fuera del átomo social como simples conocidos. Es por eso que el átomo social tiene una tele-estructura característica y una constelación en permanente cambio (Salle, Wolf, Castillo de Almeida, “Introducción al pensamiento de J. L. Moreno”).

En cada nuevo átomo social en el que el individuo se inserte ejercerá un rol y establecerá sus vínculos, de acuerdo al proceso de aprendizaje de ese rol en su átomo cultural y tratará de encontrar el o los roles complementarios con los que efectuará la interacción. El átomo social es un hecho y no un concepto, en tanto está constituido por personas reales que son el mundo personal afectivo del sujeto. (Garrido, y Levy, 1.978)

Tipos de átomo social:

Átomo social actual: es un mapeo de la red interaccional de los vínculos, satisfacciones y frustraciones de los conflictos no resueltos.

Átomo social en el contexto grupal: el mapa se realiza con la colaboración de todos los integrantes, a los que se les asigna los roles de las personas significativas del protagonista.

Átomo social en el contexto individual: en esta situación, se trabaja con cojines. En donde la persona realiza cambios de roles los cojines que representan cosas o personas significativas para él.

Átomo social futuro: corresponde al átomo social deseable, se espera que la persona construya su átomo social futuro. No siempre hay voluntad de transformación y los cambios deseados forman parte de la fantasía compensatoria, pero inhibidora de la acción.

Se puede estudiar el átomo social según dos perspectivas: a) partiendo del individuo hacia la colectividad. Observaremos entonces como sus sentimientos irradian en numerosas direcciones al encuentro de individuos que le responden con simpatía, antipatía o indiferencia. Este es el aspecto psicológico del átomo social, b) partiendo de la colectividad hacia el individuo. El átomo social está centrado sobre la colectividad y se pueden reconocer las formaciones socioatómicas o redes sociométricas desde el punto de vista de la colectividad. (Garrido, y Levy, 1.978)

Átomo social una forma de método de diagnóstico.

Dentro de las herramientas que se ocupan en un diagnóstico está el átomo social, el cual es un concepto que se inserta dentro de la teoría sociométrica. Equivale, por lo tanto a una sociometría individual e implica el conjunto de vínculos significativos que posee un sujeto. Posibilita indagar sobre el mapeo vincular de una persona, cómo se encuentra desde el punto de sus relaciones objetales externas e internas, detectando los núcleos de conflicto más relevantes.

Dada las características propias del psicodrama, en que las relaciones que se establecen al interior de los procesos terapéuticos, son de una relación “Yo-Tú”, y no “Yo-Ello”, esto permite al individuo o al grupo, en el caso del átomo social, ir construyendo en conjunto un diagnóstico comprensivo de los conflictos más relevantes, favoreciendo así un verdadero encuentro con la persona. Esto facilita además adaptar el proceso terapéutico de acuerdo a las demandas y necesidades reales de l individuo o del grupo.

De ahí, la importancia que este diagnóstico tiene, para conocer el equilibrio existente entre las necesidades de pertenencia y cohesión y las necesidades de desarrollo individual.

III. MARCO METODOLOGICO

1. Tipo de diseño metodológico.

Para el desarrollo de la presente investigación se utilizó un diseño de tipo cualitativo, ya que desde esta perspectiva se trabaja con juegos de lenguaje abiertos a la irrupción de la información. Se investiga algo que no se conoce y se busca el descubrimiento de estructuras de sentido y significados. (Delgado, Gutiérrez, 1994)

El enfoque cualitativo nos permite acercarnos a la subjetividad de las personas que interpretan la realidad y la comprenden. Es decir, se trabaja en el plano de los valores e interpretaciones que los sujetos le asignan a la realidad, centrándose en sus opiniones, percepciones, representaciones, creencias, pensamientos, sentimientos, significados, etc. Todos estos elementos se manifiestan por medio del habla, del lenguaje, del discurso (lo que se dice), del lenguaje no verbal, de lo corporal. (Delgado, Gutiérrez, 1994)

Tanto el lenguaje verbal, como el no verbal, son utilizados por el enfoque psicodramático, ya que es una técnica global que integra el cuerpo, las emociones y el pensamiento, poniendo un énfasis particular en la acción corporal para reforzar los sentimientos y emociones. Moreno sostiene que al activar consciente o deliberadamente los músculos del cuerpo se intensifican los recuerdos y la imaginación relacionados con esa parte del organismo. La situación conflictiva se hace presente y se intensifica el revivir los recuerdos, la imaginación y las tendencias musculares que habían estado tensas o reprimidas por una falsa solución del problema. La acción psicodramática produce catarsis y una percepción más objetiva de la situación. (Ramírez 2004).

Además el paradigma psicodramático se plantea como una cosmovisión del ser humano holística y una visión psicosocial de las temáticas de la salud mental en donde se articulan las relaciones interpersonales, la teoría de roles y una concepción del desarrollo evolutivo del ser humano, lo que permite un acercamiento integral al sujeto de estudio de la investigación.

Lo anterior estaría relacionado con una visión constructivista de la realidad, en donde se plantea que el ser humano construye su representación ante las situaciones que enfrenta y no responde simplemente a las señales. Esto tiene profundas implicaciones en el quehacer de la presente investigación, dado que esta se va construyendo, por una parte, mediante la información obtenida a través del instrumento seleccionado, el átomo social, el cual es justificado acá, tanto como marco teórico y como instrumento metodológico. Y por otra parte, a través de la visión de investigadores, que dice relación a que, desde la escucha y la experiencia en intervenciones psicosociales con mujeres trabajadoras, además de lo co-construido por lo que las participantes de este estudio dicen y expresan corporalmente, permite tener una actitud reflexiva frente al tema a investigar.

De esta manera el conocimiento producido no es una copia de la realidad o una mirada solo de las participantes del grupo investigado, sino una co-construcción que se realiza con los esquemas e historias que ya poseen tanto los investigadores como las mujeres trabajadoras. Situado y apoyado está, bajo el prisma de una concepción general psicodramática, y relacionada con la Teoría de las Relaciones Interpersonales, y la Teoría de Roles descritas por Moreno.

Esto se articula finalmente, con una mirada hermenéutica, es decir, expresar o enunciar un pensamiento, descifrar e interpretar un mensaje o un texto, el cual el intérprete los entiende, los comprende, frente a sus autores, sus contenidos y sus destinatarios. En donde se va a seleccionar ciertos elementos de la realidad que se está observando, es decir, se va a poder elegir, lo que permite hacer algo más expedito. Se utiliza además, algunos aspectos del discurso verbal y no verbal en función de la pregunta de investigación, y del marco teórico. (Reyes, 2005)

2. Universo y muestra

El Universo de nuestra investigación esta conformado por la totalidad de mujeres trabajadoras de un consultorio de atención primaria de salud, del sector occidente de Santiago de Chile.

La Muestra está constituida por un grupo de 6 mujeres trabajadoras, elegidas al azar y que se desempeñan a lo menos un año ya sea en el ámbito profesional como no profesional, al interior del consultorio de salud de atención primaria del sector occidente de Santiago de Chile.

3. Estrategia de producción de la información

Procedimiento:

- Selección del establecimiento de atención primaria en salud.
- Contacto con las autoridades del establecimiento definido para llevar acabo esta investigación.²
- Selección realizada al azar de la muestra, constituida por mujeres que trabajen en Atención Primaria, ya sea en el ámbito profesional, técnico, administrativo, o de servicios generales.
- En la selección de la muestra, no se utilizaron criterios de aceptación o rechazo, desde el punto de vista del contexto familiar, rango etario, u otros aspectos, sólo se considero que sean mujeres que se encuentren ejerciendo a lo menos un año en alguna función profesional o no profesional en el establecimiento ya definido para este estudio.
- Aclaraciones previas a las participantes: que algunos contenidos de este trabajo serán empleados en la presente investigación, pero que se mantendrá el anonimato de las personas involucradas, así como el lugar en que se llevara esta a cabo.
- Aplicación de un taller de Exploración del átomo social individual en un contexto grupal. La implementación de este taller se realizará en el mes de octubre del presente año, con un total de 5 sesiones, cada una de ellas, con dos horas aproximadamente de duración.
- Contextualización del taller:
Primera sesión: presentación del taller y establecimiento del vínculo grupal.

² Se considera un encuadre ético de la investigación completa, mencionar a las autoridades y posteriormente a las personas del grupo investigado que no serán expuesto nombre de consultorio y de personas.

Segunda sesión: desarrollo gráfico de los átomos sociales individuales presentes, de las participantes del grupo.

Tercera sesión: exploración del átomo social individual de la portavoz del grupo.

Cuarta sesión: de acuerdo al emergente grupal, exploración desde el grupo, de sus propias vivencias.

Quinta sesión: cierre del taller.

- La recolección de la información tanto verbal como no verbal, que surja durante las sesiones del taller será recogidas a través de una grabadora y de las anotaciones registradas por uno de los encargados del taller.
- Análisis de los datos obtenidos durante la aplicación del taller, considerándose en este punto las categorías preestablecidas.
- Conclusiones finales del estudio.

Instrumento:

Para el desarrollo del presente estudio se ha definido utilizar el átomo social en su forma gráfica y de acción y el sharing.

La técnica del átomo social se llevará a cabo en dos sesiones de un total de cinco, las sesiones definidas para esta actividad son la segunda sesión, en donde se realizará el átomo social gráfico de todas las participantes y la selección de uno de estos átomos, con el cual se trabaja en la tercera sesión, donde se dará lugar al despliegue del átomo social individual en el contexto grupal. La primera sesión tendrá como objetivo dar a conocer al grupo en que consiste este taller, el modo de trabajo a través del psicodrama, así como el generar la confianza grupal.

Se iniciará la segunda sesión con un caldeamiento inespecífico, para continuar con un caldeamiento específico y así dar paso a un trabajo de imaginación que nos permita desarrollar posteriormente el átomo social gráfico. Se le pedirá a cada una de las participantes, que dibuje su átomo social con las figuras significativas. Se debe dejar claro que el dibujo debe ser de acuerdo a lo que surja en forma espontánea en cada una de ellas, que no tendrá juicio estético, ni de valor. La consigna contempla que las figuras significativas pueden ser personas, emociones, objetos,

recuerdos animales etc. Una vez que cada participante haya dibujado su átomo social se les pide que le pongan un nombre. Luego, se les indica que dejen los dibujos en el suelo y en silencio cada una pueda hacer un recorrido a todos los átomos sociales dibujados.

Cuando las participantes hayan revisado todos los átomos sociales gráficos, se pregunta quién, o quienes estarían dispuestos a ofrecerse como portavoz del grupo, para profundizar su contenido personal, y así ofrecerse al grupo, para que este mire y también vea que le pasa. Considerando las personas que estén dispuestas a ofrecerse como portavoz grupal se da la indicación para que voten por aquel dibujo que más les haya llamado la atención. De esta manera se escoge de los átomos sociales gráficos ofrecidos, el emergente grupal, que se denominará átomo social de acción, el cual se desarrollará en la tercera sesión.

En la tercera sesión se le pedirá a la protagonista del átomo social que seleccione a alguien del grupo para que la represente y la sitúe dentro del espacio dramático, en el lugar que estime conveniente, para luego continuar con la selección de quienes representen a sus figuras significativas y las vaya disponiendo en el espacio y nombrando. Posteriormente durante la dramatización, la persona puede ir dialogando de dos maneras, la primera puede ser estando en su posición dentro del átomo social y desde ahí dirigir soliloquios significativos o simplemente hacer inversión de roles, entrevista, de manera de señalar un trabajo de generación constructivo de la información entre el director y el grupo.

Una vez realizado el átomo social de acción actual, se da lugar al sharing, momento no menos importante de la sesión, ya que permite que tanto la protagonista como el grupo en general, puedan expresar cómo se sintieron después de las exploraciones. Compartiendo sentimientos, experiencias vividas y emociones involucradas por las participantes. Esto permitiría tener elementos de diagnósticos desde el átomo social.

Taller de Exploración del Átomo Social:

Descripción de las sesiones:

Este taller constará con un total de 5 sesiones, una sesión por semana, cada una de ellas con una duración de 2 horas aproximadamente. Se considera una sesión de inicio, dos sesiones destinadas a realizar el átomo social y una sesión de dar cabida a necesidades propias del grupo de acuerdo al emergente grupal y una sesión para el cierre del taller.

Primera sesión: Presentación del taller y establecimiento de un vínculo grupal. Se realizará un caldeamiento inespecífico con el objetivo de que las participantes puedan desconectarse de sus labores que estaban realizando, soltar las tensiones y entrar en confianza con la actividad. Luego se continuará con un caldeamiento específico en donde se pondrá énfasis en que se conecten con sus distintas actividades de sus vidas actuales, permitiéndole con esta actividad una primera aproximación al trabajo psicodramático.

Segunda sesión: Se iniciará la sesión con una breve conversación de como se sienten ellas. Se realiza un caldeamiento inespecífico, se continua con un caldeamiento específico y una imagería que facilite el posterior desarrollo gráfico de los átomos sociales individuales y la posterior elección del átomo social, que será elegido por el grupo, a modo de emergente grupal.

Tercera sesión: La sesión se iniciará con un breve resumen acerca de la sesión anterior, y se continuará con un caldeamiento con el propósito de que se contacten con sus emociones, su cuerpo y puedan identificar y nombrar sus sentimientos y sensaciones. Luego se les indica que se dramatice el átomo social de acción, con técnicas psicodramáticas de soliloquio e inversión de roles principalmente. Finalmente se explora y se recopila la información.

Cuarta sesión: En esta sesión se recogerá información acerca del impacto del proceso grupal, se da espacio a las necesidades del grupo de trabajar algo que pudiera estar dando vueltas de lo que surgió en las sesiones anteriores.

Quinta sesión: como última sesión se realiza una imagería de cierre del proceso del taller. Se da espacio al sharing y finalmente se les agradece al grupo por su colaboración y confianza depositada en los encargados del taller.

4. Recolección de la información

La información verbal se recopilará mediante anotaciones escritas y grabación magnetofónica, la información respecto de las manifestaciones emocionales, cognitivas y corporales, tipo de roles, temas de relevantes se desplegará desde los átomos gráficos de los átomos sociales individuales de las participantes del grupo. Cabe señalar también como consideración ética la importancia de que las participantes sean informadas de que están siendo grabadas y que tengan claro que solo se utilizará con fines de la investigación. Como de la co construcción de la información producida del protagonista y el director durante la realización de cada sesión.

5. Estrategias de análisis e interpretación de la información

El análisis de información recogida se realizará a partir de un conjunto de ejes temáticos relacionados con los conceptos trabajados en esta investigación, roles y vínculos, se incluirá las áreas afectivas, del cuerpo y cognitiva. Para esto se construirá una tabla de categorías preestablecidas. Además se considerará la información emergente a partir del desarrollo del átomo social individual, y la repercusión que este tuvo en el grupo.

IV. ANALISIS DE LA INFORMACION

1. Breve descripción de la sesión número dos:

Esta sesión tiene por objeto el desarrollo de los átomos sociales gráficos, como ya se menciono anteriormente se realizó primero un caldeamiento inespecífico y luego un caldeamiento específico a través de una imaginaria orientada al logro de la actividad. De acuerdo a lo realizado se obtuvieron los siguientes resultados.

Nombres de los átomos sociales gráficos presentes:

Mary: “El Crepúsculo”

Ely: “Crecimiento Desarrollo Espiritual”

Vero: “Después de esta Vida no hay otra”

Coly: “Yo y mi Vida Interna”

Isol: “Mis Sentimientos”.

Finalmente se define a través de una votación dentro del grupo el átomo social individual que se va a dramatizar en la siguiente sesión, siendo escogido el átomo social individual de Mary “El Crepúsculo”.

2. Descripción de las sesiones a considerar en el análisis:

Las sesiones que serán consideradas para el análisis son la sesión tres y cuatro. El detalle de todas las sesiones será presentado en el anexo. A continuación se hará una breve descripción de la sesión número tres, en donde ya esta definido el nombre del átomo social de acción.

El átomo social individual de Mary se llama “Crepúsculo”. Los personajes que la Protagonista trae a escena son los siguientes:

Hija: representada por Coly (una de las amigas más cercanas de Mary).

Pareja: representado por Ely (trabajo un tiempo con Mary en el mismo servicio).

Emociones: representado por Vero (ha participado junto a la protagonista en la organización de actividades recreativas al interior de la Institución).

Amigas: representadas por May (realiza otras funciones distintas a las de Mary, pero mantienen buenas relaciones).

Todas las mujeres que conformaban el grupo, representaron algún personaje de la protagonista en el escenario, siendo una sesión intensa, de gran compromiso de parte de cada una de ellas.

Durante el sharing se observa la conexión grupal al compartir las emociones que estaban sintiendo en ese momento, la desmotivación a la cual se ven enfrentadas laboralmente, la necesidad de tener espacios en donde se de lugar su palabra y sus quejas. Se observa al interior del grupo como el emergente grupal se conecta con cada una de las participantes, produciéndose un despliegue de los conflictos que trasciende desde la protagonista a todas las integrantes del grupo.

En la cuarta sesión, se recogió aquella información que tiene relación con el impacto que pueda producir en las mujeres participantes en el taller, la experiencia de haber compartido este proceso grupal, por lo que se da espacio a las necesidades del grupo de trabajar algún tema relevante relacionado con el desarrollo del átomo social.

3. Análisis del átomo social de acción de Mary

De acuerdo a lo anteriormente señalado se construyó la siguiente tabla gráfica de información obtenida:

Personajes	Cluster	Roles y Vínculos	Manifestación afectiva	Manifestación corporal	Manifestación cognitiva
Hija	Cluster I	Vínculos Asimétricos	Coherente con el contenido verbal	Se observa una actitud un tanto rígida	“yo te siento lejos de mí, pero no es una lejanía como tú dices... la cantidad no es tan importante como la calidad” “quiero decirte mamá que estés más cerca físicamente conmigo porque pasas mucho tiempo afuera trabajando”
Pareja	Cluster III	Vínculos Simétricos	Coherente con el contenido verbal	Coherente con el contenido verbal	“quiero que tengas confianza en mí, que las cosas se nos van a dar” “vamos a caminar juntos Mary, con el tiempo vamos a proyectar nuestra idea de vivir en el sur”
Amigas	Cluster III	Vínculos Simétricos	Coherente con el contenido verbal	Se observa una actitud un tanto rígida	“yo como amiga tuya tengo la misma necesidad, compartir más... el poco tiempo que nos damos no lo aprovechamos de disfrutar”
Emociones	Cluster I y II	Vínculos Asimétricos	Muy conectada con el contenido verbal	Coherente con el contenido verbal	“soy un fantasma y tú sabes que los fantasmas uno los crea” “tengo miedo de desear un proyecto de vida”

4. Análisis de las temáticas emergentes del átomo social de acción de Mary:

De acuerdo al análisis de la información recogida a través de la aplicación del átomo social individual emergieron las siguientes temáticas:

- **La necesidad de compartir más tiempo con las personas significativas:**

En la exploración de las temáticas emergentes del átomo social se puede observar el reconocimiento por parte de Mary, de la falta de tiempo para compartir con las personas que le son significativas, especialmente se menciona acá la necesidad de compartir con las amistades, lo cual aparece como un tema que en un principio estaría relacionado más bien con la protagonista y sus figuras significativas representadas por el grupo, pero que posteriormente es tomado como una dificultad que aparece en la mayoría de las participantes como tal y que estaría dando cuenta de ciertas dificultades presentes en el cluster III, en cuanto a la necesidad de vincularse con los pares, así también se puede observar que esta necesidad esta presente también en la relación madre e hija, en donde se manifiesta la aceptación de la dependencia, de la necesidad de ser contenido, lo cual es un elemento clave del cluster I.

“...mis amigas, pasar más tiempo, compartir más tiempo, necesito que estén más cerca de mi”

“yo como amiga tuya, tengo la misma necesidad, compartir más, estar más cerca de ti, pero no es porque nosotras no queramos es porque no podemos, por tiempo, por el poco tiempo que nos damos no lo aprovechamos de disfrutar...”

“que mis amistades también son importante para mi, que no estemos juntos, o no podamos compartir todo lo que a mi me gustaría”

“yo te siento lejos mami, pero no es una lejanía... como tú dices la cantidad no es tan importante como la calidad...”

“yo quiero decirte mamá que estés más cerca físicamente conmigo porque pasas mucho tiempo trabajando”.

- **La dificultad de poder expresar las emociones:**

Tanto en la Protagonista del átomo social como en el grupo se observa la necesidad de dar cuenta de las dificultades que han tenido en sus vidas para poder expresar sus emociones y de como el miedo ha sido un elemento presente en la mayoría de ellas, que las paraliza y les ha impedido hacer cosas significativas, lo que nos muestra un desarrollo un tanto debilitado en el cluster II, que les ha implicado por ejemplo, sentirse poco apoyadas para lograr concretizar proyectos, les ha dificultado la expresión de lo que ellas puedan sentir, especialmente en la protagonista quien durante el desarrollo de la sesión mantiene una postura emocionalmente reservada, poco expresiva hasta el momento en que en el grupo surge la necesidad de querer acogerla.

“una emoción que tiene lugar es el miedo, la emoción no me deja avanzar, tengo miedo de desear un proyecto de vida, pero no poder hacerlo, miedo de no hacerlo”

“yo la percibo a ella muy impulsiva, muy acelerada.”

“uno de repente tiene rabia y la tiene escondida y la proyecta en miedos”

“...igual la emoción se da con muchos obstáculos... trabajo, responsabilidad”

“todas las emociones tienen que ir como pausadas, tienen todas que tener un ordenamiento, eso pesa”

“mis emociones tengo que trabajarlas un poco... porque es algo que me falta”

“... no he dejado sacar mis emociones, pero mi estructura es así...”

“... el miedo paraliza...yo creo que mi vida sería distinta si yo no hubiera tenido tanto miedo”

“rabia conmigo porque no fui capaz de ser más valiente para poder enfrentar cosas... yo siempre tengo miedo, miedo al fracaso, miedo a no ser aceptada, miedo a que la gente me diga tú no sabís”

- **La construcción de las normas y reglas:**

Otra temática relevante que surge en la exploración del átomo social es el reconocimiento de haber tenido un esquema rígido frente a la crianza de los hijos, lo cual es asumido como una dificultad en la relación con estos, que conlleva una cierta carga de culpabilidad frente a las exigencias impuestas por ellas en su rol de madres. Este es un tema presente en la protagonista y en algunas de las participantes, en las cuales se puede observar que tienen en común el haber asumido la crianza de los hijos, sin el apoyo de una pareja y con antecedentes de una familia de origen con un patrón similar de crianza, lo que estaría vinculado tanto al cluster I y II, en como ha sido la propia experiencia de aprender a depender y ser contenido, así como de ser apoyado para lograr la autonomía.

“más relajada, no tan esquemática, tan ordenada, tantas reglas, tantas normas”

“a mi lo que me llega bastante fue todo lo relacionado a eso de tener ese esquema muy estricto, muchas normas y de repente no ceder en ciertas cosas...”

“yo también fui muy estricta con mis hijos, siempre las normas, demasiado estrictas...”

“...uno va en una crepuscular en nuestras vidas porque es una estructura, les enseñas a ser roles, que a veces entran en contradicción con tus emociones, con tu rol, o tu perfil de hombre, de hija, un perfil que esperas del otro”

“yo retenía mucho antes... por cumplir un rol delante de mis viejos, porque siempre yo asumía un rol delante de mi familia, como la protectora...”

- **La necesidad de distribuir la carga laboral:**

También aparece como otra de las temáticas relevantes mostrada por la protagonista del átomo social, la falta de igualdad que se da en la distribución de roles en el ámbito familiar, lo que provoca cansancio, necesidad de ser acogidas y efectivamente de poder descansar. Esto se observa durante la sesión, al permitirse la protagonista modificar la ubicación de los personajes, lo que la hace sentirse más cómoda y apoyada.

“el ser trabajador igual es un poco cansador”

“...repartir la carga”

“...no solamente que sea una la persona que lleve todo el peso, como que también me dejen ser”

“... acoger a los demás y no permito ser acogida, me preocupa mi trabajo”

- **Aprender a confiar en las capacidades de los demás:**

Junto con el tema anterior esta la inseguridad por parte de la protagonista de que pueda concretizar sus proyectos de pareja, lo que estaría muy relacionado con el tema de la distribución de roles al interior de la familia.

“vamos a caminar juntos Mary, con el tiempo vamos a proyectar nuestra idea de vivir en el sur, hay que tener paciencia”

“yo Mary quiero que tengas confianza en mi, que las cosas se nos van a dar, hemos tenido muchos bajones pero hemos logrado superarlos...y lo que tú tienes en mente que realicemos va a llegar a sus efectos, pero no todavía, sino con más calma”.

5. Análisis de la relación vincular en el átomo social individual de Mary:

Para lograr establecer una aproximación de como se da la relación entre roles y vínculos en la protagonista del átomo social, se considero los diferentes elementos emergentes de su discurso y el de sus figuras significativas representadas por las demás integrantes del grupo.

A partir del discurso de la protagonista se puede observar la existencia de algunas deficiencias en el desarrollo del cluster I, dado que presenta dificultades en la capacidad de permitirse ser acogida y contenida por los demás. De acuerdo a lo observado, para Mary resulta más fácil cuidar y acoger a otros, estar siempre dispuesta a compartir con los demás, pero poniendo límites a sus propias necesidades, situación que le provoca cansancio, sobre todo frente a las exigencias que ella misma se impone y que le dificulta además darse un espacio para expresar sus emociones frente a las personas que le son significativas.

Al existir conflictos en el desarrollo del cluster I se gatilla la posibilidad de que se presenten dificultades en el cluster II. Esto se puede observar a través de lo planteado por la protagonista en relación a la propia construcción de normas y reglas, las cuales reconoce como rígidas y muy esquemáticas, generando con esto cierta dependencia desde los otros hacia ella, apareciendo incluso el tema de la culpa frente a las exigencias en su rol de madre en relación a algunas instancias de la crianza de su hija.

Con respecto a los puntos anteriores se podría plantear la posibilidad de un predominio del cluster II sobre el cluster I, esto de acuerdo a lo señalado por D. Bustos acerca de los cluster, que cuando hay predominio del cluster II sobre el I, “una persona lucha en vez de llorar”. De acuerdo a los antecedentes reunidos, Mary aparece como una mujer que se preocupa por el bienestar de sus personas significativas, perseverante por llevar a cabo lo que se propone, acogedora con quien acude a ella en busca de apoyo, pero ante la dificultad de no poder reconocer sus propias necesidades, aparece cierta rigidez en el modo de vincularse especialmente entorno a su grupo familiar.

Esta rigidez que aparece en relación al desarrollo del cluster II, conlleva a repercusiones en el cluster III, lo que se observa en la dificultad que tiene la protagonista de aprender a confiar en la capacidad de los demás para asumir responsabilidades compartidas, es decir de poder establecer relaciones simétricas, específicamente en torno a la relación de pareja, que si bien aparece como una forma positiva de vincularse, por efecto de lo anterior, tiene como consecuencias el no poder disfrutar plenamente de este vínculo, anteponiéndose muchas veces el cuestionamiento, por sobre la confianza, generando en ella sentimientos de confusión y de frustración que se entremezclan con las emociones generadas por las satisfacciones alcanzadas.

Durante el desarrollo del átomo social se puede observar como la protagonista intenta mantener el control de lo que ella pueda mostrar al grupo y a los investigadores. Esto relacionado con los personajes significativos que ella incluye en esta sesión, dado que, aunque se le pregunta si falta algún personaje, ella limita sus figuras significativas a su hija, su pareja, sus amigas y sus emociones, y no aparecen otros personajes que de acuerdo a los antecedentes recogidos pudieran

haber estado también presentes, como por ejemplo sus padres, a los cuales visita constantemente, o sus hermanas con las cuales mantiene buenas relaciones.

Finalmente se observa que una de las temáticas relevantes para la protagonista, es la necesidad de mantener vínculos estables entre su grupo de pares, a pesar de las exigencias del medio y el desgaste que le provoca tener que asumir diferentes roles. Esto lo expresa verbalmente a través de la aplicación del átomo social y físicamente a través de las actividades realizadas en torno a dejarse contener por el grupo, momento en que no presenta resistencias ante las manifestaciones de afecto que le proporcionan sus compañeras de trabajo.

6. Repercusiones del átomo social en el grupo

A través del desplazamiento del átomo social de Mary se puede observar como los personajes que representan a las figuras significativas de la protagonista, van dando cuenta no sólo de lo que están representado, sino también de lo que les pasa a cada una de las mujeres puestas en ese lugar.

Es así como en los temas emergentes que surgen en el despliegue del átomo social de Mary como parte de su conflictiva, aparecen en el discurso del grupo como temáticas comunes a todas las participantes, entre éstas, la falta de tiempo para compartir con las amistades, los sentimientos de culpa que les provoca el haber sido tan exigentes en la crianza de sus hijos, los miedos a los cuales se ven enfrentadas y que les producen algunas limitaciones, como por ejemplo el no atreverse a concretizar algunos proyectos de vida, el cansancio que les genera el tener que asumir diferentes roles y de sentir que estos no son equitativos en la relación que mantienen con sus parejas o con otras personas significativas.

Esta similitud que se da al interior del grupo se puede observar a través de los temas que emergieron como relevantes a todas ellas, y también en lo que plantean en el sharing, espacio que permite hablar y dar cuenta de como se sintieron cada una de ellas, a través del personaje que les toco representar de acuerdo a las figuras significativas que la protagonista puso en escena y que nos permite observar lo que Moreno llamo “tele”.

A continuación se describe como se relacionó la temática del Átomo social de Mary con cada una de las integrantes del grupo, en donde CG, EH, VM, ML, representan a cada una de ellas.

CG que fue elegida como la hija de Mary, CG vive con sus padres y se siente identificada con el rol de hija que le tocó representar, dice “yo me siento un poco identificada con la C (hija), y siento que la Mary ve a la C en mí y yo veo a mi mamá en la Mary...también siento que mi mamá aunque está físicamente cerca de mí esta emocionalmente lejos de mí... aunque tenemos una relación y una comunicación pero no es total... yo creo que a la Mary le pasa lo mismo con la C”.

EH que fue elegida como la pareja de Mary, en este caso la relación vincular de simetría que se debería dar en la relación de pareja queda expuesta en la situación que se da en una mujer que le toca asumir el rol de madre y padre en una familia, desde ese lugar EH habla de su experiencia como madre y dice “lo que me llegó bastante fue todo eso relacionado a eso de tener ese esquema muy estricto, muchas normas y de repente no ceder en ciertas cosas... yo también fui muy estricta con mis hijos”, “uno también fue criada en esa forma tan rigurosa, es como que uno no quiere delegar cosas, cree que uno es indispensable”.

VM que fue elegida como las emociones de Mary reconoce ante el grupo y lo manifiesta muy afectada, lo que a ella le provoca el enfrentar ciertas situaciones relacionadas con las demás personas. Su personaje “las emociones” le permitió darse cuenta de lo que a ella personalmente le ha pasado con el tema del miedo, dice “yo creo que lo que me ha hecho pensar todo el rato es de como el miedo paraliza...yo creo que mi vida hubiera sido distinta si no hubiera tenido tanto miedo... en un momento oye yo no existo, soy un fantasma creado por mí”, “rabia conmigo porque no fui capaz de ser valiente para enfrentar cosas... miedo al fracaso, miedo a no ser aceptada”.

ML elegida como las amigas de Mary, dice “yo también me siento reflejada...mis amistades también son importantes para mí, digamos que no estemos siempre juntos o no podamos compartir todo lo que a mí me gustaría”. Ella comparte esta sensación de sentirse

cumpliendo el rol de amiga, lo cual expresa en frases como “yo ya no era yo, era una amiga, como uno se apodera de un rol y te olvida de lo otro”.

Lo anterior también forma parte del proceso experiencial que se lleva a cabo en la cuarta sesión, espacio en donde las participantes nuevamente manifiestan los temas relacionados con la necesidad de expresar sus sentimientos: “como desde un movimiento se crea la necesidad de sacar los sentimientos escondidos”, “mis sentimientos siempre han sido como una debilidad”. También el darse cuenta del como ellas se sienten conectadas con lo que estaban haciendo en ese momento “si lo que estábamos haciendo era el átomo de Mary, estábamos haciendo el átomo de todas nosotras”.

7. Conclusiones diagnósticas del átomo social de Mary

A partir de los resultados obtenidos en el análisis del átomo social de Mary, podemos concluir que en la protagonista prevalece la función materna, pero con un predominio de las carencias de elementos positivos que deberían estar presentes en el cluster I, como son la capacidad de poder depender y dejarse contener por sus figuras significativas sin sentirse limitado ni amenazado por éstas. Su modo de relacionarse es más bien a través de acoger y ser cuidadosa con los demás, especialmente con su familia donde ejerce un tipo de control que está dado desde la dulzura y pasividad, pero que esta determinado por ciertas exigencias y normas que ella se esfuerza por hacerlas prevalecer. Esto la lleva a mantener una cierta ambivalencia en cuanto a sus propias necesidades de querer ser apoyada y sostenida, pero que en la cotidianidad, generalmente termina sosteniendo y apoyando a los demás, situación contradictoria de acuerdo a su modo de pensar, que le provoca además limitar sus propias emociones y necesidades.

De acuerdo a lo anterior se podría pensar que las deficiencias presentes en el cluster I, puede generar dificultades tanto en el cluster II, como en el III. Como ya se ha mencionado anteriormente, esto se manifestaría en el modo de vincularse de Mary, en la sobre exigencia que ella misma se impone ya sea en su hogar, en su trabajo, o en otras actividades en que pueda participar, lo que le impide disfrutar plenamente de lo que este realizando.

Cabe señalar además que, de acuerdo a lo observado en el despliegue del átomo social, a pesar de las dificultades que puedan presentarse en relación al desarrollo de los cluster, Mary tiene la capacidad de atreverse a la exposición grupal e indagar sobre aspectos de su vida más privada, lo que se puede considerar como un buen recurso ya que esta actividad le permitió a la protagonista mirarse un poco hacia su mundo interno y darse cuenta de algunos de sus principales dificultades y de sus propias necesidades de ser acogida, lo que finalmente, logra manifestarlo al interior del grupo.

Para dar cuenta de lo anterior destacamos la siguiente frase dicha por la protagonista durante el sharing: “yo siento que uno va en una crepuscular en nuestras vidas porque es una estructura, les enseñas a ser roles, que a veces entran en contradicción con tus emociones, con tu rol... desde un cierto tiempo... me he ido liberando, cuando le dije a Vero que la emoción fluyera porque yo retenía mucho antes... por cumplir un rol ante mis viejos, porque yo siempre asumía un rol ante mi familia... también con la C(hija) fui súper protectora de ella y eso provoco cansancio... uno tiene que ir de a poco, uno no aprende de la nada... estoy contenta... igual estoy cansada, pero un cansancio bueno... confiar en G(pareja), eso me da alegría” .

Podemos destacar acá lo interesante que resulta este entramado que se produce en el contexto grupal, al compartir las diferentes vivencias y que convergen en un discurso común, de situaciones similares en cada una de ellas.

8. Sugerencias

A modo de sugerencia respecto del átomo social de Mary, proponemos trabajar desde el psicodrama algunos aspectos del cluster I, como son el tema de la conexión con sus propias necesidades vinculares, el manejo de su capacidad de ser contenida y de poder contener de forma más relajada, sin tanta autoexigencia. Incluyendo en esto la integración de lo corporal, emocional y afectivo.

Respecto del grupo, se sugiere realizar actividades orientadas al fortalecimiento del autocuidado al interior del lugar de trabajo. Para esto proponemos utilizar algunos elementos del psicodrama, los cuales permitirían poder realizar un trabajo experiencial en donde lo que se construya sea no solo lo que desde el lugar de terapeuta se pueda proponer a través de lo aprendido y de lo observado, sino que también esta construcción pueda estar dada por lo que las personas que forman parte de este grupo puedan aportar de acuerdo a su propio saber, es importante rescatar la propia historia social, cultural que se va construyendo a través de la experiencia tanto individual como grupal.

De acuerdo a esto, proponemos la realización de talleres, cuyo objetivo principal sea la creación de un espacio destinado al desarrollo de herramientas y recursos que les permita revisar y visualizar sus propias dificultades respecto a los diferentes roles que les ha tocado asumir. Y a través de este “darse cuenta”, puedan ellas definir que les gustaría poder trabajar de acuerdo a sus requerimientos tanto personales como grupales, y desde ahí poder priorizar ya sea la necesidad de profundizar en las diferentes áreas y en aquellos aspectos que se observen más debilitados, o bien en compartir más tiempo con las personas significativas, relajarse o descubrir otras necesidades que puedan surgir al interior del grupo.

V. REFLEXIONES FINALES

Al inicio de esta investigación nos planteamos como objetivo de este estudio el explorar a través de la mirada psicodramática, a un grupo de mujeres trabajadoras de un consultorio de salud primaria, desde la perspectiva del átomo social individual, en un contexto grupal.

Siendo una de las principales motivaciones la propia experiencia de estar insertos en el sistema de atención primaria de salud, experiencia que nos ha permitido conocer y preguntarnos acerca del quehacer de las personas que dedican gran parte de sus vidas a brindar sus servicios en instituciones públicas caracterizadas por atender a un sector poblacional que generalmente es de escasos recursos, ubicados en lugares cuyas condiciones ambientales no son las más adecuadas para una vida saludable, por lo que nos pareció interesante indagar acerca de cómo se vinculan las mujeres trabajadoras en esta área, poder conocer acerca de sus historias personales, de cómo distribuyen sus tiempos, de las relaciones que establecen al interior de su trabajo, compartiendo diariamente con los mismos compañeros, realizando las mismas funciones y conociendo desde diferentes ámbitos a aquellos que requieren de sus atenciones.

De acuerdo a esto, nos preguntamos cuánto de lo que nos propusimos al iniciar esta investigación se ha logrado cumplir. En primer lugar pensamos que este estudio ha sido una experiencia muy enriquecedora para nuestro quehacer como profesionales del área de la salud mental, dada la necesidad de estar constantemente aprendiendo nuevas formas que nos permitan conocer y entender el comportamiento humano. Podemos decir que los aportes que nos ha brindado en esta actividad el psicodrama han sido de gran utilidad, ya que nos ha permitido el plantearnos una nueva forma de explorar y profundizar diferentes aspectos del ser humano de una manera más activa, creativa e integradora. Lo cual es una de las características del enfoque psicodramático el darle un espacio tanto a los conflictos y dificultades como a las posibilidades de desarrollo y recursos activos para la resolución de estos. (Reyes, 2005)

Junto con lo anterior nos parece relevante mencionar la dinámica propia que adquiere el grupo a través del desarrollo del átomo social. Frente a la indicación de que la protagonista debe elegir entre las demás integrantes del grupo a las personas que representen a sus figuras significativas, esta acción se produce en forma libre y espontánea, de acuerdo a lo que en ese momento se va produciendo en la sesión, generándose al término de esta, la manifestación de parte de todas las participantes de que se sintieron identificadas con el personaje que les fue asignado. Lo anterior nos permite dar cuenta de la conexión que se logra establecer al interior del grupo, produciéndose lo que Moreno define con el nombre de “tele”, un proceso de empatía recíproca a partir del cual dos o más seres humanos pueden encontrarse y percibirse en un acto simultáneo y dinámico, creativo y libre de contaminaciones de historias vinculares anteriores. (Reyes, 2005)

Dentro de los objetivos específicos nos planteamos la posibilidad de poder explorar a través de la técnica del átomo social, cuales son los vínculos y roles que establecen las mujeres trabajadoras de un consultorio de atención primaria, hemos podido vivenciar que efectivamente el psicodrama con su visión integradora, es un buen instrumento para recavar información acerca de las relaciones que establecen las personas, y que además permite que esta información no sea de exclusividad de quien esta investigando sino también pueda ser compartida por quien o quienes estén participando en la realización del átomo social, recreando parte de la historia personal en un espacio grupal, siendo al mismo tiempo observador y observado, por lo que el hecho de poder darse cuenta por si mismo de lo que esta pasando, nos parece que puede ser un recurso positivo que facilite los procesos posteriores.

Creemos que el átomo social como técnica de investigación ya sea en el ámbito individual como grupal, nos permite una aproximación a diferentes aspectos del ser humano, como son lo cognitivo, lo afectivo y lo corporal, así como la indagación de los diferentes vínculos que establecen las personas, los conflictos más relevantes a los que se ven enfrentados, pero que como técnica no es suficiente por si sola, cuando se requiere una mayor profundización en los diferentes aspectos a ser explorados. Cabe señalar en este punto la importancia que tiene el considerar la constitución del grupo, su disposición para trabajar desde una mirada más participativa, donde se construye en un re-construyendo juntos, así como el tener en cuenta los

intereses y necesidades personales de producir cambios, o de posibles soluciones ante las conflictivas que emerjan durante la realización del átomo social.

Finalmente, podemos decir que los aportes que entrega el psicodrama a través de sus diferentes técnicas como es el caso del átomo social, pueden resultar de gran interés por lo movilizador que este resulta en el momento de ponerse en acción, permitiendo a los coordinadores abrir nuevos caminos de exploración y a quienes participan ya sea poniendo su escena o siendo representante de un personaje significativo de otro mirarse como en un espejo y poder darse cuenta de aquellas cosas que a través de las propias palabras muchas veces no se alcanza a conocer.

VI. BIBLIOGRAFIA:

1. Ander- Egg, E (1995). *Técnicas de investigación social*: Buenos Aires: editorial Lumen
2. Arteaga, A (1998) *Mujer y género*. Santiago de Chile: Centro de estudios para el Desarrollo de la Mujer.
3. Bustos, D. (1987). *Peligro... Amor a la Vista*. Buenos Aires: Lugar Editorial.
4. Bustos, D. (1975). "*Psicoterapia Psicodramática*". Buenos Aires: editorial Paidós.
5. Delgado, JM y Gutiérrez, J (1994). *Métodos y técnicas cualitativas de investigación en ciencias sociales*: Madrid: editorial Síntesis.
6. Garrido, E y Levy, J. (1.978). *Psicología del Encuentro*. Madrid: Ed. Sociedad de Estudios de Atenas.
7. Matoso, E. (1992). "*El Cuerpo, Territorio Escénico*". Buenos Aires: Editorial Paidós.
8. Mideplan. (2000) Santiago de Chile: *Encuesta de Caracterización Socioeconómica Nacional (CASEN)*. Editorial MIDEPLAN.
9. Moreno, J (1979) *Psicoterapia de grupo y Psicodrama*. México D.F: Fondo de Cultura económica.
10. Peiró, J. (1993) *Control del estrés laboral*. Salamanca: Eudema.
11. Pichón- Riviere, E. (1985). "*Teoría del vínculo*". Buenos Aires: editorial Nueva Visión.
12. Ramírez, José. (2004). "*Psicodrama, Teoría y Práctica*". Río de Janeiro: editorial Ágora.
13. Retamal, Marcelo. (2.001): *Las hipótesis (ó) Clases lectivas*, Cátedra de Metodología de la Investigación Psicológica, Escuela de Psicología, Facultad de Ciencias Humanas, Universidad Diego Portales, semestre académico otoño del año 2.001.
14. Reyes, G. (2.005). *Psicodrama, paradigma, teoría y método*. Santiago: Ed, Cuatro Vientos.
15. Sordo, P. (2.005). *¡Viva la diferencia! (... y el complemento también)*. Santiago: Ed. Norma.

VII. ANEXO

Descripción de la primera sesión

En esta primera sesión se realiza la presentación del taller, los objetivos, se dan a conocer algunos elementos del psicodrama, se aclaran dudas y principalmente se trabaja sobre promover la confianza grupal. A esta sesión asisten seis mujeres de un total de ocho invitadas a participar.

Se da inicio a la sesión con la presentación del taller y se continua con un caldeamiento inespecífico, que consiste en un desplazamiento por la sala, conectándose con su cuerpo, emociones, esto acompañado por una selección de música que les permita desplazarse y relajarse. Luego se realiza un caldeamiento específico, acá se busca la interacción grupal, a través del baile, movimientos comunes, miradas, buscando nuevas formas de moverse y de conectarse con sus propias necesidades de movimientos.

Finalmente se comparte lo que a cada una le paso con esta actividad.

Descripción de la segunda sesión

Participan 5 mujeres. Se da inicio a la segunda sesión conversando un poco acerca de como se encuentran hoy, para luego realizar un caldeamiento inespecífico que les facilite el desconectarse de sus funciones laborales y así poder continuar con un caldeamiento específico que consiste en una imaginación que les permita traer a su mente los vínculos que para ellas son relevantes en la actualidad.

Luego se le pide al grupo que dibujen en una cartulina que tienen frente a ellas todas aquellas figuras significativas que lograron visualizar, ubicándose en primer lugar ellas. Se les explica además que es importante la ubicación que le van a dar a cada figura significativa

Transcripción de la sesión:

Di: si tuvieran que hacer un recorrido ¿se pudieron conectar?

CG: a mi me costo conectarme... y desde atrás no, pequeñas cosas si, en grande más sombras que cosas más concretas.

VM: en realidad yo creo que a todo el mundo nos cuesta desconectarme de lo que es la pega, a veces a mi me cuesta mucho.

EH: no saber nada de lo que es el trabajo y me conecte con todas las situaciones y cosas muy puntuales, que las tengo muy nítidas de la niñez, es como si las hubiera revivido de nuevo.

Di: ¿les paso que muchas situaciones están como presentes todavía?

MZ: ¿emociones? Si...un recorrido por imágenes de personas esta todavía, quizás no con la misma fuerza pero esta, la calidad esta, pero falta más... la trayectoria... me dio alegría.

EH: yo me conecte más con la alegría, con suavidad.

DI: la idea es no invadir esas emociones que se confunden a veces, pero si en esta situación de recrear, de vivenciar que tenemos, van pasando esas situaciones, va como en una película, van cambiándose los actores, pero van produciéndose cosas en cada una y la idea en esta segunda sesión es un poco quedarnos con esta sensación de que algo paso, algo paso en cada una...

CG: en un grupo igual cuesta.

MZ: fue como un reencuentro, somos humanos, con tus defectos, sentir a la CG como a la CG, la Ely, la Isa, eso me costo a mi al principio, estamos en el trabajo, ir soltando, con respeto igual, en cada una hay una historia, de a poquito.

EH: a mi me costo conectarme, han habido cosas que son importantes para mi, pero con el diario trajín, las tareas, de repente me di cuenta que era importante pero como que estaba muy alejada, fue como revivirlo de nuevo y darse cuenta que hay ciertas personas que han sido importante, aunque no estén ya con uno pero en su momento fueron importantes.

MZ: igual en el fondo uno se pone una careta.

Di: el espacio también, el consultorio.

EH: pero en general cuando uno hace una actividad y como que nos cuesta sacarnos el uniforme, para uno estar con el uniforme es normal.

ML: no se hoy día llegue más distraída, me cuesta más que la semana pasada, me costo más soltarme cuando estaba bailando, trate, me costo, no se ando distraída hoy día, pero por nada especial.

Risas.

ML: no logro descubrir porque.

Di: ¿y en el dibujo lograste buscar?

ML: si súper, si fue después... recordar me encanto, recordar un montón de cosa me encanta... eso, a lo mejor para mi fue difícil... pero estoy bien.

DI: a lo mejor tiene relación con lo que paso la semana pasada.

ML: es que sabes lo que pasa, es que a lo mejor hay una situación en la cual uno esta muy cómoda, muy bien, entonces también da un poco lata dejarla, eso yo creo que me pasa, no porque no te guste otro, sino porque quiero volver ahí, la sensación que uno tiene en un minuto.

Di: lo importante es que este grupo ha aprendido de a poco, como dice la Mary, a saber, a conocerse, las personas, saben que hay alguien detrás de ese delantal y de a poco se están mostrando. Pensar lo que nos convoco, de como están ustedes como mujeres trabajadoras, estos roles que han cumplido, cada uno va asumiendo roles...

IA: me costo desconectarme, mucho estar acá, al comienzo igual estaba, es que tengo que irme, es que tengo que cocinar, tengo que pasar a ver a mi mamá, por eso me costo desconectarme

Co: tienes un rol importante acá en la Dirección y te llevas roles importantes para tu casa.

IA: eso es lo que decíamos endenante que cada una cumple su rol y además que tienes que intentar hacerlo lo mejor posible y en todo y eso cansa.

MZ: hablar de las emociones cuesta a veces, pero me siento de alguna forma como acogida por la gente que esta acá, porque pueden haber otras experiencias pero me siento cómoda y eso me da una tranquilidad, cuesta esas cosas que son muy privadas, emociones tuyas, se habla mucho de emociones pero demostrarlas cuesta, pero por la gente que esta acá, eso me da tranquilidad.

EH: es que de repente proyectamos una forma y resulta que ser es de otra forma, pero por el transcurso de lo que le ha tocado vivir, asimilar o hacer, los roles que has tenido que cumplir es como que vas poniendo unas barreras entre los otros y tú, entonces para que uno pueda conocer bien a una persona tiene que tratarla bastante tiempo para darse cuenta como es realmente, o sino se puede tener una mirada muy superficial.

Co: y es lo que nos pasa muchas veces.

EH: a mi como que me motiva.

Risas.

Co: el psicodrama tiene algo de mágico, de repente se dan las conexiones, sin que se diga, sin que se conozca, aparece como algo mágico, de que el grupo se construye aquí, una cierta energía que circula. Se puede trabajar el tema de una persona y es como que nos toca a todos.

EH: que me ofrezcan esto les agradezco porque me encanta este tipo de cosas y todo lo que sea aprender

Co: uno también se sorprende de ser capaz de hacer cosas

Descripción de la tercera sesión.

En esta sesión participan 5 personas. Se da inició con una breve conversación acerca de cómo se encuentran hoy y que ha pasado en estos días en relación a la sesión anterior, se realiza el átomo de acción, cuya protagonista es elegida por el grupo, a través de la presentación de los átomos gráficos realizados en la sesión anterior. El átomo elegido lleva por nombre “Crepúsculo”. La distribución de los personajes asignados por la protagonista es la siguiente:

CG: hija (C).

EH: pareja (G).

ML: amiga(o)s.

VM: emociones.

Transcripción de la sesión:

Di: ahora van a estar atentas a lo que va a pasar con Mary, ¿dónde te gustaría que fuera el lugar para trabajar el átomo social?, tú átomo social era este, cierto.

MZ: sí.

Di: que se llama crepúsculo, en donde hay personas. Tú vas a colocar acá Mary a las personas, todas las figuras que están acá y que son importante para ti, que estén o no estén en este dibujo.

MZ: ¿el nombre de las personas?

Di: no, vas a utilizar a cada persona, ustedes van a ayudarla. Entonces, ¿con quién partirías?

MZ: yo soy yo...

Di: tú eres en este momento un personaje que se llama Mary, que tiene un átomo social donde se incluyen todos los representantes de El Crepúsculo y vas a buscar entre estas personas que están acá, personas que te conecten con lo que esta acá en el dibujo o con alguna otra persona o una emoción que este fuera de este dibujo.

MZ: primero a ella (CG)

Di: ¿quién más?

MZ: (EH), ella va a representar como una parte de...

Di: ¿quién es?

MZ: allá, al lado de la (CG) y (ML) acá, ella es la parte del hombre.

Di: ¿o sea tu pareja?

MZ: porque igual, amigos, la emoción, si un poco como darle...

Di: ¿alguien más falta?

MZ: significar hombre, mujer.

Di: hombre, mujer. ¿qué emoción?

MZ: confianza, seguridad, integridad también, proyectos, recuerdos del pasado.

Di: y si yo te hablará de que hay un personaje que te falta.

MZ: puede ser los que nos están, principalmente.

Di: ¿y tu hija?

MZ: es que para mí ahí esta la mujer, la (CG), igual yo involucre en mis figuras que están más cercanas.

Di: cierra los ojos y ustedes también, y cada una de ustedes se imaginara el personaje o lo que la Mary le esta poniendo a cada una, y a ti Mary, me gustaría que te conectaras con los nombres de las personas en concreto, me gustaría que pasaras por cada una y le dijeras como este personaje, como yo persona tanto, que quiero yo de ellos, quién soy para la Mary.

MZ: mi pareja, G, tiene un proyecto en conjunto que estamos haciendo, pero en concretizar...

Di: espera un poco, que tú hables desde G, conéctate con eso, es un poco conectarse con ese personaje que tú traes acá, lo pones en ella, pero a su vez es algo que tú tienes dentro, entonces tú nos habla desde G, como yo G, entra al yo G y este yo G va a estar acá.

MZ: “vamos a caminar juntos Mary, con el tiempo vamos a proyectar nuestra idea de vivir en el sur, hay que tener paciencia, firmeza, vamos para allá”.

C (hija), la C espera más que este con ella, pero sabe ella que si no estoy con ella es porque... “yo C, quiero decirte mamá que estés más cerca físicamente conmigo, porque pasas mucho tiempo afuera trabajando”.

“Las emociones, una emoción que tiene lugar es el miedo, la emoción no me deja avanzar, tengo miedo, tengo miedo de desear un proyecto de vida, pero no poder hacerlo, miedo de no hacerlo”.

“Mis amigas, pasar más tiempo, compartir más tiempo, necesito de, que estén más cerca de mi”.

Di: ahora les voy a pedir a cada una, desde los personajes de que habla Mary, que respiren profundo y se conecten con lo que Mary dijo, conecténsen un momento con eso. Ahora abran los ojos, y Mary mira acá y dime como están ellos, están bien así, hay algo que incomoda en esto, están bien los personajes o hay algo que te gustaría cambiar.

MZ: las emociones que estén al frente, acá.

Di: me gustaría que cada una de ustedes, dijera algo desde este personaje, que les llevo de acá. Empiecen cada una a hablar de como están estos personajes.

EH: yo la percibo a ella muy impulsiva, muy acelerada.

Di: tú eres G, habla desde G, sientete como G en este momento.

EH (Pareja): yo Mary quiero que tengas confianza en mi, que las cosas se nos van a dar, hemos tenido muchos bajones pero hemos logrado superarlos y vamos a superarlos cada día mejor y lo que tú tienes en mente que realicemos va a llegar a sus efectos, pero no todavía, sino con más calma.

ML (Amigas): yo como amiga tuya, tengo la misma necesidad, compartir más, estar más cercana a ti, pero no es porque nosotras no queramos es porque no podemos, por tiempo, por el poco tiempo que nos damos no lo aprovechamos de disfrutar, eso no quiere decir también, de otra forma compartir.

Las emociones: yo más que un sentimiento de ti Mary, soy un fantasma y tú sabes que los fantasmas uno los crea, si tú no pensaras en mi yo no existiría...

CG (Hija): yo te siento lejos mami, pero no es una lejanía como tú dices, porque como tú siempre dices la cantidad no es tan importante como la calidad, siempre cuando estamos juntas la cantidad no existe no se porque.

Di:¿dónde esta esa emoción, C, donde sientes esa emoción?

CG: no se, en el corazón.

Di: me gustaría que hicieras una escultura con todos estos personajes que tienes acá.

EH: podría decir algo, en relación a los miedos, podría darse también que a veces uno de repente tiene rabia y la tiene escondida y la proyecta en miedos, porque ese miedo que ella siente puede sentirse insegura de que con su pareja no se lleve a efecto lo que ella quiere planificar.

Di: en este momento ustedes están haciendo de puente, de conexión con este átomo que Mary nos ha entregado generosamente, algo nos pasa, que nos conecta con otras cosas a cada una, yo les pido que cierren los ojos nuevamente, se conecten con el primer ejercicio que hicimos. Respiramos profundamente, al parecer algo paso aquí con este Crepúsculo que empieza a ser una cierta emoción colectiva. Me gustaría que se conectaran donde va esa emoción de ustedes, con sus fantasmas, con lo de la C, o lo de G, qué esta pasando con esa emoción, por donde esta, la cabeza, el pecho. Si de repente sienten alguna emoción, empiecen a decirla.

EH (Pareja): con cariño, con amor.

CG (Hija): miedo, necesidad.

ML (Amigas): calor, calidez.

VM (Emociones): seguridad.

Di: Mary ¿te llega esto a ti?

MZ: si.

Di: te deja pa dentro. ¿Te gustaría hacer una escultura con estos personajes, cómo los pondrías tú?

MZ: (ubica a los personajes)

Di: ¿qué emoción les llega en este momento?

VM: necesidades.

ML: confianza.

Eh: seguridad.

ML: acogida.

CG: valor.

ML: necesidades.

VM: angustia.

Di: ahora, con todo esto que esta pasando, que te gustaría cambiar.

MZ: ... las emociones atrás, mis amigas, estas cómoda.

Di: ¿así te gustaría que fuera?

MZ: así es, en parte, porque igual la emoción se da con mucho obstáculo, una persona... trabajo, responsabilidad.

Di: vas a hablar desde esta emoción

MZ: (Inversión de roles) yo emoción, tratar por lo menos mis errores, también un poco quebrada, más relajada, no tan esquemática, tan ordenada, tantas reglas, tantas normas, y de G y que mi hija sea más feliz en cuanto a todo.

Di: ¿qué emoción te llega en este momento?

MZ: el rol, el ser trabajador igual es un poco cansador

Di: sientes que estas cansada

MZ: todas las emociones tienen que ir como pausada, tienen todo que tener un ordenamiento, eso pesa.

Di: por ejemplo, si yo te pidiera, cómo te gustaría que fuera este descanso para ti, dónde esta la Mary en este lugar.

MZ: tiene que estar acostadita, para poder descansar así...

Di: esta Mary que esta en el suelo hablara un poquito, como esta.

MZ:...acoger a los demás y no me permito mucho ser acogida, me preocupa mi trabajo...

Di: ¿y para descansar la Mary que necesita?

MZ: repartir la carga.

Di: esta misma foto la pusieras como te gustaría que fuera.

MZ: (distribuye los distintos personajes)

Di: me gustaría ahora que cada una se conectara... ¿esta cómoda, no esta cómoda, que pasa?

XX: yo veo sobreprotección, se hace grande.

EH: yo veo algo que me atrae, que queramos compartir las dos, las emociones, no solamente que sea una la persona que lleve todo el peso, como que también me dejen ser...

ML: yo como amiga me siento bien, el sentirme incluida... y retribuida también en el cariño.

VM: yo me siento súper importante, porque soy...

Di: ¿qué emoción tienes ahora?

VM: alegría una emoción de mucha alegría.

Di: pero la alegría, ¿cómo se comparte?

VM. Bueno, con risas (se ríe), estoy contenta, muy contenta, feliz.

Di: ¿cómo estas ahí?

XX: mejor, me gusta este nuevo lugar, si pero que mis emociones tengo que trabajarlas un poco, de apoco, porque es algo que me falta. Y a la C todavía la veo un poco chica, pedirle disculpa porque me cuesta como madre, aunque soy un poco liberal me asusta un poco, a lo mejor debiera ponerla un poco más al lado mío, no se pero todavía no. Y mis amistades, están bien ahí. Con G, bien.

Di: es importante lo que te dijeron, te dijeron varias cosas... justamente para ver que esta pasando, estos personajes que están acá, pero que nosotros tenemos adentro. De esta mirada hay situaciones que a lo mejor tú podrías trabajar, que te generaron cosas, que te gustaría cambiar o mejorar en algún momento.

MZ: eso me alegra mucho, una emoción la alegría, es verdad porque en realidad con el tiempo se ha perdido un poco eso, no como yo quisiera en estructura, no he dejado sacar mis emociones, pero mi estructura es así, mis amigas son importantes, porque igual en conjunto más que mis hermanas... son importantes en mi vida.

Di: me gustaría que cada una cerrara los ojos y empezara a ver que paso con cada una con este personaje... en que la Mary nos invito un poco a recorrer su vida, cada una se va a empezar a desprender de este personaje.

VM (emociones): yo como emoción empecé siendo como muy desconfiada, con mucho miedo, me voy feliz porque al recorrer fui cambiando y me convertí en una emoción positiva...

EH (pareja): yo como G al principio percibí como un cierto ahogo de las personas que estaban aquí representando, que es como que estaba uno muy alejado, como que estaban en otro lugar, pero con el transcurso... me di cuenta que yo también puedo hacer cosas que me son reconocidas, de lo cual tengo una gran satisfacción, bienestar interior y alegría también.

CG (hija): yo C como hija, he podido entenderte un poquito más, o sea en realidad siempre he entendido y comprendido que todo este sacrificio ha sido para mi desarrollo personal, que tú me quieres mucho, yo también te quiero, espero que nunca te voy a defraudar pero también quiero que no esperes demasiado, demasiado de mi...

ML (amigas): y yo como amiga me siento bien, me siento segura, estable, por momentos no se comparte, siento que hay una base sólida, hay lazos fuertes que siempre nos van a mantener unidas y se que tiene mucha importancia para ti como para mi.

XX: como Mary les agradezco la posibilidad de permitirme estar en este lugar y poder entenderlas mejor...

Sharing:

CG: yo como hija encuentro que la Mary me puso en un personaje como adecuado porque siempre, nosotros creímos harto en la astrología, en los caracteres y en las onda, mi mamá es Cáncer yo soy Aries, la C es Cáncer, es como la misma relación, yo me siento un poco identificada con la C y siento que la Mary me ve a mi, o sea ve a la C en mi y yo veo a mi mamá en la Mary, entonces yo siempre le digo que tenga cuidado con la C porque yo tengo más años con mi mamá y yo creo que conozco un poco a la C porque creo que es muy parecida a mi, la relación es muy parecida también. Yo quiero mucho a mi mamá, pero también siento que mi mamá aunque esta físicamente cerca de mi, esta emocionalmente lejos de mi, porque ella tiene sus propios rollos, siempre esta pensando en otra cosa, nunca la veo feliz y contenta aunque ella tiene muchas cosas porque estar contenta y feliz, aunque tenemos una relación y una comunicación pero no es total, no es como yo quisiera, y yo creo que a la Mary le pasa lo mismo

con la C, pero en el fondo hay cariño, hay amor y hay reciprocidad de sentimientos, lo que es una relación de madre e hija, difícil de contar encuentro yo.

XX: ...mientras vas relatando esto y ¿tu relación con tu madre?

CG: yo me siento súper identificada, a lo mejor es que yo puedo cortar ese cordón con mi mamá también, a lo mejor a mi me gustaría ser más yo y vivir menos con mi mamá, y dejarla ser más libre... yo como hija súper identificada con el personaje.

EH: ¿tenemos que hablar en si del personaje que representamos o no, o de lo que apareció?

XX: de lo que apareció pero también de cómo te llega a ti.

EH: a mi lo que me llego bastante fue todo lo relacionado a eso de tener ese esquema muy estricto, muchas normas y de repente no ceder en ciertas cosas, y bueno con los años, la experiencia a uno le va dando a entender que si son necesarias pero nunca darle mayor importancia por el motivo de que uno pierde mucho tiempo en ese afán de querer hacer que la otra persona sea tal como uno es y cada ser es individual y eso yo lo he aprendido ahora con los años. Yo también me sentí como reflejada en ti Mary porque yo también fue muy estricta con mis hijos, siempre las normas demasiado estrictas y ahora que tengo nietas, no es porque sea mal enseñadora pero hay puedo ir analizando yo como fue mi vida como mamá y ahora al ver a las niñas, que ellos están cumpliendo el mismo rol que yo le enseñe a ser a mi hijo y me doy cuenta que es demasiado duro, es demasiado como para hacerle ver al hijo que no puede fallar y no pues, si ellos a veces también pueden fallar, que de repente no quieren hacer una cosa y uno les exige y les exige y resulta que si uno se plantea y a mi quien me exige cuando yo no quiero hacer algo, ahora las he ido aprendiendo, con mi hijo que ahora es un adulto, ya no me importa si él no hace su cama, si yo no la quiero ver le corro la cortina, no le complico la existencia, pero eso lo aprendí ahora, después de tantos años. Y el hecho de que uno también fue criada en esa forma tan rigurosa, es como que uno no quiere delegar cosas cree que uno es indispensable, que si uno no esta ahí las cosas no van a resultar y no es así, uno tiene también que delegar responsabilidades en el grupo familiar, y tendrán que ir aprendiendo y si no aceptarlos como lo hacen no más, pero eso cuesta... porque a uno para padre no le enseñan, uno cree que lo esta haciendo bien y llega una edad en que sus hijos son adultos y se da cuenta que cometió muchas falencias, porque ve en el hijo reflejado como esta él criando a sus hijos... lo otro es que he trabajado siempre y mucho tiempo fuera de casa y ellos tuvieron una responsabilidad muy dura desde pequeños, una responsabilidad bastante grande de casa, yo no tenía con quien dejarlos y no tenía como pagar, entonces ellos tenían que cumplir funciones en la casa, muchas veces hemos conversados ahora que son hombres y dicen que a ellos les daba miedo cuando yo les dejaba esas responsabilidades, y bueno, ellos tuvieron que asumir sus miedos solos no más, es fuerte todo esto, son varias emociones... yo de repente me siento con pena, con remordimiento.

Di: o sea de una u otra manera lo que la Mary movió, movió en cada una de ustedes algo, se conecto, o sea algo que les ha pasado a cada una en algún momento en sus vidas, no es menor que este grupo se halla convocado desde la mujer trabajadora y que cada una ha cumplido roles y exigencias.

VM: yo creo que lo que me ha hecho pensar todo el rato es de como el miedo paraliza y cuantas veces uno con miedo... yo creo que mi vida sería distinta si yo no hubiera tenido tanto miedo... en un momento oye yo no existo, soy un fantasma creado por mi.

XX: ¿tú dijiste eso?

VM: si, yo le dije eso a la Mary y en realidad me lo estaba diciendo a mí... el miedo no existe.

XX: ahora cuando dijiste

VM: y eso me ha hecho pensar todo el rato.

XX: puedes cerrar los ojos y repetir la frase.

VM: el miedo no existe es un fantasma creado por mí.

XX: ¿qué te produce al repetirlo?

VM: rabia, rabia conmigo porque no, no fui capaz de ser más valiente para enfrentar cosas... no conduce a nada, yo siempre tengo miedo... miedo al fracaso, miedo a no ser aceptada, miedo a que la gente me diga tú no sabís.

Di: se movilizan cosas más profundas.

ML: yo con la Mary nos conocemos hace muchos años, compartimos cosas comunes y al igual que ella yo también siento reflejada... que mis amistades también son importante para mi, digamos que, no estemos siempre juntos, o no podamos compartir todo lo que a mi me gustaría, creo que es esto también de buenos amigos, bases sólidas, de sentimientos muy bonitos y que para mi son importantes, si yo no tengo o en algún momento pienso que no los tengo, los necesito más todavía, pero creo, igual que la Mary, aunque estén lejos están, que los tengo, que en algún momento nos elegimos mutuamente y eso siempre va a estar.

XX: ¿y tú amigos están lejos?

ML: es que hay personas que para mí están físicamente lejos, pero están muy cerca del corazón, yo no siento esa distancia, incluso hay personas que ya no están y están cada día más conmigo, pero hay otras que están y yo se que en el momento que yo las necesite no v a ser necesario acercarme van a estar ahí y esa seguridad me gusta, eso me da tranquilidad.

Di: para la Mary ¿qué paso, qué recoge de todos estos momentos?

MZ: yo puse el nombre de mi dibujo el "Crepúsculo", yo siento que uno va en una crepuscular en nuestras vidas porque es una estructura, les enseñar a ser roles, que a veces entran en contradicción con tus emociones, con tu rol, o tu perfil de hombre, o de hija, un perfil que esperas del otro, entonces desde un cierto tiempo yo, ahora último me he ido liberando, cuando le dije a Verónica que la emoción fluyera porque yo retenía mucho más antes, mucho mis emociones, por cumplir un rol delante de mis viejos, porque siempre yo asumía un rol delante de mi familia, como la protectora por mis papas, de mis propias hermanas, cuando empecé a conocer G, también con la C fui súper protectora de ella y eso me provoco cansancio, porque tenía también una visión del hombre trabajador, que sea el rol de la casa, la plata, proveedor físicamente y la mujer en casa... salir a trabajar, tener tu propia vida entras en contradicciones y con el tiempo, con el transcurso cuando llego mi pareja, que adoro mucho a G, lo quiero mucho, que tiene otra forma de proyectarse hacia ti, algo desconocido, algo anormal, entonces conocer a lo normal es más fácil, pero es más frío, esquemático, cotidiano, en cambio algo no normal, lo desconocido te produce más desafíos y el ser capaz de llegar a fondo con esa persona y descubrir que tiene cosas súper lindas, como cosas, defectos como todo ser humano, pero tu recoges las cosas mejores de él y ahí me di cuenta que no era tan lo asociado en común, que ser tú, tu emoción, cuál es tu emoción más fuerte que necesitas de él, no lo que necesita la sociedad como mujer... y eso a través de mi hija también lo he visto porque también me toco, como dice la Ely, que es ser muy autoritaria pero para protegerla... por que te reclama y pa mi fue un crecuspulo, porque mi vida se ha ido al principio un poco brusco pero al amanecer van bajando los colores, al amanecer, porque uno tiene que ir de a poco, un proceso, uno no aprende de la nada, siempre tiene un porque, y ahora a través de mi vida estoy contenta, porque igual entre todo estoy cansada, pero no un cansancio normal, un cansancio bueno, no un cansancio malo de antes... confiar en G, y eso me da alegría.

Di: cuando viste al personaje, como sentiste cuando ellos te hablaban y te decían cosas que tú no estaba como esquematizado.

MZ: cuando hablaba G... escuchaba a los demás como diciendo que tiene que hacer un hombre en una casa, escuchaba lo típico, el rol de hombre y mujer, sociedad normal.

Di: es un poco que así empezaste.

MZ: claro, porque mi estructura fue así. Con el tiempo controlaba mis emociones hasta que explote, fue como un volcán, pero fue bueno, porque del crepúsculo de la mañana yo amanecí con colores radiantes, fuerte el sol... y mi hija...va a estar mejor que yo en todas estas cosas lleva cien años más que yo en esas cosas y eso me da alegría con temores, pero no por retenerla, que sea siempre ella misma no más, eso que aprenda de mi.

XX: yo le doy las gracias a la Mary por haber tenido la capacidad de exponerse, pero que esto tiene sus beneficios, el que nos haga pensar un poquito. A V que haya podido captar esa palabra “miedo” y empezar a hacerse cargo de eso, a lo mejor el hecho de estar aquí hoy día es una manera, una opción, importante ver que puedo hacer con eso.

Di. yo les doy igual las gracias... cuando se hace este proceso del átomo es para ver como estamos en esta suerte de recrear situaciones y cada uno acá mueve algo... les doy las gracias por esta sesión tan bonita...

EH: lo que yo puedo decir en el momento de la última distribución que hizo la Mary con los personajes sentí que había como una sola energía, eso percibí.

Descripción de la cuarta sesión

A esta sesión asisten cuatro participantes del taller. Se da inicio a la sesión con un caldeamiento inespecífico, luego un caldeamiento específico que les permita conectarse con el grupo y con sus propias emociones.

Transcripción de la sesión:

VM: nos da vergüenza decir tengo esa necesidad.

EH: esa sensación.

Di: ¿qué les pareció el átomo social?

VM: como desde un movimiento se crea la instancia de sacar los sentimientos escondidos, algo que yo no había dicho, alguien que mira desde afuera, son posiciones del cuerpo.

MZ: aunque no queramos estamos conectados, somos similares y dentro de lo similar hay diferencia. Reconocer lo real me hizo entender que todos somos, que estamos conectados como seres vivos.

ML: que a través de, si lo que estábamos haciendo era el átomo de Mary, estábamos haciendo el átomo de todas nosotras, a pesar de las diferencias tenemos cosas en común.

Di: habla de escenas, sincronía, subjetividad, inconsciente colectivo.

EH: no aceptar ayuda, imprescindible, uno tiene que dejar que otros te presten ayuda. Miedo, rabia, tiene que ver con que los otros te dejen. Vamos formando una caparazón y nos vamos escondiendo, hace daño, uno no expresa los sentimientos.

Di: uno pone una defensa o adaptación frente a los otros, ceder – otorgar.

ML: me quedo con algo, desde afuera, yo ya no era yo, era una amiga, como uno se apodera de un rol y se olvida de lo otro cuando tú te sales te das cuenta que tienes que tener la opinión de otra persona.

Di: ¿qué sienten con esta rigidez, que le provoca a cada una de ustedes?

MZ: antinatural.

VM: rechazo, impersonal.

MZ: dureza.

EH: miedo de hacerlo mal.

ML: (le pregunta director) ¿dónde esta tu rigidez?, contesta: en el pecho.

Habla desde ese lugar: “yo duelo mucho, peso mucho... para adelante de pesada”, “yo soy dura, nada me conmueve, soy insensible, no puedo demostrar que las cosas me afectan”.

Di: al contacto la rigidez cambia.

EH: yo le pondría un pilar.

VM: yo le quitaría peso.

MZ: limpiarla.

EH: otorgarle a otra persona otros roles.

ML: sacarle el cemento.

VM: adelgazarla para que no tenga tanto peso.

ML: bien, mejor. Se me fue todo a las manos, sentía que necesitaba que me tocaran las manos.

Di: empiecen a caminar, a conectarse con sus emociones. Los roles, la rigidez, los roles que no cambiamos.

VM: tengo como un gozo, algo que no puedo decir que es.

EH: sensibilidad.

VM: esperanza.

ML: fortaleza.

EH: confianza.

MZ: conciencia.

VM: expectativa.

Di: ahora sientan esos personajes, ya no son V- E- M- M., y van a tomar un lugar en este escenario imaginario.

ML: seguridad.

MZ: sentir.

VM: fuerte.

Di: van a construir algo juntas.

Se abrazan todas.

Di: desde el átomo social ¿con qué yo me quedo para adelante?

ML: mis sentimientos, siempre han sido como una debilidad, yo he tratado de sentir que no son mis debilidades, sino que mis fortalezas. Puedo rectificar que tengo muchas fortalezas.

MZ: conciencia de construir.

EH: desarrollo espiritual.

Construyen una estatua en donde se manifiesta las palabras: fortaleza- espiritualidad- construir- contener. Refieren que “es rico sentir el calor del otro”.

Shering:

MZ: más que cumplir roles, uno tiene que ser protagonista de su propia construcción, hacer el ejercicio, palparme en la realidad que soy, no repetir mi actividad laborar, ser consciente de lo humano, recoger la tierra, estar contigo, permitirme el equivocarme. Que florezca mi conciencia con los demás, darse el espacio para hacer eso.

VM: ahora tengo ganas de venir al consultorio, estaba súper desmotivada, a pesar de que subí de peso, siento esa alegría de venir, que yo hace mucho tiempo que no sentía.

Descripción de la quinta sesión

Asisten cinco participantes a esta sesión. Se realiza un caldeamiento y luego una imagería orientada al cierre del proceso del taller. Se da espacio al sharing y finalmente se les agradece a todas por su colaboración y por la confianza depositada en los encargados del taller.

Transcripción de la sesión:

Di: relajación e imagería acerca de como ellas se van relacionando con alguna flor.

VM: cuando hicimos el ejercicio, se me imagino así como una lechuga...

EH: yo pensé una rosa, pero era una sola que estaba ahí...tuve la sensación de que los cuerpos de ustedes desaparecieron y lo único que veía era como una energía, pero ni siquiera sentía que eran manos, sino que era un movimiento de energía. Pude hacer un ramo, ilusiones, jazmines y las rosas.

CG: aunque estamos hartos años juntas, un momento de compartir otras cosas, no me sentí incomoda...

ML: cuando empezamos recién, me acorde cuando llegue a este consultorio... llegue llorando a este consultorio, porque no me quería cambiar, además yo sabía a lo que venía... todo el mundo hablaba muchas cosas... tenía mucho miedo también, y bueno era mucho más distinta que ahora, más pollito... yo me veo muy distinta a como yo llegue acá, como me presente acá, hemos dejado hartas cosas en el camino... igual me da pena... (hace referencia a una funcionaria que murió, a la cual quiso mucho)... yo super regalona, pero a la vez yo tengo mucha resistencia, soy muy fuerte, pero yo soy súper regalona y me gusta que me hagan cariño...

CG: como una rosa blanca con hartas espinas, pero super linda.

VM: cuando le empecé a hacer cariño en la cara a la CG, que es finita la CG, tenis facciones super bonitas.

CG: la verdad es que yo sinceramente, nunca me he sentido fea, pero tampoco me he reconocido ante los demás, bonita, pero siempre he sentido que de alguna forma me han mirado, me han admirado, pero yo no me siento así... para mi es más importante el alma que las cosas físicas... pero para mi es importante ser presentable, bonita, llamativa para los demás, no se si es egoísmo, egocentrismo, me gusta que los demás me vean, no es vanidad.

ML: en el sentido más allá de lo físico, tú eres una bonita persona, pero eres como tímida, pero pones muchas barreras y es difícil acercarse a ti, pero cuando uno logra acercarse tú eres super acogedora, eres bien amorosa, pero cuesta llegar. Yo tengo que recurrir a las herramientas que me han dado, que yo he ido adquiriendo.

VM: cuando tengo que imaginarme cosas... yo tengo muy pocas visiones, de ver en tu imaginación, a mí me cuesta y hoy día no me costo nada ver era una lechuga, mi flor era una lechuga que estaba abierta, iba creciendo... y después cuando me empezaron ustedes a hacerme cariño, yo me veía arriba de una pirámide, que no terminaba en pirámide, yo estaba ahí y me pasaban así como las ramas...

ML: como también ser capaz de traspasar esas cosas, por ejemplo cuando había que hacer masajes, a las chiquillas, tocarlas, uno también tiene resistencia, a uno también le cuesta tocar al otro, por ejemplo con la CG, la CG decía no me gusta que me toquen, me sentía como cohibida, como también uno es capaz de pasar esa barrera y acercarse y tocar al otro, o entender al otro a pesar de las resistencias de los demás, como no ser mal interpretada, mal vista, más allá de que yo en algún momento toque el cuerpo de ella, sino que en otras situaciones también, no ser intrusa, meterse en lo que no le importa, toda esa cosa que uno tiene en la cabeza de uno, que muchas

veces lo hace con súper buena intención, pero la otra persona no lo toma así. Muchas veces uno se priva de hacer algo porque cree que la otra persona lo va a tomar de manera distinta.

Yo llego a eso a tocarte, de repente preguntar cosas, porque yo a veces a una persona la veo súper mal, pero yo no me atrevo a preguntar, a invadir, si la persona se acerca a mi y me da la oportunidad yo me acerco, pero muchas veces hasta uno necesita que alguien se acerque, uno no lo va a hacer, necesita que alguien la tome de repente y uno se va, depende del estado en que uno se encuentre.

Di: (reordena al grupo).esa energía que esta en nuestras manos, de una u otra manera nos ayuda a movilizarnos, nos empuja, nos permite un poco conectar esa emoción. Muchas veces nuestra ansiedad, nuestras tensiones aparecen en algún lado, en alguna parte de nuestro cuerpo, a veces en el estomago, en el pecho, pueden soltar eso, liberando un poco esa energía. Van a cerrar los ojos... respirar profundo... esa energía que fluye acá... cada una en este momento se dan la mano, se agradece el regaloneo, de haber escuchado nuestras quejas, nuestras alegrías, nuestro cansancio...

Se agradece al grupo por su participación en este taller y se termina la sesión con un pequeño cóctel.