

**Junta Nacional de Drogas/ Área Reducción de la
Demanda**

Del síntoma a la expresión...

**Recursos expresivos en promoción de
salud, prevención, atención y
tratamiento de consumos
problemáticos de drogas.**

Publicación relativa al 2do Encuentro Nacional.

Publicación relativa al 2° Encuentro Nacional de Experiencias de Trabajo en Drogas
con Recursos Expresivos.

Prosecretario de la Presidencia de la República

Presidente de la Junta Nacional de Drogas

Diego Cánepa

Secretario General

Secretaría Nacional de Drogas

Julio Calzada

Coordinación del Evento

Área Reducción de la Demanda

Marta Suanes

Diana Meerhoff

Organización

Diana Meerhoff

Damián Martínez

Administración

Ana Baleato

Comunicación y prensa

Hernán Merlino, Martín Bergara Evaluación Laura Latorre, Gustavo Misa

Coordinación General de la publicación y Edición de textos

Diana Meerhoff

Relatoría y Edición de textos

Ximena Aguiar

Diseño e Ilustraciones

Daniela Beracochea

Agradecimientos

Vivián Alterwain Ximena Aguiar, Gustavo Barone, Graciela Barros, Guillermo Cabrera, Gustavo Chaine, Ariadna Cheroni, Daniel Domínguez, Damián Martínez, Daniel Nemeth, Rasia Friedler, Esperanza Hernández, Laura Latorre, Isabel Marquez, Gustavo Misa, Fabio Otonello, Nora Rivoir, Nelmis Rodríguez, Gerardo Sabaris, Miguel Silva, Liliana Silva, Augusto Vitale, Organización Soka Gakkai.

Presentación

El “Segundo Encuentro nacional de Experiencias de trabajo en drogas con Recursos Expresivos”, fue organizado por la Secretaría Nacional de Drogas en el marco de la semana de actividades por el día internacional de las Naciones Unidas sobre el problema mundial de las drogas. Se llevó adelante los días 28 y 29 de junio de 2013 en las instalaciones del Centro Cultural Soka Gakkai de Montevideo.

Este evento representó el segundo mojón de un proceso iniciado en 2012, que convocó por primera vez en nuestro país a personas y organizaciones sensibles frente al tema de la utilización de recursos artísticos con fines terapéuticos en la temática de los usos de drogas. En aquella oportunidad asistieron 90 personas entre ponentes y asistentes, que representaron los departamentos de Montevideo, Canelones, Durazno, Flores, Río Negro, Salto y Artigas¹.

La jornada estuvo orientada a visibilizar y dimensionar el lugar de la utilización de técnicas expresivas en el campo de los usos de drogas, apostando al diálogo e intercambio entre quienes sostienen estas prácticas. A su vez, se trabajaron elementos conceptuales y metodológicos a través del aporte teórico de invitados con trayectoria en el tema del arte y la salud.

En este segundo Encuentro participaron aproximadamente un centenar de personas, representando principalmente organizaciones comunitarias e instituciones públicas y privadas, vinculadas a la educación, la salud y el arte con énfasis en intervenciones preventivas y asistenciales. Estuvieron representados los departamentos de Montevideo, Maldonado, Canelones, Paysandú y Salto. El evento se desarrolló con la colaboración de integrantes del Departamento de Prevención, Tratamiento, Inserción Social, Comunicación, Evaluación y Administración de la Secretaría Nacional de Drogas.

En esta oportunidad se buscó representar las inquietudes de quienes trabajan en forma directa en la salud a través de técnicas expresivas: continuar con el ciclo de Encuentros; profundizar en la reflexión y la metodología de talleres vivenciales; incluir la visión de los usuarios de drogas; abordar estrategias de incidencia

¹ Evaluación Primer Encuentro Nacional de experiencias de trabajo en drogas mediante recursos expresivos 2012 disponible en www.infodrogas.gub.uy

² Evaluación Primer Encuentro Nacional de experiencias de trabajo en drogas mediante recursos expresivos 2012 “y “Taller de Educación preventiva en UPD con recursos expresivos. Policlínica Crotoggini. RAP ASSE, 2013”.

política para la integración del tema¹. De este modo, se amplió el tiempo destinado al evento a través de dos jornadas de trabajo y aumentó el número de experiencias presentadas.

Se abrió el espacio a muestras individuales y colectivas, y se contó con la participación de niñas, niños, adolescentes y jóvenes pertenecientes a organizaciones de educación, promoción de salud y tratamiento de usos de drogas, con el fin de compartir su proceso expresivo y creativo. Éstos representaron una obra de títeres, una performance y mostraron la elaboración de retratos en pleno proceso de producción.

En la presentación de experiencias se pusieron de manifiesto diversidad de técnicas, mostrando la riqueza de abordajes posibles en el tema: musicoterapia, danza, foto lenguaje, chikung, teatro del oprimido, máscaras, medios audiovisuales, fotografía, expresión plástica, entre otros, enfatizando en su empleo el desarrollo de las posibilidades creativas de los integrantes de cada taller.

A su vez, se ofreció a los participantes del evento formar parte de experiencias vivenciales de modo de tomar contacto, a través de la propia experiencia, con las posibilidades expresivas, creativas, sanadoras, que ofrecen estas técnicas. Para ello se invitó a los representantes de las organizaciones que en 2012 presentaron los fundamentos de trabajo en forma teórica, a coordinar 4 talleres que tuvieron como eje temático el contacto con el otro desde la función de sostén o cuidado. Éstos fueron: “El barro como continente” a cargo de Liliana Silva y Vivían Alterwain (Taller Malvín); “¿Y a mí quien me cuida?” desarrollado por Gustavo Barone y Guillermo Cabrera (Somos Sonido); “¿Cómo sobrevivir en una sociedad tóxica?” coordinado por Rasia Friedler y el Equipo de actores (Saludarte); y “El movimiento: una puerta a la expresión, transformación y curación” a cargo de Graciela Barros (Espacio de Desarrollo Armónico). El eje temático del cuidado de quiénes cuidan a otros es retomado para esta publicación en el apartado “Entrevistas a referentes”. Las veinticuatro experiencias presentadas, entre ponencias, muestras y talleres vivenciales son relatadas en “Presentaciones”, donde figuran los datos de contacto de sus autores. Algunos elementos conceptuales y metodológicos que se vinculan entre el tema de los usos de drogas y las intervenciones con técnicas expresivas se desarrollan en el segmento “Expresión y creación como abordaje en los usos de drogas”. Las principales reflexiones generadas a partir de este Segundo Encuentro se relatan en el apartado “Del síntoma a la expresión”. Se buscó que esta publicación refleje lo compartido en esa instancia, abarcando el proceso iniciado previamente, a la vez que brinde elementos conceptuales y metodológicos esperando contribuir a la reflexión y acción.

Prólogo

Miguel Silva. Licenciado en Psicología. Psicólogo Social clínico. Supervisor del equipo técnico del centro de tratamiento “Portal Amarillo”.

“A la dificultad de ser, siempre es posible responder con una sobre adaptación al mundo real” Joyce Mc Dougall¹ – Alegato por cierta anormalidad–

Es una evidencia antropológica que desde que el hombre es hombre ha convivido con sustancias psicoactivas. El vínculo que un consumidor establece con la sustancia, está intensamente sobre determinado por los parámetros socioculturales que su comunidad ha construido para enmarcar, codificar y asignar sentido a esa convivencia.

Ante la magnitud pandémica que los consumos problemáticos y el amplio territorio de las “adicciones sin sustancias” (ludopatías, compras compulsivas, trastornos de la conducta alimentaria, vínculos adictivos con tecnologías, trabajo, redes sociales... etc.) han adquirido en la actualidad, no podemos dejar de considerar, a la hora de diseñar políticas públicas con objetivos de promoción, prevención o asistencia, que dichos consumos tienen mucho de “mal de época”. Por lo anterior debemos incluir necesariamente en nuestro campo de análisis e intervención, una suerte de “perspectiva ecológica”, que considere e incluya factores y funcionamientos sociales que hacen muy inhóspito al hábitat humano e inducen poderosamente niveles de alienación en el consumo, inéditos en la historia de la humanidad.

En este momento histórico, caracterizado por la globalización del mercado, y del capital financiero especulativo, que viaja a la velocidad de la luz y en tiempo real por su asociación a las redes informáticas, el conflictivo vínculo entre estados-nación y mercados se ha ido desequilibrando hacia una rotunda hegemonía del mercado global sobre los estados-nación.

Las consecuencias de esta dinámica social, desde una perspectiva de construcción histórica de las subjetividades, no son menores: los estados-nación producen “subjetividad ciudadana”. El ciudadano con todos sus derechos y responsabilidades es el habitante prevalente en esos mundos. En el imperio global del mercado, en cambio, surge otro habitante, otra construcción subjetiva hoy en crecimiento exponencial a escala global: el consumidor. Algunos estados-nación son tan conscientes de su derrota que hasta incluyen en sus constituciones capítulos referidos a los “derechos del consumidor”.

La sociedad de consumo que hemos generado produce, a su vez, “subjetividad consumidora” a escala planetaria. En una rápida mirada macro social, podemos pensar esta eclosión pandémica de vínculos de consumo problemáticos y adictivos en el Siglo XXI, como una forma de sobre adaptación a ciertos constructos ideológicos que operan como organizadores privilegiados de sentido para un occidental medio.

En este contexto, mantenemos inmersos en el sopor hipnótico inducido por la “ingenua” y todavía hegemónica perspectiva de la “guerra contra las drogas”, en el mejor de los casos, hace inútiles nuestras intervenciones, y lamentablemente la mayoría de las veces, tiende a agravar la problemática que pretende resolver.

Esto se efectiviza de una forma relativamente sencilla: sigue entronizando en el imaginario colectivo a las sustancias, y sus malignos poderes, como el genuino y único enemigo a combatir, contribuyendo aún más de esa manera, a la ya enorme fetichización y mistificación de los poderes de las drogas –allí está el mal– otorgando a las sustancias un protagonismo y un poder que nunca merecieron, y alejando en el mismo movimiento de la conciencia colectiva (incluso al sistema sanitario y a los dispositivos asistenciales en salud mental) de los verdaderos problemas a pesquisar, induciendo enfoques reduccionistas, individualizantes, y por lo tanto cronificantes, de la problemática del consumo.

Como alternativa a esos enfoques simplistas y mistificadores, sugerimos a la hora de diseñar propuestas asistenciales, incluir por lo menos tres escalas causales a contemplar frente a la emergencia de un vínculo adictivo:

- escala personal o intrasubjetiva (para investigar en ella las funciones que cumple y los beneficios secundarios que otorga el vínculo adictivo a la persona en su vida cotidiana),
- escala interpersonal, grupal o intersubjetiva (analizando también funciones y beneficios secundarios del vínculo adictivo para el grupo primario y grupos secundarios que habita el sujeto),
- escala transpersonal, socio institucional, comunitaria o transubjetiva (pesquisando también aquí las funciones que cumple y los beneficios secundarios del vínculo adictivo en el contexto socio-institucional que habita la persona).

Aunque no dispongamos de los recursos humanos para operar eficientemente en esos tres niveles de determinación del fenómeno, contar con una perspectiva más amplia que nos permita mantener, en nuestro campo de análisis, una clara conciencia de los múltiples niveles de determinación de la problemática que abordamos, nos obliga a diseñar estrategias interdisciplinarias de abordaje, no reduccionistas, y a un uso más eficiente de los recursos disponibles en la red asistencial.

Confío en que disculpen este rodeo, que espero se justifique, como intento de contextualizar y enfatizar el valor que, a mi juicio, tienen las técnicas que promueven la expresión y creación en el abordaje de los vínculos adictivos, que son presentadas en esta publicación, entre las que se cuentan las aportadas por viejos y estimados compañeros de ruta. Estas constituyen poderosas herramientas de singularización, reconocimiento mutuo, narcisización secundaria y autonomización, en el contexto de un grupo secundario, que opera con códigos de vinculación claramente discriminables de su grupo primario, por lo que pueden operar como eficiente antídoto frente a ciertas toxicidades del mismo.

Los recursos expresivos-creativos también contribuyen a equilibrar un vínculo muy desbalanceado socialmente: los adictos en nuestra cultura, generalmente son muy “hablados por otros”, y poco escuchados y realmente atendidos. El “identikit social” de un adicto está muy nítidamente trazado, sobre todo cuando habita mundos marginales y consume drogas ilegales. La sociedad “se expresa” enfática y repetitivamente sobre ellos con un discurso masificador, rígido, estereotipado, y generosa e insistentemente amplificado por los medios. Cuando “tomamos el riesgo” de escucharlos, de habilitar un espacio para que ellos se expresen –la ilusión masificadora que provee el “identikit social” estalla y aparece una persona única, portadora de una historia también única, que siempre nos sorprende. En esa historia singular sí aparecen matrices vinculares semejantes, dolores semejantes, problemáticas en sus grupos familiares y funciones que viene a cumplir la sustancia semejante, pero nunca iguales.

Si “el riesgo” de una escucha atenta, confiada y respetuosa, se mantiene, se genera un espacio interpersonal y un vínculo que puede inaugurar procesos de subjetivación alternativos, donde pueden emerger y actualizarse, gracias a ellos, algunas de las infinitas posibilidades del “ser” de los así vinculados.

A nuestro juicio, el verbo “ser”, aplicado al hombre, solo debería conjugarse en gerundio: nunca “somos”, o acabamos de “ser” en infinitivo (salvo en el instante previo a la muerte para los no creyentes), sino que ineludiblemente “vamos siendo”, con otros seres humanos, en diferentes contextos y en diferentes vínculos.

Los que trabajamos en clínica familiar en adicciones, sabemos muy bien, que los códigos de vinculación prevalentes en las familias que “producen” consumidores problemáticos o adictos, son extremadamente rígidos, restrictivos, paralizantes y asfixiantes emocionalmente, oscilando generalmente entre polaridades extremas en la distancia con el otro: o fusionales, indiscriminados y simbiotizantes, o abandonicos y extremadamente distantes. En estas grupalidades, excepcionalmente se pueden generar espacios habitables, cálidos, respetuosos, que promuevan la subjetivación recíproca de sus integrantes. Esas “matrices de vinculación tóxica”, propias de su grupo primario, luego tienden a reproducirse inconscientemente con las sustancias, o con las infinitas y siempre renovadas ofertas de alienación, que nuestro sistema social ofrece.

Por lo anterior, fácilmente podemos inferir, que en este tipo de funcionamientos familiares y en los mundos que generalmente habitan estas familias, es muy difícil que puedan generarse espacios “vivibles”, contenedores afectivamente y respirables, para sostener procesos de individuación, autonomización y despliegue de las infinitas “potencialidades del ser”, de los sujetos que integran esas grupalidades. Los trabajos contenidos en esta publicación de la Secretaría Nacional de Drogas giran, a mi juicio, sobre un eje ético común: la apuesta por la construcción de espacios propicios para el encuentro entre semejantes –pero nunca iguales o idénticos– en un clima de confianza y respeto mutuo, que habilite el uso de las diferencias entre los integrantes, como el motor principal de procesos de aprendizaje y subjetivación recíproca, de los que nadie

saldrá indemne y que promoverán, seguramente, la ampliación sustantiva de los territorios existenciales de los implicados en esos encuentros.

Contenido

| | |
|--|----|
| Presentación | 4 |
| Prólogo | 6 |
| Del síntoma a la expresión | 12 |
| Incorporar para reconfigurar | 13 |
| Articulando expresión, salud y contextos..... | 14 |
| Rehaciendo roles y posiciones | 15 |
| En la transformación de lo habitual..... | 16 |
| Expresión y creación como abordaje en los usos de drogas | 18 |
| La Persona mediadora..... | 23 |
| Hacia la integración de la diversidad | 24 |
| Bibliografía | 24 |
| Ponencias..... | 26 |
| Música para rehabilitar escuchas..... | 26 |
| Retratos..... | 27 |
| Taller terapéutico con adolescentes y jóvenes | 27 |
| De usuarios a creadores | 28 |
| Salud y autoconocimiento | 29 |
| Hacer y estar juntos | 30 |
| Espacio salud..... | 31 |
| Adolescencias saludables..... | 32 |
| Método foto-lenguaje | 33 |
| Cuidándote vos disfrutamos todos..... | 34 |

| | |
|--|----|
| Performance Grito Urbano | 35 |
| Mi aula es un retablo | 35 |
| Urbano, espacio cultural | 36 |
| Mandala al muro | 37 |
| Tintas Solidarias..... | 38 |
| No hard drugs allowed in the house..... | 39 |
| Talleres Vivenciales | 40 |
| Teatro del Oprimido | 40 |
| Las máscaras que habito | 41 |
| Danzas circulares..... | 42 |
| Chi Kung | 42 |
| Método fotolenguaje..... | 43 |
| El barro como continente | 44 |
| El movimiento: una puerta a la expresión, transformación y curación..... | 44 |
| ¿Y a mí quien me cuida? Movimiento y Sonidos | 45 |
| ¿Cómo sobrevivir en una sociedad tóxica? | 46 |
| Obra teatral participativa | 46 |
| Cuidándonos | 47 |
| Entrevista a referentes | 47 |

Del síntoma a la expresión

Ximena Aguiar. Licenciada en Ciencias de la Comunicación y estudiante avanzada de la Escuela Nacional de Bellas Artes (Universidad de la República), posgraduada en Educación Artística (OEI-MEC), realizó la relatoría del Primer Encuentro de Experiencias de Trabajo en Drogas con Recursos Expresivos.

Por segundo año consecutivo, el Área Reducción de la Demanda de la Secretaría Nacional de Drogas (SND) propuso una instancia de encuentro para quienes llevan adelante experiencias de trabajo con recursos expresivos en promoción de salud, prevención y tratamiento de adicciones y consumos problemáticos de drogas, abierta a los interesados en este tipo de abordajes.

En las dos jornadas se compartieron catorce experiencias que se llevan adelante en centros de tratamiento y ámbitos socio-educativos formales y no-formales, presentadas por medio de breves ponencias o muestras de obras escénicas y plásticas; además de nueve talleres vivenciales en los que se pudieron experimentar diferentes metodologías que se implementan en estos abordajes.

La generación de este espacio de encuentro da cuenta del sostenido interés en el fortalecimiento de prácticas que se desarrollan en una zona de intersección entre los campos de la salud y la cultura, considerando al ser humano en la integralidad de sus diferentes dimensiones. Desde esta línea de acción se ha buscado promover la sistematización, el intercambio y la visibilización, y aportar a la construcción de marcos conceptuales.

Distintos movimientos a nivel conceptual apuntalan la realización de estas prácticas. De un lado, la concepción de la salud y la enfermedad como procesos que, si bien se dan en un individuo, forman parte de las relaciones que éste mantiene consigo, con el ambiente y con otros; por otro lado, la afirmación de los derechos culturales y su relevancia en los procesos de conformación identitaria e inclusión social, han ido generando un terreno fértil para este encuentro. Desde la perspectiva de la política de drogas, según expuso la psicóloga Diana Meerhoff en la apertura del Encuentro, estos abordajes “presentan un descentramiento de la temática de las drogas; se centran en las personas que integran estos espacios desde un lugar de construcción de la salud y de respuestas activas frente al sufrimiento”.

El secretario general de la SND Julio Calzada insistió en la importancia de este desplazamiento en la manera de plantear el problema: “Las políticas de drogas que se han generado en el mundo en los últimos 50 años, y que se vienen armando desde hace 100 años, estuvieron centradas en las sustancias, en su malignidad y en la necesidad de apartar a las personas de ellas. Sobre esa premisa se han construido conceptos, prácticas terapéuticas, políticas de proximidad, de geopolítica”. Sin embargo, afirmó, “el siglo XXI va a tener una mirada diferente”. En la construcción de

esta nueva mirada, y de nuevas oportunidades de tratamiento y atención, algunos actores convocan a incluir de manera más deliberada la dimensión expresiva.

Incorporar para reconfigurar

Uno de los escenarios en los que se enmarcan las políticas de drogas en la actualidad -según afirmó Julio Calzada, el que más se ajusta a las bases desde las cuales se trabaja en Uruguay- es descrito en el Informe Insulza¹ con la palabra “resiliencia”. Esta palabra -que proviene de la química y ha ido migrando por la psicología, la ecología y otros campos de saber-, ayuda a concebir la capacidad que tienen organismos y sistemas de rehacerse a sí mismos adoptando nuevas configuraciones luego de atravesar situaciones en las que su existencia se ve amenazada. Cuando se aplica a las concepciones, expresa la acción de desarmar y rearmar las interpretaciones permitiendo construir una visión renovada de una problemática. Iniciar este Segundo Encuentro con esta noción ayuda a entender el tipo de trabajo que se procura realizar mediante recursos expresivos en el campo de la salud: ofrecer condiciones que posibiliten la manifestación de sentidos (en los que se reúnen significados, percepciones y afectos), que, luego de incorporados, pueden generar movimientos y reconfiguraciones. Esta fluidez del intercambio es a la vez una vía hacia la salud y una práctica saludable en sí misma, que puede encontrarse obstruida o rigidizada por diversas cuestiones como la vulnerabilidad, la falta de auto aceptación, la inadecuación de las exigencias, las dificultades de acceso a recursos de diversa índole, entre muchas otras que están presentes tanto en la vida cotidiana como en las situaciones de consumo problemático y adicción.

Los diferentes talleres vivenciales realizados en el encuentro posibilitaron, con diversos recursos y metodologías, experiencias de expresión. Graciela Barros motivó la expresión de emociones mediante el movimiento; Norina Torres propició la manifestación de situaciones en las que nos sentimos oprimidos mediante el teatro; y otras técnicas, como la armonización con cuencos propuesta por Gustavo Barone y Guillermo Cabrera, permitieron intensificar la percepción de sí mismo llevando a evocar imágenes o experiencias, o simplemente generando una sensación de bienestar. Pues no se trata sólo de permitirse vivenciar lo rechazado y lo reprimido; también las sensaciones de placer, alegría, paz, plenitud y armonía son vivencias que al cuerpo y a la mente lleva tiempo aceptar e incorporar, y frente a las cuales se anteponen las tensiones adquiridas en el transcurso de la vida. La convivencia de distintas vías (música, danza, plástica, teatro) fue generando en los participantes zonas de

¹ Informe sobre el Problema de las Drogas en las Américas, presentado por el secretario general de la Organización de Estados Americanos (OEA), José Miguel Insulza en mayo de 2013.

transición y coincidencia: el cuerpo que se activa o se relaja, la percepción de movimientos y vibraciones, las huellas y sonidos que resultan de ellos, el reconocimiento de sí mismo y del otro, y también de lo “en común” que nos constituye, fueron permeando los límites de la especialización técnica y ayudando a delinear el centro hacia el cual se apunta desde los distintos saberes y prácticas. Los ojos vendados al momento de dar forma al barro en el taller brindado por Liliana Silva y Vivian Alterwain muestran claramente que no era la intención alcanzar una forma desde las exigencias de lo externo, sino activar una capacidad perceptiva interna, estrechamente ligada con la posibilidad de configuración que constituye la expresión. Como aclararon varios talleristas, esta expresión no es interpretada ni juzgada; es recibida como una manifestación sensible de la vivencia personal, que puede despertar resonancias en otros, como cuando dos cuerdas afinadas en un mismo tono transmiten su vibración. Compartir estas instancias permitió no sólo conocer algunas propuestas concretas de trabajo con recursos expresivos, sino también generar un clima de unión y confianza que sostuvo durante dos días de trabajo distintos momentos de introspección y de expansión, culminando el encuentro con la canción “Amor profundo”¹, que unió todas las voces.

Articulando expresión, salud y contextos

Parte medular del Encuentro fue el intercambio de experiencias de trabajo con recursos expresivos en el marco de estrategias de promoción, prevención y tratamiento de consumos problemáticos de drogas. A la dinámica metodológica del taller se añaden entonces las condiciones institucionales, grupales e individuales, que llevan a que la propuesta de articular un espacio para la expresión sea un desafío que se concreta siempre en formas particulares. Siete de las experiencias presentadas trabajan en prevención y promoción de salud en espacios educativos formales (colegio, liceos, CETP- UTU) y no formales (Centro Cultural Urbano – MEC-MIDES, Programa Esquinas de la Cultura - IM, Programa APEX - UdelaR). Los exponentes destacaron el valor formativo y preventivo de prácticas lúdicas y expresivas, basándose en enfoques como la promoción de “factores protectores” y “habilidades para la vida”. En la interrelación con las instituciones educativas, lo expresivo se vinculó con la cuestión de la participación, planteándose la necesidad de espacios para la

¹ Es el amor, es el amor, Amor profundo Es lo que siento al cantar poco hay en el mundo que me haga así vibrar En mi alegría se esconde siempre un lagrimón sé que todo termina y que hoy juega hoy... Herido estoy, por una pena loca, de la que no me curo y así pasan los años y se ahonda, no afloja y pide que siga y me parte la boca cuando canto. En este tiempo, en este tiempo de antifaz así cambian las modas tuquero ahí estás. Siempre cantando y siempre fiel a tu cantar, oye la misma calle el barrio vive en mi Herido estoy, por una pena loca de la que no me curo y así pasan los años y se ahonda, no afloja y pide que siga y me parte la boca cuando canto. Amor profundo es lo que siento al cantar poco hay en el mundo que me haga así vibrar (Jaime Roos)

habilitación y la escucha de los intereses y realidades de niños, niñas y adolescentes. Otras cinco experiencias compartidas se desarrollan en instituciones que abordan específicamente el tratamiento de adicciones y consumos problemáticos, como el Portal Amarillo, el centro Jagüel y la fundación Dianova. Algunas implementan una metodología que es considerada en sí misma terapéutica, mientras que otros destacaron la oportunidad que ofrecen los lenguajes artísticos de trascender la dicotomía salud-enfermedad, proponiendo el cultivo de prácticas en las que cada uno participa desde su actualidad. También se compartieron experiencias que utilizan los recursos expresivos con otros destinatarios, como pueden ser las familias donde se manifiestan adicciones o el público de fiestas y eventos masivos, apelando a los recursos expresivos como facilitadores al momento de establecer diálogos. Estos casos amplían el conjunto de destinatarios de las prácticas de promoción de salud y prevención de las adicciones, teniendo en cuenta su carácter grupal y social.

Cabe destacar que la implementación de estas experiencias en los diversos contextos implica una apertura por parte de instituciones y trabajadores hacia áreas que tradicionalmente podrían exceder los límites estrictos de sus cometidos. Es así que encontramos instituciones educativas que trabajan aspectos concernientes a la salud integral, la creatividad y el arte; propuestas de atención a poblaciones vulnerables que consideran el ejercicio cultural como parte de la inclusión social; o centros de tratamiento que abordan cuestiones como el uso del tiempo libre y la generación de grupos de pertenencia. Que la incorporación de la dimensión expresiva se realice de forma periférica, con carácter aislado y esporádico, o que pase a ser parte integrante de una concepción ampliada de la misión institucional, con un marco estable y coordinado, influye fuertemente en la implementación de la práctica y sus alcances. A su vez, ello demanda un incremento de esfuerzos en lo que requiere a formación de recursos humanos, acondicionamiento de espacios, elaboración y accesibilidad de recursos didácticos y terapéuticos, entre otros.

Rehaciendo roles y posiciones

A partir de la reflexión propuesta por Gustavo Barone -en el taller “¿Y a mí quién me cuida?” realizado en el primer encuentro- se planteó la inquietud acerca de la salud de los equipos de trabajo en el campo de la salud y la educación o, dicho de otra manera, acerca del “cuidado de los cuidadores”. La cuestión fue retomada en esta segunda instancia como un eje que atravesó los talleres vivenciales, interpelando fuertemente, devolviendo las preguntas acerca de los modos de generar una salud integral hacia cada persona y hacia los marcos institucionales desde los cuales se ofrecen respuestas.

El intercambio recogió la necesidad de espacios de contención y la existencia de situaciones de desborde frente a las exigencias de una tarea con un fuerte componente afectivo. Cuando se parte de concebir la salud como una

experiencia dinámica, y de entender que los referentes transmiten sus modos subjetivos de actuar y relacionarse, se hace clara la necesidad de brindar apoyos para fortalecer a quienes ocupan roles estratégicos en educación, tratamiento o acción comunitaria. Por otro lado, - quizás respondiendo al llamado a “desacostumbrarse” de las respuestas esperadas planteado en la apertura por el subsecretario del Ministerio de Desarrollo Social, Lauro Meléndez- a lo largo del encuentro comenzó a problematizarse un aspecto de esta cuestión: los roles que predeterminan los relacionamientos interpersonales. Como señaló Guillermo Cabrera, el rol de los “cuidadores” puede implicar identificarse con una posición de “dar” atención que no admite el “recibir” y conectar con las propias necesidades, aspecto esencial para generar una comunicación con el otro.

En paralelo, también se dieron movilizaciones en el rol asignado a los “destinatarios”. La presencia de obras escénicas, plásticas y visuales planteaba la posibilidad de considerarlos autores y protagonistas, pero este desplazamiento fue aún más lejos cuando, durante la mesa en la que exponían su trabajo distintos educadores y terapeutas, fueron los participantes del taller de arte en el centro de tratamiento Dianova –siete usuarios y una educadora - los que pasaron al frente a sostener sus obras y a contar, con sus propias palabras, su visión del proceso realizado. Esta acción impactó a los presentes. “Lo que me pareció muy intenso fue la posibilidad de encontrarnos en este espacio los unos y los otros. Realmente empieza a poner sobre la mesa una interpelación fuerte a los modelos hegemónicos de la cura, a las nociones más tradicionales de tratamiento”, se comentó en el espacio de intercambio posterior a las exposiciones.

En la transformación de lo habitual

Para comprender lo que es una práctica de salud no basta hablar de ella; es necesario pasar por la experiencia y, aún más, incorporarla al ritmo de la vida. En estas dos jornadas se ofreció un comienzo: vivenciar distintas vías posibles, abrir algunas puertas y atisbar posibilidades.

Los recursos expresivos se ofrecen como vehículo material para sentir, dar forma y compartir; posibilitando el ejercicio de prácticas de confianza y libertad que nos permitan abrirnos a la experiencia. Pero, así como el centro de la temática “drogas” se desplazó del objeto a las personas, el valor expresivo no está exclusivamente en el recurso al que se apela. Son las relaciones, actitudes y dimensiones de sentido que los seres humanos han ido percibiendo, creando, transmitiendo y transformando las que pueden convertir un cuerpo o un material en un medio para la expresión o en un objeto de consumo adictivo.

De la misma manera, el síntoma y la expresión pueden tener mucho en común: ambas son manifestaciones de la vivencia de un organismo que pugna por salir a la luz. Es la manera en que nos relacionamos con esa fuerza la que hace la

diferencia. La manifestación puede incomodar: habla de lo que nos sucede y no controlamos, rompe con lo planificado y lo habitual, conlleva cambios en nosotros y en nuestro entorno. Por ello, muchas veces es evitada, temida y culpabilizada, reprimida y patologizada, y la llamamos síntoma. También puede suceder que la albergamos, la escuchamos, nos hacemos cargo de lo que transmite y dejamos que su mensaje transforme nuestra realidad; entonces puede ser que la llamemos expresión. Por eso, desplazarnos desde el síntoma hacia la expresión es un camino de apertura a los movimientos, que no se caracteriza por un final sino por una manera de andar.

Expresión y creación como abordaje en los usos de drogas

Diana Meerhoff.

Licenciada en Psicología. Formación en Coordinación de grupos con Recursos Expresivos, Psicodrama y Arteterapia. Asesora técnica en JND.

Gesto expresivo y palabra: “Uno y otro consisten en fenómenos que nos aparecen en el mundo exterior, que son externidades, pero tienen la condición constitutiva de manifestarnos internidades”. (Karl Bühler)¹

¹ Bühler K. Prólogo a “Teoría de la expresión” Tomo VII-3. Revista de Occidente Madrid, 1950 en Obras Completas Tomo VII, 2da Edición José Ortega y Gasset.

La creación y expresión son universales. Nos unen como especie a través de la posibilidad de acceder a la abstracción, representación y simbolización. Además, posibilitan integrar diversidad de personas, ya que la potencialidad creativa y expresiva está presente en todos los seres humanos, sin restricciones en relación a la edad, género, historia vital, cultura, habilidades, etc.

El ser creativos es parte de ser humanos, y la creatividad está íntimamente ligada con la salud. En los espacios donde se apuesta a favorecer el potencial creativo, contando con distintos lenguajes artísticos, se puede construir un “espacio potencial de juego” (Winnicott, 1971:79) donde poder intermediar en los procesos de salud-enfermedad. El caudal expresivo impulsa la canalización de lo interno hacia lo externo, y entre estos mundos se crea un espacio que puede operar a modo de “espacio transicional” que puede contener, dar sostén y transformar lo que la persona trae. Si bien la etimología de la palabra adicción es “esclavo”, se ha popularizado como significado de “adicto/a”: “no dicho”. Esta significación remite a las dificultades en el acceso a la representación y simbolización, lo cual se visualiza en la dificultad de poner en palabras, y en mecanismos como el pasaje al acto y otros aspectos ligados al cuerpo como somatizaciones, entre otros. Un espacio de “cómo sí”, donde se habilitaría canalizar impulsos y dar un lugar para la elaboración de conflictos a través de escenas, objetos plásticos, producciones sonoras, entre otros, brinda la oportunidad de construir un nuevo espacio de pensamiento. Se trascienden las dificultades expresivas a través de un lenguaje no verbal para lograrlo, pudiendo ser re-vividos y objetivados elementos del mundo interno, que se vuelven manifestables y pensables. Un espacio de expresión corporal, de elaboración plástica puede desarrollarse como un espacio de juego donde el llevar al acto es admitido y contenido, permitiendo simultáneamente la expresión de las posibilidades personales. Desde el aquí y ahora retomar la experiencia propia, resulta sanador. “El objetivo de que en vez de pasar al acto pase a decir y dé sentido frente a la experiencia vacía de la droga. Que la significación sea efecto de una operación significativa y de un encuentro con el deseo. Que se traduzca en términos de saber, lo que la experiencia realiza como goce. Por ejemplo, el collage ayuda a hacer existir el inconsciente, se vale de palabras ya existentes e imágenes dadas. Formular una pregunta anterior a que la droga se instalara, y que la intoxicación daba respuesta muda e impecable”. (Tarrab M.)

1

¹ Tarrab Mauricio. Una experiencia vacía. Revista Pharmahon 6/7. Publicación de grupos e instituciones de toxicomanía y alcoholismo del campo freudiano.

Formular una pregunta tiene que ver con la búsqueda del sentido, con la búsqueda del deseo propio. Las dificultades en este camino pueden llevar a aprender y repetir discursos externos sin previo pasaje interno; quizá funcionando como las drogas en su característica de objeto externo. Muchas propuestas del ámbito educativo y terapéuticas para las adicciones, se basan en el establecimiento de un mundo de reglas que delimitan un marco normativo de actos y discursos sostenidos grupalmente. El adaptarse a ello puede obturar el contacto con lo interno y lo espontáneo. Por otra parte, el propiciar un recorrido interior permite un autodescubrimiento, a la vez que se construye trama, malla representacional.

Desde la seguridad que brinda trabajar desde un vínculo de confianza, se pueden poner en palabras emociones que normalmente se somatizan o actúan, hablar de los conflictos y restablecer comunicaciones interrumpidas. Se hace posible potenciar la subjetividad necesaria para desarrollar un discurso propio, construir un proceso, una historia y problematizarla. Realizar investigaciones internas brinda bases para construirse como sujeto en un camino de reconstrucción o nueva construcción de la propia identidad, alejándose de la normalización de “ser adicto”. De este modo se habilita la resignificación de respuestas estereotipadas, rígidas o estancas incorporando aquellos aspectos no integrados de sí mismo/a. Se facilita el establecer nuevas maneras de relación entre la persona y su mundo interno y, las representaciones del mundo externo. En este proceso las técnicas expresivas operan como mediadores. En el camino de expresar con el apoyo de sonidos, ritmos, materiales plásticos, hay un hacer que simultáneamente genera un hacerse a sí mismo/a. Al trabajar en procesos de contacto con lo propio y con lo creativo, se facilita que la identidad pueda ligarse a las posibilidades, a lo potencial, descentrándose del problema en cuestión, en este caso el vínculo con las sustancias. Desligar la identidad al vínculo con las drogas supone un corrimiento, una nueva construcción y una postura activa. Nociones adoptadas como nombres propios: “soy consumidor/a”, “soy adicto/a”, pueden problematizarse desde la noción de participante activo/a de su propio proceso. A su vez, la fuerza del gesto, de la producción propia interpela los lugares que tradicionalmente se asignan al saber, ya que lo producido nace de la propia vivencia. No es posible juzgar lo expresivo como sano, enfermo, funcional, disfuncional, lindo o feo, simplemente es. Esto cuestiona las categorizaciones absolutas, y los esquemas referenciales ligados a lo que se considera sano o patológico. Algunos autores plantean la adicción como mecanismo de control frente a la angustia sin palabras: “Con el descubrimiento del objeto de la adicción el individuo sabe exactamente lo que debe hacer en todas las situaciones en que la emoción lo sobrepasa. No tiene que enfrentar la angustia sin palabras, ya que será inmediatamente descargada o limpiada a través del acto adictivo, lo que produce la impresión de control” (Mc Dougall). La experimentación con las leyes de la música, la plástica o los movimientos del cuerpo, como pueden ser el trabajo en el suelo, con una parte o con todo el cuerpo; el escuchar y producir sonidos graves o agudos, las melodías, los tonos; el trabajo con el color, con el barro seco, húmedo, con lo sucio, entre otros, permiten des-cubrir, de-

velar sensaciones particulares a la vez que crear imágenes mentales, conectar con emociones pre-verbales depositadas en el cuerpo ligadas al disfrute como al displacer. Es así que a través de estas técnicas se promueve el acceso y la toma de contacto con las sensaciones internas.

Esta exigencia de contacto con lo propio requiere la presencia del ser en forma integral, promoviendo una fuerte conexión con el aquí y ahora, con el presente. Se posibilita la vivencia integrada de dimensiones que en ocasiones están fragmentadas o desconectadas: lo corporal, psíquico, afectivo, espiritual. No es posible estar relajado psíquicamente con el cuerpo tenso, y viceversa.

Las técnicas que promueven la expresión se rigen por leyes que exigen un comodamiento a ciertas posibilidades y ciertos límites por parte de quien experimenta con ellas. En el caso de la creación plástica se invita a contactarse con un material que impone las leyes de la materia: tiene sus tiempos de secado, sus modalidades de transformación, se destruye, repara. En la música el ritmo ordena en el tiempo, los instrumentos requieren modos particulares de utilizarlos, etc. En otro ejemplo, en el teatro espontáneo se puede consignar la representación de una sensación, ésta puede generarse en forma inmediata y puede ser retomada para crear escenas más complejas, reflexionar sobre las mismas y ensayar nuevos finales dando lugar a una elaboración. Estos elementos contribuyen a centrarse a través del acceso a cierto orden de unidad y armonía. Además de promover el contacto desde el aquí y ahora, la estabilidad de los dispositivos brinda la posibilidad de planificar un futuro cercano, el manejo de la frustración, la experimentación de la capacidad de espera, el obtener resultados construyendo procesos, entre otros. Es así que estas técnicas contribuyen a generar una alternativa frente a la inmediatez como dimensión imperante en la sociedad actual y presente en las adicciones.

1

¹ La sociedad actual promueve objetos “satisfactorios” de deseos en forma inmediata, los que constituyen un marco estable y brindan límites para que se desarrolle el proceso analítico y se obtienen efectos instantáneos a través del consumo de algunos objetos-drogas.

A su vez, en la forma de vinculación adictiva podemos pensar que por momentos el otro es vivido como objeto que satisface deseos propios. El trabajo con mediadores posibilita desplegar estas y otras formas de vinculación sin riesgo de dañar a un otro al tratarse de un “como si” que habilitaría un proceso de identificación, vivencia y elaboración. A su vez, la promoción de lo creativo en un grupo, permite identificarse con los procesos subjetivos y con lo potencial, en un proceso de reflejo, sostén, intercambio y pertenencia. La presencia de un otro que moviliza sus propios procesos expresivos, permite contrastar las propias experiencias y aprender desde ambas partes aportando a la construcción de subjetividad y armonización de lo diverso. Genera reflejos, se experimenta la sensación de formar parte de algo que trasciende los límites del sí mismo/a.

“No se trata de interpretar un mensaje ni de admirar su realización, sino de reconstruir el camino de la investigación que permitió al autor encontrar al mismo tiempo aquello que tenía que decir y la forma de decirlo” (Paín S., Jarreau G.)¹

¹ “Paín, S. Jarreau, G. “Una psicoterapia por el arte. Teoría y técnica”, Nueva Visión, 2006.

La Persona mediadora

Los dispositivos de abordaje en drogas con recursos expresivos requieren flexibilidad a través de una adaptación metodológica frente a lo que las personas traen. El poder invocar estos elementos depende en gran medida del modo en que se desarrolle la propuesta, de su encuadre¹ y de las características y estilo de la persona coordinadora.

Esta flexibilidad desde la coordinación está dada en gran parte por la cualidad de estar disponible: al no saber, ya que se admiten las necesidades y se aceptan los contenidos del otro; disponible a mirar, escuchar, resonar afectivamente y ayudar a formular intenciones; a estar apoyando sin controlar o direccionar. Esta actitud nace de un aprendizaje previo sobre sí mismo/a que implica muchas veces un recorrido de experiencia, elaboración vivencial y conceptual. Requiere conocer en profundidad qué implicará su propuesta, qué aspectos movilizarán las técnicas que se emplearán, y abrirse a acompañar cómo resonará en la biografía particular de cada participante, cómo podrá tramitarlas desde su momento evolutivo, desde sus posibilidades corporales, afectivas, etc. Implica un entrenamiento en ciertas zonas, en atender las diversas formas de decir, seguir los procesos de elaboración, percibir actitudes, reacciones, escuchar lo que se dice durante el trabajo, guiar las actividades en base a ello y acudir en ayuda.

Puede pasar por un rol de autoridad o ley sobre la que se apoya el participante, asegurando el encuadre, brindando los materiales, ayudando a tomar conciencia de la experiencia vivenciada, creando una atmósfera de seguridad en la acción. A su vez, desde un rol más receptivo brinda el apoyo afectivo incondicional que permite avanzar sin ser juzgado/a, comprendiendo los obstáculos, creando un clima de confianza.

En ese espacio de despliegue es parte del rol de la persona mediadora asegurar la continuidad de la elaboración de los deseos, emociones, conflictos que

¹ El concepto de encuadre, se viene construyendo desde la psicología freudiana en el texto "Consejos al médico" al plantear ciertas reglas para el analista (asociación libre, contrato, abstinencia del analista). Winnicott (1954, 1956 y 1964) aporta el término "setting" como la suma de todos los detalles de la técnica y señala la importancia del ambiente como marco para que la comunicación simbólica se desarrolle. Bleger (1967) menciona la idea de encuadre como "no proceso", al tratarse de constantes témporo-espaciales, variables fijas como horarios, vacaciones, honorarios que constituyen un marco estable y brindan límites para que se desarrolle el proceso analítico.

puedan surgir. Esto implica también una apertura al diálogo con representantes de otras disciplinas y ámbitos de actuación que aseguren la incorporación de los emergentes a caminos preventivos y terapéuticos a transitar en cada caso.

Hacia la integración de la diversidad

Las técnicas expresivas pueden emplearse en distintos escenarios, con diferentes enfoques, objetivos y metodologías. Por ejemplo, en relación a los objetivos; algunas intervenciones utilizan recursos expresivos para emplear el tiempo libre en forma recreativa o lúdica. Otras propuestas buscan generar a través de estas técnicas las condiciones necesarias para abordar conflictos vinculados a los usos problemáticos de drogas. Respecto a los fundamentos conceptuales, algunos enfoques no centran su interés en el contenido simbólico implícito de las representaciones que se producen, mientras que otros las incorporan como un significado fundamental para el análisis. Asimismo, algunos espacios consideran fundamental la integración del medio social en el que se encuentran, mientras que otros funcionan en solitario o sólo se vinculan con las partes internas de la organización de la que forman parte. En relación a la metodología de trabajo, algunos talleres son pluridisciplinarios, donde cada participante elige la técnica con la que quiere trabajar, mientras otros proponen explorar sólo un medio expresivo. En ocasiones se promueve el trabajo individual, mientras que en otros casos lo que se trabaja es la dinámica grupal que se instaura alrededor de una misma tarea. Pueden generarse consignas dirigidas con propuestas que empiezan y terminan en la misma sesión, tanto como proyectos a mediano y largo plazo, aunque los integrantes varíen. Es así que lo que se promueve no responde solamente al empleo de las técnicas. Si embargo su utilización puede dar lugar a identificar núcleos problemáticos, abordar aspectos específicos, trabajar procesos a corto, mediano y largo plazo, entre otros, respondiendo así con alcances diferentes a distintas dimensiones de la temática de los usos de drogas. Esto indica la necesidad de sistematizar las particularidades de estos espacios, evaluar e investigar los efectos que producen, lo cual supone integrar los aspectos vivenciales en los que estas técnicas se basan, diseñando herramientas de análisis “a medida” que tomen en consideración la singularidad y la diversidad.

Bibliografía

- Abadi S. El origen temprano de las patologías adictivas en Vitae: Academia Biomédica Digital, ISSN-e 1317-987X, Nº. 7, 2001
- Becoña, E. Bases científicas de la prevención de las drogodependencias. Ministerio del interior. Delegación del gobierno para el plan nacional sobre drogas. Madrid, 2002.

- JND. Fundamentos de trabajo en drogas con Recursos Expresivos, Uruguay, 2012
- JND. Experiencias de trabajo en drogas con Recursos Expresivos, Uruguay, 2012.
- JND. Los usos de drogas y su abordaje en la Educación. 2009
- Machin, J, Velasco, E, Silva Y., Moreno, A. ECO2 ¿Un modelo para la incidencia en políticas públicas? Estudio de caso de la REIMOSSS. México, Indesol. 2010.
- Mc Dougall “Neociedades y soluciones adictivas” en Las mil y una cara de Eros. La sexualidad humana en busca de solución. Buenos Aires. Paidós 1998
- Miquelarena, M. El cuerpo y la música en el tratamiento psiquiátrico. Medina, Montevideo, 1987.
- Organización Mundial de la Salud; “Carta de Ottawa para la promoción de la salud”, 1986
- Paín, S. Jarreau, G. “Una psicoterapia por el arte. Teoría y técnica”, Nueva Visión, 2006.
- Schroeder, D. y cols, Pluritemática. El concepto de encuadre en la Revista Uruguaya de Psicoanálisis (1956 – 2010) y en la Biblioteca de la Asociación Psicoanalítica del Uruguay. Revista Uruguaya de Psicoanálisis, 2010.
- Stern A. La expresión, Ediciones Promoción Cultural SA. Barcelona, 1977.
- Tarrab, M. Una experiencia vacía. Revista Pharmahon 6/7. Publicación de grupos e instituciones de toxicomanía y alcoholismo del campo freudiano.
- Büller K. Prólogo a “Teoría de la expresión” Tomo VII-3. Revista de Occidente Madrid, 1950 en Obras Completas Tomo VII, 2da Edición José Ortega y Gasset (1948-1958) Madrid. <http://es.scribd.com/doc/52943232/Tomo-7-Ortega-y-Gasset>
- Winnicott, D.W, Realidad y juego, Gedisa Editorial, Barcelona, 2001.
- Winnicott, D.W, Los procesos de maduración y el ambiente facilitador, Paidós, Buenos Aires, 2007.

Ponencias

Música para rehabilitar escuchas

La musicoterapeuta Verónica Chiavone y la psicóloga Dánitsa Calavia presentaron esta experiencia de trabajo desde la Musicoterapia con personas en tratamiento por consumo problemático de drogas durante el período de internación, que se lleva adelante en el centro de tratamiento El Jagüel (Maldonado), con financiación de la Intendencia de Maldonado.

El espacio es conducido por una musicoterapeuta, con acompañamiento de un referente del centro, que puede ser psicólogo/a, operador terapéutico/a, enfermero/a, de modo de integrar otras miradas e intervenciones específicas presentes en la institución. Tiene por objetivos “Proporcionar un espacio de escucha, expresión y creatividad que promueva el desarrollo de las capacidades de autocomprensión y autorregulación de cada usuario; posibilitar experiencias de escucha y participación que promuevan prácticas de inclusión social, estimulando el fortalecimiento de interrelaciones positivas, y brindar un espacio que favorezca la emergencia y expresión de emociones”. Según explicó la musicoterapeuta, “se utiliza la música como herramienta para restablecer funciones del individuo en sus diferentes aspectos. Se trabaja con la música que forma parte de la identidad de la persona, en la expresión de sus emociones, la rehabilitación de hábitos de escucha y la incorporación de la música para el placer y el enriquecimiento personal”.

Este trabajo se implementa en dos espacios: un taller grupal de expresión y un taller individual de escucha. En el taller grupal se realiza improvisación musical, círculo de tambores, estimulación de imágenes y sensaciones a través del sonido y recreación de canciones. En el espacio de escucha “cada participante trae sus canciones. En una primera etapa nos enfocamos en reducir estados de ansiedad, tolerar la frustración, favorecer aspectos vinculares con el resto del grupo y con el equipo, promover la adherencia al tratamiento. En una segunda etapa, trabajamos pensamientos, manejo de emociones, forma de actuar, capacidad de ‘insight’, objetivos e intereses saludables. En una tercera etapa, se busca desarrollar la capacidad del participante de trabajar en pos de esos intereses”.

Para conocer más de la experiencia:
Facebook: el Jagüel Maldonado

danicle@gmail.com

vchiavone@gmail.com

Imágenes en: www.infodrogas.gub.uy

Retratos

Taller terapéutico con adolescentes y jóvenes

Liliana Silva y Vivian Alterwain presentaron un proyecto que se llevó adelante en el marco del Taller de Arteterapia que funciona en el centro de tratamiento Fundación Dianova. Participaron de esta propuesta siete personas en proceso de tratamiento y una educadora.

El taller, de periodicidad semanal, cuenta con un espacio acondicionado para la tarea. Desde la plástica, explican las psicólogas y talleristas de expresión plástica, “se posibilita un trabajo expresivo y desplegar la potencia sanadora de la creación. Las producciones materiales son huella, espejo y testigo de quien las hace”.

El trabajo por proyectos, con una intención más acotada, “nos dinamiza y coloca en una actitud proactiva”. En esta ocasión se eligió el trabajo con el retrato, “como un lugar de reencuentro con lo humano, con ese personaje-persona que nos espeja. De alguna manera retratar es retratarse”. Los objetivos fueron “sostener un proceso de creación, en el que haya un involucramiento de lo afectivo, un encuentro con otra subjetividad, explorando las dimensiones del retratado y la posibilidad de verse y mostrarse de otra manera”. “El proceso se inicia invitando a los muchachos a recorrer imágenes de autores de distintas épocas llegando a elegir un retrato para recrear”. Este se toma como referente “legitimado” para partir en un trabajo personal, con todas las licencias en el proceso de creación, eligiendo cada uno la técnica y forma de plasmarlo. Se realiza un acompañamiento de los procesos personales. Se destaca la entrega en el proceso, la capacidad de sostener desde el involucramiento corporal, afectivo o la dedicación en el detalle, logrando producciones que los sorprenden en sus posibilidades. El trabajo en taller se complementó con una salida a conocer otros retratistas, visitando la exposición de Rafael Barradas en el Museo Nacional de Artes Visuales y el taller del artista contemporáneo Javier Abdala. Al finalizar la ponencia, los autores presentes entre el público, subieron al estrado a mostrar sus obras contando sobre su proceso. Esta participación activa reforzó su lugar de autores, protagonistas. Su presencia en el Encuentro movilizó a su vez el lugar de los “usuarios” en un espacio de pensamiento en torno a las prácticas.

Para conocer más de la experiencia:

lililixis@gmail.com

vivian.alterwain@gmail.com

Imágenes en: www.infodrogas.gub.uy

Tel.: (59
ind@pre

ecutiva / Montevideo / Uruguay / CP 11000 /

De usuarios a creadores

Las educadoras Gabriela Brun y Leticia Rodríguez presentaron dos espacios expresivos-terapéuticos llevados adelante en el centro de tratamiento Rondeau de la Fundación Dianova: uno de expresión corporal y danza y, otro de creación audiovisual.

Estos espacios tuvieron por objetivos “disminuir niveles de ansiedad de los adolescentes en tratamiento; fortalecer el vínculo con las educadoras; fomentar actitudes de compromiso, responsabilidad, respeto y compañerismo grupal; desmitificar conceptualizaciones respecto al género; mejorar habilidades comunicativas-expresivas, aportar herramientas para trabajar la aceptación de sí mismo, potenciarse, reforzar la autoestima y manejar la frustración; disfrutar del placer del juego, y encontrar en el cuerpo y la emoción el material a trabajar”.

En expresión corporal y danza se trabajó el cuerpo como lenguaje, su poder de sanación, la interpretación de coreografías (danzas árabes y salsa), trabajando el vínculo y la confianza, el respeto por nuestro cuerpo y el del otro, la responsabilidad hacia la tarea y el grupo, la importancia de la perseverancia y el esfuerzo para enfrentar la frustración utilizando técnicas de clown para reírse de uno mismo.

En el espacio de creación audiovisual se plantearon cuatro instancias:

Producción: qué queremos hacer, qué precisamos...;

Grabación: con todo el equipo del centro incluido

Edición: recortar escenas, poner música

Exposición: logrando realizar un video en el que participaron todos los integrantes del centro, con los usuarios, administrativos, psiquiatra, educadores, directores.

Los resultados fueron presentados a familiares y amigos en un evento de cierre.

Para conocer más de la experiencia:

tacosypalmas@hotmail.com

gabru79@hotmail.com

Salud y autoconocimiento

Alfredo Peguito presentó su experiencia de implementación de talleres de Chi kung y técnicas de medicina china en el centro de tratamiento Portal Amarillo, con personas en tratamiento y en período de internación.

El objetivo primordial del taller “es lograr darle al usuario del sistema, herramientas que le permitan reducir los síntomas del llamado síndrome de abstinencia y proyectarlos al compromiso de su propia sanación”. Para ello se realizan “ejercicios respiratorios, de chikung, meditación, digitopuntura, música y canto”.

“Enmarcadas en nuevos abordajes terapéuticos, las medicinas integradas vienen desarrollándose y aceptándose en occidente. Las investigaciones de los últimos 15 años vienen demostrando dentro de las neurociencias su efectividad en el abordaje de diferentes patologías. Estos recursos logran activar el llamado sistema de recompensa cerebral, generando la liberación de diferentes hormonas que benefician al practicante o eventual paciente, mejorando su salud mental y física, por ejemplo, fortaleciendo su sistema inmunológico”, explicó Peguito.

En los talleres “se actúa primero sobre el cuerpo, enfatizando en la respiración. Posteriormente, se aplica la digitopuntura en puntos que reducen el estrés. Luego se medita y al finalizar se hacen masajes individuales y se aplican sonidos de cuencos armónicos y mantralizaciones, que generan un efecto vibracional, relajante, conduciendo, incluso, al sueño profundo”.

Para conocer más de la experiencia:

aeocinco@gmail.com

Video disponible en:

<https://docs.google.com/file/d/0B2P58NSbK5o4QW1LZFhKREdFS1k/edit>

Imágenes en: www.infodrogas.gub.uy

Expresión 30

Hacer y estar juntos

Haydee Vilach presentó el trabajo realizado en Talleres de Manualidades implementados en el Centro Portal Amarillo, desde los dispositivos residencial, diurno y grupo de mujeres. En este espacio, “la manualidad es un medio que nos permite estar en grupo, intercambiar y trabajar conductas como la tolerancia a la frustración y el respeto”.

Para ello “se ofrecen distintas posibilidades para optar: madera, costura, reciclaje... Buscamos que las producciones tengan significado personal, que permitan la reconstrucción de la identidad, y eso repercute positivamente en la autoestima”, dijo Vilach.

El taller es valorado como un espacio de socialización, gratificante para los participantes y para la tallerista, donde se puede generar un vínculo persona a persona, y que ayuda a sostener el tratamiento, en especial la internación.

Para conocer más de la experiencia:

correodehaydee@hotmail.com

Espacio salud

Las psicólogas Micaela Franco y Virginia Aostalli presentaron la experiencia de “Espacio Salud”, coordinada desde el curso “Estrategias de Intervención en uso problemático de drogas” de la Facultad de Psicología, Universidad de la República e implementada en los liceos públicos de Montevideo N° 6, N° 42 y N° 14.

Este trabajo está enmarcado en un convenio tripartito entre la Junta Nacional de Drogas, el Consejo de Educación Secundaria y la Facultad de Psicología.

El Espacio Salud plantea un lugar de expresión de frecuencia semanal en el que se trabaja con metodología de taller, sobre temas de interés de los estudiantes planteados por ellos mismos. Se busca “habilitar a los adolescentes liceales a expresar y desplegar sus conflictos e intereses, individuales y grupales, promoviendo la participación y la comunicación como elementos fundamentales para la reflexión”. Para ello se utilizan técnicas de caldeamiento, técnicas para el abordaje de la temática como, por ejemplo, plásticas, lúdicas, gráficas, psicodramáticas entre otras, para pasar por último a la reflexión personal y grupal. “Se trata de una actividad de prevención inespecífica, donde no se trabaja directamente la temática “drogas”.

A partir de las inquietudes de los adolescentes se plantearon “problemas de comunicación, de intolerancia en la convivencia y se trabajó sobre herramientas y conductas para enfrentar situaciones de sufrimiento”. Las exponentes destacaron la importancia del liceo como un ámbito propicio para desarrollar este tipo de actividades, además señalaron la necesidad de generar espacios de expresión para los adolescentes, donde estos puedan plantear sus intereses y propuestas, habilitando al mismo tiempo nuevas estrategias para la resolución de los conflictos.

“Abordando las situaciones de la vida cotidiana de los adolescentes se promueve salud y se incide indirectamente en la prevención de los consumos problemáticos. Poner el foco en las drogas no parece una estrategia demasiado útil para prevenir su uso problemático. Por el contrario, promover instancias de encuentro, de diálogo y reflexión grupal, así como estilos de vida saludables resultará más efectivo”.

Para conocer más de la experiencia:

virginiaaostalli@gmail.com

lic.micaelafranco@hotmail.com

Adolescencias saludables

Los psicólogos Carlos Torrado y Gabriela di Landro presentaron el trabajo: “Adolescencias saludables”, perteneciente al subprograma “Animación sociocultural y recreación” del programa de Extensión Universitaria APEX, ubicado en el barrio El Cerro de Montevideo. El mismo trabaja con 80 adolescentes entre 11 y 16 años, buscando fomentar factores protectores, en la promoción de salud y prevención. Para ello se apela a técnicas lúdicas y expresivas, considerando “el juego no como algo secundario o relacionado a objetivos externos, sino el juego y lo expresivo como salud en sí mismo”. Los exponentes resaltaron la importancia del humor y la cercanía interpersonal, a veces dejada de lado en la relación de los adultos con los adolescentes.

El proceso toma como punto de partida “incorporar lo que traen, su realidad, su familia, los diferentes barrios, la adaptación o no a la situación en la que viven. Se proponen test iniciales de autoconcepto, autoestima, comportamiento asertivo, creatividad gráfica, para identificar qué podemos fortalecer en cada uno desde las actividades lúdico-expresivas. Con estas técnicas se habilita a compartir cómo cada uno se siente, colectivizarlo en una dinámica grupal”.

La propuesta se desarrolla promoviendo la participación, ya que se apela a construir con ellos las actividades”. Entre ellas, señalan como una de las más enriquecedoras “los campamentos creativos, donde se fomentan factores fortalecedores grupales, los adolescentes participan en la organización, el diseño de las actividades, los roles que cada uno asume, y el logro de una convivencia pacífica, armónica, divertida, creativa”.

Para conocer más de la experiencia:

www.apex.edu.uy

carlostorrado@gmail.com

gabriela.dilandro@apex.edu.uy

Imágenes en:

www.infodrogas.gub.uy

Método foto-lenguaje

Las psicólogas Liliana Saibene, Sonia Yacosa y Martha Mazzetti, integrantes del Departamento de Fotolenguaje de APPIA, presentaron la experiencia de trabajo en talleres, al que asisten madres de personas con consumos problemáticos, usuarias de un convenio público-privado de salud.

Para la intervención se empleó el dispositivo grupal y como estrategia técnica el método de Fotolenguaje. “El Fotolenguaje es un método específico de mediación, para el trabajo con grupos específicos con objetivos psicoterapéuticos, o de formación”. El Fotolenguaje constituye una teoría, una técnica y un campo de investigación. Su fundamento teórico se basa en el psicoanálisis (pensamiento de Freud, Aulagnier, Winnicott, Green) siendo fundamentales los estudios de Didier Anzieu, luego continuados por René Kaës, a través de los desarrollos conceptuales sobre teoría de grupo y de mediación.

En el empleo de la técnica se seleccionaron fotos apropiadas para los objetivos formulados. Las fotografías fueron realizadas a partir del Convenio interdisciplinario entre el Instituto Escuela Nacional de Bellas Artes y el Departamento de Fotolenguaje de APPIA, a través del CESEAM (Comisión Sectorial de Actividades de Extensión en el Medio de la Universidad de la República). En el proceso de la investigación, dichas fotos fueron testeadas en diferentes experiencias de trabajo grupal con objetivos terapéuticos, obteniendo resultados positivos.

Se explicita la técnica y las fotos a emplear, contando con la aprobación de las integrantes del grupo. “Las participantes pudieron hablar de sí mismas, encontrarse consigo y presentarse con su identidad y no sólo en aquella de “mamá de”. Su historia vital, la coincidencia de su crianza y la de cómo criaron a sus hijos, en la premisa social de “madre rioplatense”, sufrida, abnegada, olvidada de sí y capaz de “darlo todo”, con fuerte atravesamiento cultural de género”. Los objetivos del trabajo se dirigen a “dar un lugar propio a las madres para abrir un espacio de expresión de afectos, evaluar el daño, habilitar el desprendimiento, conectarse con las dependencias, “desempolvar” lo no dicho,

desmitificar la maternidad, redescubrir los espacios personales, redefinir los vínculos familiares, apropiarse de un ámbito grupal de pares”.

En los talleres, las madres pudieron verse a sí y a las otras y volver a considerar la construcción de sus roles desde sus formas personales, familiares y sociales de existir. Las talleristas señalan: “creemos que pudieron poner en palabras emociones calladas a sabiendas o no. Compartieron un dolor común, re-significando su ser y su existir, donde el consumo de sus hijos no es su carta de presentación”.

Para conocer más de la experiencia:

soniyacosa@hotmail.com

Imágenes en: www.infodrogas.gub.uy

Cuidándote vos disfrutamos todos

Representantes de la SND, el Museo del Carnaval y la asociación civil El Abrojo presentaron esta experiencia que se realiza en el marco de un convenio entre las tres instituciones con el objetivo de realizar una campaña dirigida a informar y sensibilizar sobre la gestión de riesgos y daños relacionados al consumo de alcohol.

Para ello se apela a la dramatización y la canción “como medios para sensibilizar, entrar en diálogo, interactuar y movilizar”. La campaña se concretó en intervenciones que se realizaron en distintas fiestas y eventos elegidos por cada Junta Departamental de Drogas del país. Luego de realizar las coordinaciones con la organización del evento en cuestión, se llega a éste con un ómnibus y una “troupe” de actores que interactúan con el público y dan a escuchar las canciones que transmiten medidas de reducción de riesgos y daños frente al consumo de alcohol. Además, se reparte agua, como medida concreta de consumo responsable.

La utilización de recursos expresivos en esta campaña fue evaluada de manera positiva ya que “por su impacto visual, ritmo, humor, logran transmitir el mensaje de una forma amena, respetuosa del otro, que genera afinidad”.

Para conocer más de la experiencia:
[facebook cuidandotevosdisfrutamostodos](#)

mvictoria1384@gmail.com

Performance Grito Urbano

Un grupo de adolescentes y jóvenes presentó la obra de danza-teatro “Grito Urbano”, generada en el marco del proyecto “El cuerpo como herramienta para el despertar de una nueva conciencia”, llevado adelante por los talleristas Tania Borges y Jorge Heller. Este equipo desarrolla talleres en Montevideo, en los barrios Bonomi, Bulevares y La Carreta, en el marco de espacios comunitarios y del programa Esquinas de la Cultura.

La obra “fue creada para promover el acceso a otra experiencia y fomentar de manera natural el arte como un bien cultural al que todos puedan acceder”, mientras que el objetivo de los talleres es “usar la expresión corporal como estrategia para acercar e incluir personas en un contexto alternativo, donde se busca desarrollar la conciencia del uso de sus habilidades, lograr la autovaloración y el sentido de pertenencia a un colectivo”.

Para ello se transmite la base técnica de variadas manifestaciones artísticas “danza, hip hop, reggaetón, teatro, confección de vestuario, percusión, lenguaje de señas, pintura artística, talla de frutas, esculturas recicladas y talleres de prevención”. De esta manera se brindan distintas posibilidades para identificarse con el grupo, apuntando a generar un proceso mediante el cual “educar desarrollando la sanación, donde a través del cuerpo se despierte el deseo de expresarse”.

Para conocer más de la experiencia:

kydia@hotmail.com
produccionesheller@gmail.com

Imágenes en:

www.infodrogas.gub.uy

Mi aula es un retablo

Programa de Promoción de Hábitos Saludables en prevención del consumo problemático de drogas.

Función de Títeres “Un chancho verde manzana”.

El guión, los títeres, la escenografía y la música de la obra, fue elaborado por alumnos de 5° y 6° grado escolar del colegio Life School, con la coordinación de la Lic. en Psicología y Docente de Talleres de Libre Expresión Gabby Recto. La obra presenta cómo la amistad es la herramienta más preventiva.

Para lograr concretarla “el compromiso de maestras y directoras ha sido de suma importancia y la participación de las familias una constante. Promover su participación es el mayor desafío que tiene la propuesta de trabajo”.

De esta participación surge el propósito de generar espacios de intercambio y reflexión, propiciando el clima para analizar críticamente la problemática de las adicciones, en el entendido que “las pautas de conductas del sistema familiar en su conjunto, puestas en juego para desarrollar distintas acciones preventivas, permiten promover conductas positivas que refuercen los factores de protección y contrarresten los factores de riesgo de los consumos problemáticos”. Las acciones se fundamentan desde la interrogante “¿Qué sucede si en la dinámica interna de las familias la percepción del riesgo remite a vagas consideraciones en las que se mezclan ciencia, mitos, prejuicios e ideas preconcebidas de las sustancias? Los discursos se vuelven alarmistas, estableciendo como única respuesta que el miedo a las drogas ha de ser alto, dando como resultados acciones contrapventivas.

En el trabajo con niños y niñas se priorizó la inclusión familiar señalando “que las familias promuevan la salud integral de sus integrantes, contribuye al acompañamiento de los niños y niñas en la diversidad de situaciones de vida, promoviendo la autoafirmación de la identidad y la autoestima. Las familias que disponen de información veraz sobre el tema y ejercitan sus capacidades de reflexión, podrán brindar las herramientas necesarias para que sus integrantes logren ser responsables y capaces de tomar decisiones independientes, con criterio y pleno conocimiento de las causas y consecuencias de los consumos problemáticos.

Para conocer más de la experiencia:

grecto25@gmail.com

Imágenes en: www.infodrogas.gub.uy

Urbano, espacio cultural

El espacio cultural Urbano presentó un stand de fotografías que muestra el trabajo de algunos de los talleres que se desarrollan semanalmente en él. Gestionado por el MEC en convenio con el MIDES, apunta a “democratizar los derechos culturales, entendidos tanto como acceso a la cultura, así como

producción de bienes culturales”. El centro cultural está focalizado en el trabajo con población en situación de calle y de refugios, aunque es abierto a todo público. El espacio cultural tiene como objetivo “habilitar, a través de una batería de recursos y talleres artísticos, espacios de encuentro, inclusión social, y creación, especialmente para personas que se han visto privadas sistemáticamente de las condiciones materiales o de la legitimidad social para el acceso al campo cultural”.

Para conocer más de la experiencia:
gestionculturalurbano@gmail.com

Imágenes en:

www.infodrogas.gub.uy

Mandala al muro

La psicóloga y tallerista Lorena Cánepa presentó una muestra fotográfica, exponiendo el proceso de trabajo realizado con alumnos de Formación Profesional Básica (FPB), UTU, en la asignatura E.C.S.A (Espacio Cultural Social y Artístico). Éste funciona con jóvenes a partir de 15 años de edad, que se han alejado del sistema formal de educación.

La experiencia surge en el año 2012 como iniciativa de “un grupo de jóvenes de la orientación gastronomía, que comienzan a sentir la necesidad de dejarle algo a la escuela ya que egresaban, y se estaba en un contexto donde las noticias de los medios masivos de comunicación vinculaban la inseguridad con el adolescente o el joven como amenaza social. Esta necesidad fue tomada y potenciada en el espacio integrado de ECSA y del taller de gastronomía”.

El trabajo contó con apoyo: “otros actores sociales de la escuela, tanto docentes como estudiantes; en especial, la profesora de gastronomía, las personas de compromiso educativo y otros docentes, nos vamos encontrando para sumarnos a estas paredes que crecían exponencialmente y nos llenaban de emoción, aparecía claramente una cultura al trabajo, la solidaridad, y trabajo en equipo.”

Se pintaron mandalas. Éstos son figuras que se pueden encontrar en la naturaleza, como una telaraña o una gota de lluvia. Originalmente son símbolos mágicos, instrumentos de pensamiento y meditación. Favorecen recobrar el equilibrio, el conocimiento de uno mismo, el sosiego y la calma interna. “El mandala brinda un continente claro específico desde donde sentirse sostenido en un círculo que a su vez promueve la intuición y trabaja la calma en jóvenes

que muchas veces les cuesta poder concentrarse, enraizarse con la tierra, expresarse con la palabra.”

En el proceso de trabajo “fue sorprendente el entusiasmo y la rapidez con la que aquellos jóvenes podían pintar. Aparece un saber de su vida cotidiana reconocido, potenciado. Muchos de los integrantes realizaban “changas” con sus padres, pintando, etc. Aparecen los recursos más saludables de los adolescentes y jóvenes que se iban empoderando cada vez mas de aquel espacio más allá de burocracias institucionales, ese espacio comenzaba a ser cada vez más de ellos”.

La propuesta supuso “una experiencia enriquecedora para todos los que trabajamos juntos, reparando, pudiendo lijar una pared “lastimada” “agrietada” para dar lugar a lo nuevo un mural extenso con mandalas y una silueta de la ciudad que brinda una continuidad”. En este sentido se señalan “los recursos saludables que tienen los jóvenes y quedan solapados, enmascarados por lógicas institucionales o sociales. ¿Por qué los miramos menos cuando aparecen recursos saludables y no son noticia? La misma UTU fue noticia por inseguridad, pero no lo fue cuando sus alumnos llenaron de color su institución, desbordando creatividad. ¿Qué nos están diciendo los jóvenes uruguayos de hoy en día? ¿Cuál es su denuncia? ¿Dónde encuentran las palabras? ¿Cuándo los

Para conocer más de la experiencia:
[http://recursosexpresivoslorena.blogspot.com.ar/
espaciolore@gmail.com](http://recursosexpresivoslorena.blogspot.com.ar/espaciolore@gmail.com)

Imágenes en: www.infodrogas.gub.uy

miramos?”

Tintas Solidarias

“Tintas Solidarias” es el nombre que los adolescentes y jóvenes integrantes de Creativos eligieron para una exposición itinerante que difunde su trabajo conjunto en este espacio. El artista plástico Gabriel Marcelo Larronde, coordina este espacio destacando: “El arte como herramienta de cambio y siendo un idioma universal, valiéndonos de ella para trabajar temas como adicciones y consumos, embarazo adolescente, ETS., suicidio, siniestros de tránsito, violencia doméstica, vandalismo, etc.”

Tintas Solidarias expuso una selección de obras realizadas con materiales reciclados como tintas de cartuchos usados de impresoras, poniendo énfasis en el reciclado y la búsqueda de la máxima expresión artística posible, con mínimos recursos materiales. Además, dibujos realizados a pura lapicera color, con

marcadores flúor, correctores, tintas varias o acuarelas. “Todas las obras intentan ser una muestra de voluntad y logro, en un contexto socioeconómico de alta vulnerabilidad”.

La propuesta busca promover “la búsqueda interior de estados de ánimo, sentimientos, pensamientos o sueños, siendo esas obras la forma de expresarlos, cumpliendo una misión liberadora, sanadora en algunos casos y principalmente de reflexión”.

Asimismo, se señala que “el acto de crearlas es sólo la primera etapa, la misión modificadora del arte continúa en la medida que esas obras son expuestas y sensibilizan a quienes las observan”.

Estas obras son el resultado visible del trabajo de los talleres de Creativos, del artista plástico Gabriel Marcelo Larronde Ripoll. “En definitiva no son más que el pretexto y herramienta encontrados para acompañar, escuchar, cuidar y amar a

Para conocer más de esta experiencia y de Creativos:
Facebook Creativos en el mundo.
Imágenes y videos disponibles en:

<https://www.facebook.com/pages/CREATIVOS-EN-EL-MUNDO/233180006728723?fref=ts>

los jóvenes en esta etapa de gran vulnerabilidad”.

No hard drugs allowed in the house

Se trata de una exposición documental de fotografías tomadas por Gabriel Pintado a comienzos de los años ´90. Muestra la experiencia personal del autor. “Bajo el lema “no hard drugs allowed in the house, este espacio se convirtió en refugio y esta propuesta de no permitir “drogas duras” se convirtió en nuestra única regla obligatoria para poder vivir en el edificio...”.

Para conocer más de la experiencia:
Imágenes en:

[www.dropbox.com/sh/
g2csr6a6prv0jbn/hz2mE7kSbO](http://www.dropbox.com/sh/g2csr6a6prv0jbn/hz2mE7kSbO)

gabrielpintado@yahoo.com

Talleres Vivenciales

Teatro del Oprimido

Norina Torres coordinó el taller vivencial sobre la metodología “Teatro del Oprimido”, método estético que reúne ejercicios, juegos y técnicas teatrales que tienen como objetivo “la democratización física e intelectual de sus practicantes y la democratización de teatro, estableciendo condiciones prácticas para que el “oprimido” se apropie de los medios de producción teatrales y amplíe sus posibilidades de expresión, estableciendo una comunicación directa, activa y propositiva entre espectadores y actores, desnaturalizando y haciendo visibles las injusticias sociales por las que atraviesan los diferentes grupos para, en conjunto, buscar alternativas posibles a los problemas escenificados”.

En la actualidad multiplica esta metodología en varias instituciones con diversas poblaciones. En el Centro Cultural Goes funcionan el grupo Magdalenas Uruguay- Teatro de las Oprimidas con temáticas exclusivas de género y, el grupo Las Estaciones de Tercera Edad. En el Centro Cultural URBANO desarrolla esta metodología con población de refugio y en situación de calle.

El trabajo realizado en este Encuentro tuvo como objetivo “multiplicar la metodología través de técnicas específicas que trabajan con el sonido y la imagen, “entendiendo que éstos son los principales canales por donde nos comunicamos con el exterior y por donde se nos comunica un importante bagaje de información que condiciona y estructura nuestro comportamiento social. En la problemática de los usos de drogas, el trabajo con un objeto mediador es muy importante como base para ir construyendo un proceso lento pero seguro, de expresión de los conflictos para que estos grupos puedan compartirlos con la comunidad.

Los participantes del Encuentro trabajaron con el sonido generado por y con su cuerpo, así como también con objetos de diversos materiales reciclados, lo que es importante también para analizar lo que se deshecha y qué podemos hacer con ello para resignificarlo. A través de esa investigación se crearon personajes y a partir de esos personajes, una historia de opresión con posterior foro de discusión.

Los participantes que evaluaron el taller plantearon que se trató de “una excelente experiencia, con muy buena información y aprendizaje recibidos.

Para conocer más de la experiencia:
www.facebook.com/magdalenasuruguay

norina.torres@gmail.com

Imágenes en: www.infodrogas.gub.uy

Tel.: (51)
ind@p

a / Montevideo / Uruguay / CP 11000 /

Destacaron “el conocimiento sobre el uso de la voz y los objetos como recurso en la práctica terapéutica grupal” (Latorre, 2013).¹

Las máscaras que habito

Esta experiencia, llevada a cabo por la psicóloga y tallerista Lorena Cánepa, surge en el Espacio Cultural Urbano, donde se trabaja en su amplia mayoría con personas en situación de calle, que en muchas ocasiones presentan trastornos psiquiátricos y consumo de sustancias.

Se trabaja desde interrogantes como: “¿Qué lugar ocupa la máscara? ¿Qué lugar tiene este cuerpo? “Un cuerpo que cuenta muchas veces con historias fragmentadas, con huellas de cicatrices de la exclusión social, cuerpos que no filieron con el orden social. La máscara aparece liberando cuerpo, el cuerpo aparece liberando escenas y las escenas dan lugar a lo fantasmático”.

La dramatización opera “como lugar de resistencia, como línea de fuga que habilita posibles encuentros y abrazos de aquellos que han sido mutilados socialmente. El teatro propone el encuentro, permite llegar a ese lugar que paródicamente parece intacto, o ha sido tan tocado. Esto es motor para el hacer, para la acción, para las pasiones. Aparecen fragilidades y también muchas fortalezas, supervivencias, retramatización, volviendo a la trama colectiva, pública, donde la historia nace y nos da nombre, genera vínculos con el otro/a. El lugar de la potencialidad creadora permite conectarnos con nuestras vulnerabilidades, porque desde ahí se encuentra un lugar para decir, hacer, ser, para refugiarnos”.

El taller que se llevó a cabo en el Encuentro se realizó con las mismas dinámicas y lógicas que el que se plantea en el Espacio Cultural Urbano. Aparecen dificultades para “poner el cuerpo” que se pueden pensar desde interrogantes como: ¿Qué cuerpo ponemos a jugar? ¿Cuerpo disciplinado? ¿Cuerpo del saber? ¿Cuáles son las resistencias que se juegan? ¿Sólo ponemos el cuerpo para parar situaciones de riesgo? ¿Cuáles son nuestros espacios de encuentro? La máscara fue liberando cuerpo para ir creando puentes, pasajes entre el movimiento y el pensamiento.

Los participantes que evaluaron el taller señalan “el valor terapéutico de los métodos y técnicas utilizadas, el bagaje teórico y metodológico muy útil para

¹ Latorre
trabajo
Evaluación

Tel.: (591)
ind@pre

Para conocer más de la experiencia:

<http://recursosexpresivoslorena.blogspot.com.ar/>
espaciolore@gmail.com

Imágenes en: www.infodrogas.gub.uy

Centro Nacional de experiencias de
Aría de Evaluación, Sistema de
www.infodrogas.gub.uy

Montevideo / Uruguay / CP 11000 /

trabajar en drogas. También plantearon: aportó muy buenas técnicas de relajación, conexión con emociones y liberación de tensiones” (Latorre, 2013).¹

Danzas circulares

Violeta Comunale presentó un taller donde se exploró la danza en círculo como diseño unificador. El movimiento constante y cíclico, la energía pasando a través de las manos, una que recibe y otra que da. La música como estímulo para el movimiento. Se despliega una energía que trasciende. Los otros, el círculo, los movimientos seguros y repetidos, la música brindan acompañamiento y sostén; estructuran. Sentir confianza en lo que vendrá es un buen estímulo para animarse a retomar la marcha, en quien ha detenido su búsqueda.

Los participantes enfatizaron en “la incorporación del concepto de vínculo entre mente, cuerpo, persona y grupo habilitando una mejor conexión grupal. Destacan la danza como armonizante y la potencialidad del abordaje terapéutico desde lo corporal”. (Latorre, 2013).²

Para conocer más de la experiencia:

violet@hotmail.com

Chi Kung

Alfredo Peguito desarrolla esta técnica con personas que cursan su tratamiento frente a los usos problemáticos de drogas en el Portal Amarillo y en la fundación Dianova.

El intercambio con el medio a través de la respiración, dando y recibiendo. El tomar contacto con las sensaciones propias y encontrar mecanismos para darles canal. Frente a la angustia, ansiedad, encontrar paz con el retorno a sí, desde una función vital primordial.

Los participantes que evaluaron el taller señalan “aportó al conocimiento de la disciplina corporal, los beneficios en la concentración y respiración. El cuidado

¹ Ídem

² Ídem

del cuerpo y su armonía. Destacan: el aprendizaje de fundamentos para la práctica: conciencia de la respiración, del centro energético y de gravedad del cuerpo” (Latorre, 2013).¹

Para conocer más de la experiencia:
aeocinco@gmail.com

Imágenes disponibles en:
www.infodrogas.gub.uy

Método fotolenguaje

Sonia Yacosa y Liliana Saibene, coordinaron el taller de fotolenguaje; herramienta habilitadora de la palabra, que moviliza los procesos psíquicos favoreciendo la producción de cambios y facilita la aparición de procesos que permiten articular lo intrapsíquico con lo intersubjetivo. Se activan a través de la PREGUNTA y la FOTO elegida por el participante, procesos asociativos, identificatorios, de ligazón y de simbolización. Las fotos convocan imágenes internas, se ligan emociones con recuerdos que son traídos al grupo en la cadena asociativa grupal, favoreciendo así el proceso de mentalización.

La mediación a través de la foto promueve compromisos singulares y desafíos grupales, pasando del objeto mediador a la imagen, a la representación y de allí a la posibilidad de mentalizar. Se establecen vínculos personales intra-grupales con fuerte compromiso emocional y de mutua contención, impactando en la producción de subjetividad colectiva. Los coordinadores-animadores participan del trabajo grupal, aliviando la asimetría y facilitando la dinámica de los intercambios en el grupo.

Los participantes que evaluaron el taller destacan las siguientes dimensiones: “la importancia de las fotos, láminas e imágenes como recurso generador de dinámicas. Potencial para la expresión de sentimientos y visiones y, disparador de procesos de interacción en el trabajo grupal. La imagen como vehículo para expresar pluralidad de visiones y perspectivas. Interesante metodología para el abordaje de situaciones complejas que habilita la reflexión crítica y el acercamiento a los otros” (Latorre, 2013).²

¹ Ídem

² Ídem

Para conocer más de la experiencia:
Ver Ponencia Método foto-lenguaje,
en pág. 42
soniyacosa@hotmail.com

Imágenes disponibles en:
www.infodrogas.gub.uy

El barro como continente

Partimos a ciegas, al encuentro de las manos con la materia. Experimentar lo sucio, pegajoso, fresco, mojado, lo que seca y se quiebra, lo reparable. Dar lugar a las sensaciones que se despliegan desde el cuerpo.

El barro, material que proviene de la tierra, que conecta con lo ancestral, con la cultura humana, y su necesidad de dar forma a lo informe. Contacto con esta necesidad humana de dejar huella, registro de nuestro pasaje. Oportunidad de sentirnos parte en la cadena de hombres hacedores... Las vasijas, recipientes, formas universales como continentes, y la metáfora de ser capaz de dar contención a sí y a otros.

Los participantes que evaluaron el taller señalaron “las amplias posibilidades que ofrece esta técnica para el desarrollo de nuevas formas de expresión, de comunicación y trabajo grupal. Asimismo, destacaron: “las virtudes de los materiales utilizados (barro, agua) y su potencialidad expresiva”. (Latorre, 2013)¹

Referentes:
Liliana Silva, Vivian Alterwain (Taller
Malvin)
Contacto:
lilixix@gmail.com
vivian.alterwain@gmail.com

El movimiento: una puerta a la expresión, transformación y curación

El círculo, el imitar un modelo de movimientos como vía para contactarse con los movimientos propios. Sensaciones guardadas en huesos, músculos, órganos que no han accedido a la palabra, se expresan y dan pistas para seguir buscando en nuestro no saber. El piso como sostén y raíz, lo elevado accesible a todos. Los goces en la danza, la frustración en los límites de nuestro instrumento el cuerpo. Herramienta directa hacia el autoconocimiento.

¹ Ídem

Referente:
Graciela Barros
(Espacio de Desarrollo Armónico)

Contacto:

grabar@hotmail.es

¿Y a mí quien me cuida? Movimiento y Sonidos

“Y a mí ¿Quién me cuida?” es una propuesta que está dirigida a las personas, instituciones, organizaciones y empresas que sostienen a otros, o que tienen entre sus objetivos el acompañamiento y la guía. El trabajo está focalizado para ser desarrollado con docentes, agentes de salud, técnicos de ONG. Es una propuesta específica para cuidar a los cuidadores y para los equipos.

Es un trabajo que incluye multiplicidad de herramientas: armonización y percusión corporal, teatro espontáneo, canciones, trabajos con la creatividad, psicodrama, técnicas de relajación, respiración y masaje. En los talleres siempre se incluye más de una de estas herramientas y la intencionalidad está focalizada en la creación del bienestar y el alivio de las competencias de rol.

Se dramatizan escenas de la vida cotidiana y de las organizaciones, donde poder iluminar las zonas invisibles u oscuras de estos trabajos. El trabajo con el cuerpo es básico en esta propuesta, y luego se pasa a fases de simbolización y comprensión. El trabajo está apoyado en una doble intervención técnica expresiva y académica ya que se incluyen herramientas analíticas de la sociología clínica y la psicología.

Los participantes que evaluaron el taller destacaron “el aporte a la toma de conciencia sobre la importancia del concepto de cuidado integral de las personas que trabajan en esta temática y en situaciones difíciles y estresantes.

La necesidad de una reflexión sobre uno mismo y su rol, “mirarse y pensarse”. La importancia del cuidado, el sostén y la promoción de este tipo de espacios, la revalorización del rol del tallerista y el cuidado como derecho del trabajador”. A su vez “puso en relieve el valor de la integración de cuerpo, música y danza

Referentes:
Gustavo Barone, Guillermo Cabrera, Santiago Acosta (Somos Sonido)
Contacto:
barone.gustavo@gmail.com
info@somossonido.com.uy

Imágenes y videos disponibles en:

[youtube: somos sonido](https://www.youtube.com/somossonido)

www.somossonido.com.uy

como recurso expresivo. Aportó nuevos conocimientos, apertura a nuevas formas de cuidar, cuidarse y ser cuidado en la tarea” (Latorre, 2013).¹

¿Cómo sobrevivir en una sociedad tóxica?

Obra teatral participativa

La obra teatral participativa titulada “¿Cómo sobrevivir en una sociedad tóxica?” gira en torno al desafío que significa en la actualidad, sustraerse a la tendencia a las adicciones que transforma la libertad personal en una forma insidiosa de esclavitud: la dependencia física y psicológica. Esta estrategia forma parte del programa “Cuidando a los cuidadores” que SaludArte viene desarrollando con equipos de salud.

A medida que la obra se fue creando colectivamente con los relatos del público, el foco se fue situando en el estrés, el desgaste laboral y la sobrecarga de los equipos técnicos. Las historias reflejaron situaciones asistenciales difíciles de manejar, relacionadas con vivencias de disminución de la energía, insuficiencia o falta de apoyo social a los cuidadores, sobreexposición emocional en el contacto directo con los beneficiarios, etc.

Como protagonistas de las historias surgieron personajes singulares y desopilantes, con deseos intensos y persistentes de consumir determinadas sustancias o de practicar ciertos actos, fuertes rasgos obsesivos, baja tolerancia a la frustración, una necesidad imperiosa de llenar un vacío interior e intentos fallidos de controlar la propia conducta adictiva. Es así que se puso de manifiesto la perspectiva amplia de las adicciones. Ésta incluye las sustancias y los comportamientos adictivos, fenómenos como la exclusión social y el pensamiento tóxico, reconociendo la responsabilidad personal en transformar la sociedad. La improvisada y colorida puesta en escena de las historias cotidianas, enriquecida por aportes actorales y musicales de personas del público que se sumaron al elenco profesional, permitió situar el consumo problemático como la cara visible de una falta más profunda de sentido vital. De lo tóxico a lo saludable, la comicidad hizo más tolerable reflexionar acerca de las propias contribuciones al contexto psicosocial de las adicciones.

El humor y la espontaneidad como aliados al servicio de hacer visibles y pensables nuestras propias escenas cotidianas. Lo tóxico forma parte de nuestro ser, como lo nutritivo. Poder desplegarlo en un como sí, trae a la conciencia lo

¹ Ídem

que se había vuelto natural. Posibilitar reírnos de nosotros mismos, hace más llevadero reflexionar acerca de nuestras propias contribuciones al contexto de las adicciones sociales.

Los participantes que evaluaron el taller destacaron “la importancia de la improvisación en el trabajo grupal y su capacidad como instrumento de comunicación y conexión con los otros; los valores de la espontaneidad y la creatividad; la espontaneidad como oportunidad para el ejercicio de la libertad creativa y la resignificación de estados y situaciones. Se señaló asimismo la utilización del humor y la risa, el aprender a reírse de uno mismo y la función terapéutica. El disfrute de la técnica en sí misma. Otro aporte destacado en este

taller es su capacidad para generar experimentación; sentir, vivenciar y resignificar situaciones de la vida cotidiana, apropiación de los observado, oportunidad para abordar situaciones difíciles y resolución de conflictos. Se señaló también la importancia de colocar nuevos puntos de vistas, desde roles diversos. Abordar las emociones y experiencias desde nuevas miradas y lugares diferentes” (Latorre, 2013).¹

Referente: Rasia Friedler
Actuación: Eugenio Costa, loel Bethania da Costa,
Mauricio Chiessa, Javier Martínez, María Noel Rosas.
Música: Bruno Medina
Registros: Lucía González, Ana López, Karen Rother.
Contacto: contacto@saludarte.org.uy

Imágenes disponibles en: <http://saludarte.org.uy/>

Cuidándonos

Entrevista a referentes

Como se menciona en la Presentación de esta publicación, en ambos Encuentros las personas entrevistadas brindaron elementos teóricos y prácticos acerca de la aplicación de los recursos expresivos con fines de salud. Esta entrevista intenta recoger las inquietudes que se han expresado con más fuerza por parte de quienes trabajan en forma directa en promoción de salud,

¹ Ídem

prevención y tratamiento de los usos de drogas. A partir de las mismas, se interroga y reflexiona acerca del desempeño de dichos roles en el contexto institucional del que se forma parte.

¿Cómo se concretan los fundamentos del trabajo con recursos expresivos en una propuesta vivencial?

Elementos a tener en cuenta para que un trabajo expresivo sea terapéutico o promueva salud.

Rasia Friedler

Nuestros campos de acción abarcan la salud, la educación y la comunidad, por lo cual los elementos a tener en cuenta son múltiples y variados. Para diseñar las estrategias de trabajo analizamos la demanda del grupo o de la organización, identificamos sus características, contextos, su historia y necesidades. Siempre que sea posible, partimos de un diagnóstico que nos permita visualizar los hábitos y prácticas de riesgo para la salud de las personas, con vistas a promover factores de protección del desarrollo. Hacemos énfasis en el involucramiento y el disfrute de los procesos creativos, buscando cierto equilibrio entre las diferentes dimensiones vitales de los participantes. Favorecemos el contacto humano en el aquí y ahora, ponemos en marcha y desarrollamos procesos participativos de acompañamiento y transformación en los que fomentamos las habilidades autogestivas.

En todas nuestras actividades y programas buscamos la participación activa y reflexiva de los participantes en el desarrollo de nuevos estilos y actitudes de vida a través de la expresión, la creatividad y la sensibilidad estética. Desarrollamos procesos de contención emocional, lo cual implica tolerar y sostener el dolor para así poder ayudar a la transformación subjetiva. Por lo tanto, otro elemento a tener en cuenta es la disponibilidad cognitiva, motriz y afectiva de nuestros facilitadores para transformar el sufrimiento en experiencias representables y pensables, ya que generalmente incluimos el lenguaje corporal y el movimiento expresivo en nuestras actividades.

Gustavo Barone

Hay muchas maneras de diseñar un trabajo con herramientas expresivas. Muchas veces definimos la demanda real a partir de una entrevista y un acercamiento con las personas que toman decisiones en las organizaciones. Estas posibilidades se cotejan luego con el equipo y eso ya es parte de un trabajo bien importante en cuanto a la comunicación en la interna de la organización. El movimiento y la música o cualquier recurso que consiga expresar sensaciones, emociones, gestos, sonidos, dramatizaciones, masajes, canciones es promotor de salud...y en ese sentido es terapéutico puesto que trabaja sobre la liberación de endorfinas creando rápidamente sensación de expansión y bienestar. Expresar tiene como raíz etimológica dejar salir presión hacia afuera... cercano a Emoción que es mover hacia afuera. Todos los

trabajos que son expresivos mueven las emociones. Esto siempre tiene que ser tenido en cuenta por el coordinador o terapeuta que desarrolla la propuesta. Cuando podemos tramitar lo que nos va sucediendo eso no queda anclado en el cuerpo y puede tomar otra forma de ser visibilizado, evitando que se cristalice en el cuerpo y se haga síntoma y enfermedad.

Graciela Barros

Es importante tener un objetivo de trabajo claro, y en principio, sencillo, poder decir hoy con este grupo voy a trabajar, por ejemplo: el equilibrio o la postura. En el grupo con el que voy a trabajar, lo primero es generar un grado de confianza y entrega tal, que permita cierto descanso en el trabajo, que lo que sea que se trabaje, sea sin exigencia y control de parte de los alumnos, para lograr la mayor profundidad posible para esa propuesta. Por eso siempre hay una parte de la clase que es imitativa del profesor y que además sirve de caldeamiento y para que la persona suelte lo que trae, se relaje. En la medida que cada integrante se permite estar más en contacto consigo mismo, con sus emociones, sus sensaciones, su corporalidad, en general, se va dando una transformación, también un “permiso” para expresar y compartir, lo cual es muy sanador y reparador, para todas las personas.

Liliana Silva

Para poder bajar a tierra nuestra concepción del trabajo con los medios expresivos, proponemos un encuadre de trabajo que asegure las condiciones para generar un espacio de resguardo, de confianza, donde se garantice el respeto por los ritmos propios, desde una mirada de aceptación de lo que surja. Promover con ciertos ritos de entrada la posibilidad de habitar un “otro” espacio- tiempo, sin juicios de valor. A partir de un vacío, del silencio, frente a una materia a transformar, se invita a “ponerse en juego”, la posibilidad de poner el cuerpo al servicio de una necesidad expresiva...

Estar disponible, entero enfrentado a una hoja en blanco, a un trozo de barro y entrar en esa dimensión del hacer, donde no hay “error”. Hacemos y deshacemos en busca de la forma...Es una oportunidad de “parar el mundo”, corremos de nuestro lugar de sufrimiento, habitar un espacio tiempo, que nos permite crear algo nuevo...

Esto es esperanzador... porque el propio gesto que crea algo novedoso, resuena en la posibilidad de “lo nuevo” en nosotros, como posibilidad transformadora, sanadora...

De ahí que el propio proceso de creación se vuelve en sí mismo un camino de sanación.

En la creación plástica, es el contacto con la materia la que ya caldea y abre a transformar, permite, desde lo sensorio-motor, con las manos en la masa, la estimulación de los colores, partir hacia la formulación de un signo propio. Acá está el gesto que de por sí es liberador, abrir el canal a la repetición de un gesto corporal que deja su huella, su registro y así se convierte en signo...

Y por otro lado sumarle a esa forma o trazado que lleva mi impronta corporal, el mundo de los significados, lo subjetivo, la polisemia de sentidos, que vamos cargando en las obras cuando se van gestando. Aparece el objeto, que nos sorprende en su “novedad”. Nos espejamos, reflejamos en este producto interlocutor que se mantiene ahí, con su presencia materia, como testimonio. A partir de la “magia de la creación”, de la aparición de lo nuevo y desconocido se abre un espacio reflexivo, generador de subjetividad, lo que nos permite ser “otros”.

¿Cuál es su enfoque sobre la importancia del trabajo con las personas cuidadoras o educadoras? ¿Cómo apoyar y reforzar a estas personas y a sí mismo/a como cuidador/a?

Rasia Friedler

La prevención es la forma más eficiente de proteger la salud de los cuidadores. El estrés y la sobrecarga derivados de sus tareas pueden producir alteraciones físicas y emocionales que afectan el desempeño laboral, los vínculos con los otros trabajadores, los vínculos familiares, etc. Por lo tanto, buscamos contribuir a la protección y mantenimiento del bienestar de los trabajadores/as, a su cuidado y autocuidado, a la mejora continua de los equipos y al desarrollo de las organizaciones, para que éstas se tornen más saludables y resilientes. También acompañamos a los cuidadores/educadores en el afrontamiento de situaciones difíciles y complejas, así como en el manejo de la incertidumbre, el miedo, sentimientos de culpa, de impotencia y otros que puedan experimentar. Al promover la salud de los/as trabajadores/as y fomentar el autocuidado físico, emocional y social a través de metodologías y recursos expresivos, también contribuimos a mejorar la calidad del cuidado o de la enseñanza que éstos brindan. Los talleres que brindamos son muy eficaces para reducir la sobrecarga del trabajador, facilitar el intercambio de experiencias y desarrollar estrategias de cuidado. El trabajo sobre la dimensión emocional del cuidado permite a los trabajadores mantener la disponibilidad y sensibilidad necesarias para establecer una relación más humana con los usuarios o estudiantes.

¿Cómo apoyamos a los cuidadores? Promoviendo su/nuestro bienestar en el marco de un programa basado en el potencial preventivo/terapéutico de la expresión artística, dentro de un encuadre. Generando climas de escucha, aceptación y libre expresión para el desarrollo de la subjetividad en dispositivos grupales. Brindando a los/as trabajadores/as la posibilidad de identificarse con los demás participantes y sentir que “todos estamos en el mismo barco”. Los recursos expresivos permiten que todos puedan/podamos intervenir en las situaciones planteadas por los compañeros, desarrollar la escucha activa y hablar de temas que en otros espacios no se plantearían, o se abordarían de otro modo.

Gustavo Barone

Desde hace ya unos años en Somos Sonido venimos desarrollando una propuesta específica para educadores, agentes de salud y otros técnicos y personas que sostienen a otros. Este programa lo llamamos “Y a mí ¿Quién me cuida?” y tiene como propósito facilitar recursos expresivos para generar modos de alivio y visibilidad de los procesos que viven cotidianamente quienes se encargan de sostener a otros. La manera de respaldar el cuidado del cuidador es en primera instancia que la persona tome conciencia de los procesos a los que está sometido cotidianamente. Pero lo que estamos intentando desde la extensión de Somos Sonido es que las instituciones donde estos trabajadores desempeñan su tarea sean las que ofrezcan los modos de cuidado y que estas actividades y procesos estén incluidos en los programas anuales de las mismas, tanto en el ámbito educativo como en el de la salud, así como en los espacios comunitarios. En Uruguay se ha producido una gran transformación en la visibilización de algunos segmentos sociales que son atendidos por técnicos públicos y privados, pero nadie se encarga de generar herramientas que ayuden y generen modos de alivio desde lo vivencial y que desde lo teórico conceptual sean concientizados. Es muy importante que la Dirección o la cabeza de la organización sea consciente de la importancia de estos dispositivos.

Graciela Barros

Apuntamos a que las personas, educadoras, cuidadoras, puedan escucharse a sí mismas, lo que el cuerpo tiene para decir, lo que necesita, los mensajes...desde el cuerpo hasta el alma, dejar que se manifiesten las necesidades y ser consecuentes, no es suficiente con saberlo, tengo que hacer algo, hacerme bien... tenerme en cuenta y ponerme en un buen lugar, ser la protagonista. Es evidente que, si tengo en cuenta mis necesidades, desde mi rol de educadora, voy a estar más disponible para los demás y mi transmisión será desde la alegría y mi propia plenitud, no desde mis faltas o carencias.

Liliana Silva

Este tema es fundamental desde una concepción más amplia de la educación, y del trabajo en la salud: ¿Cómo cuidamos a los educadores / cuidadores? ¿Cómo nos cuidamos? El educador, ubicado en el lugar de “dar” al otro, dar sostén, dar asistencia, escucha, parece que es sólo un dador, alguien que se agota en este rol, sin espacios de cuidado y nutrición para sí. Esto trae una sensación de vaciamiento, cansancio y desgaste. La enfermedad del sistema se muestra como una maquinaria que funciona exprimiendo a los que la sostienen, con gran deserción de educadores/ cuidadores, o con trabajadores frustrados, desesperanzados en sus posibilidades de gestión.

Desde nuestra herramienta de trabajo con los medios expresivos, existe una paradoja que se da mucho en el ámbito de la salud y la educación... Por un lado, la claridad y certeza conceptual de la necesidad e importancia de los recursos expresivos en el trabajo con poblaciones sufrientes, pero las personas a cargo de estos espacios, los propios educadores, podemos quedarnos descuidados, enajenados, lejos de nuestros

cuerpos, con nuestras vías expresivas empobrecidas, sin acceso a estos espacios que se consideran saludables, sanadores. Consideramos el dispositivo desde un abordaje expresivo como un recurso muy rico, que podría ser usado en distintas dimensiones, con diversas intenciones, en diversos ámbitos institucionales.

El trabajo desde un espacio de creación-expresión invita a volver a pasar por el cuerpo, despertar los sentidos, la capacidad creadora, un espacio de nutrición, lo saludable del cambio de lugar, de rol, no a cargo de otro, para otro, sino poniéndonos en juego, en riesgo, exponiéndonos... esto nos deja más cerca, más despiertos, más sensibles, con las posibilidades de resonar con el otro, con sus dolencias, con sus limitaciones. Dar espacio a la propia potencia creadora del educador. Desde nuestra potencia creadora que después ponemos en juego para generar estrategias de ayuda.

Cada educador, cuidador- sanador, es un creador en su encuentro con otro a ayudar... Hay que darle espacio, recursos, para que se dé la belleza de los procesos de aprendizaje, en ese fluir, donde el que enseña- aprende, y el que cuida, es cuidado, sostenido, con espacios para desplegar su potencia creadora y desde esa vivencia de autoría, empoderado en sus propios recursos expresivos, también habilita mejor al otro en su diversidad, en sus necesidades propias y únicas.

A su vez, el trabajo con los educadores es una apuesta multiplicadora que llega a muchos otros.

**¿Cuál es el marco o contexto apropiado para realizar este tipo de trabajo?
¿Cómo se dialoga con el marco institucional?**

Rasia Friedler

Para que los programas y actividades sean eficaces debe existir un compromiso serio y responsable de la institución y una conciencia de los trabajadores acerca de la importancia de la prevención del Burn Out y otros riesgos laborales. Es esencial mantener un diálogo continuo y fluido con los directivos o representantes de la institución y que ellos brinden las condiciones adecuadas para desarrollar las actividades.

Cuando incluimos lo expresivo en las distintas áreas fomentamos nuevas miradas y escuchas sobre las experiencias laborales cotidianas, permitiendo que los trabajadores se apropien de sus historias y desarrollen sus habilidades expresivas, interpersonales, comunicativas. Movilizamos sus fortalezas para aumentar su autoestima y ayudarlos en la búsqueda de estrategias positivas de afrontamiento. La falta de este tipo de programas suele derivar en una mayor incidencia de somatizaciones, angustia y otros síntomas o afectaciones en los/as trabajadores/as.

Gustavo Barone

El marco apropiado es que estos espacios tengan regularidad y sean incluidos de forma definitiva en los procesos de los equipos. El marco debe ser específico y pensado para ofrecer un tiempo y espacio para la implementación de estas propuestas diseñadas para el cuidado del trabajador. Es muy importante el encuadre de estas actividades y que las direcciones y los encargados de los recursos humanos tomen conciencia de la importancia de implementar estos dispositivos de forma regular. Siempre se realiza si es demandado una devolución técnica y un informe desde lo psicosocial aportando elementos de ajuste y de sinergia de las organizaciones. El impacto de estas intervenciones es inmediato y cada vez que desarrollamos estos trabajos sea en los centros Caif, Escuelas, Centros de salud, Juntas de Drogas y organizaciones en general la devolución de los equipos técnicos es altamente positiva.

Liliana Silva

Cómo cuidamos... las instituciones también deben cuidar desde el reconocimiento... hay algo de esta tarea que hemos visto en estas jornadas, que también hacen al valor de estos encuentros: el hacer visible esta tarea.

Estoy de acuerdo con la necesidad de un compromiso integral de las instituciones educativas y de salud en este cuidado del cuidador. En este ámbito habría que trabajar hacia un cambio de concepción en relación al “reconocimiento” de la labor del que trabaja en forma directa con las poblaciones sufrientes. Este reconocimiento puede tener diferentes dimensiones, desde un plano más conceptual de reconocimiento a su función “humanizante” de un “otro”, desde el reconocimiento económico a espacios de visibilidad, de promover producción de saber a partir de la práctica, y también habilitando espacios de expresión, creación para los que cuidan como manera de cuidado y espacio de reencuentro. Los medios expresivos son una herramienta muy valiosa como vía para airear las instituciones, como un pulmón necesario para el equipo de trabajo, como grupo. Esto permite armonizar, generar una nueva mirada de sus compañeros de trabajo, ser parte, abre canales de encuentro, vías de comunicación más allá de lo verbal. Estos otros lenguajes del cuerpo, traen “lo universal”, lo que nos une como humanos, la comunión con el otro, más allá de todas las diferencias.

Graciela Barros

Si estoy en un lugar de dador, es fundamental tener un lugar de “nutrición” para que mi energía se recicle... y estar “nueva” cada vez.

Gustavo Barone, Somos sonido

Somos Sonido es una organización que promueve la salud, el arte y la educación, utilizando herramientas que combinan el movimiento, el sonido y la música, convergiendo con disciplinas que proceden del mundo académico como la psicología social, la sociología clínica y la musicoterapia, entre otras. Las líneas de trabajo enfatizan en la creatividad y lo expresivo, como puertas para la resolución de conflictos

y la potenciación de los equipos. Para cada instancia se diseñan estrategias y dispositivos específicos.

Rasia Friedler, Fundación SaludArte

Desde hace 15 años la Fundación SaludArte promueve la salud de la población uruguaya a través del arte y el humor. El Teatro Espontáneo es uno de sus recursos destacados para impulsar cambios hacia una sociedad más saludable y contribuir a mejorar la calidad de vida de personas y grupos expuestos a múltiples factores de riesgo, situaciones de estrés y vulnerabilidad.

Graciela Barros, Espacio de desarrollo armónico

El Espacio de desarrollo armónico Río Abierto – Uruguay está dirigido por Graciela Figueroa en Uruguay y en España. Esta escuela comienza hace más de 10 años en Argentina y hoy se encuentra en varios países del mundo.

Liliana Silva, Taller Malvín

El Taller Malvín (1962) desarrolla su actividad permanente dirigida a la Formación, Investigación y diseño de propuestas en el ámbito de la Expresión plástica y la Educación Artística. Debe su nombre al barrio Malvín, ya que allí comenzó su actividad con su fundadora: Mirta Nadal de Badaró, quien junto a Carmen Martín de Caprio fundan una matriz en el trabajo con niños y adolescentes en Talleres de Expresión Plástica. Hoy el equipo de docentes está integrado por artistas, talleristas, docentes y Psicólogos, coordinado por el Lic. Alvaro Fernández Garaza.