

TALLERES DE PSICODRAMA CON EL GRUPO

‘REDESMIDI’ - RED DE REDESCUBRIENDO MI DIGNIDAD ¡

Arnoldo Coto creó este proyecto hace 16 años, y junto con Laura Calvo trabajan voluntariamente desde entonces en este proyecto!

1. Taller: 4 de diciembre 2022: Coordina Ursula Hauser

Fue una grande sorpresa, con que motivación y concentración participaron los 11 hombres que viven ‘en las calles’, y las/los 9 cuidadoras/es. En total 20 personas, en el patio de la Casa Cural de la Iglesia de San Pedro.

Para mí fue la primera vez que pudo trabajar con personas ‘indigentes’, como se les llama aquí, un nombre denigrante y justo por esto el grupo se dio el nombre ‘reconstruir la dignidad’!

Desde hace tiempo planificamos en conjunto con Laura esta intervención psicológica, con psicodrama, pero hasta ahora pudimos empezar a realizar talleres; la pandemia interrumpió tantos proyectos, como este.

J.L.Moreno, el padre del psicodrama, empezó hace más de 100 años con esta metodología a trabajar con poblaciones ‘excluidas’ de la sociedad, al margen de lo deseada ‘normalidad’, integrada al sistema social como ‘debe ser’. Muchas de ellos prefieren vivir en la calle, y no ser internado en alguna institución del Estado (psiquiátrico, cárcel, albergues...), quieren la LIBERTAD! Pero a costo de mucho sufrimiento, todos estaban/están al margen de la criminalidad y del abandono absoluto, se consideran a sí mismo como ‘asociales’, pero también aguardan una cierta rebeldía, que ojala podrán utilizar para su bien y el bien de la sociedad.

Los objetivos entonces son:

- Introducirle al psicodrama, al trabajo lúdico psicológico
- Concientización de sí misma y de su historia
- Crear y fortalecer su autoestima muy lastimado
- Estrechar lazos de compañerismo y solidaridad en el grupo
- Apoyarles en definir sus metas en la vida, y ojalá alcanzarles
- Hacerles entender, que ellos mismos son agentes de cambio, protagonistas en sus vidas.
- Aumentar su capacidad de hablar y escuchar
- Despertar inquietudes y curiosidad al respecto de su propia identidad.
- ¡Facilitar su entrada a la sociedad, sin violencia!

El taller: 2 horas

Empezamos con la TELARAÑA, la red con el hilo rojo que vincula a cada participante, también a cuidadoras/es. Cada uno es parte de un grupo, los vínculos significan pertenencia, ahora y aquí de este grupo. Cada persona se presenta, del modo como quiere, y algunos hablan de reconocer que su alcoholismo les hace daño, también a su familia. Hay tímidos deseos de CAMBIO, estos serán nuestros aliados en los procesos terapéuticos psicosociales.

Como estábamos antes de Navidad, les pedí de pensar en alguien, que ellos quieren AGRADECER; todos escogen una persona, viva o muerta. Aparecen mamás, papas, hijas/os, amigos/os, abuelas etc.

SOMOS MUCHOS MAS QUE LAS/LOS QUE ESTAMOS AQUÍ; ¡SOY PARTE DE UNA FAMILIA, DE UN PUEBLO!

Les introduzco al ESCENARIO y al método surrealista de teatro, sin guía. ¡Enseguida captan la idea, hay un silencio durante de casi 2 horas! Un voluntario (Carlos) es protagonista, quiere hablar con su hija. En un emocionante diálogo agradece a su hija que ella existe, le reconoce como papa, aunque él no es un 'buen papá'. Algunos en el coro tienen los ojos húmedos, es un momento de mucha sinceridad y sentimientos.

¡Como segunda protagonista viene Laura, ella quiere hablar con un chico, que fue por años parte de este grupo, se mejoró y pudo salir hacia su vida en sociedad! También aquí corrían las lágrimas, en mismo tiempo que hubo alegría, y la consciencia: SI SE PUEDE....!

Cerramos con buenos deseos para el próximo año, y todas/os nos sentimos unidas/os en el círculo que formamos con las manos!

¡Yo me sentí feliz de este éxito, esperaba más resistencia e interrupciones, y me siento muy motivada para seguir! Cada persona merecería tener un proceso de terapia individual, aparte de lo grupal; vamos a ver cómo podemos aportar algo desde ASISTE y mi Fundación, para apoyar a este hermoso proyecto regularmente, como cualquier proceso terapéutico tendrá que ser!

BRAVOOOO LAURA Y ARNOLDO USTEDES SIGNIFICAN PADRE Y MADRE PARA ESTOS HOMBRES Y CONSTRUYERON PARA ELLOS UN REFUGIO, UNA 'FAMILIA'!

También un reconocimiento a Vilma Calvo Ulate y Alejandro Calvo, quienes, en conjunto con las/los voluntarias/os cuidadoras/es, apoyan este proyecto!

2. Taller, 25 de febrero 2023 (Albin Alvarado me acompañó como Co-)

Me sorprende y me hace feliz el REENCUENTRO con los participantes, la mayor parte de la última vez está presente, después de más de dos meses. Es como si fue ayer...una fuerte transferencia mutua facilita esta vez el proceso.

¡Algunos me agradecen cuando entro, y dicen que importante fue la última vez, increíble! Entendemos con que agradecimiento reaccionan cuando una les toma en serio como personas, sujetos, no como 'basura' de la sociedad.

Esta vez me acompaña Albin, otro psicodramatista y compañero, quien se interesa para apoyar este proyecto; él es de grande ayuda, sobretodo porqué esta vez pienso hacer el ejercicio con ellos, que llamamos MI ATOMO SOCIAL, con dibujos.

LA SOCIOMETRÍA: EL SOCIOGRAMA

Empezamos con saludos, poniendo énfasis en diferentes partes del cuerpo: un saludos con los ojos, con los codos, la espalda, el pie....tomando consciencia de nuestros cuerpos y la felicidad si no hay dolores, hay que cuidarlo, es nuestra 'casa'. Los participantes se ríen, muestran ganas de moverse, en una entrada al proceso grupal.

¿QUIENES ESTAMOS AQUÍ? Mírense, y escogen a quien más conocen (en este ejercicio se abstengan las cuidadoras y nosotras/os), luego otra escogencia, las dos manos en los hombros de un compañero. No es fácil decidirse, muchos dicen: ¡a todos! Esto es muy positivo, sin embargo, tienen que aprender a tomar decisiones y escoger. Alguien dice: conozco a nadie; ¿yo le pregunto 'y a ti mismo'? Entonces se pone las manos a sí mismo.



La segunda parte de este ejercicio que se llama 'Sociograma' es más difícil: ¿Quién quieres conocer? Están hesitando, pero se miren; esto es lo importante, se ponen atención uno al otro. Al final se forma una cadena, un participante se queda afuera y pone ambas manos a sí misma: ¡quiero conocerme mas a mi!

Excelente. Todo vale, no hay errores, nada más hacer nuevas experiencias y superar las resistencias a considerar al otro compañero como alguien que importa. Y yo soy importante para otros.

Es la base de lo social: ¡el YO y el TU – el NOSOTROS!

¿Hay un ambiente alegre, pero pensativo, todos se den cuenta que con estos ejercicios se tratan las relaciones entre el grupo, y la pregunta QUIEN SOY YO?

EL ATOMO SOCIAL

Yo explico el ejercicio: cada uno tiene papel y lápiz, de diferentes colores. En la mitad de la hoja es el YO (quien dibuja), alrededor las personas, mascotas, objetos que me apoyan desde adentro, desde el corazón, son mi átomo social, mi red de ayuda interior. Pueden ser vivos y muertos, son parte de mi historia y de mi IDENTIDAD.



Quien quiere explicar su dibujo?

Tres participantes van adelante y explican su Átomo social, los otros escuchan con atención, nadie interrumpe! Uno dice: **YO VALGO, TODOS VALEMOS, SOMOS PARTE DE LA SOCIEDAD HUMANA.**



PROTAGONISTAS EN PSICODRAMA:

¿Con quien de tu átomo social quieres hablar, en un dialogo surrealista?

P1= C.

Quiero hablar con mi CUCHI (cucaracha):

‘Tú me acompañas siempre, yo te doy a comer pan, pasamos bien juntos en la calle.
(Cambio de rol) Tú me cuides, gracias por darme comida, eres mi amigo.’

Mascotas, igual que ratas, cucarachas, arañitas pueden ser un ‘TU’, alguien con quien hablar, sentirse acompañado. Es el primer paso para luego ojalá buscar la compañía de un ser humano. Personas muy traumatizadas pierden la confianza en el ‘otro’ y encuentran un refugio con animales. Las personas que viven en la calle como los participantes del grupo, buscan en la basura comida para sí mismo, y para su acompañante animal. Es un gesto de solidaridad humano.

P2 = A.

Quiero hablar con Dios:

´Gracias a ti no tengo miedo, me siento protegido. Tu eres en todas partes, no estoy solo!´ (cambio) ´Eres mi hijo, no tengas miedo, yo estoy feliz ver que haces pasos grandes para salir del pozo, felicitaciones!´ (cambio y Albín toma el rol de Dios, yo atrás doblando) ´Tu eres dentro de mí, me siento bien (llora), no estoy solo´. Dios habla/Albín: ´Tú tienes mucho para dar a otras personas, en todos lados estoy contigo.´ P: ´Estoy feliz y agradecido!´



MARAVILLOSO PSICODRAMAS, llenos de amor y esperanza.

CIERRE:



LA FUENTE DEL DESEO:

PAZ, SOLIDARIDAD, AMOR, TRANQUILIDAD, SALUD, AMISTAD, SALIR DEL VICIO, VALOR, AMOR, COMIDA.....!

Con este ejercicio terminamos nuestra intervención, feliz de sentir que todos entienden que son parte de un grupo, que valgan, que son importante y que pueden dar mucho, no solamente recibir!

GRACIAS A TODOS/AS Y HASTA PRONTO!

Ursula Hauser, 28 de febrero 2023