

**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO**

**FACULTAD DE PSICOLOGÍA**

**TALLER DE CAPACITACIÓN PARA IMPULSAR LA  
PARTICIPACIÓN COMUNITARIA EN EL DESARROLLO DE UNA  
LOCALIDAD URBANO MARGINADA  
CASO CHIMALHUACAN**

**REPORTE LABORAL  
PARA OBTENER EL TÍTULO DE LICENCIADO EN PSICOLOGIA**

**P R E S E N T A**

**MARIANO GONZÁLEZ PACHECO Y ALVA**

**DIRECTORA**

**MTRA. PATRICIA MERAZ RIOS**

**MÉXICO, D.F.**

**JUNIO 2006**



Universidad Nacional  
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

**Biblioteca Central**



**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**  
**Tesis Digitales**  
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**  
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

## ÍNDICE

INTRODUCCIÓN .....	3
I LA COMUNIDAD URBANO MARGINADA	
1. Características de las Comunidades Urbano Marginadas.....	15
2. Dinámica de las Comunidades Urbano Marginadas.....	23
3. Mujer, Familia y Comunidad.....	28
II PLANEACIÓN Y PARTICIPACIÓN COMUNITARIA	
1. La planeación participativa.....	37
2. El empoderamiento de las mujeres.....	43
III CAPACITACIÓN VIVENCIAL, UN INSTRUMENTO PARA EL CAMBIO	
1. La concepción de la intervención.....	54
2. El enfoque educativo.....	57
3. La elaboración de instrumentos .....	62
La carta descriptiva .....	63
El espacio .....	64
Ejercicios corporales.....	65
El juego .....	67
El cuestionario .....	69
IV EL CASO CHIMALHUACÁN	
1. Planteamiento del Problema .....	71
2. Características del Campo de trabajo .....	73
2.1 La infraestructura.....	73
2.2 La población .....	74
3. La propuesta .....	76

4. Desarrollo del Taller -----	78
Objetivo -----	78
Líneas temáticas -----	79
Estrategias generales -----	79
La carpa -----	80
El títere -----	81
La cédula de reflexión -----	82
Sesiones -----	83
Primera sesión -----	83
4.4.2 Segunda sesión -----	92
4.4.3 Tercera sesión -----	95
4.4.4. Cuarta sesión -----	98
4.4.5 Quinta sesión -----	101
V RESULTADOS-----	105
VI CONCLUSIONES-----	119
BIBLIOGRAFÍA -----	124
ANEXOS	
1. Carta descriptiva general -----	130
2. Carta descriptiva por sesiones-----	132
3. Carta compromiso -----	137
4. Cédula de reflexión-----	138
5. Ejercite la respiración-----	150
6. Cuento-----	151
7. Formato de agenda-----	156

## INTRODUCCIÓN

El desarrollo de una comunidad depende, entre otros factores, de su grado de integración. La integración comunitaria, algunas veces, surge de manera natural, esto es, se dan las condiciones que permiten la comunicación para el desarrollo de actividades “que impulsan el bien común”. Pero, igualmente, se pueden presentar condiciones que impiden la comunicación, lleven al aislamiento de las personas y resulta sumamente difícil realizar acciones que beneficien a la comunidad. (Montero, 2002)

Uno de los factores que obstaculiza la integración, y por lo tanto, el desarrollo comunitario es la pobreza. La presión de la pobreza urbana y la falta de herramientas para el desarrollo familiar, económico y comunitario, propicia procesos de deshumanización que desembocan en brotes de violencia intrafamiliar y urbana. El precario nivel socio-económico aunado a las situaciones de estrés y de exclusión, cada vez más comunes en las grandes urbes, así como la carencia de alternativas viables para el desarrollo personal, familiar y comunitario, revierten el sentido de vivir en la ciudad y la calidad de vida se va deteriorando. El aislamiento, la desconfianza, la falta de comunicación interpersonal y la inseguridad son algunos de los indicadores del deterioro en el desarrollo humano y, junto a éstos, la delincuencia se presenta como una opción fácil y rápida para alcanzar un bien.

La falta de comunicación dentro de la familia y entre los miembros de la comunidad tiene como resultado la evasión de los problemas; esta

situación no contribuye a la solución y sí incrementa las consecuencias indeseables.

El desarrollo de instrumentos o herramientas que contribuyan al bienestar de las comunidades urbanas es uno de los compromisos que se considera deben enfrentar quienes están interesados en la conducta humana y han tenido la oportunidad de trabajar para grupos sociales.

Es necesario capitalizar los conocimientos teóricos adquiridos con la conjunción de las aportaciones de las diferentes disciplinas que concurren a la práctica social para la solución de problemas; Antropología, Trabajo social, Pedagogía, Comunicación, Demografía, Sociología, Política, Urbanismo y Psicología son algunas de las disciplinas que concurren, necesariamente, en el desarrollo humano de las comunidades.

Para avanzar en el desarrollo comunitario, hay que aprovechar las experiencias y analizar sus resultados, no sólo coyunturalmente sino ubicando los fenómenos a partir de principios; esto nos permite desarrollar instrumentos, establecer metodologías y sistemas que podemos compartir, perfeccionar y aplicar con las adecuaciones necesarias para no partir de cero y así poder capitalizar mejor los recursos que resultan casi siempre insuficientes.

El trabajo que aquí se reporta, es una parte de la experiencia compartida con personas formadas en diferentes disciplinas que tienen en común la vocación de servicio social. Interesados en la construcción de un modelo de talleres como alternativas que alientan el desarrollo personal, familiar y comunitario para

prevenir y, en lo posible, corregir la problemática familiar y social de algunos de los sectores más vulnerables, para evitar la exclusión social y revertirla hacia la inclusión. Evitar la fragmentación comunitaria y fortalecer el tejido social, así como evitar el aislamiento, el individualismo y la desesperanza a través de fortalecer la autoestima, el desarrollo de capacidades y de oportunidades.

El proyecto está encaminado a desarrollar propuestas de intervención que permitan generar procesos de reflexión, conciencia y transformación personal, familiar y colectiva que propicien el desarrollo social integral y la cohesión social. Lo cual permite avanzar en promover una cultura de respeto e inclusión y conocer cada vez más a fondo la problemática que viven las personas, las familias y los grupos más vulnerables como son los niños, los adolescentes, los jóvenes, adultos mayores y las mujeres, quienes viven en situación de desventaja social.

Estos modelos se aplicaron en Chimalhuacán y en Los Reyes la Paz, Estado de México, en la conurbación con la Ciudad de México, ambas comunidades presentan diferentes indicadores que las ubican como zonas de extrema pobreza urbana y vulnerabilidad. La aplicación del modelo se inició en una de las escuelas de Chimalhuacán en donde existía un rechazo generalizado a cualquier intervención, por los conflictos generados en las luchas de poder librados por supuestos fraccionadores o “industriales de la invasión” que se convierten en verdaderos caciques urbanos. Estos sujetos fincan su poder en la necesidad y desesperanza de las personas que requieren un lugar en donde vivir. No solamente

contribuyen al desorden urbano y la corrupción de autoridades, sino que también provocan el rompimiento del tejido social y la indolencia para la participación comunitaria.

Posteriormente, el mismo modelo, con algunas adecuaciones, se aplicó en una zona del Municipio de Los Reyes la Paz, sin ninguna intención comparativa, solamente se respondió a una demanda de servicio lo cual permitió observar la solidez del modelo de intervención.

La convocatoria para la participación, del curso-taller, se realiza de manera abierta entre los padres de familia de escuelas primarias de la zona. La respuesta surge, primordialmente, por parte de las mujeres. Esta situación hace del modelo un instrumento para el empoderamiento de las mujeres. Fortalece la autoestima, su capacidad de desarrollo personal y de preparación hacia una mejor convivencia familiar y dentro de la comunidad; permite fomentar la capacidad de autogestión, así como la realización de su agenda personal, familiar y social. Se propician redes de confianza entre personas y grupos sociales para facilitar la atención de jóvenes e infantes víctimas de la violencia familiar y urbana. Esto permite poder enfrentar el aislamiento y combatir la deshumanización de barrios y ciudades y prevenir problemas sociales como las adicciones.

El proceso se inicia con la realización de visitas a escuelas, donde se dialoga con maestros y padres de familia, propiciándose la aceptación para iniciar con el taller de Desarrollo Integral, que es un taller de Inducción. Este taller se

lleva a cabo en una carpa blanca, la cual crea confianza, un espacio público neutral y especial para poder aminorar la fragmentación social y vencer al escepticismo; ofrece una sensación de intimidad, de respeto y calidad al curso que mejora la autoestima de los beneficiarios e invita a la reflexión. En la filosofía del taller se insiste en el respeto a la diversidad y en la inclusión.

Cada taller tiene una duración de 5 días. Se trabaja durante cuatro horas diarias, para hacer un total de 20 horas. Están diseñados para una asistencia entre 50 a 100 personas. Se trabaja simultáneamente con los hijos de los asistentes. Participan 3 talleristas y un auxiliar por cada 8 o 10 personas que asisten al taller, ya que es muy importante la atención personalizada. Este taller de inducción resulta clave para impactar en la comunidad. El taller mezcla técnicas participativas que permiten a los beneficiarios experimentar vivencias de reflexión, creación, convivencia y trabajo personal y colectivo, lo cual los lleva a poder elaborar su "Agenda Personal, Familiar y Comunitaria" y definir un Plan de Acción para cada uno de estos mismos niveles.

Se establece una analogía empírica, práctica, accesible y agradable, consistente en la elaboración de un juguete didáctico, en este caso, un títere o muñeco de peluche a través del cual se van ejemplificando los diferentes pasos de un proceso para la realización de un proyecto. Así, se muestran primero las ventajas de la planeación, una metodología y una ejecución, tomando en cuenta los distintos factores como el económico, el conceptual, el intercambio de experiencias y la elaboración del juguete. Nos apoyamos en la habilidad para las manualidades, consiguiendo una ventaja, ya que es una habilidad que han

desarrollado de manera casi natural, demostrándose así su capacidad para realizar proyectos concretos.

Durante el desarrollo de este taller, cada participante vierte información en una cédula de reflexión personal, lo cual nos permitirá tomar conciencia de la situación vivencial y de la posibilidad de cambio. Este instrumento es un elemento que nos permite conocer y evaluar simultáneamente el efecto que la intervención va teniendo en cada asistente y a su vez en la comunidad que integra el grupo participante.

Al final del taller, además de terminar el juguete, cada participante sabrá qué se necesita, cuánto cuestan y dónde se obtienen los materiales para hacer el mismo, pero sobre todo y lo más importante, habrá elaborado una agenda personal, otra familiar y la agenda comunitaria con sus respectivos planes de acción. Demandará otros cursos o talleres y será consciente de su capacidad de organización.

El grupo de trabajo, junto con otras organizaciones, acompañamos a los beneficiarios durante los siguientes 6 meses o un año para el buen logro de sus proyectos de gestión inteligente, y se ofrecen talleres de seguimiento temáticos sobre los aspectos que más les preocupan. Los talleres temáticos se imparten en un aula que proporciona la escuela acudiendo a grupos de interés, formados regularmente de 20 a 30 personas y sólo requieren del tallerista especializado en el tema.

Los avances concretos que se logren, especialmente en lo referente al plan de acción comunitario que se expresa en la realización de obras para la comunidad o de mejoras materiales en la escuela, con la colaboración de los participantes, consideramos, es la mejor forma de evaluación de nuestra intervención.

En el caso específico de Chimalhuacán en donde se inició la intervención en el año 2002, para esta fecha se tienen avances significativos: Se construyó un área de juegos para los niños, se habilitó un comedor comunitario; por otra parte con otra fundación se estableció un dispensario médico y se han realizado talleres temáticos específicos como son: *Orientación jurídica básica. Primeros auxilios. Orientación sexual. y Prevención de adicciones.*

El financiamiento se realiza con una mezcla de recursos formados por donativos y los fondos que se concursan en los programas de co -inversión social del Gobierno Federal, a través del Instituto Nacional de Desarrollo Social.

Estos talleres son realizados por la asociación civil México Ciudad Humana. Ésta es una organización filantrópica, no lucrativa, formada por personas que, sin distinción de ideologías o credos religiosos, aportan su creatividad, trabajo, conocimientos y experiencias, a fin de promover la convivencia armónica y prevenir conflictos humanos familiares y sociales. Quienes conforman esta organización cuentan con experiencias de trabajo en el entorno urbano especialmente en el área de desarrollo social.

Este esfuerzo se suma a muchos otros para crear una conciencia cívica y un espíritu de participación entre los habitantes de la ciudad con la finalidad de hacer o rescatar los espacios públicos y sean éstos un verdadero espacio de convivencia armónica y de concurrencia en los que cada cual asuma una actitud responsable. Todo esto, encaminado a fomentar una cultura de respeto a los derechos de todos y para todos, así como de influir en promover una mejor convivencia y de facilitar la cohesión entre los actores de la sociedad, como lo son las mujeres, los padres de familia, los maestros, los jóvenes, los niños y los ciudadanía en general.

Cada vez más personas viven en ciudades y zonas conurbanas en donde se dan múltiples oportunidades de interacción humana; pero también se enfrentan los grandes rezagos de la masificación y de la fragmentación social. Sólo la creatividad y la generosidad de los mismos habitantes de las ciudades, pueden generar un ambiente en el que prevalezcan los valores humanos, para construir una sociedad armónica y prevenir así la violencia urbana, la inseguridad y el conflicto.

Se busca que las ciudades se conviertan en espacios de convivencia y realización para sus habitantes y se propicie la atención e integración de personas y grupos que viven situaciones de desventaja social. Para esto se propone:

- Fomentar entre los habitantes de las ciudades, en especial de la Ciudad de México y su zona conturbada un sentido de participación, compromiso y arraigo.

- Generar un clima de convivencia que impulse el desarrollo personal, familiar y comunitario, basado en diferentes valores, principalmente, el respeto.
- Reforzar y articular las iniciativas ciudadanas y comunitarias que beneficien a los grupos y personas que viven en desventaja social.
- Fomentar una cultura de respeto y defensa de los derechos humanos especialmente de los niños y las niñas, mujeres, personas con alguna discapacidad, adultos mayores y los indígenas.
- Combatir los efectos de la marginalidad y prevenir conductas antisociales.
- Promover el equilibrio de las personas con su medio ambiente.
- Promover una cultura de humanización de las ciudades, compartiendo experiencias y proyectos con otras ciudades.

Para avanzar en las propuestas se han estructurado los siguientes programas:

- *Participación en foros y encuentros.* Promover entre quienes toman decisiones, academia, asociaciones y ciudadanía la conciencia sobre la importancia de la humanización de las ciudades, para prevenir los problemas que provoca la masificación como violencia e inseguridad social.
- *Intercambio de experiencias y redes de colaboración con otras organizaciones de la sociedad civil.* En aspectos de marginalidad urbana y atención de problemas como las adicciones, la violencia intra familiar o el cuidado de los niños.
- **Desarrollo integral de comunidades.** Promover y facilitar instrumentos para la transformación y el cambio personal, familiar y comunitario.

Dignificar a las personas, reconocer sus derechos y formas de convivencia familiar y comunitaria. Demostrar sus capacidades y poner en práctica métodos accesibles para la realización de proyectos.

- *Mujeres con fuerza.* Fomentar la autoestima y capacidad creadora de las mujeres a través de talleres en las comunidades y la formación de grupos de autoayuda o realización de proyectos de beneficio común como son los *Centros vecinales de atención infantil.*
- *Talleres de orientación personalizada.* Llevar a cabo talleres de desarrollo humano y comunicación que faciliten la asesoría a las personas en la solución de algunos problemas legales, de salud o psicológicos. Estos talleres son reforzados con la realización de jornadas integrales de atención y servicio a la comunidad.
- *Periódico Mejor Vida Mejor Familia.* Un medio dedicado a promover una cultura de convivencia basada en el respeto a los derechos humanos, motivar la superación personal y familiar e impulsar la participación comunitaria.

La estructura orgánica de la Asociación está conformada, básicamente, por un presidente, un director general, un coordinador operativo y una secretaria. Dependiendo de cada programa o proyecto, que consiga viabilidad, se suman los participantes específicos; promotores comunitarios, trabajadores sociales, educadores, instructores, talleristas, reporteros, promotores culturales, y conferencistas.

La Asociación es presidida por una Licenciada en Ciencias de la Comunicación, el director es pasante en la carrera de Psicología y la coordinación operativa está a cargo de una licenciada en Derecho. Así se conforma una base interdisciplinaria reforzada por los otros miembros de la asociación, con diferentes formaciones y visiones, lo cual permite enriquecer los programas en sus contenidos y ejecución.

De los programas antes mencionados, el de *Desarrollo Integral Comunitario* es posiblemente el de mayor relevancia y trascendencia. Este programa se convierte en el eje rector de otros programas como son el periódico, la formación de grupos de autoayuda y la realización de cursos y talleres. De los talleres desarrollados, es el *Taller de Desarrollo Integral Comunitario*; que aquí se reporta, la base o punto de arranque para poder sustentar obras, proyectos y trabajos en una zona determinada, con la participación comprometida y ordenada de los miembros de la comunidad.

Este modelo se ha venido aplicando desde el año 2000, pero recoge experiencias desde 1985, de diferentes trabajos llevados a cabo en diversas instituciones, en el ámbito del desarrollo social. En la coordinación de participación ciudadana en la delegación de Álvaro Obregón, el trabajo con los pobladores de colonias irregulares o en proceso de regularización, demostró la importancia de desarrollar modelos que permitan la injerencia ordenada de los beneficiarios directos de los programas de desarrollo social (autoconstrucción, mantenimiento de escuelas, mejora urbana y programas recreativos. Posteriormente fue en el Fondo de la Vivienda del ISSSTE y el INFONAVIT, donde se llevaron a cabo

trabajos relacionados con la organización vecinal. En el Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia DIF, en el área de asistencia y promoción comunitaria, es en donde existe una gran riqueza en la experiencia de los promotores comunitarios y en programas sencillos, pero muy trascendentes como las casas de cuidado diario, guarderías y comedores comunitarios.

La realización de algunos trabajos en Ciudad Nezahualcóyotl, que antecedieron la formación del Programa para la Mujer, ahora Instituto, ofreció la oportunidad de conocer y apreciar la labor e importancia de las mujeres como forjadoras, no sólo de sus familias, sino también de sus propias comunidades.

La revisión de las experiencias y la posibilidad de capitalizarlas fue una de las razones para la formación de México Ciudad Humana A.C., Asociación de la que el autor forma parte como socio fundador y actualmente director.

## **I. LA COMUNIDAD URBANO MARGINADA**

### **1. Características de las comunidades urbano marginadas**

El uso habitual de la palabra comunidad sirve para designar organizaciones sociales poco rígidas que surgen de unidades colectivas naturales como las vecindades, edificios multidepartamentales, áreas geográficas u otras bases de interés común entre las personas. Habitualmente tales unidades colectivas tienen poca o ninguna organización social extensa; sin embargo, de vez en cuando pueden desarrollar alguna organización temporal frente a una crisis o algún objetivo colectivo. A veces la organización es poco estricta e informal, haciéndose activa y formal solamente cuando se obliga a cumplir una meta específica. El tipo más sencillo de comunidad es el resultado de la proximidad física y de los intereses y valores comunes (McDavid y Harari, 1979).

Una comunidad, de acuerdo a la mayoría de los diccionarios, se define como un conjunto de personas vinculadas por características o intereses comunes. Bajo ese mismo tenor, urbanizar es considerado como la acción de convertir en poblado una porción de terreno; esto es, dotar de los bienes y servicios necesarios para el disfrute de una población. Marginar es poner o dejar a una persona o a un grupo en condiciones sociales de inferioridad. (Diccionario RAE, 2005).

Las características que conforman una comunidad pueden ser agrupadas en: a) elementos estructurales, conformados por los individuos y el ambiente físico

en el que están asentados y, b) funcionales lo que resulta del proceso de convivencia e interacción. (Montero, 2002).

Una comunidad la conforman individuos asociados , vinculados entre sí con características propias y diversas al mismo tiempo, que comparten un entorno donde conviven y en el cual interactúan. Estos elementos estructurales deben ser concebidos como parte de un sistema en el que conforman, al mismo tiempo, el escenario par el desarrollo de aspectos funcionales (Montero,2002)

La marginación es un fenómeno estructural que se origina en la modalidad, estilo o patrón histórico de desarrollo. En el proceso de crecimiento económico surge como expresión de la dificultad para propagar el progreso técnico en el conjunto de los sectores productivos. La marginación, socialmente, se expresa como persistente desigualdad en la participación de ciudadanos y grupos sociales en el proceso de desarrollo y el disfrute de sus beneficios (Conapo, 2000).

No obstante su carácter multidimensional, algunas de las formas e intensidades de la marginación socioeconómica pueden captarse sintéticamente como proporción de la población sin acceso a bienes y servicios básicos. Se trata, sin duda, de formas de exclusión que se gestan en el curso del proceso de desarrollo y cuya erradicación requiere de estrategias sistemáticas y continuas en el tiempo, orientadas a atacar tanto sus causas estructurales como sus manifestaciones.

El índice de marginación es una medida de déficit idónea para su incorporación en los sistemas de información geográfica, pues debido a que cada

unidad territorial es referenciable geográficamente puede proporcionar mapas de intensidad de las privaciones y relacionarlos con variables como la accesibilidad de los asentamientos, características geográficas de recursos naturales y condiciones de medio ambiente, entre otras variables cruciales para la formulación de estrategias y ejecución de programas específicos (Conapo, 2000).

Los indicadores comunes de la marginación se dimensionan tradicionalmente desde la educación, vivienda, dispersión de la población, ingresos, empleo y salud. Este último no aparece reportado en los informes específicos sobre marginación tanto del Consejo Nacional de Población (Conapo) como del Instituto Nacional de Estadística Geografía e Informática (INEGI).

En materia de educación, se utilizan como indicadores tradicionales el porcentaje de analfabetismo, seguido de la proporción de la población que ha terminado la instrucción básica o primaria. Y se marcan tres niveles de indicadores; a nivel estatal, municipal y por localidad.

La desigualdad en el interior de los municipios tiene consecuencias en, prácticamente, todos los órdenes de la vida social; por ejemplo, las menores oportunidades de participación en los asentamientos situados en la periferia contribuyen a generar corrientes migratorias hacia las localidades más consolidadas, donde los problemas se agudizan al no contar con la infraestructura, equipamiento, demanda de trabajo y oferta de servicios básicos suficientes. Con ello, las asimetrías del patrón de distribución territorial de la población característico del país se reproducen en el interior de los municipios. Por un lado,

una proporción significativa de la población y de los recursos económicos se concentra en las cabeceras municipales y asentamientos más consolidados, determinando con ello una menor incidencia de la marginación; por el otro, una proporción reducida de la población municipal reside en un mayor número de localidades pequeñas, con frecuencia aisladas, donde la incidencia de la marginación es mayor.

El carácter heterogéneo del poblamiento nacional y su asociación con la incidencia de la marginación no puede advertirse desde la perspectiva estatal o municipal. En consecuencia, la planeación del desarrollo requiere de medidas capaces de describir en forma sintética y sencilla las diferentes condiciones de vida que existen en el interior de los municipios. En particular, la ejecución de programas que tienen por objetivo reducir la desigualdad regional, aumentar las capacidades básicas y fortalecer la justicia distributiva, requieren de medidas objetivas que describan las diferencias en las oportunidades de participación que la población padece en los lugares donde vive (Conapo, 2005).

En resumen; una comunidad urbana marginada se define en el nivel descriptivo como los habitantes de la ciudad de origen nativo o migrante, que no tienen acceso a los niveles mínimos de bienestar en materia de nutrición, salud, educación y vivienda (Ponce de León, 1987).

Se suele pensar de los marginados como grupos carentes de todo poder. Esta consideración es una forma de neutralizar una situación, en la cual los desposeídos, los pobres, los excluidos y, en general, todos los grupos sociales

que no disfrutaran del poder estatuido, ni de las condiciones económicas dignas, son vistos como débiles, incapaces, privados de toda posibilidad de transformar su forma de vida (Montero, 2003).

En la marginación urbana sucede que, los indicadores tradicionales podrían acotar la característica de exclusión de la población de estas localidades, al existir cierto grado de urbanización, desarrollo de vivienda, incipiencia de servicios y niveles educativos que no necesariamente rayan en el analfabetismo. Medidos con los mismos indicadores, parecieran ser menos marginados que algunas poblaciones pobres en el medio rural. Sin embargo, esto no garantiza, necesariamente, un mejor nivel en la calidad de vida de las personas que se acercan a vivir en la periferia de las ciudades o que van siendo absorbidas por el crecimiento, expansivo y desordenado de las ciudades.

Los habitantes de los centros urbanos están expuestos, constantemente, a un cúmulo de satisfactores inalcanzables que contribuyen a la creación de nuevas necesidades. Esto se suma, a la voraz competencia en el comercio y el empleo, a los índices de inseguridad, de violencia, de ruido, etc., por mencionar, solamente, algunas de las características del crecimiento urbano desordenado que tiene como consecuencia, entre otras, el indeseable incremento en los niveles de estrés de sus habitantes (Ciudades Humanas, 2002).

Las contribuciones del PNUD, realizadas bajo el liderazgo de Mahbub ul Haq, y las importantes aportaciones de Amartya Sen, han llamado la atención de la comunidad internacional sobre la necesidad de construir consensos en torno a

la idea básica de que la generación de riqueza no es un fin en sí mismo, sino un medio privilegiado para impulsar el proceso conducente a la ampliación de opciones y capacidades de las personas en todas las esferas. De acuerdo con esta perspectiva, la posesión de bienes materiales o la satisfacción de los deseos del individuo no constituyen los ámbitos adecuados para medir y evaluar el bienestar. El espacio ideal para hacerlo es el de las capacidades para lograr aquello que los individuos valoran. En este marco, en diversos foros se ha propuesto que el objetivo principal de las políticas públicas es el de contribuir a mejorar la calidad de vida y el bienestar de la población mediante el diseño e instrumentación de programas encaminados a ampliar las capacidades y opciones de las personas y aprovechar todo su potencial (Sen, 2001).

Esta perspectiva reconoce que en todos los niveles de desarrollo hay algunas capacidades y opciones que son esenciales para que las personas participen en la sociedad, contribuyan a ella y se desarrollen plenamente. Algunas de estas capacidades básicas, sin las cuales muchas otras oportunidades permanecerían inaccesibles, son:

- la de permanecer vivo y gozar de una vida larga y saludable
- la de adquirir conocimientos, comunicarse y participar en la vida de la comunidad
- la de contar con acceso a los recursos necesarios para disfrutar de un nivel de vida digno, dentro de un marco de libertades y autonomía.

Algunas otras capacidades y opciones relevantes incluyen:

- la libertad política, económica, social y cultural
- la disponibilidad de oportunidades con fines productivos o de creación
- el respeto por sí mismo
- el ejercicio pleno de los derechos humanos
- la conciencia de pertenecer a una comunidad.

De acuerdo con esta perspectiva, el desarrollo humano no consiste solamente en contar con todas esas capacidades y ampliarlas permanentemente, sino también en procurarlas de manera productiva, equitativa, sustentable y participativa. Un desarrollo humano inequitativo y contrastante se refleja, entre otros aspectos, en comportamientos demográficos muy diferenciados. Diversos estudios revelan que factores demográficos tales como el crecimiento natural de la población, los niveles de fecundidad y la razón de dependencia demográfica guardan estrecha correspondencia con el grado de desarrollo humano alcanzado. Ello sugiere que la evolución demográfica de países como México dependa en buena medida de la ampliación de las libertades, capacidades y opciones de las personas y del control que tengan sobre las decisiones clave para configurar su destino. El desarrollo humano es una condición indispensable para garantizar que las personas ejerzan con plenitud sus derechos. A su vez, el disfrute de otras muchas libertades y derechos de ciudadanía social se ve favorecido por la expansión de las capacidades de las personas para cristalizar sus preferencias reproductivas. Preferencias que expresadas como un derecho, no simplemente

como un “instinto”, se convierten verdaderamente en el ejercicio de la libertad (Conapo, 2005). Contar con la información, tomar conciencia, llevar a cabo la decisión, y asumir el compromiso es una fórmula que incrementa la probabilidad de desarrollo pleno de las mujeres, la pareja, la familia y por ende, se contará con mejores elementos para el desarrollo de la comunidad.

Como se sabe, es difícil contar con una medida que capture adecuada e integralmente la compleja realidad que el paradigma del desarrollo humano busca aprehender. No obstante, el Índice de Desarrollo Humano (IDH) es una medida innovadora y útil que pone de manifiesto que el bienestar y el ingreso no son dimensiones equiparables. En esencia, se trata de un indicador compuesto, comparable internacionalmente, que combina: (i) la longevidad (medida mediante la esperanza de vida al nacer); (ii) el logro educacional (a través de la alfabetización de adultos y la matrícula combinada de varios niveles educativos); y (iii) el nivel de vida, mediante el PIB per cápita anual ajustado (paridad del poder adquisitivo en dólares).

Durante la última década ha surgido una amplia variedad de índices que buscan responder a las necesidades planteadas por las tareas de planeación del desarrollo económico y social. Ya hay, también, el Índice de Desarrollo de Género (IDG). En México, un indicador que ha sido ampliamente utilizado y ganado amplio reconocimiento y consenso es el de marginación, que es una medida de déficit y de intensidad de las privaciones y carencias de la población en dimensiones relativas a la educación, la vivienda y los ingresos monetarios. En contraste, el IDH es una medida de logros relativos respecto a un estándar de referencia.

## **2. Dinámica de las comunidades marginadas**

Los fenómenos de urbanización y crecimiento masivo de las ciudades y zonas metropolitanas son, sin duda, una de las características del mundo contemporáneo.

Tanto los migrantes como los nativos se asientan en terrenos de propiedad irregular mediante la invasión o compra-venta fraudulenta, ya sea en zonas urbanas o conurbanas, en donde construyen viviendas precarias o de pequeñas dimensiones. El asentamiento surge de manera desordenada carente de infraestructura y de servicios. La mayor parte de la población es desempleada o subempleada, con niveles educativos muy elementales; forman grupos humanos que sobreviven hacinados en un medio ambiente insalubre y agobiados por secuelas como: violencia, alcoholismo, drogadicción, promiscuidad, inseguridad, incertidumbre, etc. (Ponce de León, 1987).

Muy pronto, el 75% de la humanidad vivirá en zonas urbanas, que muy pocas veces nacieron sustentadas en procesos de planeación previos a su fundación y que tampoco han regulado su crecimiento. En nuestros días, las ciudades han perdido, en muchas ocasiones, la característica esencial de ser espacios de convivencia, creadores de oportunidades que brinden seguridad y servicios eficientes y esto es grave porque se afecta la vida de millones de personas y familias y en muchos casos el entorno ecológico y la sustentabilidad de regiones enteras (Ciudades Humanas, 2002).

México es un país donde se puede observar claramente la tendencia de la población al agrupamiento en las urbes. Con motivo del Día Mundial de la Población, el Consejo Nacional de Población (Conapo), dio a conocer un nuevo diagnóstico de la situación demográfica del país donde revela importantes tendencias; la población dejará de crecer, se hará cada vez más vieja y se concentrará cada vez más en las grandes metrópolis. Refiere que el acelerado proceso de urbanización ha concentrado a la población y ha incrementado la actividad económica en unas cuantas zonas metropolitanas. En 1950, había 84 ciudades en las que vivía uno de cada cuatro mexicanos. En 2005, hay 369 ciudades en las que viven 7 de cada 10 mexicanos (Reforma, 12 de julio 2005).

El funcionamiento mismo de las administraciones locales debido a su corto periodo y a la inexistencia del servicio civil de carrera, propicia que sus actividades estén más orientadas a alcanzar metas a corto plazo y vinculadas con el futuro político del presidente municipal, y su partido, que con metas vinculadas con la planeación local. Cabe aclarar que el servicio civil de carrera, si bien ha sido instaurado en algunas dependencias gubernamentales, esto no ha sido así en las administraciones municipales. La falta de visión y compromiso político de los funcionarios municipales, para con la planeación, inhibe de manera importante la participación democrática. Son muy comunes las prácticas clientelares para mantener contentos a los electores, sin importar contradecir los planes y programas existentes.

De forma paralela, existen pocos mecanismos para regular la actividad municipal. No existen castigos para las administraciones locales que promueven el

crecimiento irregular del territorio, ni tampoco existen alicientes para las administraciones locales que promueven un desarrollo planificado de su territorio. (Jiménez, 1999).

La concentración y crecimiento urbano desordenado produce, inevitablemente, el fenómeno de la marginación. La vivienda es la piedra angular del crecimiento y la concentración urbana. Algunas veces, importantes centros de trabajo o empleo se convierten en detonadores de la concentración de la población, si la ubicación de éstos se realiza de forma planeada y ordenada, deberá contemplar el desarrollo urbano colateral, privilegiando la vivienda para evitar el fenómeno de la marginación. Como desafortunadamente esto no sucede siempre así, paradójicamente, algunas veces los centros de trabajo como las concentraciones urbanas, se convierten en detonadores del fenómeno de la marginación (Ciudades Humanas, 2002).

La lucha por un espacio en donde vivir es una de las principales causas de lucha, Audrey, (1966) sugiere que el “imperativo territorial” es una fuente de motivación en la conducta humana. Argumenta que la responsabilidad y la lealtad familiar de los humanos, como de los animales inferiores, está firmemente unida a un territorio privado.

Es la vivienda la base patrimonial que otorga seguridad, certeza de futuro e incluso posibilidad de trascendencia y herencia para el cónyuge y los hijos, de ahí su enorme carácter motivador.

El empleo como otro de los factores primordiales en la consideración de la marginalidad, se manifiesta principalmente en el sector informal. El sector informal mantiene en el subempleo a los obreros que pierden su trabajo o no encuentran plaza en el sector formal. Los factores económicos expuestos han generado una transferencia de desempleados del campo a la ciudad, donde al no tener acceso al empleo en el sector formal, se unen a los desempleados y a los subempleados nativos. Estos hechos económicos condicionan diversos factores políticos que también intervienen en el fenómeno de la marginalidad (Ponce de León, 1987).

Las consecuencias inmediatas del subempleo son: la inestabilidad económica y social del trabajador, el desempeño de jornadas laborales excesivas o muy breves, los ingresos insuficientes y una oscilación permanente entre el subempleo y el desempleo abierto desempleo (Hernández Laos, 1980).

Los marginados son los sujetos idóneos para ser explotados por el sector informal: carecen de escolaridad y de un oficio calificado, son jóvenes, predominan las mujeres, tienen grandes necesidades básicas y no pertenecen a organizaciones gremiales o laborales que luchen por mejorar sus condiciones de trabajo (Ponce de León, 1987).

Cuando las personas cambian su entorno o su medio es modificado, de tal forma que se demanda mayor esfuerzo para conseguir, o no se obtienen, los satisfactores con los que se venía desarrollando, hay un notorio deterioro en la calidad de vida. Más aún cuando el cambio surge aunado a una expectativa de

“mejoría” que no siempre se consigue y por lo tanto hay una inmediata consecuencia expresada en frustración y algunas veces en aislamiento.

Desafortunadamente, algunas veces, la función amortiguadora de la familia desemboca en tolerancia y justificación de acciones de violencia intrafamiliar, lo que a su vez provoca consecuentemente un deterioro de este núcleo tan importante, sin producir ninguna acción benéfica al individuo que expresa su frustración.

El medio físico es un determinante primordial del medio social del individuo ya que define sus oportunidades de aprendizaje y de interacción social. Las condiciones del medio definen el tipo de experiencias mediante las cuales el hombre aprende sus hábitos, costumbres y valores (Mann, 1972).

Las condiciones materiales de vida determinan las características socioculturales de una comunidad: un grupo que comparte el medio ambiente físico de la marginalidad también interacciona social y culturalmente. Con la interacción se establece la comunicación y la transmisión de modelos, normas y valores culturales entre las personas, quienes se relacionan espontáneamente al saludarse, al ir al mercado o a la iglesia y al platicar sobre los problemas colectivos. No obstante la relación que se crea en el espacio compartido la población es heterogénea; está compuesta por migrantes y nativos que provienen de diferentes ambientes sociales y culturales, en consecuencia, suele existir una gran diversidad cultural en el asentamiento (Ponce de León, 1987).

Los marginados, en su mayoría, no asisten a la escuela o dejan sus estudios sin concluir debido a sus precarias condiciones de vida. Hay una correlación directa entre el grado de escolaridad y la ocupación del marginado: a menor escolaridad menores posibilidades de empleo. Se ha podido observar que la población marginal no siempre recibe los beneficios de la educación pública, debido en parte a una planeación educativa desvinculada de la realidad. Sin embargo, existen alternativas de capacitación que pueden permitir la aspiración de un desarrollo armónico. La calidad plurivalente de la educación, adquiere diferentes sentidos y permite obtener diferentes resultados, según los principios que la rijan, su concepción y forma de llevarla a la práctica en un medio determinado. Un proyecto educativo, no formal, diseñado adecuadamente, favorecerá el acceso natural de la gente y generará en ella el deseo de participación social. El carácter extraescolar, impulsa una dinámica que irradia a la familia y los diferentes lugares de reunión, porque la comunidad es un elemento clave en la acción educativa. Todo miembro de la comunidad, representa un recurso potencial, para el desarrollo (Ponce de León, 1987).

### **3. Mujer, Familia y Comunidad**

Existe la creencia, ampliamente difundida, que define a la mujer como el sexo débil. Crecemos con esa idea. Confundimos una aparente mayor fragilidad, con la carencia de fuerza física. La femineidad se maneja, durante la formación, con una permisividad mayor a la manifestación de emociones, siempre y cuando las expresiones de emotividad sean sutiles y discretas; por lo que más tarde, para algunas personas, la fuerza femenina se manifiesta atrayendo sutilmente lo que le

interesa y manteniéndolo cerca. La masculinidad, se manifiesta en la represión a la manifestación abierta de sentimientos y emociones. La diversa fuerza masculina normalmente se expresa en actividad, ya sea constructiva o de agresión (López Negrete, 2002).

En los países de Europa oriental, las labores pesadas del campo han sido ejecutadas casi exclusivamente por las mujeres desde hace cientos de años. Según estudios realizados por Hammer (1983), una mujer puede tener tanta fuerza en los músculos de las piernas como un hombre del mismo peso.

Es científicamente conocido que los aspectos bioquímicos femeninos son considerablemente más sofisticados y perfectos que los masculinos, lo cual se refleja, entre otros fenómenos, en que viven 8 años más; es decir, 15% más que los hombres. Según estudios publicados en *Science Digest* (septiembre 1982, p. 90), "El sistema inmunológico femenino es más fuerte que el de los hombres, debido a la protección extra de los genes en los cromosomas X contra las infecciones, tanto como a niveles más altos de globulina M. Los hombres son más susceptibles debido a que tienen un solo cromosoma X, mientras que las mujeres tienen dos, ellas tienen un respaldo. Si uno no funciona el otro se hará cargo."

En el nivel cognoscitivo, la revista *Psychology Today* (noviembre 1978, p. 59) nos confirma que las mujeres aprenden otros idiomas más fácilmente que los hombres.

Don Quijote de la Mancha, la inmortal novela escrita por Cervantes hace 400 años, nos obsequia, en el capítulo XLV de la segunda parte, un pasaje

referido fehacientemente a la fuerza física femenina: Siendo Sancho el gobernador de la ínsula en donde su sabiduría y justicia eran conocidas por todos, cierto día, entró en el juzgado una mujer, asida fuertemente de un hombre vestido de ganadero rico, a grandes voces demandaba justicia, acusando al hombre de haberla sorprendido en la mitad del campo y haberse aprovechado de su cuerpo por la fuerza. El acusado, negó haber usado la fuerza para estar con ella, pero después de un largo pleito, el juez Sancho ordenó al ganadero darle su dinero a la mujer, como pago por el posible daño. El hombre protestó, pero entregó el dinero. La mujer se fue feliz y, de inmediato, el juez Sancho instó al hombre a quitarle el dinero a la mujer por la fuerza, los resultados no se dejaron esperar: el hombre no sólo no le quitó el dinero a la mujer, sino que fue golpeado por ésta. Llamó nuevamente Sancho a juicio a las dos partes, ordenó a la mujer regresar el dinero, aclarándole que si hubiera defendido su honor con la misma fuerza y decisión que defendió el dinero, nunca hubiera sido tocada.

Las manifestaciones de fuerza física de las mujeres, no son asunto nuevo, como tampoco lo es el manejo inequitativo de las diferencias sexuales.

Analizando el aspecto de la resistencia física, es patente en nuestra civilización que la mujer resiste, injustamente, más horas de obligaciones en su ritmo de vida cotidiano. Antes y después de su trabajo realiza sus labores hogareñas, como son lavar, fregar, cocinar y cuidar a los hijos. Lo que se conoce como, “la doble jornada”, suele desempeñar distintas actividades durante 16 horas diarias, las labores hogareñas son de gran responsabilidad y esfuerzo aunque esto no siempre sea reconocido (López Negrete, 2002). El problema no es que las

mujeres tengan roles distintos, sino que se atribuya un valor inferior a estos roles comparados con los de los hombres. Lo que ubica a la mujer en una enorme e injusta desventaja.

Estadísticamente hablando, sabemos que existen, aproximadamente la misma cantidad de hombres que de mujeres, con una muy ligera tendencia al incremento de la población femenina a pesar de que se continúa registrando mayor número de nacimientos de varones, la causa; lo inevitable, mueren más hombres que mujeres, fenómeno del que conviene destacar la mayor longevidad en la mujer. Según datos del INEGI en 2005, en la zona metropolitana la esperanza de vida para los hombres es de 73.78 años mientras que para las mujeres es de 78.61 años. La proyección para el año 2010 estima una esperanza de vida en los hombres de 74.97 años y para las mujeres 79.7 años. Prácticamente se conserva, en la tendencia la diferencia que marca una mayor expectativa de vida para las mujeres.

Entre los roles, natural y socialmente asignados a la mujer, está el de ser el eje y puntal de la familia. La presencia del padre en la familia, es de gran importancia para la integración, pero la carencia de la madre, resulta prácticamente inconcebible para la consolidación familiar (Luna Parra, 2004).

Es la familia el grupo primario por excelencia, representa una situación social concreta que influencia directamente la conducta. En los grupos primarios, como la familia es donde se desarrollan fuertes lazos sentimentales y afectivos, los hábitos y valores individuales, se forman la mas de las veces en el seno de la

familia (Mann, 1972). El grupo humano en el que transcurre lo que llamamos nuestra vida privada, o sea, el círculo de nuestra familia y amigos personales, constituye también un sistema de control. Es en este círculo en el que un individuo tiene y desarrolla sus vínculos sociales más importantes. La aprobación o desaprobación, el prestigio o la pérdida del mismo, el ridículo o el desprecio en este grupo íntimo, tiene una importancia psicológica mucho mayor y de más trascendencia que el encontrar estas mismas reacciones en otra parte. Un hombre escoge a su esposa y a un buen amigo en actos de definición vital de sí mismo, estos van a ser el reflejo primario más importante en su imagen propia. En consecuencia cualquier alteración en estas relaciones, va a producir una alteración en el ser mismo (Berger,2001).

La familia es el principal núcleo de organización social. Las condiciones tradicionales de la familia se reflejan en fuertes roles sexistas; el padre es el jefe y puede hacer y pedir lo que le venga en gana; la mujer debe de ser sufrida y abnegada, pero fuerte y aguantadora (Lomnitz, 80), cualquiera de las cuatro características o rasgos resultan una desventaja; focalizar el trabajo comunitario hacia las mujeres, resulta ser una de las experiencias más enriquecedoras y trascendentes, es a partir del crecimiento de la mujer como persona que la intervención para el desarrollo comunitario podrá ser exitosa.

La familia en México ha sido la unidad social, más importante, incluso por encima de los individuos que la componen. La familia evoluciona y sin embargo se mantiene cohesionada. Es notorio el cambio en la tendencia de no continuidad de patrones por parte de la mujer; éste es uno de los fenómenos sociales de

nuestros tiempos (Díaz-Guerrero, 2003) La mujer participa, cada vez más, en la transformación social comunitaria, sin perder ascendencia al interior de la familia, con todo lo que esto implica en cuanto a sus roles de; madre, hija, pareja o compañera, nuera, vecina, trabajadora, etc. Apoyar a la mujer, es apoyar a la familia y, por ende, apoyar a la comunidad, siempre y cuando no se caiga en esquemas asistencialistas.

En el asistencialismo no hay responsabilidad, no hay decisión, sólo hay gestos que revelan pasividad y “domesticación”. Es esta falta de oportunidad para decidir y para participar responsablemente lo característico del asistencialismo que lleva en sus soluciones una contradicción en cuanto a la vocación del hombre a ser sujeto y a la democratización fundamental (Freire, 1970).

La responsabilidad, suele confundirse con un deber o algo impuesto desde el exterior. Pero la responsabilidad en su verdadero sentido, es un acto eternamente voluntario, constituye la respuesta a las necesidades, expresadas o no, de otro ser humano. Ser responsable significa tener la capacidad y estar dispuesto a responder (Fromm, 1974). Para la filósofa Simone Weil (1998) la responsabilidad es una de las necesidades fundamentales del alma y satisfacer esta necesidad, exige el tomar decisiones.

La responsabilidad es uno de los requerimientos fundamentales para el crecimiento del ser humano es, también, la capacidad de tomar decisiones en problemas grandes o pequeños que afecten intereses ajenos o propios, La

capacidad de asumir la consecuencia, por las decisiones tomadas. Lo cual necesariamente implica compromiso.

La responsabilidad es un hecho existencial. De ahí que ella no pueda ser incorporada al ser humano intelectual sino vivencialmente. Lo que se precisa es dar soluciones rápidas y seguras a los problemas más angustiosos. Lo que importa, realmente es ayudar a las personas a recuperarse. Hacerlas agentes de su propia recuperación, es ponerlos en una posición conscientemente crítica frente a sus problemas. (Freire, 1970)

Los grupos urbano marginados requieren, respeto y reconocimiento de la capacidad de los sujetos que los conforman, hacerlos sujetos de asistencialismo o elementos clientelares de partidos políticos es una actitud irresponsable. Coloca a los individuos ante expectativas de resultados ficticios que provocan apatía y frustración.

A nivel social una de las consecuencias de la frustración es el debilitamiento o rompimiento de redes sociales. Entre la persona y la comunidad está la familia como coraza o zona de amortiguamiento de los ajustes que surgen frente a este fenómeno. En una situación deseable, la familia proporcionará al individuo la seguridad necesaria para superar, en alguna medida, parte de sus frustraciones y procurar el reestablecimiento de redes sociales. Sin embargo, en ocasiones, hay una expresión de retraimiento y distanciamiento hacia la familia, la frustración social, desemboca en turbiedad en la comunicación, no hablamos de

incomunicación. Es imposible no comunicar (Watzlawick, 1997). La ausencia o silencio es conducta y toda conducta es comunicación.

Desafortunadamente, algunas veces, la función amortiguadora de la familia desemboca en tolerancia y justificación de acciones de violencia intrafamiliar, lo que, a su vez, provoca consecuentemente un deterioro de este núcleo tan importante, sin producir ninguna acción benéfica al individuo que expresa su frustración.

El medio físico es un determinante primordial del medio social del individuo ya que define sus oportunidades de aprendizaje y de interacción social. Las condiciones del medio definen el tipo de experiencias mediante las cuales el hombre aprende sus hábitos, costumbres y valores ( Mann,1972).

Zimemrman y Rappaport (1988), consideran que el sentido de fortalecimiento psicológico se desarrolla con mayor rapidez cuando se toma parte en actividades destinadas a influir en la toma de decisiones de políticas, cuando se establece un compromiso con otras personas, cuando se asumen más responsabilidades, cuando se impulsa la solución organizativa de problemas y la participación ciudadana.

Las condiciones materiales de vida determinan las características socioculturales de una comunidad: un grupo que comparte el medio ambiente físico de la marginalidad también interacciona social y culturalmente. Con la interacción se establece la comunicación y la transmisión de modelos, normas y valores culturales entre las personas, quienes se relacionan espontáneamente al

saludarse, al ir al mercado o a la iglesia y al platicar sobre los problemas colectivos. Aunque la población es heterogénea; está compuesta por migrantes y nativos que provienen de diferentes ambientes sociales y culturales, en consecuencia, suele existir una gran diversidad cultural en el asentamiento, esto no impide el que surjan las diferentes expresiones en los espacios que se comparten en la cotidianidad, especialmente con la presencia, acción e interacción de las mujeres (Luna Parra, 2002).

La mujer es el factor común o eje de enlace en la diversidad de las diferentes personas que componen una comunidad urbano marginada. No es simplemente un asunto de género. Cualquier descripción o fotografía muestra la presencia de la mujer en los diferentes ámbitos de la vida comunitaria. Presencia que permite participación y muestra compromiso por el arraigo y desarrollo motivado en su familia, extendido, la más de las veces, a su comunidad pero que desafortunadamente parten de un menosprecio de sí mismas, de una actitud crónica de postergación a la atención a sí mismas (Luna Parra, 2004).

Valorar la participación de la mujer en el desarrollo comunitario obliga, primordialmente, a su fortalecimiento como personas únicas, irrepetibles, indispensables, generadoras de vida y de riqueza, eje y sustento de la familia. De ahí la importancia del esquema de agenda y plan de acción que va de lo individual a lo familiar, para poder culminar en lo comunitario.

## II PLANEACION Y PARTICIPACIÓN COMUNITARIA

### 1. La Planeación Participativa

La planeación en México no tiene el éxito deseado. Sus planteamientos se ven persistentemente modificados o ignorados. Y esto se debe, en gran medida a que no se involucra a la población en el diseño de instrumentos de planeación. No se practica el consenso social y, por lo tanto, no existe compromiso, ni por parte de la sociedad, ni por parte de las instituciones, de cumplir con sus lineamientos. (Jiménez, 1999). Involucrar a la población en los planes de gobierno, es un mandato necesario para hacer valer planes y programas de gobierno independientemente de los cambios de las personas que conforman las administraciones gubernamentales. Si tomamos en cuenta que nuestra administración central es por períodos de seis años en los que hay continuos cambios de funcionarios en los diferentes sectores y éstos son, la más de las veces, al margen de planes y programas, la continuidad de los programas queda siempre a juicio del nuevo "responsable"

En el caso de las administraciones municipales, el período de duración es por solo tres años, o sea que el riesgo de cambios en planes y programas es aún mayor que en el de los grandes programas a nivel federal. Sin embargo, en las administraciones locales, por sus características, les es más probable el poder estar cerca de sus gobernados, escucharles y permitir su participación. Ésta circunstancia, no garantiza ni la participación social, ni el compromiso institucional. Es necesario desarrollar la cultura política de la participación ciudadana, basada

en métodos y sistemas que proporcionen orden y congruencia a la participación. Así mismo, comprometer la continuidad, compromiso y actitud de todos los actores sociales (PND, 2001).

Planeación participativa es una metodología de trabajo que sirve para elaborar alternativas de solución a problemáticas específicas, modificar una realidad determinada, rescatando el conocimiento popular (Alvarado,1995). Para un auténtico cambio social es indispensable la participación de la población.

Cualquier tipo de acción dirigida a mantener o mejorar la calidad de vida en la comunidad es una responsabilidad compartida entre sociedad y autoridades. Es por eso que la planeación urbana participativa es un proceso de interacción entre sociedad y gobierno dirigido a establecer las líneas de acción a seguir sobre una problemática específica de la comunidad, el municipio y la ciudad, en donde ambas partes tienen que actuar buscando la identificación de problemas, las bases de la concertación de intereses, el diseño general de las propuestas y las formas de ponerlas en práctica, teniendo siempre como referente la viabilidad financiera de las propuestas, la disponibilidad de recursos, el marco jurídico vigente y las políticas públicas de desarrollo (Alvarado, 1995).

El modelo de Planeación Participativa permite que la comunidad utilice efectivamente sus fortalezas con el objeto de aprovecharse de sus oportunidades y reducir el impacto de las trabas y objeciones, lo cual facilita el alcance de sus objetivos. Las administraciones locales son más conducentes a la planeación

participativa y democrática que los otros niveles de gobierno, el estatal y el federal, ya que es localmente en donde se establecen las relaciones más cercanas entre la administración y la sociedad ( Ziccardi, 1996).

Para la teoría de la planeación, los medios son los caminos o cursos de acción que pueden utilizarse para la consecución de lo que se desea. Mientras más medios se conozcan, mayores son las posibilidades de alcanzar eficaz y eficientemente lo deseado a través de una selección adecuada de los más convenientes.

Uno de los medios más poderosos es la participación de la población de una manera organizada y conciente de sus posibilidades. Esta participación difícilmente podrá lograrse sin una adecuada promoción. La promoción social debe propiciar, deliberadamente, los conocimientos, habilidades o destrezas valores y actitudes necesarias para que el grupo alcance los objetivos deseados y debe prever una conciencia real de los problemas para que, efectivamente, se plantee el deseo de progresar.

En la planeación participativa es necesario estar conciente de las capacidades y limitaciones del grupo. Saber con qué medios realmente se cuenta, para poder determinar lo que se puede hacer para que la comunidad responda a las necesidades. Es una fase importante de la planeación, ya que permite al grupo estar conciente de las posibilidades y exigencias para progresar y aproximarse al futuro deseado. Los medios configuran lo que se puede hacer en caminos o

programas de acción que inciden directa o indirectamente en el desarrollo de la comunidad (García Maldonado,1994).

La carencia en la formación de los funcionarios municipales de la planeación democrática, es un aspecto que influye de manera determinante en la ausencia de la participación social en la planeación. Los funcionarios no conocen las técnicas para poder alentar la participación social, llegar a consensos sociales e incorporar las propuestas colectivas a los planes y programas (Jiménez ,1999). Ésta es una de las circunstancias que debe estar presente en la promoción de cualquier programa que contenga el interés de la participación social.

La participación de profesores, investigadores, alumnos y diferentes especialistas de la UNAM en los procesos de desarrollo de algunas colonias, en el Distrito Federal ha sido una experiencia enriquecedora, pero lo más valioso es que se incluyó a las comunidades locales con metodologías participativas. Esto desató un rico y riguroso proceso de producción de conocimientos sobre la vida de quienes habitan en estos espacios locales, lo cual permitió plantear propuestas urbanas técnicamente fundadas y que contaran con el aval de la población (Ziccardi, 2003).

En el Programa Nacional de Desarrollo de 2001 - 2006, se contempla el Sistema de Planeación Participativa apuntando en sus postulados iniciales los siguientes conceptos:

La planeación participativa es un imperativo. Sin ella, las acciones de cualquier gobierno en cualquier nivel se perderían en actos deshilvanados, sin

armonía y complementación. La sociedad no tendría un punto de referencia al cual acudir para darle orden y sentido a sus propias iniciativas. La planeación no debe ser más un estéril ejercicio retórico ni tampoco una acción estatista que sustituya a la sociedad e inhiba su creatividad. Debe permitir la atención eficaz de las prioridades que democráticamente se han propuesto. Hablamos de un esfuerzo de previsión, de racionalidad, de orden, de coordinación y, sobre todo, de un gran trabajo de conciliación: entre los intereses de los individuos y los de la sociedad; entre las opiniones de los especialistas y las del ciudadano que sabe mejor cuáles son sus necesidades inmediatas; entre la experiencia y el sentido innovador; entre el pasado y el futuro.

Se hace necesario no actuar solamente ante la coyuntura, sino procurar una visión a mediano y largo plazo a fin de que no se trate solo de resolver urgencias, perdiendo de vista lo importante. La participación organizada de la población impulsará un proceso de definición, concertación, seguimiento y evaluación de las políticas y acciones. Esta participación, permite establecer un sistema que, además de integrar la opinión y participación ciudadana para la elaboración y evaluación de planes y programas, sea garante, hasta cierto punto, de su ejecución y continuidad, a pesar de los cambios de autoridades.

Si en la currícula de los profesionistas que ocuparán puestos en la administración local, estatal o nacional, se incluyera el conocimiento más profundo de la participación social en la planeación y se hiciera énfasis en su importancia para que la planeación tuviera más probabilidades de ser respetada, es posible

que empezara a cambiar la situación. Es posible que se pudiera experimentar por primera vez con una verdadera planeación participativa (Jiménez, 1999).

Para tener certidumbre de que los programas y proyectos están cumpliendo con las demandas de la sociedad y con los objetivos y metas que requiere el desarrollo social., es necesario construir una cultura de la información dentro de la administración pública para promover la seriedad y objetividad en la difusión de información sobre los resultados de la administración pública; crear un sistema de capacitación y de adopción de las herramientas adecuadas para desarrollar funciones y procesos. Un gobierno bien informado e internamente comunicado está mejor preparado para detectar oportunidades y retos, lo que le permite actuar de manera eficaz y en coherencia con los objetivos y metas de sus programas. La claridad en metas y objetivos, junto con la amplia disponibilidad de información tanto en el seno del propio gobierno como para la sociedad, permiten establecer una relación sistemática y transparente entre el gobierno y los ciudadanos para efectuar el seguimiento y la evaluación del desempeño de las entidades que conforman la administración pública y de sus funcionarios (PND, 2001).

Es necesario regresar a la integralidad del desarrollo con un concepto amplio de desarrollo sustentable, poniendo gran énfasis en la acción de los actores de los procesos participativos y de coordinación. Movilizar y organizar a los actores es un mandato ineludible. La retroalimentación recurrente entre la profundización de los procesos y la consolidación de los productos alcanzados en el corto y mediano plazo, con la planeación participativa, puede ser uno de los mejores alicientes para la acción coordinada que requieren la metas más

ambiciosas y de largo plazo. El sentido de la planeación debe de ser ascendente (de abajo hacia arriba) incorporándose a la planeación tradicional (de arriba hacia abajo), una vez integradas las dos direcciones se toman iniciativas y se ocupan los espacios (Ferreira, 2000).

## **2. El empoderamiento de las mujeres**

El concepto de empoderamiento, acuñado por la teoría feminista, a partir de la década de 1980, se trata de que las mujeres, individual y colectivamente, tomen control de sus propias vidas, se reconozcan sus logros y capacidades, se desarrollen sus habilidades, definan sus propias agendas, se organicen para ayudarse mutuamente y se les posibilite el acceso a recursos, oportunidades y a la toma de decisiones. (Lagarde,1996), (PNUD,2005).

El término de empoderamiento es muy cuestionado por los rigurosos del lenguaje, tiene su origen en el concepto de poder. De acuerdo a los diccionarios el poder es: autoridad, dominio, facultad e imperio que uno tiene para mandar o ejecutar una cosa (Diccionario de la RAE, 2005).

El concepto de poder es, desde su origen, uno de los pilares fundamentales de la política, sobre todo si consideramos que es en la política el campo donde, por excelencia, una sociedad determina las relaciones de poder entre individuos y grupos. Francisco Acevedo (2005) en una aproximación de los conceptos poder y empoderamiento, refiere la propuesta de Foucault (1979), acerca del concepto del poder en la que destaca a:

- N. Maquiavelo: el poder como atributo del soberano entendido como el gobernante de un estado
- K. Marx: el poder como un atributo de las clases sociales dominantes
- M. Weber: el poder como dones de la autoridad y la legitimidad encarnada en el individuo gobernante
- A. Gramsci: el poder como hegemonía, entendiendo la hegemonía como autoridad en un sentido antes, social-clasista que individual

Para Foucault el debate acerca del poder se movía a grandes trazos en dos ejes:

- a) la cualidad dinámica o estática del poder
- b) La cualidad esencial (ausencia/presencia) o gradual (mayor/menor) del poder. De este punto se desprende adicionalmente la ubicuidad del poder.

Sentados tales parámetros, Foucault propone el poder como un aspecto presente en todas las relaciones sociales y asimismo como una capacidad de individuos y grupos.

Basado en el análisis de Foucault acerca del poder, y a pesar de que el autor no profundiza en las relaciones de género, ni maneja el término empoderamiento, podemos tener una mejor comprensión de las relaciones sociales de género por el ejercicio del poder, que otorga a la mujer la capacidad de realizar sus objetivos e intereses.

Cuando se utiliza este término no podemos dejar de insistir en la inconveniencia de su uso. Es una traducción de "empowerment" que deriva, a su

vez, de "power". Este último significa "poder", pero también "fuerza". Y es por eso, que sería bueno comenzar a reemplazar "empoderamiento" por "fortalecimiento" de las mujeres. Los términos en general no son nunca inocentes ni dejan de reflejar antecedentes y consecuentes. Empoderarse conlleva la idea de una apropiación del poder, de una participación en el poder. Y surgen las preguntas: ¿qué poder?, ¿el poder que ejercen quienes pueden hacer que otros y otras hagan lo que quieren quienes tienen ese poder?. Es decir, ¿del poder de dominación?, ¿o, por el contrario, lo que se busca es la fortaleza para enfrentar ese poder de dominación?. Otra cosa muy distinta es buscar el poder como decisión. Pero este tipo de poder sólo se alcanza si se está fortalecido. Por eso decimos que las mujeres deben fortalecerse y no empoderarse (Habichain, 2003).

Si partimos de la doble constatación de que a hombres y a mujeres no les afecta del mismo modo el medio ambiente urbano; aunque a las mujeres se las excluye constantemente de los procesos de decisión, son ellas las que más se preocupan por cambiar tanto el medio ambiente de sus ciudades como su posición y rol en las estrategias que se desarrollan (Hainard y Verschord, 2001).

Las mujeres son la mitad de la población y madres de la otra mitad de la humanidad. Esto es; su influencia, importancia y trascendencia, se da no solamente por un valor que surge de un simple criterio estadístico, si no por la clara injerencia que tienen en la formación y desarrollo en su vida en pareja, en la conformación familiar y en el desarrollo de la comunidad. En un mayor abundamiento sobre la influencia que tiene la mujer en el desarrollo social y específicamente, en los procesos educativos en nuestro país, es importante

observar también que, el 60% del magisterio nacional esta conformado por mujeres (Luna Parra, 2004).

Sabemos que el cambio de los patrones culturales no es un suceso mágico y de adaptación, por el simple cambio de condiciones y circunstancias, es una modificación paulatina, una lucha constante del poco a poco, ir venciendo resistencias, insistir sobre las bondades que la modificación de actitudes y conducta ofrecen para el bien común.

El propósito del empoderamiento es liberar a las personas, a las organizaciones y a las instituciones del control riguroso ejercido por medio de instrucciones y órdenes, y proporcionar la libertad y la capacidad para responsabilizarse de ideas, de planificaciones y de acciones, liberando de este modo recursos escondidos que de otro modo serían inaccesibles (Revista Global, 2001).

El empoderamiento proporciona, también, un mayor espacio a las personas para que utilicen sus habilidades, animándolas y permitiéndoles que tomen las decisiones que más se aproximan al punto de impactos sobre el que se desea actuar. El empoderamiento es una aproximación válida para mejorar la efectividad de las personas que se encuentran más cerca a un problema, cuando este debe ser solucionado por aquellas personas, cuyas necesidades deben satisfacerse ya que, la más de las veces, son más capaces de evaluar y analizar el problema, de juzgar las soluciones y también de tomar decisiones sobre las opciones posibles. (Heyzer, 2003).

El empoderamiento se basa en:(Revista Global, 2001)

- La competencia, la habilidad para trabajar bajo una supervisión mínima. Tener la capacidad y ser competente es tener la posibilidad de actuar sin la estrecha dependencia de la opinión de otros, lo que fortalece y demuestra la confianza.
- La confianza; una actitud que implica aceptación y certeza de aquello sobre lo que se va actuar, no necesariamente saberse infalible, la confianza conlleva la posibilidad de cometer errores, y que estos pueden ser enmendados.
- El trabajo en equipo; reconocer las propias habilidades, así como las limitaciones, va de la mano del reconocimiento de las habilidades y limitaciones de las personas con las que compartimos nuestros proyectos. No para la autocomplacencia, ni la crítica, sino para la complementaridad del grupo, no estamos solos ni somos plenamente autosuficientes. La función de la discusión en grupo es principalmente informativa, enseña a los individuos como ser arriesgados en el caso de una tarea concreta presente, da especificidad a este valor. Es la información acerca de las respuestas de otras personas la que determina que los individuos se inclinen por el riesgo mayor después de la discusión en grupo. Las decisiones tomadas en equipo son más cautas que las decisiones tomadas individualmente (Brown,1972).
- El conocimiento y las habilidades prácticas; tomar conciencia de lo que sabemos, cuales son nuestros deberes, nuestra disposición y sobre todo

como y para que, podemos utilizarlas. Es uno de los aspectos que da mayor implicación pragmática a nuestros repertorios

- La eficiencia; la relación entre el esfuerzo invertido y el resultado logrado, cobra importancia para alcanzar un sentimiento o sensación de, seguridad y fuerza que permite tomar conciencia de la capacidad de productividad.

Las ventajas del empoderamiento de las mujeres no sólo tienen que ver con la justicia y con los derechos de las mujeres a recibir igual trato y oportunidades, sino que también se refieren a una eficiente puesta en práctica del proceso de desarrollo.

El empoderamiento de las mujeres puede:

- Acelerar la toma de decisiones; considerando que se trata de un proceso de selección de acciones, ante alternativas. Hay dos tipos de decisiones; las que se dan por sí solas y , las que resultan como producto de un proceso de análisis, basado en valores y percepciones de quién toma la decisión La toma de decisiones es una destreza que puede ser aprendida. Las decisiones que excluyan a la mitad de la población de los procesos políticos ofrecen poca esperanza de lograr un futuro seguro y exitoso libre de violencia (Heyzer, 2003).
- Aportar/ampliar la motivación y el compromiso; La experiencia demuestra que una manera segura de lograr el consenso y

compromisos necesarios para crear y mantener el interés en algún proyecto de trascendencia, es incluir a la mujer en todo el proceso. Esta aseveración consideramos, es válida, a otros niveles de participación y desarrollo comunitario. Las mujeres adoptan más fácilmente la perspectiva de colaboración necesaria para superar las barreras éticas, religiosas, tribiales y políticas. Sin embargo, necesitan apoyo para traducir su experiencia pragmática en participación activa (Heyzer, 2003).

- Crear/ampliar el sentido de pertenencia al proceso de desarrollo; Participar en un proceso desde su planeación, realización, ajustes o modificaciones es una de las mejores formas de saberse perteneciente a algo y ese algo al que pertenecemos es, principalmente, en lo que participamos, de tal manera que fortalecer a las personas para lograr impulsar su participación en algún proyecto, tiene también como consecuencia el sentido de arraigo y de pertenencia tanto al proyecto mismo como a los logros que de él resulten.
- Proporcionar un sentido de logro a las personas, organizaciones e instituciones; La participación en los proyectos o programas a los que concurren otras instancias más amplias pero, algunas veces, menos tangibles como pueden ser las instituciones permite la común - unión en el logro alcanzado con lo que se amplía el sentido de pertenencia y se incrementa el fortalecimiento.

- Aumentar el número de oportunidades para una mayor participación en la planificación, en la resolución de problemas, en la puesta en práctica, control y seguimiento; El resultado más o menos exitoso, tendrá, por principio, que incrementar las probabilidades de que el hecho se repita, por lo que es importante plantear metas menos ambiciosas, con la finalidad de que estas sean alcanzadas, se conviertan en motivación y eviten la frustración.
- Utilizar de forma óptima los recursos en el proceso de desarrollo. Si utilizamos correctamente el más valioso de los recursos, el recurso humano, estaremos en el principio de la verdadera optimización de los ingredientes necesarios para avanzar en el desarrollo.

El empoderamiento es el proceso por el que las mujeres, adquieren el conocimiento, las habilidades y la actitud correcta para analizar críticamente sus propias situaciones y dar los pasos adecuados para mejorarlas. Este proceso sólo puede tener lugar en un contexto cultural que permita reconsiderar valores de la sociedad entendidos como un todo. El empoderamiento es un proceso que va de lo individual a lo colectivo y que está profundamente vinculado a las relaciones de poder entre ambos géneros (Revista Global, 2001).

La cultura cuenta con sus propios mecanismos incrustados en ella para generar profecías auto realizadoras: Las expectativas sociales generan prácticas educativas que producen una conducta que da validez a las expectativas sociales,

generación tras generación. Se trata de un círculo vicioso del que quisieran verse libres las mujeres modernas (Call,1972; citado en Mc David,1979).

Parte de las resistencias hacia el cambio, están sin duda expresadas en el ascendido machismo que, pretende defenderse de lo que se considera como embates del hembrismo. Ambas actitudes extremas no solo no favorecen, sino que entorpecen el desarrollo sano de la persona, el crecimiento de la pareja, la consolidación de la familia y el progreso comunitario.

La investigadora del Centro Internacional de Estudios de la Mujer (ICRW, por sus siglas en inglés) Rao Gupta G. (2001), menciona dos falsas creencias acerca de los cambios inherentes al nuevo rol que vienen jugando las mujeres. Primero, pretender que el empoderamiento de las mujeres resta poder a los hombres. No es verdad. Empoderar a las mujeres no es un juego de aritmética. El poder no es un concepto finito. Mayor poder para uno o una significa, a largo plazo, mayor poder para todos y todas. Al empoderarse las mujeres se empoderan hogares, comunidades, naciones enteras. La segunda falsa creencia es el miedo a que el cambio de los roles de género para equilibrar el peso del poder, entre en conflicto con los valores de la diversidad y de la pluralidad cultural. De hecho, al cambiar los roles de género, lo que se altera no es la cultura de una sociedad sino sus costumbres y sus prácticas, las cuales se basan en una interpretación de la cultura.

No hay que caer en la trampa de que poseer el poder es sinónimo de liberación. Falso. La historia esta plagada de casos en que la lucha por el poder,

solamente ha llevado a la destrucción. El poder es una tentación que innumerables veces ha llevado a la perdición y el extravío de quien lo posee. Ver al otro como enemigo, de quien hay que liberarse, a quien hay que someter, va contra la naturaleza del ser humano que necesita del otro para llevar a buen término cualquier empresa, y mucho más para ser feliz. Es la relación de amor entre los seres humanos la única que nos satisface plenamente.

Hay otra forma de entender el “poder”, que es la más peligrosa de todas. Su planteamiento es distinto. Crece de la convicción de que el ser humano es un ser para el amor, y es siempre vulnerable a esta experiencia. La esposa que acepta reconciliarse con un marido que le ha sido infiel, o la madre que pone en juego su vida para salvar la del hijo que aún lleva en su seno, detentarán un poder invisible pero eterno sobre el corazón de su marido y de su hijo. Esta forma de poder sobre el otro es silenciosa, no articula discursos, ni necesita pregonar sus beneficios en mítines públicos; su mejor marketing le viene de los hechos concretos. El hombre o la mujer son realmente poderosos no cuando buscan la conquista del poder a cualquier precio, sino cuando aprenden a amar. (García, N. 2005).

Los indicadores de empoderamiento son la construcción de una imagen propia positiva y la auto confianza, el desarrollo de la capacidad de pensar en forma crítica, el fomento de la cohesión del grupo y de la toma de decisiones y la acción. Por lo tanto, el empoderamiento consiste tanto en los cambios individuales como en la acción colectiva. En otras palabras, el empoderamiento se trata de que las mujeres, individual y colectivamente, toman control de sus propias vidas, fijan sus propias prioridades, se organizan para ayudarse

mutuamente y hacen demandas para el apoyo del Estado y cambios en la sociedad (Trista, 2000).

### **III CAPACITACIÓN VIVENCIAL: UN INSTRUMENTO PARA EL CAMBIO**

#### **1. La concepción de la intervención**

Un fenómeno urbano, como tantos otros, puede ser abordado con un enfoque cuantitativo o cualitativo. En el primer caso, basaríamos la intervención en una recolección de datos y un análisis estadístico para poder establecer patrones de comportamiento. En el enfoque cualitativo, se utiliza la recolección de datos sin mediación numérica para descubrir o afinar preguntas de investigación y puede o no probar hipótesis en su proceso de interpretación. (Sampieri, Fernández, Baptista, 2003). Puede llegar a utilizarse un proceso mixto o en el que predomine uno de los enfoques.

Otro enfoque de carácter metodológico es el de la investigación vinculada a la acción. El término procede de la denominación “action-research”, propuesto por Kurt Lewin en Estados Unidos en los años 40. Fue en esa misma época y en ese mismo país donde se desarrollaron los análisis de la célebre escuela de Chicago, que aportó importantes elementos sobre los estudios cuantitativos, el compromiso de los investigadores y la investigación participativa. En América Latina, la “investigación-acción”, cobra especial relevancia con los trabajos de Pablo Freire (1969) en la alfabetización de adultos que se divulgaron, ampliamente, en los años setenta. La investigación-acción pertenece a una práctica precisa de la construcción de conocimientos que preconiza la interrelación entre el conocimiento y la acción sobre el terreno. La exigencia en esta interrelación puede llegar al compromiso ético e

incluso político y no solo depende de una elección del “investigador-actor” sino también de los orígenes histórico culturales de la intervención con la que se adhiere, desde el empirismo experimental hasta el compromiso militante (Hainard y Verschurd, 2001).

El aprovechamiento y adecuación de experiencias, así como el desarrollo de instrumentos utilizados y probados en situaciones similares, puede resultar altamente redituable ante la necesidad de influir en procesos sociales o de modificar diversos aspectos de la problemática que se estudia. Involucrar diferentes agentes, comprometidos con las causas populares para desarrollar métodos que alcancen en forma más directa a diferentes ciencias sociales en la solución de los problemas, esto es la aplicación del método de la investigación – acción (Rojas, 2001). En síntesis, responder a la necesidad de influir en diversos aspectos de la vida comunitaria en donde la participación activa de la población, conforma una de las partes más importantes del modelo.

Otra de las formas comunes de abordar los fenómenos sociales es el estudio piloto. Un estudio piloto es un estudio previo al estudio final. Para llevarlo a cabo no necesariamente se debe de contar con el conocimiento de las variables que se van a controlar, tampoco conocer de otros elementos importantes como el número de participantes o tamaño de la muestra, los instrumentos que habrán de utilizarse son; cuestionarios abiertos, entrevistas no estructuradas, observación libre y trabajo inicial con un grupo pequeño (Pick y López, 1982).

El análisis de los fenómenos sociales será más objetivo y preciso si los agentes se apoyan en los enfoques de diferentes disciplinas sociales, o bien, relacionadas con ellas. Si el objeto y sujeto de la investigación social es el hombre, su estudio no puede ser patrimonio de una sola disciplina, sino que requiere del concurso de diferentes profesiones que permitan con sus respectivos enfoques y herramientas teórico – metodológicas un análisis más completo y consistente de los problemas (Rojas, 2001).

Las consideraciones anteriores indican la posibilidad de llevar a cabo una intervención, primordialmente de carácter cualitativo, con las características de un estudio piloto.

En muchas ocasiones, no es posible probar una hipótesis utilizando la información que se obtiene por medio de los procedimientos tradicionales, pues la complejidad de los fenómenos sociales impide o limita el uso de técnicas determinadas. Se requiere, entonces proceder de otra forma para probar hipótesis, en consecuencia con las exigencias de la realidad concreta. La práctica sociopolítica se convierte en el medio adecuado para tal efecto (Rojas, 2001).

Inicialmente, es posible trabajar en atención a un grupo minoritario de la comunidad, con la conciencia de que este podrá ejercer influencia sobre la mayoría, a condición de que dispongan de una solución de recambio coherente y se esfuercen activamente por hacerse visibles y por ser reconocidos mediante un comportamiento consistente ( Domus y Moscovici,1986).

Pragmáticamente, es necesario desarrollar una intervención como parte de un proceso que dará la pauta para la realización de nuevas acciones; convivencias, cursos, talleres o seminarios con realización de obras, entrenamiento y acompañamiento para la gestión inteligente. Son estas acciones subsecuentes las que, en la práctica, nos permiten evaluar los resultados del esfuerzo realizado, tanto en el desarrollo del taller, como las actividades que lo antecedieron y las desencadenadas posteriormente, en la misma comunidad.

## **2. El enfoque educativo**

La inequidad e injusticia son factores que acompañan el crecimiento urbano desordenado carente de planificación. Así se presentan, con gran fuerza, en el fenómeno de la marginación. Los hombres que conforman este fenómeno se encuentran, se saben y se sienten oprimidos. “Hombres inconclusos, concientes de su inconclusión y su permanente movimiento tras la búsqueda de “ser más” (Freire, 1969). De ahí que sea la educación el quehacer permanente. Permanente en relación de la inconclusión de los hombres y del devenir de la realidad.

La educación es una fuerza social importante que opera a favor de la conservación o del cambio. Para mantener una situación puede ser o no necesaria. Pero, para la transformación social de la comunidad la educación es indispensable. La educación es un acto de amor, por tanto un acto de valor. La educación verdadera es praxis, reflexión y acción del hombre sobre el mundo para transformarlo (Freire, 1970).

Visto así, la educación requiere de permanencia ya que los hombres somos seres en constante crecimiento, esta práctica reflexión y acción no se refiere, necesariamente a la escolarización. Ivan Illich (1977), plantea la recuperación de la responsabilidad de enseñar y aprender como una revolución en contra de los privilegios de poder acceder a la escuela para obtener conocimientos. Sólo cuando el hombre recupera el sentido de responsabilidad personal de lo que aprende y enseña, puede romperse el sortilegio justificatorio del “destiempo” que aleja el aprender para poder vivir y crecer.

La educación es un proceso permanente y vitalicio. Una experiencia única e intransferible y en la cual la persona -individual y social- se apropia de conocimientos, construye saberes, adquiere nuevas competencias, mejora su desempeño social, enriquece sus relaciones con los demás, con el entorno y consigo mismo. Con este enfoque debe replantearse la educación de adultos: su fin sus métodos, su sistema de evaluación y acreditación. ¿Educación de adultos para qué? es una pregunta clave (Benavides, 1997) y consideramos que debe plantearse y responderse ante cualquier programa de desarrollo de la comunidad. La educación de adultos para mejorar las condiciones cotidianas de existencia, con énfasis particular en aspectos tan trascendentales como la educación para la salud y la reproducción, la prevención de adicciones, las relaciones afectivas y emocionales en la familia, la autoestima y el conocimiento de sí mismo o en aspectos tan inmediatos como; los diversos rubros de una mejor economía y organización doméstica, la educación para la superación personal y colectiva y para el tiempo libre.

La educación permanente debe reconocer nuevos tipos y fuentes de conocimiento más allá de lo escolar, partir de las necesidades de aprendizaje de los jóvenes y adultos, ser diversa y amplia, pertinente, accesible, no cronológica, flexible y abierta. Esta educación sucede en una amplia variedad de lugares y espacios, reconoce el aprendizaje no formal, se basa en métodos abiertos, flexibles, a distancia y utiliza al máximo las mejores técnicas de información y telecomunicaciones. Cada vez más el acceso al conocimiento será factor de inclusión y de participación laboral y ciudadana. El país se caracteriza fundamentalmente por la enorme desigualdad en las condiciones socioeconómicas de vida, en las condiciones de trabajo y en el acceso a la escolaridad formal. El grado de escolaridad alcanzado, a su vez, es factor determinante en la capacidad de beneficiarse de nuevas oportunidades educativas. El reto es magnífico. La educación permanente deberá atender de manera prioritaria a los sectores de población con escasa escolaridad y en condiciones de pobreza, con la finalidad de reducir las brechas de escolaridad y conocimiento que separan a la población del país (IFIE, 2001).

El mismo Freire (op cit). nos indica que si bien “todo desarrollo es transformador, no toda transformación es desarrollo”. Condición para que exista el desarrollo es que se lleve a cabo un movimiento de acción creadora conciente por el ser que la realiza. Los actores fundamentales de la transformación, son las personas miembros de una comunidad y miembros de una familia. Esto para nosotros resulta de vital importancia ya que es la familia el puente vivencial inmediato entre la persona y la comunidad. El psicólogo social comunitario no

puede ni debe pasar por alto la existencia e importancia de la familia cualquiera que esta sea; funcional, disfuncional, adoptiva o adoptada, arcaica, etc.

En el proceso educativo, la familia es una piedra angular que debe tomarse en cuenta en cualquier acción dirigida al cambio o transformación de la comunidad. No podemos pasar de la persona a la comunidad sin tomar en cuenta el entorno cotidiano que conforma la familia, con todo lo que esto implica; composición, nivel de ingresos, espacios, formación, preparación y ocupación de los miembros que la componen, formas de relación, vínculos emocionales, valores y expectativas. Tomar en cuenta estos elementos, enriquecerá las intervenciones de carácter educativo, encaminadas a la transformación comunitaria. Así mismo, harán posible una mejor organización de las acciones y programas propuestos por y para la comunidad.

Organizar es establecer o reformar algo para lograr un fin, considerando los medios y personas adecuadas (Diccionario R.A., 2005) Esta consideración nos lleva a observar que cosas y personas están insertas en un sistema; sujetas a reglas, en un orden, armonía o dependencia de las partes que la componen o han de componerla. Todo sistema tiene, según Benathy (1993), tres aspectos principales: propósitos, procesos y componentes. El qué, el cómo y el con quién, es en este último componente en que consideramos necesario insistir. El componente del entorno social inmediato del individuo, el de las personas que conforman su familia debe mantenerse siempre en la mira de cualquier proyecto integral de desarrollo.

El requerimiento de una serie de acciones encaminadas a propiciar o acelerar cambios en la actitud y de sensibilizar a las personas, para mejorar sus condiciones de vida, mediante su participación activa. Es un cambio que demanda, necesariamente, un proceso de aprendizaje y capacitación para la adquisición o manifestación de nuevas conductas. Esto implica entender el proceso enseñanza aprendizaje como parte de un sistema. El proceso se genera a partir de fines, metas y objetivos; se vale de distintos métodos y técnicas y por último requiere ser controlado por los resultados y evaluaciones que han de ser frecuentes.

Se define como sistema la suma de partes que actúan, a la vez independientemente y unas sobre otras para alcanzar objetivos enunciados con anticipación. El sistema no es la simple suma de elementos sino por la organización, el como estos se relacionan y lo que hace posible su funcionamiento. Todo sistema educativo tiene una ubicación histórica definida tanto en términos de temporalidad como de espacio físico que sirve de asiento para la actividad, así como el espacio no geográfico definido por el ambiente educativo del sistema como por la sociedad a que pertenece. La instrucción efectiva es aquella que produce cambios deseables en el educando (Popham, 1972).

Un modelo de instrucción referido a metas atiende inicialmente a la cuestión de los comportamientos observables que el alumno debería mostrar al término de la instrucción. La recomendación más importante de Pophanm es centrar la mira en el estudiante y el para que de la intervención.

La diferencia entre instrucción y aprendizaje no es efectuar un juego de palabras -dice Benathy (1996)- esta diferencia es crucial, un sistema educativo debe tener el aprendizaje como propósito. En la educación centrada en la instrucción el profesor es la principal fuente de información; él es el actor principal y los alumnos la audiencia. En un sistema orientado al aprendizaje, los papeles se pueden alternar. La instrucción es un proceso y no el propósito de la educación. Así el grupo es algo más que un simple conjunto de individuos. Se convierte en una comunidad de aprendizaje, es decir; en un conjunto de personas que se han reunido en torno a otra más capacitada, que las dirige para resolver problemas personales e interpersonales. Aprendizaje supone cambio de conducta, no solo en bien de la adaptación y el ajuste, sino también como movimiento hacia niveles más altos de comprensión y realización de sí mismos ( Zinker, 2003).

### **3. La elaboración de instrumentos**

Un sistema dotado de instrumentos adecuados, tendrá mayor probabilidad de alcanzar eficaz y eficientemente sus objetivos. Por lo tanto, resulta indispensable para cualquier programa práctico, el contar con los instrumentos que permitan la implementación operativa de la propuesta. Una vez planteado el problema. Descrita la población y la infraestructura. Definida la propuesta. Enunciados los principios y determinados los objetivos y las metas. Se estará en posibilidad de elegir o diseñar las herramientas que habrán de utilizarse para el desarrollo de la intervención.

### 3.1 Carta Descriptiva

La carta descriptiva de un curso o taller es un documento en el que se indica con la mayor precisión posible las etapas básicas de todo proceso sistematizado:

- a) La planeación
- b) La realización
- c) La evaluación

Se trata de que la enseñanza aprendizaje sean fenómenos relacionados entre si e integrados a otros componentes de su contexto. La elaboración, de la carta descriptiva, realizada de manera colectiva entre los instructores y auxiliares, enriquecerá los contenidos y creará un mayor compromiso de los participantes. Es obtener beneficios de los recursos que cada quien representa (Gago, 1980).

El programa especifica el contenido del curso y sugiere los procedimientos y recursos que se pueden emplear; proporciona la secuencia que debe seguirse y ofrece recomendaciones para evaluar.

El modelo de elaboración para cartas descriptivas puede contener:

- a) Datos para la identificación
- b) Propósitos generales
- c) Objetivos terminales
- d) Contenido temático
- e) Objetivos específicos de aprendizaje
- f) Experiencias de aprendizaje

- g) Elementos de operación
- h) Disposiciones generales
- i) Inventario de recursos
- j) Costo
- k) Criterios y medios para la evaluación
- l) Procedimiento de revisión
- m) Cronograma

### **3.2 El espacio**

Sea cual fuere nuestra filosofía de la conducta, no es probable que neguemos que el ambiente ejerce sobre nosotros influencia considerable. Podemos no estar de acuerdo acerca de la naturaleza o intensidad del control ejercido, pero es obvio que existe un cierto control o influencia sobre lo que hacemos y el espacio en el que nos movemos. (Skinner, 1970).

Sin embargo, muchas veces se descuida o ignora la acción del medio ambiente. El contacto entre la persona y el mundo circundante se deja absolutamente al margen o, como máximo, se describe en una forma casual.

Procurar un espacio específico para la realización de un curso o taller es una clara expresión de la posibilidad de inducir circunstancias ambientales que habrán de favorecer el ejercicio planteado.

Para los participantes el espacio se debe convertir en “su” lugar, en “su pequeña comunidad” en donde las personas se sientan, recibidas, aceptadas y

confortadas; también es un lugar y un ámbito donde las personas pueden crear en común. Un grupo ideal es un sitio donde uno somete a prueba sus límites de crecimiento, una comunidad cuyos miembros pueden desarrollar, hasta los más altos niveles, su potencialidad humana. ( Zinker, 2003).

### **3.3 Ejercicios corporales**

La vida de un individuo es la vida de su cuerpo. El que no respira profundamente reduce la vida de su cuerpo. Si no se mueve con libertad, restringe la vida de su cuerpo. Naturalmente, estas restricciones no son voluntarias. Se desarrollan como medios para sobrevivir en un medio ambiente y en una cultura que merma o niega los valores corporales. Aceptamos estas restricciones con lo cual traicionamos a nuestro cuerpo. Libertad, gracia y belleza son atributos naturales de todo organismo animal ( Lowen, 2000).

Las tensiones cotidianas de la vida urbana y suburbana se agudizan de manera notoria por las carencias económicas, la deficiencia en los servicios, la inseguridad, la incertidumbre y el riesgo constante. Todo esto produce alteraciones en el cuerpo que nos impiden aprovechar plenamente, los satisfactores de que disponemos.

El estrés es uno de los problemas sociales familiares y personales más apremiantes de nuestro tiempo. Los que formamos parte de las actuales sociedades aglomeradas y competitivas recibimos el impacto continuo de las presiones económicas, laborales, sociales y familiares de nuestro entorno

particular. Con frecuencia nos sentimos tensos, irritables y angustiados. El estrés es la principal causa de los malestares psicosomáticos. En Japón, el 40% de los maestros padece frecuentes dolores de cabeza, depresión y ansiedad. En EE.UU., el 45% de los trabajadores asalariados viven bajo presiones excesivas y el 15% padece depresión. En México, cada año mueren en forma repentina más de cincuenta mil personas por padecimientos cardíacos. Muchos accidentes vehiculares e innumerables lesiones en sitios de trabajo se deben a la agresividad y ansiedad de ciertos individuos (Navarro, 1999). La mayor parte de los accidentes graves se encuentran asociados a la ingesta de alcohol o el consumo de drogas, que suelen realizarse como una falsa alternativa para disminuir tensiones.

Las palabras suelen descargar poca energía emocional e impulsiva. Alguien puede decir que está enojado o estresado mientras mantiene su rostro impassible. Por lo que la simple expresión verbal, no garantiza el cambio en el estado emocional. Una de las rutas más efectivas para salir de los estados emocionales congelados y las posturas rígidas, es poner el cuerpo en movimiento. Una alternativa puede ser ensayar bailes y movimientos espontáneos, acompañados de diferentes ritmos, para hacer fluir emociones, eliminar tensiones y dar flexibilidad al cuerpo (Navarro, 1999).

Iniciar cada sesión de trabajo con la realización de ejercicios de respiración y algunos movimientos corporales sencillos, permitirá al participante recuperar, al menos en parte, la flexibilidad y equilibrio placentero de sus músculos. Fluirán

mejor sus sentimientos, tendrá una disposición favorable a la creatividad, la asimilación, el aprendizaje y la toma de decisiones.

### **3.4 El Juego**

El juego es un modo de aprender, un ensayo de utilización de energías. El hombre durante toda su vida y, si es ético juega más cuanto más viejo, porque entonces ha de ensayar con menos tiempo por delante nuevas formas de empleo de energía. El juego lleva consigo un sobrante que se entrena para ser empleado en una línea irrestricta de crecimiento.

Nietzsche sostiene que la forma culminante de la vida es el juego y se remite a Heráclito, que interpreta el juego como componente del cosmos. En el "Zaratrusta", Nietzsche dice que el hombre pasa por tres estadios: el del camello, el del león y el del niño. El estadio del camello es una primera forma seria de vida, en la que el hombre pone su propio valor en aguantar cargas. El que templa su vida y mide su valor por su capacidad de carga está en la fase vital del camello.

La fase vital del león acontece cuando el hombre se harta de poner lo valioso de su ser en soportar cargas y hacerse responsable. Entonces se hace violento. Pero el valor-león, el descargar la fuerza en los demás, la vida al ataque, el rebelarse, tampoco es para Nietzsche la forma superior, porque percibe lo que tiene de trivial. La cumbre es el niño que juega.

Este escalonamiento de Nietzsche es demasiado radical porque sostiene un carácter unilateralmente dominante de esos rasgos en cada fase. En rigor, el

hombre debe saber ser responsable de cargas, no dejarse avasallar, y también saber jugar; jugar aúna el sentido de la seriedad más alto, supera la unilateral violencia con el buen humor que despeja la vejez del espíritu. Por consiguiente, la tragedia de la vida es la vejez del espíritu, es decir, el desistir de crecer.

El juego y la responsabilidad no son cosas separadas. La ética lleva a asumir responsabilidades. La obediencia es una tendencia de la naturaleza humana capaz de fortalecerse, de crecer. Por eso, obedecer posee un aspecto lúdico. Si no lo tuviera, sería un estorbo intolerable.

Conviene añadir, que la personalidad madura se da cuando existe una conducta integrada, es decir, el sentido de responsabilidad, el ímpetu ofensivo y el juego van unidos, están interpenetrados. Sus distintos aspectos juegan unos a favor de los otros, de manera que todos van de acuerdo. Conseguir ese acuerdo es, desde luego, inherente al perfeccionamiento humano. Asimismo, la personalidad madura es una integración en marcha, no un patrón; la vida ética es una vida normada de acuerdo con el ser más, no con el ser ya.

El que se deja arrastrar por una tendencia nunca logrará fortalecerla. El que está dominado por la tendencia sexual, la empobrece o la desvía. Esto ocurre también con las tendencias más altas; quien obedece sin alegría no manda. El que juega sin obedecer es un tahúr. Azorín decía que la elegancia es la fuerza contenida; la fuerza se contiene con el sentido lúdico de la vida (Polo, 2004).

El amor por el juego forma parte vital de la vida creadora. El juego no resulta de un conjuro; no se lo maquina para ver que ocurre. Más bien, forma parte

intrínseca de la propia vida. El amor por el juego forma parte esencial de la vida creadora ( Zinker,2003).

El juego brinda el placer de los sentidos; tocar, oler, ver, saborear, escuchar, apela a la imaginación, la fantasía y la gracia lo que permite desarrollar y usar el sentido del humor. Con el uso del juego se puede interpretar situaciones nuevas y facilitar la adaptación a la realidad. El juego permite acercar a las personas de diferentes generaciones, a los padres con sus hijos, facilita la comunicación de la pareja. Hacer jugando es hacer más agradable y con mayor energía lo que se hace. Si logramos hacer de nuestro trabajo un juego, disfrutaremos siempre que trabajemos.

### **3.5 Cuestionario**

Es esencialmente un cuestionario abierto, se pregunta al sujeto algo y se deja en libertad para que responda lo que quiera. Se realiza en forma escrita dejando espacios libres, dependiendo del espacio que se asigna a cada respuesta el sujeto puede darse una idea acerca de qué tan reducida o qué tan extensa debe ser ésta. Este tipo de cuestionario es muy útil y proporciona mucha información puesto que brinda al sujeto plena libertad para responder cuanto y como quiera. (Pick y López,1982).

Un cuestionario o encuesta además de obtener información, puede ser un vehiculo de reflexión o de introspección, por lo que puede llegar ser un instrumento mas para educar o sensibilizar preguntando. Es inducir la atención del sujeto hacia aspectos poco atendidos por él mismo, especialmente, en lo que a su

persona se refiere. Es relativamente común en determinados estratos sociales el que, especialmente la mujer, viva ocupada y preocupada por los demás miembros de su familia sin ni siquiera preguntarse por su propio estado de salud a pesar de malestares o signos que acompañan su vida cotidiana.

El cuestionario debe de ir acompañado de una breve explicación que aclare por que se pide la información y que es lo que se va hacer con ella, esto puede ser realizado verbalmente, lo que permite cumplir con el requisito de claridad y precisión de la información, el hacerlo verbalmente permite ubicar la información al nivel del informante y aclarar cualquier duda antes, durante y al final de la aplicación del cuestionario.

Un cuestionario muy extenso, deberá ser aplicado en partes o diferentes sesiones para evitar la fatiga que puede alterar la confiabilidad y validez de las respuestas. Cuando hay una persona auxiliando al sujeto, este debe de estar de alguna manera identificado con el mismo, establecer *rapport* o *sintonía* entre el informante y quien lo auxilia permite crear un clima de confianza y apertura que abundara en la riqueza de la información obtenida (Dilts, Grinder, Bandler y Lozier, 2003).

## IV EL CASO CHIMALHUACÁN

### 1. Planteamiento del problema.

Los programas de desarrollo comunitario, surgen, las más de las veces, ante una necesidad “urgente” de resolver un problema en la comunidad, problema que es apreciado por la autoridad, no siempre con la concurrencia de los miembros de la comunidad quienes son los directamente afectados.

El interés político que representa el gestionar determinadas acciones o programas sociales, responde a situaciones de coyuntura, más que acciones de una planeación integral que coadyuve al desarrollo comunitario. Especialmente cuando se trata de comunidades marginadas, como es el caso que nos ocupa.

Si bien Chimalhuacán fue una población rural en el Estado de México, su “cercanía” con la Ciudad de México, como muchas otras localidades aledañas, la convirtió en víctima del crecimiento explosivo y desordenado de la Ciudad. La zona perdió su carácter agrícola y se deterioró la calidad de vida de sus pobladores. Sin una planeación adecuada, sus habitantes cedieron a la presión de expansión de la mancha urbana, fraccionaron y vendieron sus terrenos, carentes de infraestructura de servicios urbanos y carentes también desde luego de los más elementales satisfactores de carácter social; escuelas, servicios de salud, empleo, recreación, por mencionar, solamente, los más elementales. (Ponce de León, 1987).

La necesidad imperiosa de tener un lugar donde vivir impulsa a las personas a realizar acciones de carácter ilegal e inseguro, necesidad que es aprovechada por pseudo - representantes y falsos fraccionadores que buscan la protección de los partidos políticos negociando la ilegalidad y tratando de mantener cierta hegemonía regional o de barrio. Surgen así conflictos de intereses que llegan, incluso a manifestarse de manera violenta. El resultado es apatía y desconfianza de los pobladores ante la autoridad, entre otras patologías de carácter social.

“Ahora sí que traigan al Antropólogo para que nos explique, al Pedagogo para que les enseñe, al Psicólogo para que los convenza; estas gentes, no aceptan ni las obras que les proponemos, a pesar de la necesidad que tienen”. Palabras más o palabras menos, reflejan la actitud con las que se evade la responsabilidad y se trata de justificar la no-acción de algunas autoridades.

Profesionales de la conducta, se tienen que enfrentar al trabajo operativo con una planeación escasa, valga la metáfora; terminan siendo mas bomberos que planeadores, teniendo que apagar fuegos, algunas veces, sin cubetas ni mangueras ni que hablar de pipas o extinguidores, así resulta muy fácil “quemarse”. Sin embargo, cuentan con algunos de los mejores instrumentos para enfrentar estas situaciones, como son; la capacidad de inserción en la comunidad, el interés auténtico en el desarrollo comunitario, el entrenamiento para escuchar y sistematizar la información obtenida, pero sobre todo, el trabajo comunitario requiere de una autentica vocación de servicio por parte de los facilitadores de los programas.

El trabajo en la comunidad no es patrimonio de una sola disciplina, sino que requiere del concurso de diversos profesionales que, con sus diferentes enfoques y herramientas teórico – metodológicas, aborden el problema de una manera integral y más completa (Rojas, 2001).

El proyecto fue enriquecido por la posibilidad de llevarlo a cabo de manera interdisciplinaria, en este caso, expresada en la personalidad moral de una organización de la sociedad civil que entre sus objetivos están el de promover el desarrollo humano y el bien común en un entorno de pluralidad política.

## **2. Características del campo de trabajo**

El procedimiento en campo se inicio con visitas y seguimiento, realizado por el equipo de trabajo social, en las zonas de influencia de las escuelas primarias “Calmecac” y “Moctezuma” del Municipio de Chimalhuacan, Estado de México. Durante estas visitas, se obtuvo información de los elementos físicos y de infraestructura de la zona mediante observación directa. También se realizó un sondeo con algunas madres de familia a través de entrevistas abiertas, de carácter informal. Se focalizó de manera especial a las madres de niños que acuden a la escuela primaria Moctezuma por la mayor accesibilidad tanto de las madres como de los maestros responsables de esta escuela.

### **2.1 La infraestructura**

Las características de la zona cuando se inició la intervención, en torno a la escuela Moctezuma fueron las de las zonas marginadas (Ponce de León, 1987)

- Calles trazadas, aún sin pavimentar
- Las viviendas en proceso de autoconstrucción, bloques y cemento algunas techadas con láminas, la mayor parte en un solo nivel, con las varillas salientes en preparación para un futuro segundo nivel.
- Servicios de agua y drenaje irregulares
- Calles sin iluminación
- Electrificación irregular, la mayor parte con “diablitos”
- Algunos teléfonos públicos
- Transporte público incipiente y deficiente
- La escuela con aulas de material y techados de lamina, el patio de tierra y sin barda perimetral.

### **La población**

Está formada por personas originarias de la Ciudad de México, Ciudad Nezahualcóyotl, Los Reyes, Estado de México y algunos otros estados de la República, esto es, la mayoría son migrantes. Comparten, con parte de la población nativa, el nivel socioeconómico que no les permite el acceso pleno a los niveles mínimos de bienestar en materia de nutrición, salud, educación y vivienda (Ponce de León, 1987).

Las familias están formadas por parejas jóvenes, con dos y tres hijos, la mayoría de los adultos reportan instrucción primaria y secundaria inconclusa. Su situación de migrantes, ya sean ellos o bien sus padres, contribuye poco o nada a su sentido de pertenencia. El sostén económico de la familia, en la mayoría de los

casos, se encuentra a cargo de los hombres quienes trabajan en el comercio ambulante, en diversas formas de subempleo y algunos eventualmente como obreros o en el sector de servicios. La mayoría de las personas no están incorporadas en algún régimen de seguridad social.

Al inicio de la intervención, en la zona se habían reportado algunos actos de violencia entre dos grupos encabezados por líderes antagónicos, quienes para mantener su hegemonía, amenazan a la población con quitarles o no documentarles el lote en el que se asientan con sus familias. Así mismo, se mostraba un constante rechazo a las autoridades aduciendo “manipulación política”.

Posiblemente esta situación de lucha de poder, abrió la oportunidad de intervención para llevar a cabo, parte de la transformación, deseada por grupos que demandaban cambios en la relación de poder. Existieron expresiones positivas en el sentido de que permitieron la intervención, incluyendo, desde luego la participación activa de algunos miembros de la comunidad (Montero, 2003).

La vida en esta comunidad, como en muchas otras, descansa mayormente en las mujeres, quienes se encargan de llevar a los niños a la escuela, proporcionarles alimentación y, en general, realizar las labores de la casa, aunque algunas de ellas llevan a cabo adicionalmente otro trabajo, este no las exime de las tradicionales responsabilidades de la mujer, que en este medio siguen aún poco compartidas con el hombre.

### **3. La propuesta**

En función de la situación anteriormente descrita y aprovechando la experiencia de los miembros de la asociación se consideró pertinente, proponer la realización de un taller de inducción enfocado a la participación y desarrollo de la comunidad, ajeno a cualquier forma de participación de carácter político o inherente a los procesos de regularización o tenencia de la tierra, ya que estos elementos, recientemente, fueron usados por los pseudo-líderes y algunas autoridades gubernamentales, ante quienes la población se sentía defraudada y por lo tanto renuente a cualquier forma de participación.

El taller invita a la participación alegre y creativa, no demanda conocimientos previos ni exige esfuerzos de carácter intelectual o de participación política. El requisito es tener disposición y asumir el compromiso de asistencia puntual y participación durante los cinco días que dura el ejercicio, en esencia el compromiso debe ser de respeto consigo mismo y con cada uno de los participantes del taller.

Plantear la intervención ante la comunidad como un taller, más que como un curso de capacitación, nos permite un acercamiento más amigable, menos formal y por lo tanto más cercano y accesible a la población objetivo.

La intervención más que una investigación o estudio se planteó como un programa cuyos instrumentos son de características similares a los utilizados en

un estudio piloto; cuestionarios abiertos, entrevistas no estructuradas, observación libre y trabajo inicial con un grupo pequeño (Pick y López ,1980).

Se aprovecharon y adecuaron las experiencias y el desarrollo de instrumentos utilizados y probados en situaciones similares. El desarrollo del taller se planteo en el esquema de una investigación – acción. Respondió a la necesidad de influir en diversos aspectos de la vida comunitaria en donde la participación activa de la población conforma una de las partes más importantes del modelo (Rojas, 2001).

Inicialmente, se trabajó en atención a un grupo minoritario de la comunidad, con la conciencia de que éste podrá ejercer influencia sobre la mayoría, a condición de que dispongan de una solución de recambio coherente y se esfuercen activamente por hacerse visibles y por ser reconocidos mediante un comportamiento consistente ( Domus y Moscovici,1986).

Otro aspecto importante a considerar es que el taller aquí reseñado es concebido como parte de un proceso de intervención que dará la pauta para la realización de nuevas acciones; convivencias, cursos, talleres o seminarios realización de obras, entrenamiento y acompañamiento para la gestión inteligente. Son estas acciones subsecuentes las que, pragmáticamente, nos permiten evaluar los resultados del esfuerzo realizado, tanto en el desarrollo del taller, como las actividades que lo antecedieron y las desencadenadas posteriormente, en la misma comunidad

#### **4. Desarrollo del taller**

El taller tiene una duración de 20 horas y se desarrolla en cinco sesiones, de lunes a viernes. Cada sesión tiene una duración de cuatro horas. El horario se estableció en común acuerdo con los participantes para adecuarlo, en la medida de lo posible, a las ocupaciones y responsabilidades de los participantes. Es necesario, por cada diez participantes un auxiliar o asistente de taller para coadyuvar al acercamiento y la participación. La atención personalizada, es indispensable para proporcionar el apoyo contingente necesario, que permita informar, motivar y provocar la participación de todos y cada uno de los asistentes. Este apoyo es de suma importancia porque durante los cinco días que dura el taller, los estímulos que reciben los asistentes son múltiples y afectan no solamente su nivel de conocimiento, también se trabaja con las emociones y las actitudes. Aunque como ya fue comentado, es imposible no comunicar (Watzlawick, 1997), un integrante pasivo en el grupo no sólo deja de realizar valiosas aportaciones, sino que también se convierte en lastre para los demás.

##### **4.1 Objetivo**

Contribuir al desarrollo de las capacidades y habilidades de las personas para mejorar su calidad de vida, la de su familia y la de su comunidad. Fortalecer las redes sociales y comunitarias para la realización de proyectos, programas y obras específicas que abunden en mejores niveles de convivencia.

Los objetivos específicos son descritos en la carta descriptiva general (anexo 1)

## **4.2 Líneas temáticas**

- ¿Quién soy yo?
- Mis derechos y los de los demás.
- Experimentando el valor del juego.
- Convivir – interactuar.
- Aprender haciendo, Aprendiendo a planear
- Trabajando en equipo
- Definiendo la agenda personal, familiar y comunitaria

## **4.3 Estrategias Generales.**

Una vez establecido el contacto con los maestros de las escuelas y con algunos padres de familia, quienes acuden regularmente a la misma, se realizó una labor de promoción y de “corre la voz”, insistiendo en la utilidad que representará para las personas, sus familias y su comunidad. La insistencia en la persona es de vital importancia, no por obvio se dejará de insistir en la persona. La comunidad la conforman familias y estas surgen a partir de las personas ya que no podemos realizar ningún proceso de cambio en la comunidad si no partimos solidamente de su base.

Así, el enfoque atiende primero al desarrollo de una agenda personal, que es lo que la persona quiere, con qué elementos cuenta y como va a lograr lo que se proponga. Se intercala a la situación del grupo primario, el núcleo más íntimo

de convivencia, la familia generador primigenio de la estimulación o rechazo social. Sólo entonces, una vez tomada en cuenta la familia, su agenda de necesidades y su plan de acción podemos extrapolar de manera más confiable en una modesta agenda comunitaria con su respectivo plan de acción.

Tres elementos son característicos en la estrategia de realización del taller; La carpa, la elaboración de un muñeco y la cédula de reflexión, mismos que a continuación se describen.

#### **4.3.1 La Carpa, como creación de un nuevo espacio**

El taller se lleva a cabo en una carpa de color blanco amueblada sólo con mesas, sillas y rota-folio. Se coloca en los terrenos o inmediaciones de la escuela. Llama la atención en la comunidad en general, y su simple colocación, es que algo ahí sucede. Este espacio es un elemento muy importante para crear una atmósfera diferente al entorno, un ambiente de exclusividad que facilite el adentrarse en una nueva experiencia de reflexión, convivencia, participación y alegría.

La carpa se va convirtiendo a través de los días en un lugar propicio para el diálogo, en un espacio común para el grupo y para cada uno de los asistentes, se constituye en “su carpa” en donde pueden aprender, expresarse, crear y convivir. Se trata de manejar el elemento del entorno espacial, para acercarnos, en la medida de lo posible, al ideal de una comunidad

### **4.3.2 El Títere o muñeco de peluche**

El curso tiene como elemento central, la elaboración de un títere o muñeco de trapo o peluche. En torno a esta actividad se mezclan temáticas, dinámicas y actitudes, que surgen según el interés del grupo y de acuerdo al plan diseñado, para cada día de actividad, en la carta descriptiva (anexo1).

¿Por qué fabricar un títere o muñeco?

La mujer se siente muy segura haciendo algo con sus manos, suelta el cuerpo y convive mejor con sus compañeras, conversan y expresan sus sentimientos.

El elaborar un objeto que adquiera vida y sea un juguete para compartir con sus hijos, les hace sentir a las mujeres que están haciendo algo útil para los demás y les facilita seguir acudiendo al taller sin culpa por dejar de hacer el “quehacer” y las labores cotidianas. La dinámica de responder a las preguntas; “¿Qué hago?, ¿Por qué?, ¿Para qué?. ¿Cómo?, ¿Con qué? y ¿Cuanto cuesta?”, les hace saber que ellas continuamente realizan “estrategias” y planes de acción al practicar el uso de estas preguntas. Con esta dinámica se trabaja para estimular al mismo tiempo el razonamiento, la emoción y las actitudes. Para solventar sus problemas cotidianos y planear su vida.

Muy pronto van viendo cómo cobra vida su muñeco, pero se les pide que lo terminen en su casa, esto propicia a que sus hijos y su marido participen y las valoren por lo que están haciendo.

### 4.3.3 La cédula de reflexión

Documento medular en la realización del taller es el cuestionario o cédula de reflexión, basado en el principio de preguntar educando. Con este instrumento cada participante, paulatinamente y a su ritmo, va evaluando y valorando su vida y sus compromisos con sus semejantes. Es un instrumento para un ejercicio de autorreflexión, al finalizar cada jornada se contesta una parte de las preguntas.

Se desarrolla en cinco partes o grupos de preguntas, una parte para cada día del taller y esta estructurado del Yo al ser social:

- ¿Quién soy yo y que espero del taller?
- ¿Cómo es mi familia?
- Relación con el trabajo
- Conciencia jurídica y de salud
- Relación con la comunidad

En la medida que se va desarrollando el taller y se construye la confianza las preguntas pueden ser de mayor profundidad.

Este documento nos permite observar parte de la problemática compartida por la comunidad y es, al mismo tiempo, un instrumento que va evaluando el efecto de nuestra intervención ( anexo 4).

## **4.4 Sesiones**

El taller se desarrolla durante cinco días, generalmente de lunes a viernes con un horario de 10 a 14 horas, horario durante el cual se encuentran los hijos en la escuela, lo que permite mayor disponibilidad para la atención y asistencia puntual. Cada actividad, se desarrolla en función de algún objetivo y se apoya en técnicas y materiales específicos descritos, brevemente, en la carta descriptiva por sesiones (anexo 2). A continuación se presentan, de manera secuencial, las actividades que se llevan a cabo durante cada una de las sesiones:

### **4.4.1 Primera sesión**

El primer día debe ser concebido como la entrada a una nueva experiencia para las mujeres. Es el inicio de un proceso de revaloración de sí mismas, de su capacidad de emprender acciones para mejorar su vida y la de sus familias. Es indispensable que vean el taller como una oportunidad y que realicen un compromiso consigo mismas y con el grupo, (esto costará trabajo ya que en lo general están acostumbradas a ser manipuladas y utilizadas con fines políticos o de presión en beneficio de los líderes políticos que por lo regular les venden los lotes).

Los trabajos se inician con el registro de las participantes y la entrega de un gafete personalizado con el cual se refuerza su identidad y dignidad. El llamar a cada participante por su nombre, hace sentir mejor a las personas, se crea un clima de mayor calidez y confianza al mismo tiempo que se refuerza el respeto y el afecto.

### ¿Quién soy y de donde vengo?

Con la presentación de cada una de las participantes, incluyendo los talleristas y auxiliares se refuerza la identidad y se empiezan a hacer algunos comentarios amables, al conocer, donde nacieron, cuantos hijos tienen, cuando llegaron a la colonia. También se logra una mejor integración, ya que el grupo y los talleristas se empiezan a conocer con más profundidad, pero la integración más clara se da con la dinámica de “*doble rueda*” en donde se rompe por completo el hielo y empieza la integración de todos.

### Dinámica “Mi Cuerpo y mi Salud”

Desde el primer día van haciendo ejercicio para sentir, estirar y aflojar las diversas partes de su cuerpo, aprenden a sentir sus partes cansadas, espalda, cuello, cintura, piernas y como al tocarlas, moverlas o estirarlas sienten consuelo, representa también valorarse a si mismas.

Con el ejercicio van haciendo conciencia de la importancia de su cuerpo y de cuidarse porque si se “doblan” o se “rompen” no podrán seguir adelante y cumplir con todas sus responsabilidades. Poco a poco aprenden también la importancia de cuidarse y consentirse. Cada día se añaden ejercicios sencillos que ellas pueden hacer en su tarea diaria. La tabla siguiente, muestra algunas de las rutinas que día a día se van practicando:

<b>Ejercicio</b>	<b>Descripción</b>	<b>Función</b>
<i>Sentir y tocar mi cabeza</i>	Llevar su manos a la cabeza y con las yemas de los dedos, darse un ligero masaje. Voltearla de un lado a otro	Tomar conciencia de la importancia de la cabeza. Ahí registramos el pensamiento, aprendemos y planeamos
<i>Sentir y tocar mi cuello y Mis hombros</i>	Tocar el cuello y los hombros con ambas manos. Posteriormente con los brazos sueltos, girar lentamente la cabeza, de derecha a izquierda y viceversa. Girar los hombros para adelante y hacia atrás	Esta que es la parte alta de la espalda, es la que acumula tensiones y preocupaciones. El darse cuenta y realizar el ejercicio propicia una distensión y cierto grado de relajación
<i>Movimiento de brazos y manos</i>	Levantar los brazos como para volar. Girarlos hacia delante y atrás. Juntarlos al frente, arriba y atrás	Registrar una sensación de libertad y posibilidad de movimiento que, además, ayuda a la distensión
<i>Contraer el cuerpo entero</i>	Apretar el abdomen y se contrae el ombligo hacia la espalda. Respirar profundamente inflando el abdomen y volviéndolo a contraer	Sentir y tomar conciencia de su vinculación con la creación y la generación de vida. Simultáneamente permite descansar cintura y espalda baja.
<i>Movimientos de espalda y cintura</i>	Se colocan las manos apoyadas en la cintura y se procuran frotamiento a manera de masaje. Se agachan, se arquean y realizan giros.	Relajar la cintura y tomar conciencia de la postura y necesidad de diversidad de movimientos

<i>Ejercicios de Escoba, amiga de la espalda</i>	Con el palo de la escoba; sobre los hombros, abajo de los brazos, en diagonal, enfrente y atrás, se realizan giros, tensiones y distensiones	Relajar los músculos de la espalda y demostrarnos como un objeto común, podemos usarlo para nuestro bienestar personal.
<i>Las piernas “columnas de hierro”</i>	Doblar las piernas de manera alterna adelante y hacia atrás, se giran hacia adentro y hacia fuera. Se sugiere que en su casa se acuesten en el suelo y doblen sus piernas hacia la cintura y las abracen rodeando las rodillas y apretándolas hacia el pecho, las estiren hacia enfrente y descansen, también, poniéndolas en alto	Movilizar músculos diferentes, reactivar la circulación, fortalecer coyunturas y posibilitar el descanso

### *Dinámica de la “Doble Rueda”*

La dinámica de Doble Rueda, se inicia formando primero una sola rueda en la que se toman de la mano para sentir lo que es la integración y como al jalar para un lado y para otro, se afecta a todos y se fortalece al grupo o se fractura.

Después viene la interacción, se forman dos ruedas, una gira para un lado y la otra en sentido contrario, cuando se detienen las dos mujeres que quedan a la misma altura, jugarán a saludarse, primero espontáneamente, luego como “la vecina o a la suegra mala”, después como “la vecina o suegra buena”. Algún o

algunos talleristas ejemplifican con la persona que le toque enfrente, diálogos en “lenguajes normales” después todas se animan a jugar, al final, todos deben “jugar” a desearse lo mejor y darse un abrazo. Se inicia así un procedimiento lúdico que posteriormente otorgará elementos para la reflexión. Se finaliza el ejercicio con un aplauso pasan a las mesas.

Los talleristas continúan reflexionando sobre la importancia del juego hasta que las participantes reconocen no solo su importancia sino que ya habían olvidado el valor del juego, después se resalta la importancia de jugar con los hijos y de las ventajas de disminuir la *tensión*, expresarse y compartir o competir.

#### ¿Qué espero del taller?

Se forman grupos o equipos de trabajo, escogen algún nombre para su grupo, que puede ser el de alguna flor o animal. Una vez conformados y nominados los grupos darán respuesta, individualmente en una tarjeta, a las preguntas: ¿qué espero del taller? y ¿qué voy a aportar?. Posteriormente, en grupo, en una hoja de rotafolio por equipo, darán respuesta a las mismas preguntas. Se inicia así el trabajo en equipo. Generalmente, de manera espontánea, alguna se propone para ir preguntando y escribiendo. Discuten cada pregunta y formulan sus propuestas. Cuando no se ponen de acuerdo, se les propone leer las respuestas que escribió cada una y se hacen notar las coincidencias.

Al terminar cada grupo, pega su propuesta en la carpa y la presenta a todos los grupos, alguien del equipo le da lectura en voz alta. Desde este momento,

destacan los liderazgos y las diversas personalidades, por los roles que van jugando dentro de cada equipo.

Posteriormente, se presentan los modelos de juguete didáctico a elaborar y se realiza la selección para la elaboración de los mismos al día siguiente, se les explica que esa tarde se comprará el material, por lo que deberán de *comprometerse* (el material en la primera ocasión, se les entrega de manera gratuita) en la elección y realización del juguete.

### *Carta compromiso*

La carta compromiso funge como una medida de responsiva con ellas mismas y de respeto a sus compañeras de taller. Con la lectura y la firma, se reafirma su compromiso y se realiza un anclaje de mayor conciencia ( anexo 3).

### *Cédula de reflexión*

Documento medular en la elaboración de talleres es la cédula de reflexión con la cual, paulatinamente, van evaluando y valorando su vida y sus compromisos con sus semejantes. Se contestan las preguntas correspondientes a la primera sesión, relacionadas con el *¿Quién soy yo?* Los auxiliares del tallerista deben estar atentos a prestar ayuda ya que la lectura de algunas preguntas les producen dudas adicionales.

#### 4.4.2 Segunda sesión

La segunda sesión se inicia con una dinámica de "Mi Cuerpo y mi Salud" realizando algunos de los ejercicios descritos en el cuadro anterior. Cabe destacar que, el simple hecho de estirarse y realizar movimientos diferentes, les permite sentirse de otra manera, ya que las actividades cotidianas absorben su energía y atención y se impiden la posibilidad de pensar en sí mismas. Cada día van ensayando nuevos movimientos como el estirar los brazos, empujar su ombligo, ejercicios que les permite estirarse y sentir alivio en diversas partes de su cuerpo, con un palo de escoba, se practican los ejercicios y se da masaje a la espalda. Tener conciencia de si mismas, de su cuerpo y la necesidad de dedicarle, diariamente, al menos algunos momentos.

*¿Que hice el día de ayer?, ¿Qué logre cambiar?, ¿A que me comprometo?*

En sus mesas de trabajo cada participante desarrolla, en forma breve, la respuesta a las preguntas mencionadas, iniciando así una dinámica de integración. En seguida, con sus compañeras analizan los logros, avances y metas, los comentan entre todas y los comparan para mejorar sus proyectos.

*Compromiso conmigo mismo.*

Se hace mención a la lectura de sensibilización *compromiso conmigo mismo*, y se empieza a revalorar los logros obtenidos y los logros por obtener, entrando de lleno al taller práctico con la elaboración de su plan de acción para la elaboración del títere y el desarrollo del mismo.

### Elaboración del Títere

Se muestran varios modelos de muñeco o títere y cada participante debe de elegir su modelo a desarrollar. En esta etapa es muy importante poner en juego las preguntas que genéricamente nos ayudarán a elaborar un plan de acción:

*¿Qué?, ¿Con qué?, ¿Cuánto cuesta?, ¿Cómo?, ¿Por qué?, ¿Para qué?*

Ante el impulso de elección del modelo, que en principio, les resulta mas atractivo, se presentan los elementos que les permitirán aplicar y responder a las preguntas planteadas; utilidad del juguete, plantillas de corte, materiales básicos, accesorios. Este ejercicio se realiza al interior de los equipos formados el día anterior, aunque cada participante elabora su muñeco, la dinámica de comentar, con sus compañeros, el por que de la elección, enriquece y mantiene la mística de trabajo en equipo.

Se inicia así la elaboración del juguete, durante esta actividad, con el apoyo de los talleristas y auxiliares se inducen diálogos, en pequeños grupos, relacionados con las ventajas de llevar a cabo actividades de manera planeada y compartida o bien, simplemente se explora el sentir de las personas durante la realización de la actividad y se destaca el darse cuenta como pueden disfrutar de un trabajo que cada una ha elegido. Es muy importante mencionar que no debe de ser concluido en la carpa sino en sus casas. Esto propicia a que su pareja y sus hijos participen, se den cuenta y valoren por lo que están haciendo.

### Respire y relájese

Antes de pasar al trabajo con la cédula de reflexión, se invita a los participantes a realizar un ejercicio de respiración y relajamiento (ver anexo 5). Se pasará de una dinámica de actividad manual y participativa a reflexiones individuales y de mayor profundidad. Esto se hace con el fin de facilitar el cambio en el estado de ánimo para que, individualmente, se lleve a cabo la siguiente etapa.

### Cédula de reflexión

Se continúa con la cédula de reflexión con los apartados *¿Cómo es mi familia?*, *Mi vida con el trabajo y Relaciones de apoyo*. Son preguntas de mayor profundidad y compromiso, algunas de ellas pocas veces, si no es que nunca, son motivo de reflexión o comentario. El apoyo personalizado y respetuoso es muy importante en esta etapa. La falta de costumbre en la lectura y escritura, pueden demandar de la ayuda paciente y comprensiva de los auxiliares del taller.

### Evaluación del día.

Se realiza una ronda de participación abierta y voluntaria, en la que se da respuesta a preguntas como *¿Qué aprendí el día de hoy?*, *¿Cómo me sentí?*, *¿Qué me gustó?*, *¿Qué no me gustó?*

#### **4.4.3.Tercera sesión**

Se inicia con algunos ejercicios breves de respiración y relajamiento. Prácticamente todas las participantes, ya habrán realizado una serie de

actividades a contra-reloj (hacer desayunos, preparar y llevar hijos a la escuela, levantar la casa, reajustar el gasto). Lo cual les produce cierto grado de tensión o estrés. Tomar conciencia de su cuerpo y sentirse dueñas de su espacio, incrementará la probabilidad de productividad de los siguientes actividades.

### *Dinámica “Enseña tu muñeco”*

La mayoría de las participantes tendrán terminado o semi-terminado su muñeco, con lo que se inicia la dinámica “*Enseña tu muñeco*”, ponerle nombre y describir su personalidad, permite destacar que todos fueron diferentes y cada uno tiene una identidad que hay que respetar, llegan hombres, mujeres, niños, niñas, abuelos, abuelas, güeros, morenos, con bigote, con barbas, y esto facilita proyectar diálogos y empezar a “jugar” y a presumir de algo que ellas hicieron con sus propias manos.

En el juego con el muñeco, se trabaja en destacar el respeto a la diferencia entre las personas y a los derechos de los niños y niñas, las mujeres, los padres, los abuelos y las personas con discapacidad. En síntesis, los derechos de cada miembro de la familia.

### *Cuento “La Capita protectora”*

A continuación se realiza la lectura del cuento “*La Capita protectora*” como técnica de sensibilización. (anexo 6)

La lectura en voz alta de este cuento actuado por algunas mamás, usando sus títeres, con el apoyo de los talleristas, es el clímax de la participación emotiva

del taller. Se destaca, en la narrativa, la importancia del amor y el dar cariño físico y emocional a los hijos y como esto, es definitivo para crear una capa que proteja a los hijos de los problemas de la vida.

Se resalta, también; como a través del afecto, el cariño, la formación y el conocimiento, se dota a los hijos de un escudo y de una corona, que les dará elementos para superar y enfrentar las agresiones y los “peligros” como el de las adicciones o el de caer en conductas indeseables.

Al mismo tiempo que se hace conciencia sobre la protección afectiva de los hijos, se dan cuenta que ellas no tienen esa “capita” porque tuvieron muchas carencias afectivas e incluso padecieron violencia. Lo cual le ha hecho desarrollar una “armadura” que aparentemente las insensibiliza y mantiene constantemente a la defensiva. Manifiestan sus sensaciones y algunas se desahogan y quieren expresarse frente al grupo, incluso levantándose de sus lugares, la mayoría externa su deseo de superarse y aprender cosas nuevas.

El cuento y el diálogo ayudan a entender y sentir que cada una puede reconstruir su capa y llenar sus vacíos con el amor a sus hijos y creando un mundo propio, recordando los momentos bellos, gozando el color de las flores, el canto de los pájaros o el brillo de las estrellas (a esto las conducen los talleristas).

En esta sesión aflora, con frecuencia, el problema de la violencia familiar, muchas confiesan que son madres golpeadas o golpeadoras y que quieren dejar de hacerlo, o piden auxilio porque su marido es agresor.

La tallerista principal y auxiliares, mitigan la tensión con un comportamiento especialmente afectivo y con expresiones claras como un abrazo, tomándose de las manos en círculo para transmitir fortaleza al grupo. Cantar entre todos alguna canción popular escogida espontáneamente, ayudará a bajar la tensión para terminar con este ejercicio.

### Cedula de reflexión

Se continua con la contestación de la cédula de reflexión, los temas de “Conciencia Jurídica”, “Mujer y Salud” y “Relación con la Comunidad”. El apoyo de los talleristas debe de continuar en esta etapa, ya que para algunas participantes les es complicado atender temas de carácter legal e incluso cuando se habla de salud, como se ha mencionado anteriormente, están atentas a la salud de los demás miembros de su familia y pocas veces la atención en esta materia es hacia ellas mismas.

Para reforzar la dinámica del; “¿Qué hago?, ¿porqué?, ¿ para qué?, ¿cómo?, ¿con qué? y ¿cuanto cuesta?” se ofrece la posibilidad de realizar otros muñecos o títeres; quién así lo desea, podrá escoger dos objetos, se les informa del costo de los materiales necesarios para cada uno, se anotan en una lista y al día siguiente juegan a la tiendita adquiriendo el material para sus juguetes.

Para finalizar, se realiza una ronda de intervenciones voluntarias y espontáneas, contestando las preguntas; ¿Que aprendí hoy? y ¿Que puedo enseñar?

#### 4.4.4 Cuarta sesión

Se inicia con la dinámica de ejercicios *“Mi cuerpo y mi salud”*. Se fortalecen los ejercicios anteriores y se retoma el ejercicio de *“Respire y relájese”*. Además, se insiste en la sensibilización y toma de conciencia de su propio cuerpo y los cuidados que son necesarios. Así como a ventaja de dedicar diariamente, aunque sea, solo algunos minutos a ellas mismas.

##### Dinámica *“Lo que más te gusta hacer de comer”*

En sus mesas de trabajo, se invita a las participantes a comentar acerca de los platillos favoritos que saben elaborar. La finalidad es la de llevar a cabo un sencillo intercambio de recetas o incluso de menús cotidianos. Nuevamente, es apelar a las habilidades con que ya cuentan la mayoría de las mujeres, para que tengan mayor conciencia de sus capacidades. Esto, muy probablemente, favorecerá su autoestima.

Con esta dinámica que es un quehacer de todos los días, resultará, relativamente sencillo aplicar la técnica del como se hace un proyecto *“¿qué?, ¿con qué?, ¿cómo?, ¿cuánto cuesta?, ¿para que?”*

##### Cédula de Reflexión

Se concluye la cédula de reflexión con los temas *“Participación e Integración”* y la información de los diferentes grupos de la comunidad y la familia. Si algunos de los puntos anteriores de la cédula quedaron sin resolver, es conveniente, si así lo desea el participante, complementar la información.

### Elaboración del Segundo Objeto

Se pregunta quienes desean realizar un segundo títere o muñeco. Para la elección de su elaboración, deberán aplicar la dinámica de *¿qué voy a hacer? ¿con qué? y ¿cuánto cuesta?* Es importante destacar que desde el día anterior, se les presentaron las diferentes opciones, por lo que ellas conocen el costo de cada insumo y deciden que van a querer hacer y cuanto costará. Son objetos que, por lo general, no pasan de los 10 pesos y pueden ser adquiridos en el propio taller.

### Promoción de talleres con temas específicos

Si la realización del taller cumple con el objetivo de motivar el proceso de desarrollo integral de la comunidad, existirá el interés suficiente para considerar el emprender nuevas acciones de preparación y crecimiento personal, familiar y comunitario. Se inicia la promoción del siguiente taller temático, algunos de los talleres son: *“Elaboración de proyectos comunitarios”, “Gestión inteligente”* *“Comunicación familiar”, “Prevención de las adicciones”* y *“Derechos de la familia”*

### Redes sociales

La implementación de proyectos comunitarios tendrá que estar sustentado en formas de organización, por lo que se invita a reforzar las ya existentes, si las hubiere, o bien a conformar alguna forma de organización para la realización de proyectos específicos. Se eligen de cinco a diez personas que funjan como enlaces con todas las participantes. Una de las principales tareas a realizar por este grupo será el de dar continuidad a las tareas del desarrollo comunitario,

especialmente las emanadas, por acuerdo; durante este taller y tratar de hacerlas extensivas a mayor número de miembros de la comunidad.

#### **4.4.5 Quinta sesión**

Se inicia como los días anteriores con la realización de algunos ejercicios de respiración y relajamiento. Es recomendable, en esta última sesión acompañarlo de música rítmica que invite a una forma de baile individual, en este momento ya habrá mas confianza hacia si mismas y hacia el grupo, por lo que es probable se permitan “soltar el cuerpo” y disfrutar de la posibilidad alegre del ejercicio. Cada quién a su ritmo y posibilidades, sin imposiciones

#### **Elaboración y definición de la Agenda Social y Plan de Acción**

Esta última sesión, debe representar para todos los asistentes la culminación de un gran esfuerzo personal y de grupo así como el inicio de una nueva etapa de vida, con más recursos para disfrutar de sus emociones, diferentes estados de ánimo y aplicar conocimientos que les posibilitan planear su vida y luchar por sus metas de mejor forma.

Como un resumen del taller, es muy importante la elaboración de su agenda personal, familiar y comunitaria con sus respectivos planes de acción en la cédula que se ha diseñado para ello. (anexo 7)

La cédula consta de 6 pequeños cuadros en dos filas y tres columnas; en la primera columna el cuadro superior se utilizara para la agenda personal, el segundo para la agenda familiar y el tercero para la agenda comunitaria. En los

espacios inferiores se realizara el plan de acción de acuerdo a las agendas correspondientes.

La importancia de analizar los tres niveles al mismo tiempo, el personal, el familiar y el comunitario; obliga a las mujeres, por primera vez, a pensar en si mismas y a darse cuenta que son el centro de sus proyectos familiares y comunitarios, dada la gran relación entre estas actividades. La mayoría de ellas son sobre utilizadas en tareas comunitarias y manipuladas con actividades de carácter clientelar, casi a nivel de extorsión, por lo que esta nueva visión del yo a la comunidad, las libera y les fortalece.

En los espacios inferiores de deberá ir escribiendo la acción o acciones que se requieran hacer para lograr su proyecto. El tamaño pequeño de los cuadros obliga a seleccionar y priorizar sus propuestas. Se trata de que se propongan entre una y tres metas en cada nivel ya que este será, en cierta forma, un compromiso con ellas mismas, con su familia y con su comunidad. Se les pide llenar una hoja con su nombre y se la llevan como recuerdo y compromiso y otra sin nombre, quedará para el análisis de los resultados del taller.

### Agenda comunitaria

Al finalizar se hace un trabajo en grupo para definir la agenda comunitaria y su plan de acción. Esta será emanada, en alguna medida, de las agendas ya elaboradas de manera individual. Con el fin de lograr consensos, si se considera necesario, este ejercicio se realiza en los grupos o equipos que se formaron inicialmente. Se trata de tomar acuerdo en tres propuestas y su respectivo plan de

acción En la Agenda comunitaria, es muy importante diferenciar los aspectos que implican una demanda a la autoridad y los que pueden resolver con acción colectiva. Es útil escoger un ejemplo de cada tipo y después hacer un plan de acción

En esta sesión ya estarán incorporados y practicados los aspectos indispensables de la planeación; *¿qué hacer?, ¿por qué?, ¿para qué?, ¿con qué?, ¿con quién?, ¿cómo?, ¿en cuánto tiempo?*

Una vez logrado el acuerdo sobre la agenda comunitaria y su plan de acción, será de gran utilidad escribirlo en un rotafolio y formalizarlo con el grupo para poder dar seguimiento a las metas planeadas. Esta acción ayudará al fortalecimiento de las redes sociales y será parte de las actividades a realizar por las personas elegidas como enlaces, por el propio grupo.

### Cierre de actividades

Una vez establecido el compromiso de llevar a cabo la agenda comunitaria propuesta, con ánimo festivo, los participantes mostraran los trabajos realizados y lúdicamente, utilizando los títeres o muñecos hacen una representación de los momentos que consideran fueron los de mayor relevancia o trascendencia durante el desarrollo del taller, inducidos por los talleristas pero, procurando que las expresiones sean libres y preferentemente espontáneas.

Dejar la sensación de que aprender es divertido, lo importante de tomarse en cuenta como personas para si mismos y no solamente en función de los hijos o

la pareja, permitirá una revaloración de las personas, en su entorno inmediato, la familia, la confianza en los demás y la posibilidad de seguir creciendo como personas como familia y como comunidad.

## V RESULTADOS

Del taller realizado podemos reportar como resultados tres tipos de información:

1. Datos de la población asistente al taller.
2. Las agendas personales, familiares y comunitaria con sus respectivos planes de acción.
3. Registro de las acciones y obras realizadas por la promoción y con la participación de quienes integraron y desarrollaron el taller inicial.

### **1. Datos la población asistente al taller**

Los datos se obtuvieron, básicamente, de la información que cada una de las participantes vertió en la cédula de reflexión, es pertinente aclarar que no se trató de una encuesta o prueba y que es un instrumento que no está estandarizado. Algunos otros datos pudieron obtenerse mediante la observación directa realizada por los talleristas y los auxiliares.

Las personas que asistieron al taller fueron mujeres jóvenes que viven en Chimalhuacan, acudieron en respuesta a la promoción realizada por las promotoras de trabajo social de la asociación civil convocante y por un deseo de mejorar sus condiciones de vida. La mayoría de ellas son madres de los alumnos de las escuelas primarias de la zona, especialmente de la escuela en cuyos terrenos se llevó a cabo el curso taller. Manifestaron una franca preocupación por sus hijos, su principal temor es a que se conviertan en drogadictos y dejen de

asistir a la escuela. Son mujeres que en su mayoría cuentan con una pareja y son madres. Además de las labores domésticas y el cuidado y atención de los hijos, muy pocas trabajan de manera formal o lo hacen solo eventualmente, situación que les permitió asistir durante una semana al curso taller. Un poco menos de la mitad de las asistentes (48%), reportaron tener educación hasta la secundaria, las demás solo la primaria. La familia les es de suma importancia, en especial sus padres y sus hijos. Consideran que el principal problema familiar es el económico y el principal problema con su pareja es el alcoholismo y la violencia. Llama la atención que casi todas refieren tener buena salud, aunque también, casi todas reportan tener algún dolor o malestar frecuente. Viven en ese lugar, primordialmente, por la necesidad de contar con una vivienda, aunque el resto de servicios sea aún deficiente. Sin embargo, a pesar de los problemas, mantienen una actitud positiva expresada en la esperanza de que poco a poco las cosas puedan mejorar. Se consideran mujeres, fuertes y “luchonas” dispuestas a emprender acciones para mejorar la calidad de vida de sus hijos. A continuación se presentan algunas tablas, gráficas y aspectos que consideramos son de interés y fundamentan la descripción anteriormente realizada.

1.1 *Asistentes:* 58 mujeres, dos de ellas con asistencia irregular y un hombre que solamente acudió los dos primeros días, por lo que los datos se refieren solamente a las 56 mujeres que asistieron, regularmente, a todas las sesiones.

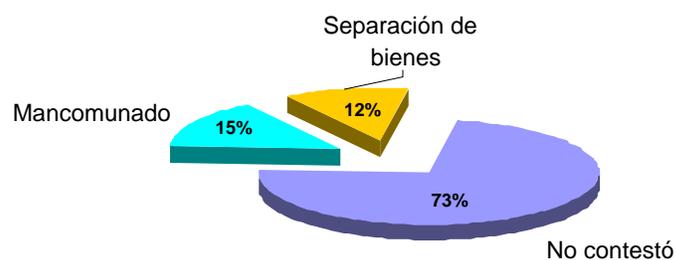
1.2 *Edad:* Fluctuó entre los 18 y 55 años. El promedio fue de 30 años de edad, de acuerdo a las frecuencias de las diferentes edades reportadas por las asistentes.

### 1.3 Situación de pareja:



Más del 80% de las participantes reportan vivir en pareja, la mayoría refiere estar casada. La estabilidad emocional y la formalidad de la pareja, al parecer, es uno de los valores importantes para el grupo de participantes.

### 1.4 Régimen matrimonial



Tres de cada cuatro participantes no contestaron acerca del régimen bajo el cual se encuentran casadas, situación que se puede aducir al desconocimiento de su situación jurídico matrimonial.

### 1.5 Escolaridad:

Grado	Participante	Pareja
Primaria	52%	41%
Secundaria	37%	46%
C. Técnica	1%	4%
Superior	---	4%
Sin estudios o no contestó	10%	5%

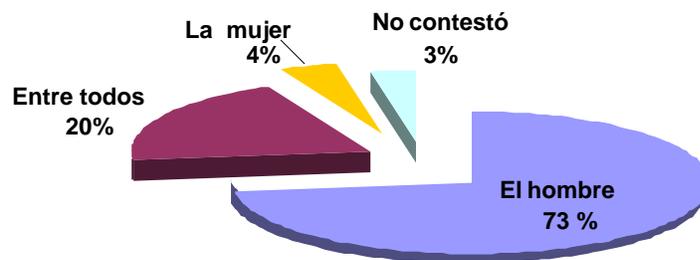
El 90% reportó tener algún grado de escolarización. Comparado con el grado de escolarización de sus parejas, el resultado es muy similar. Solo se advierte una ligera ventaja, para sus parejas, en los niveles técnico y superior. Aunque no está comprendido dentro de la cédula de reflexión, se pudo observar que no hubo ningún caso de persona analfabeta. Solamente dos participantes manifestaron desinterés por estudiar más. La mayoría enfoca su interés a terminar la secundaria o la preparatoria, según el caso. Los oficios más socorridos, en sus expectativas son los de enfermería y cultura de belleza.

### 1.6 Número de hijos:

3 hijos	32%
1 - 2 hijos	32%
4 - 5 hijos	16%
6 - 7 hijos	6%
Sin hijos	14%

En promedio en el grupo hay 3 hijos por participante, esto tomando solo en consideración a las 46 mujeres que reportaron entre uno y siete hijos por pareja. Se trata de mujeres jóvenes en su mayoría. (66%) reportan estar usando alguna forma de anticoncepción

### 1.7 Sostén económico del hogar:



Tres de cada cuatro familias son sostenidas por el hombre. Dos de cada diez sostienen la casa entre todos, lo que implica un sentido de cooperación. Es importante señalar que en algunas casas viven dos o tres familias.

### 1.8 La relación de su vida con el trabajo:



Solamente ocho mujeres reportaron realizar algún trabajo, además del de atender a sus hijos y su casa. Tres realizando labores de limpieza, Dos trabajan como estilistas. Dos en el comercio y una como obrera. Cuatro de ellas se encuentran estudiando la secundaria

### 1.8.1 Horarios de trabajo



Más de la mitad de las participantes no reportaron un horario de trabajo, a pesar de tener rutinas establecidas dentro del hogar como; elaborar desayuno, comida y cena, llevar a los hijos a la escuela y en general todas las labores domésticas. Reportaron un horario, solamente las que cuentan con algún trabajo adicional o las que asisten a la escuela.

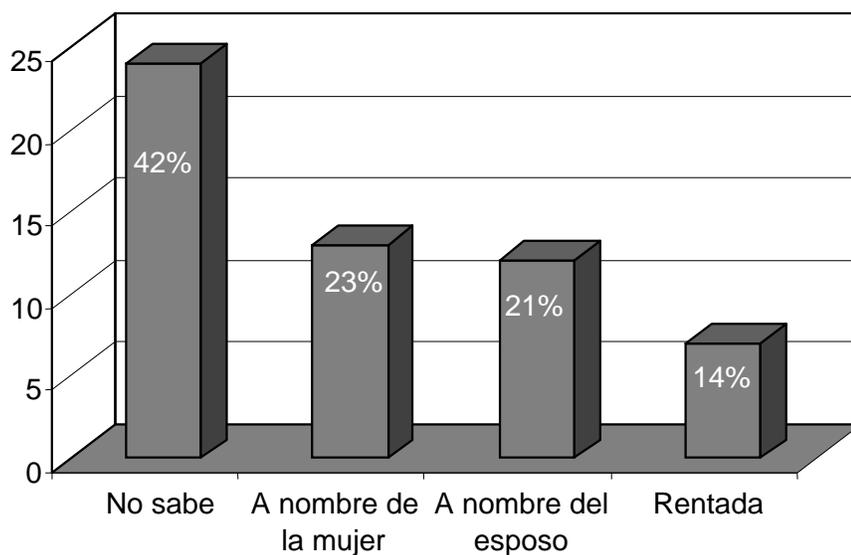
*1.8.2 Horario de trabajo de la pareja:* De los 36 reportes de horario de la pareja, podemos observar que; La mayor parte de los hombres están fuera de su hogar alrededor de 14 horas, lo que implica una enorme ausencia de la figura masculina y desde luego un obstáculo para la comunicación intrafamiliar. Dos casos, incluso, solamente regresan a su casa los fines de semana.

*1.8.3 Satisfacciones en el trabajo:* 26 de las participantes reportan si tener satisfacciones en el trabajo, 10 respondieron negativamente y 20 dejaron de contestar.

1.8.4 *Prestaciones*: Solamente 5 de las participantes reportaron contar con algún tipo de prestación

1.9 *Vivienda*: El 64% de las participantes respondieron vivir en hogares de menos de seis personas, lo que da un número razonable de personas viviendo bajo el mismo techo. El 36% restante vive en hogares de más de siete habitantes, lo que nos indica el que conviven con otras familias. La vivienda es el principal anhelo; tenerla, terminarla, contar con los servicios en torno a la casa, es por tener una vivienda el que están dispuestas a tantos “sacrificios”

#### 1.9.1 *Situación jurídica de la casa*



Dos de cada cinco de los participantes desconocen la situación jurídica de su vivienda. Uno de cada cinco reporta que esta se encuentra a nombre del esposo y uno, también de cada cinco, a nombre de la mujer.

### 1.10 Salud:

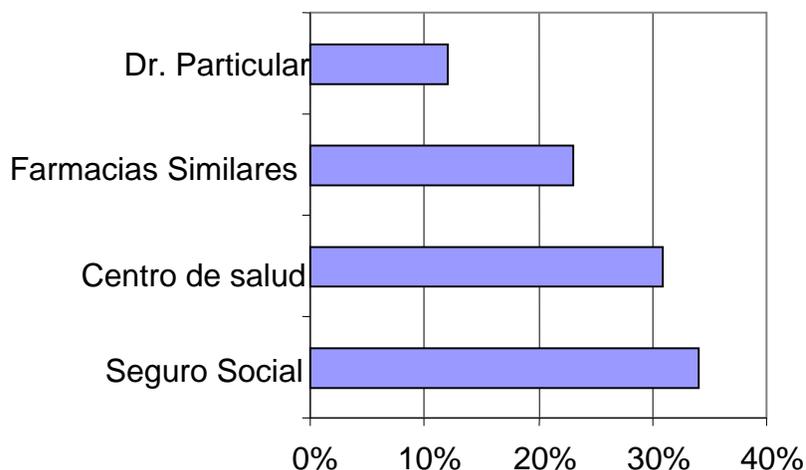
#### Su salud es

Buena	56%
Regular	22%
Mala	22%

Tiene algún dolor o malestar	
SI	NO
76%	24%

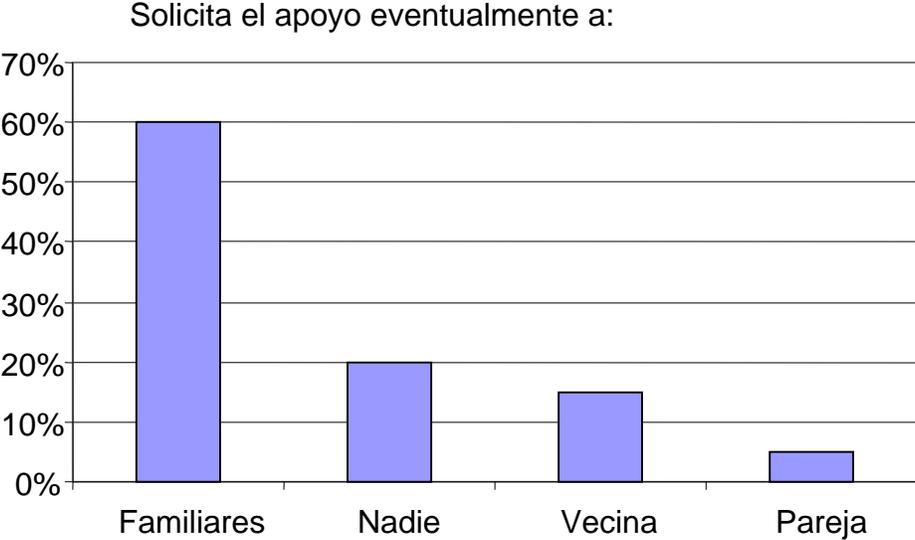
Más de la mitad de las participantes reportan tener buena salud, sin embargo tres de cada cuatro contestaron tener algún padecimiento. Ellas están atentas en cuidar la salud, básicamente, de sus hijos. 34 de las asistentes reportaron como enfermedades más comunes de sus hijos, las respiratorias, gripa e inflamación de anginas.

#### 1.10.1 Atención de la salud

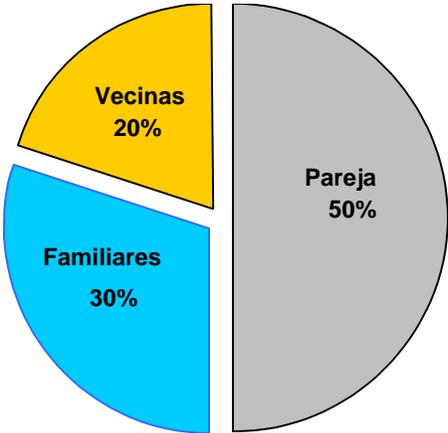


A pesar de que solamente 5 mujeres reportaron no tener prestación alguna, en materia de salud, la tercera parte refiere recibir atención del Seguro Social. Llama la atención el que casi la cuarta parte acude a Farmacias Similares.

1.11 *Relaciones con la comunidad:* En promedio, las participantes, llevan viviendo 6 años en ese lugar. No expresan orgullo por su colonia y si se advierte una inconformidad generalizada por la carencia de servicios. Se encuentran en ese lugar por no tener ninguna otra alternativa. Llama la atención el nivel mínimo de convivencia que tienen con sus vecinos, muy pocas veces acuden entre sí para apoyarse y reportan que prefieren obtenerlo de sus familiares aunque estos no vivan en la misma colonia.



Platica cotidianamente con:



En las dos gráficas anteriores podemos observar la escasa recurrencia a las vecinas tanto para eventuales apoyos, como para la comunicación cotidiana. Es pertinente observar que los familiares, en general no viven en la misma colonia. La pareja, como fue descrito anteriormente, esta muy pocas horas en la casa. Socialmente se advierte una comunidad deteriorada y formada por mujeres con un alto grado de aislamiento.

### 1.12 .Apoyo emocional

Padres	20%
Hijos	18%
Familiares	16%
Esposo	9%
Suegros	9%
No contestó	28%

Una de cada cinco participantes reportaron el que sus padres son el principal foco de atención emocional, por encima de los hijos y muy por encima de su esposo.

1.13 Principales problemas: El principal problema para prácticamente todas los participantes es el económico o el de no tener trabajo. Seguido por la incomunicación, tanto intrafamiliar como entre los vecinos.

#### 1.13.1 Principales problemas con la pareja:

	Del total de Participantes	De las que respondieron
Alcoholismo o violencia	21%	34%
Económicos	20%	31%
Comunicación	13%	20%
Trabaja mucho	5%	9%
Salud	4%	6%
No contestó	37%	

Más de la tercera parte de las participantes se abstuvieron de contestar esta pregunta. De entre las que sí respondieron la tercera parte reporta el alcoholismo o violencia como uno de los principales problemas con su pareja y que necesariamente afectan al resto de la familia, en una proporción similar lo referido a problemas económicos.

*1.14 Valores:* Lo que consideran como uno de los principales valores entre ellas y en general, lo que más admiran de sus vecinas es el ser “luchonas”, expresado en diferentes formas, referido siempre a la lucha constante; trabajar para salir adelante, no rendirse, seguir luchando. Solamente hubo una mención a respeto y otra a responsabilidad.

*1.15 Satisfacciones:* Entre sus principales satisfacciones que manifiestan están; sus hijos 50%, estar unidos y en familia el 30%, vivir todos bien el 13% y gozar de buena salud el 7%.

*1.16 Anhelos:* El principal anhelo, con relación a la vivienda, tenerla, terminarla, contar con los servicios, etc. Lo sigue el deseo de superación de los hijos, expresado en mejores condiciones de su escuela.

*1.17 Temores:* Su principal temor es el que sus hijos se vuelvan drogadictos. También temen a tener problemas serios de salud y a la pérdida de sus seres queridos.

## 2º Agenda Personal, familiar y comunitaria

Como fue descrito anteriormente, el llenado de la agenda es un ejercicio que inicialmente se hace de manera individual, aunque las participantes pudieron ser ayudadas por alguno de los auxiliares o por los talleristas. Al final se lleva a cabo un ejercicio conciliatorio para establecer una agenda comunitaria única. Esta es se realiza a partir de los resultados que cada uno de los equipos concilió previamente. Las agendas personales y familiares, si bien en varios casos son comentadas con el grupo, estas son respetadas. Se atiende y entiende la unicidad de las personas y las características y momentos específicos de cada familia. Los datos que aquí se reportan son los conceptos de mayor incidencia y son tomados a guisa de ejemplo.

<i>Agenda personal</i>	<i>Plan de Acción</i>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cuidar de mi salud</li> <li>• Atender mejor mi persona</li> <li>• Aprender cosas nuevas</li> <li>• Ser mejor cada día</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ir al médico periódicamente y atender cualquier molestia de mi cuerpo</li> <li>• Hacer ejercicio y no agotarme</li> <li>• Continuar estudiando o asistir algún curso</li> <li>• Revisar cada día mis errores y mis logros</li> </ul>

<i>Agenda Familiar</i>	<i>Plan de Acción</i>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mantener a mi familia unida</li> <li>• Que mis hijos mejoren en la escuela</li> <li>• Arreglar mejor la casa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Platicar y jugar mas con mis hijos Escuchar y hacerme escuchar con mi pareja. Procurar más actividades en familia</li> <li>• Tratar de ayudarlos en sus tareas y comunicarme con sus maestros</li> <li>• Ahorrar y que todos colaboren</li> </ul>

<i>Agenda comunitaria</i>	<i>Plan de acción Comunitario</i>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Limpieza</li>   <li>• Arreglos de la escuela : Barda perimetral, baños y filtraciones de agua</li>   <li>• Área de juegos para los niños</li>   <li>• Continuar con cursos o talleres para adultos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Organizar grupos para realizar faenas y colocar espacios o contenedores para la basura</li>   <li>• Coordinarnos con el director y maestros, conseguir materiales y recursos por cooperación</li>   <li>• Definir el área, gestionar la donación de algunos juegos y organizar faenas para arreglar el espacio</li>   <li>• Elegir el curso, solicitar los instructores y hacer la promoción con los vecinos.</li> </ul>

### **3º Registro de las acciones y obras realizadas por la promoción y con la participación de quienes integraron el taller inicial**

Al término del taller se constituyó un comité de vinculación y enlace, formado por diez participantes con quienes se continuó promoviendo diferentes actividades y el acercamiento de algunas otras organizaciones de carácter filantrópico. Cabe mencionar que en este comité se sumaron algunos esposos de las participantes. Durante los dos años subsecuentes al curso inicial se destacan los siguientes logros comunitarios.

#### Cursos y talleres realizados en la comunidad

- Elaboración de proyectos comunitarios y gestión inteligente
- Comunicación e integración familiar
- Prevención de las adicciones
- Orientación jurídica

- Orientación para la salud

#### Obras realizadas

- Construcción de la barda perimetral de la escuela
- Arreglo de baños y filtraciones de agua en las aulas
- Cancha de fútbol
- Área de juegos infantiles con columpios, resbaladillas, barras etc.
- Establecimiento de un dispensario médico

Todo lo anterior ha sido desarrollado por la comunidad apoyada por la organizaciones de; México Ciudad Humana A.C., Academia Metropolitana IAP Fundación Banamex y Fundación Best.

## VI CONCLUSIONES

La tendencia de los seres humanos a vivir en grandes ciudades, es un fenómeno social, al parecer de carácter irreversible. El crecimiento urbano, desafortunadamente, no siempre es planificado por lo que surge de manera inevitable el fenómeno de la marginación. Este fenómeno, por su complejidad, demanda para su atención, la intervención de diferentes especialistas entre los que se deben contar los abogados a las ramas sociales y, de manera especial, los dedicados a las ciencias del comportamiento humano. La interdisciplinariedad es requisito para afrontar, de manera integral, los procesos de desarrollo comunitario. El desarrollo no puede lograrse sin la participación activa y conciente de la población. Esta participación, consideramos, debe darse desde el proceso de planeación de las acciones y obras que se requieran realizar como comunidad.

Las comunidades urbano marginadas que no son atendidas para compensar, al menos en parte, las desventajas que las mantienen con carencias y deficiencias de servicios, se convierten en focos productores de seres socialmente endémicos. La frustración, desesperanza y resentimiento social se traducen en conductas indeseables. El aislamiento rompe con el sentido y la fuerza de la común – unidad, el individuo se estanca y no encuentra los medios para su crecimiento.

Es importante señalar que las personas que viven en comunidades tan afectadas, pueden contar aún con el reducto de la familia. El trabajo comunitario

debe partir de la persona hacia la comunidad, tomando muy en cuenta; el entorno, características y posibilidades de participación de la familia en los esfuerzos que se realicen para la mejoría de la población. Esta participación familiar en la vida comunitaria, está vinculada principalmente por la mujer. La mujer, es eje en la integración familiar y se convierte en eje y motor del desarrollo de su comunidad.

Los movimientos feministas, en los últimos años, han acuñado el término de “epoderamiento” de las mujeres, como una necesidad de conocer y reconocer la importancia del papel que, actualmente, juegan las mujeres en la sociedad, a pesar de las condiciones de adversidad y desigualdad a las que todavía se enfrentan. Sin embargo, este concepto no parece ser el más adecuado; tanto por las implicaciones semánticas de concepto poder, como por el desgaste que ha implicado el mal uso y abuso del poder en la esfera política, así como por las interpretaciones revanchistas de que algunas veces resulta ser objeto, el juego del poder. Por lo tanto, se considera más conveniente el término de *fortalecimiento*, ya que este concepto está libre de implicaciones no tan deseables como las descritas anteriormente. Fortalecer implica fuerza y reconocimiento, reconocimiento del esfuerzo, se asocia de manera más natural con la colaboración que con la competencia. La colaboración, es un ingrediente indispensable en el crecimiento de la pareja, la integración de la familia y el desarrollo de la comunidad.

Una forma de fortalecimiento para las mujeres es la capacitación, especialmente si esta se realiza a manera de talleres y con ejercicios vivenciales, Esta modalidad, permite inducir cambios a partir de sus propias habilidades. Inducir los cambios y proporcionar los instrumentos para lograrlos es proporcionar

acceso al proceso de enseñanza aprendizaje, no de forma escolarizada, si no en una concepción de educación abierta y permanente que además resulta, realmente, accesible.

La elaboración de los instrumentos para la capacitación, así como el diseño mismo del taller, parten de una concepción de interdisciplinaridad. Pero también, con una visión de intradisciplinaridad. Esto es, poder echar mano de los recursos que ofrecen las diferentes corrientes y enfoques de las ciencias de la conducta con la finalidad práctica de alcanzar los objetivos propuestos: La concepción pedagógica de P. Freire (1969) y de I. Illich (1977). La propuesta sistémica de Benathy (1993). La importancia de manejo corporal de W. Reich (1972) y sus seguidores. El psicodrama de Moreno (1969). La teoría de las representaciones sociales de Moscovici (1991). El manejo de las contingencias ambientales desarrollada por Skinner (1970). La creatividad propuesta por el gestaltista Zinder (2003), por mencionar algunos autores que, independientemente, de la época, metodologías propuestas o enfoques, permiten otorgar importantes aportaciones a este trabajo. La postura radical que han demandado ciertos enfoques, para el avance académico, limitaría enormemente el trabajo de campo. Una postura ecléctica, nos permite poder aprovechar mejor algunas de sus aportaciones.

Flexibilidad y apertura fueron necesarios para incorporar e integrar los elementos que formaron parte importante e innovadora en el trabajo desarrollado en Chimalhuacán: La utilización de la carpa resultó ser uno de los elementos que propició, favorablemente, el desarrollo de las actividades. La sensación de un espacio propio, pudo ser observada y comentada entre las participantes. El

desarrollo de ejercicios corporales, conjuntamente con los juegos, abundaron en una actitud positiva y despierta que invitó siempre a involucrarse en la acción. El saberse “aún puedo” y la conciencia de disfrutar el juego contribuyeron a elevar su autoestima reflejado en testimonios como; “me siento mejor” o “pensaba que sería aburrido”. La cédula de reflexión o cuestionario, es uno de los instrumentos que deberá ser revisado y reestructurado ya que, resultó demasiado extenso y en partes muy confuso, aún con la asistencia de los auxiliares en los momentos de su aplicación. Así mismo, la información obtenida presenta dificultades para la tabulación de los datos. A pesar de sus deficiencias, es un instrumento importante, tanto para obtener información de la población participante, como para facilitar la auto – confrontación de las participantes que, las invita a la reflexión.

La elaboración del títere o muñeco de peluche, es un instrumento que cubrió con creces su función durante el taller. Permitted ejemplificar las ventajas de planeación, y la organización en equipo, vinculó las actividades de las participantes con otros miembros de su familia. Fortaleció el auto-concepto de las participantes ya que todas terminaron, al menos, un muñeco el cuál presentaron orgullosas no solo por haberlo logrado, sino, por los diferentes significados que fueron encontrando en sus obras; parecidos a alguno de sus hijos o algún otro familiar, el apoyo que recibieron de sus compañeras, lo divertido de compartirlo en su casa. Pero, sobre todo, confirmar o reconfirmar sus habilidades.

El papel de la Psicología en este tipo de proyectos permite diferenciar con mayor claridad su relación y diferencia con otras disciplinas afines. Por ejemplo, el algunas veces, confuso lindero entre la Sociología, que trabaja esencialmente con

grupos, y la Psicología Social que atiende de manera primordial a la persona en relación al grupo. O bien con la Pedagogía, que atiende los técnicas de educación y la enseñanza, basadas en los procesos de aprendizaje de los que ampliamente se ha venido ocupando la Psicología.

El psicólogo está entrenado para; tomar en cuenta, apreciar y trabajar con la unicidad de las personas y la relación de cada una de ellas con su entorno. Es una responsabilidad de los psicólogos cuidar las formas de acercamiento a las personas que conforman los grupos de trabajo, atendiendo a la sensibilidad y contingencias específicas de cada una de las participantes en el grupo. Esta función se traduce en el manejo del Respeto, como uno de los valores universales y primordiales de las relaciones humanas, que debe de estar expresado no solamente en el trato interpersonal directo, sino también, en el cuidado de la forma y diseño de cada uno de los instrumentos, dinámicas y ejercicios utilizados. El reconocimiento de la valía y las aportaciones, de los diferentes miembros que componen el equipo de trabajo, es un ejercicio de Honestidad que de ninguna manera se puede pasar por alto. Responsabilidad, Respeto y Honestidad, son valores éticos universales que deben acompañar el ejercicio profesional, especialmente, de aquellos que atienden las disciplinas sociales y más aún, cuando se pretende reforzar el carácter humanista de nuestro ejercicio.

Resulta deseable que se amplíe la currícula de formación de los psicólogos para la resolución de problemas como el del caso aquí relatado. Despojarse de un celo profesional, algunas veces absurdo, permite la capitalización de experiencias extra – académicas, así como la comprensión y reconocimiento de las

aportaciones de otras disciplinas. El trabajo en equipo, es una oportunidad de aportación y apropiación de experiencias y conocimientos que enriquece, no solamente el proyecto realizado, sino que redunda en el crecimiento personal de las personas que conforman el grupo de trabajo. Retomar la Filosofía como origen mismo de la Psicología, nos permitirá asimilar y manejar con mayor certeza los valores éticos universales, como timones que den rumbo y sentido a los proyectos y programas que proponen cambios de carácter social.

Finalmente, los resultados obtenidos nos permiten confirmar que fueron alcanzados los objetivos, principalmente, por la continuidad de actividades que de manera organizada y participativa han venido sucediendo en la comunidad. Y, por la solicitud de comunidades cercanas, para que se lleven a cabo actividades similares.

## BIBLOGRAFÍA

- Acevedo, J. F. (2005). *El poder y el empoderamiento*.  
[www.pucp.edu.pe/-sentcom/poder.htm](http://www.pucp.edu.pe/-sentcom/poder.htm)
- Alvarado, R. E. (1995). *Planeación participativa como metodología para el desarrollo comunitario*. Tesis de licenciatura en Psicología. México: UNAM.
- Audrey, R. (1966). *The Territorial Imperative*. Nueva York: Atheneum Publishers.
- Benathy, B. H. (1993). *International systems science*. Handbook en Rodríguez, D. Rafael. Madrid: Fuschigrup.
- Benavides, L. (1977). *Educación Permanente*. Centro Internacional de Prospectiva y Altos Estudios S.C. México:  
[www.cipae.edu.mx/nuevaversion/adultos.html](http://www.cipae.edu.mx/nuevaversion/adultos.html)
- Berger, K. S. (2001). *Psicología del desarrollo, adultez y vejez*. Madrid: Médica Panamericana.
- Brown, R. (1972). *Psicología Social*. México: Siglo XXI editores.
- Cervantes, Miguel de, (2004) *Don Quijote de la Mancha*. Edición del IV centenario. México: Alfaguara.
- Ciudades Humanas (2002). *Ciudades Humanas, Pobreza urbana y el futuro de las ciudades*. Memoria del Primer Encuentro Internacional. México: Grupo editorial Miguel Ángel Porrúa.

Conapo (2000). Consejo Nacional de Población *Índices de Marginación*.

[www.conapo.gob.mx/publicaciones/indices/pdf/001.pdf](http://www.conapo.gob.mx/publicaciones/indices/pdf/001.pdf)

Conapo (2005). *Cifras*.

[www.conapo.gob.mx/00cifras/6b.htm](http://www.conapo.gob.mx/00cifras/6b.htm)

Díaz Guerrero, R. (2003). *Bajo las garras de la cultura*, México: Trillas.

Diccionario de la Real Academia Española (2005).

<http://diccionario.terra.com.pe/cgi-bin/b.pl>

Dilts, R., Grinder, J., Bandler, R. y Lozier, J. (2003). *Programación Neuro – Lingüística*, Vol. 1. México: Khaos.

Domus, M. y Moscovici, S. *Innovación e Influencia de las Minorías*. En

Moscovici, S. (1986). *Psicología social*, Barcelona, España: Paidós.

Foucault, M. (1979). *Microfísica del poder*. Madrid: Piqueta.

Freire, P. (1969). *La educación como práctica de la libertad*. México: Siglo XXI.

Freire, P. (1970). *Pedagogía del Oprimido*. México: Siglo XXI.

Ferreira, H. (2000). *El contexto regional del desarrollo sustentable en México*.

[www.cmq.edu.mx/reddecidades\\_rmcs/documentos/Hector%20Ferreira.rtf](http://www.cmq.edu.mx/reddecidades_rmcs/documentos/Hector%20Ferreira.rtf)

Fromm, E. (1974). *El arte de amar*, Buenos Aires, Argentina: Paidós.

Gago, H. A. (1980). *Elaboración de cartas descriptivas*. México: Trillas.

- García Maldonado, J. V. (2004). *Esquemas de desarrollo de la comunidad*, México: Biblioteca Digital CREFAL. <http://crefal.edu.mx>
- García, N. (2005). *Otro estilo de empoderamiento*.  
<http://web.uapep.mx/mu/articulos1.htm>
- Habichain, H. (2003). *Bruckman y el “empoderamiento” de las mujeres*.  
[www.rebellion.org/mujer/030520habychain.htm](http://www.rebellion.org/mujer/030520habychain.htm)
- Hainard, F. y Verschuur, Ch. (2001). *El empoderamiento de las mujeres en las crisis urbanas*. Madrid; UNESCO, IEPALA.
- Hammer, S. “ The Sexes”, en *Health*, julio1983,pp18 – 31
- Hernandez Laos, E. (1980). *Magnitud y características de la marginalidad ocupacional en las áreas urbanas de México*. México: inédito.
- Heyzer, N. (2003). *Una visión para la seguridad humana*. en UNIFEM Informe anual 2002 – 2003.
- IFIE, (2001) *Bases para el Programa Nacional de Educación 2002-2006. Educación Permanente*. México: Instituto de Fomento e Investigación Educativa. [www.ifie.edu.mx/6\\_educacion\\_permanente.htm](http://www.ifie.edu.mx/6_educacion_permanente.htm)
- Illich, I. (1977). *Alternativas*. México: Editorial Joaquín Mortiz.
- INEGI (2005). *Esperanza de vida por entidad federativa según sexo*. México: Instituto Nacional de Geografía, Estadística e Informática.  
[www.inegi.gob.mx](http://www.inegi.gob.mx)

- Jiménez, H. E. (1999). *Planeación Participativa y Democrática*. México: U de G.  
[www.iglom.iteso.mx/HTML/encuentros/congresol/pm5/edith.html](http://www.iglom.iteso.mx/HTML/encuentros/congresol/pm5/edith.html)
- Lagarde, M. (1996) *Género y feminismo. Desarrollo humano y democracia*.  
Madrid: Horas y Horas
- Lomnitz, L. A. (1980). *Como sobreviven los marginados*. México: Siglo XXI.
- López Negrete, A. (2002). *Hay dos clases de mujeres*. México: Sista.
- Lowen, A. (2000) *Bioenergética*. México: Editorial Diana.
- Luna Parra, M. A. (2002). *Ciudades humanas*, en Memoria del Primer Encuentro Internacional. Ciudades Humanas. México: Grupo editorial Miguel Ángel Porrúa.
- Luna Parra, M.A. (2004). *Conferencia ante el Sindicato Nacional de Trabajadores de la Educación*, México: SNTE.
- Mann, L. (1972). *Elementos de Psicología social*. México: Limusa.
- McDavid, J.W. y Hariri, H. (1979). *Psicología y Conducta Social*, México: Limusa.
- Montero, M. (1994). *Construcción y crítica de la psicología social*. Barcelona España: Antropos.
- Montero, M. (2002). *Psicología social comunitaria*. México: Universidad de Guadalajara.
- Montero, M. (2003). *Teoría y práctica de la psicología social comunitaria*. México: Paidós.

- Moreno, J. (1969) *Psicoterapia de grupo y psicodrama. Introducción a la teoría y a la praxis*. México: Fondo de Cultura Económica
- Moscovici, S. (1991). *Psicología Social Influencia y cambio de actitudes, individuos y grupos*. Barcelona, España: Paidós.
- Navarro, A. R. (1999). *Psicoterapia Corporal y psicoenergética*, México: Pax.
- Nietzsche, F. W. *Así hablaba Zaratustra*. Traducción de Anibal, Forte, (1981)  
Madrid: Edaf.
- Pick, S. y López, A. L. (1982). *Cómo investigar en ciencias sociales*. México:  
Trillas.
- PND, (2001) (Plan Nacional de Desarrollo) 2001 – 2006 *Planeación Participativa*.  
[www.cddhcu.gob.mx/bibliotpublica/pnd2001/elab1.htm](http://www.cddhcu.gob.mx/bibliotpublica/pnd2001/elab1.htm).
- PNUD, (2005). (Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo) *Estrategias de género*  
[www.undp.org.mx/Genero/Doctos/Estrategia%20de%20G%C3%A9nero.pdf](http://www.undp.org.mx/Genero/Doctos/Estrategia%20de%20G%C3%A9nero.pdf)
- PNUD. (2005). *Índices de desarrollo de género*.  
<http://saul.nueve.com.mx/disco/images/nota%20tecnica%20IDG.pdf>
- Polo, L. *Las relaciones del juego con la ética*. Obtenido el 21 de junio 2004 en:  
[http:// www. imef.org.mx](http://www.imef.org.mx)
- Ponce de León, E. (1987). *Los Marginados de la ciudad. Educación en la Comunidad*, México: Editorial Trillas.

Pophan, W. J. (1972). *Planeamiento de la enseñanza*. Buenos Aires: Paidos

*Psychology Today*, noviembre de 1978, p.59.

Rao, G. G. (2002). *Equidad de Género*.

[www.lajornada.unam.mx/2002/mar01/010303/isequidad.html](http://www.lajornada.unam.mx/2002/mar01/010303/isequidad.html)

Reforma, diario (12 de julio 2002) sección Ciudad pp, México.

Reich, W. (1972). *Análisis del carácter*. Buenos Aires: Paidos

Revista Global. Boletín 2001: 14, *Herramientas Analíticas y conceptuales*.

<http://wideglobal.net/wspa/wide14/wide1htm>

Rojas, S. R. (2001). *Guía para realizar Investigaciones sociales*, México: Plaza y Valdez Editores.

Sampieri, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2003). *Metodología de la Investigación*, México: Mc Graw Hill.

*Science Digest*, septiembre de 1982, p.90.

Sen, A. K. (2001). *El nivel de vida*, Madrid: Editorial Complutense.

Skinner, B. F. (1970). *Ciencia y Conducta Humana*. Barcelona, España: Fontanella.

Triista A, H. (2000). *Los Indicadores para el empoderamiento de las mujeres*. Indonesia: Centro de Estudios de la Mujer. Instituto de Investigaciones de la Universidad de Snwijaya.

- Watzlawick, P., Beavin, B. J. y Jackson D. D. (1997). *Teoría de la comunicación humana*, Barcelona, España: Herder.
- Weil, S. (1998). *La gravedad y la gracia*. Madrid: Trotta.
- Ziccardi, A. (coord.) (1996). *La tarea de gobernar: Gobiernos locales y demandas ciudadanas*. México: Miguel Ángel Porrúa,
- Zicardi A. (2003). *Planeación Participativa en el Espacio Local*. Cinco Programas parciales de desarrollo urbano. México: PUEC, UNAM.  
[www.puec.unam.mx](http://www.puec.unam.mx)
- Zimerman, M.A. y Rappaport, J. (1988). “*Citizen participation, perceived control, and psychological empowerment*”, *American Journal of Community Psychology*, 20 (6),pp707-727
- Zinker, J. (2003). *El proceso creativo en la terapia gestáltica*. México; Paidós

**CARTA DESCRIPTIVA GENERAL**

<b>Objetivos</b>	<b>Fortalecimiento de capacidades y actitudes</b>
1. Propiciar el <u>desarrollo personal</u> basándose en mejorar el nivel de autoestima.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identidad.</li> <li>• Autoestima.</li> <li>• Comprobarse que puede realizar proyectos y objetivos.</li> </ul>
2. Mejorar el <u>desarrollo de capacidades</u> especialmente, definir su problemática y realizar proyectos y planes de acción.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Capacidad de trabajo personal y en grupo.</li> <li>• Definición de proyectos.</li> <li>• Definir prioridades y tiempos.</li> </ul>
3. Dotar de los <u>conocimientos</u> necesarios.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Cómo hacer las cosas?</li> <li>• Principales derechos.</li> <li>• Consejos para la salud.</li> <li>• Educación de los hijos.</li> </ul>
4. Mejorar las <u>habilidades</u> para realizar mejor sus tareas y demostrarse así mismo sus capacidades de transformación	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Elaboración de objetos útiles y de juguete didáctico.</li> <li>• Tomar decisión y elaborar Planes de Acción. ¿Qué hacer - Con que – Cuanto cuesta - Con quien – Como – Por que y Para qué?</li> </ul>
5. <u>Motivaciones</u> hacia la posibilidad de ser actores de su propio cambio y a una mejor convivencia con su familia y la comunidad.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estimular los cambios necesarios</li> <li>• A conocerse a si mismas y a las demás.</li> <li>• A una mejor integración y comunicación.</li> </ul>
6. Fomentar <u>actitudes</u> positivas para el desarrollo personal, la convivencia y la participación comunitaria	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Perder el miedo a la comunicación.</li> <li>• Valorarse a sí mismo.</li> </ul>
7. Reforzar los <u>valores</u> y la convivencia armónica.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Respeto</li> <li>• Integración.</li> <li>• Tolerancia.</li> <li>• Apoyo mutuo.</li> <li>• Compartir.</li> <li>• Corresponsabilidad.</li> </ul>
8. Mejorar la <u>convivencia</u> , la cohesión social y fortalecer redes sociales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Experimentar la satisfacción de la convivencia.</li> <li>• Establecer pactos y compromisos.</li> </ul>
9. Elevar el nivel de <u>conciencia</u> y en especial de la cultura de la legalidad.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aceptación de la necesidad de cambio</li> <li>• Conocimientos básicos de derecho y certeza patrimonial.</li> <li>• Ventajas del Estado de Derecho</li> </ul>

10. Mejorar y ampliar los niveles de <u>participación</u> y fomentar nuevas formas de <u>liderazgo</u> .	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Definir principios y compromisos</li> <li>• Apoyo mutuo.</li> <li>• Organización para el cambio.</li> </ul>
11. <u>Visión</u> . Proporcionar las herramientas para identificar y promover cambios	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sentido del cambio claro y compartido.</li> <li>• Capacidad de definir Agenda Personal, Familiar y Social</li> <li>• Evaluar y redefinir.</li> </ul>
12. <u>Definición</u> de Agenda Personal, Familiar y Comunitaria	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jerarquizar necesidades</li> <li>• Determinar prioridades</li> </ul>
13. <u>Determinación</u> del Plan de Acción	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Qué – Cómo – Con quién – Con qué Cuándo y Cuánto cuesta?</li> </ul>
14. <u>Evaluación</u> y rectificación	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Establecer lo que funciona</li> <li>• Corrección de errores</li> </ul>
15. Capacidad de <u>Organización</u>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estructurar formas específicas de organización</li> </ul>

**CARTA DESCRIPTIVA POR SESIONES**

**PRIMERA SESIÓN**

<b>Objetivos</b>	<b>Actividades</b>	<b>Metodología</b>
1. Autoestima e identidad.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Registro: Tratar a cada asistente de manera personalizada, por su nombre</li> </ul>	Técnica de integración
2. Establecer claramente lineamientos y compromisos.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Presentación (quien soy yo y de donde vengo)</li> <li>Dinámica ejercicio “Mi salud y mi cuerpo”.</li> </ul>	Técnica de integración Técnica expositiva - participativa
3. Capacidad de reflexión.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dinámica de integración: “Doble Rueda”</li> </ul>	
4. Mejorar habilidades.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Importancia del juego</li> </ul>	Técnica expositiva - participativa
5. Dar sentido a la vida. (Visión)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Técnicas y expectativas del curso: (mostrar los modelos que se utilizarán) ¿Por qué estoy aquí? (carta compromiso)</li> </ul>	Técnica expositiva - participativa
6. Trabajar en equipo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Concepto de Integración:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>Relación de apoyo.</li> <li>Comunicación.</li> <li>Resolución de problemas.</li> <li>Redes sociales.</li> </ul> </li> </ul>	
7. Fomentar actitudes positivas para el desarrollo personal y en la convivencia.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cédula de reflexión ¿Quién soy yo?</li> <li>Evaluación de las actividades del día</li> </ul>	Técnica expositiva – participativa Técnica expositiva – participativa

<b>Material</b>	<b>Formatos</b>
Hojas, maskin tape, cartulina, rotafolio, Hojas para rotafolio, plumones, lápices, gafetes, modelos. Nota: Cada participante traerá sus tijeras	Cédula de reflexión, el juego, interacción e integración, expectativas del taller, carta compromiso, ¿quien soy?, evaluación y ¿que aprendí hoy?

## SEGUNDA SESIÓN

Objetivos	Actividades	Metodología
1. Capacidad de elaborar proyectos y plan de acción 2. Reforzar valores, responsabilidades y compromisos 3. Desarrollo humano 4. Habilidades. 5. Trabajo individual y en equipo. 6. Reflexión.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dinámica juego y ejercicio “Mi salud y mi cuerpo”               <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Que hice el día de ayer?</li> <li>• ¿Qué logre cambiar?</li> <li>• ¿A que me comprometo?</li> </ul> </li> <li>• Lectura compromiso conmigo mismo.</li> <li>• Taller práctico. (realización del títere)</li> <li>• Elaboración de plan de acción               <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Qué?</li> <li>• ¿Con qué?</li> <li>• ¿Cuánto cuesta?</li> <li>• ¿Cómo?</li> <li>• ¿Por qué?</li> <li>• ¿Para que?</li> </ul> </li> <li>• Cédula de reflexión.               <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Cómo es mi familia?</li> <li>• Mi vida con el trabajo.</li> <li>• Relaciones de apoyo.</li> </ul> </li> <li>• Evaluación del día.</li> </ul>	Técnica de integración.  Lectura de sensibilización  Taller teórico práctico.  Técnica-expositiva participativa  Técnica expositiva - participativa y de sensibilización  Técnica expositiva – participativa

MATERIAL	FORMATOS
Telas, estambre, dubetina, delcrón, medias, bolas de unicel, ojitos para títeres, moldes, pegamento, pistolitas de silicón	Cédula de reflexión, el juego, interacción e integración, expectativas del taller, carta compromiso, ¿quien soy?, evaluación y ¿que aprendí hoy?

### TERCERA SESIÓN

Objetivos	Actividades	Metodología
1. Derecho a la identidad y a la diferencia. 2. Visión. 3. Desarrollo de habilidades.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dinámica “Enseña tu muñeco”</li> <li>• Ponle nombre a tu muñeco.</li> <li>• Aprende a interactuar y expresarte con tu muñeco.</li> <li>• Respeto a la diferencia, derechos de cada miembro de la familia.</li> </ul>	Técnica de integración y sensibilización.
4. Reflexión sobre el yo y mis circunstancias. 5. Importancia del amor.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lectura “La capita protectora”</li> <li>• Canción en común.</li> </ul>	Técnica de sensibilización
6. Aprender a jugar y formar a los hijos. 7. Reforzar los valores.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cédula de reflexión.</li> <li>• Conciencia jurídica.</li> <li>• Mujer y salud.</li> </ul>	Técnica expositiva participativa y de sensibilización
8. Mejorar la convivencia. 9. Elevar el nivel de conciencia legislativa. 10. Mejorar y ampliar los niveles de participación.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Relación con la comunidad</li> <li>• .Evaluación del día.</li> <li>• ¿Qué aprendí hoy?</li> <li>• ¿Qué puedo enseñar?</li> </ul>	Expositiva – participativa.

Material	Formatos
Modelos para el día siguiente, cassettes de música y grabadora.	Cédula de reflexión, lectura “La capita protectora” evaluación y ¿qué aprendí hoy? ¿qué puedo enseñar?.

## CUARTA SESIÓN

Objetivos	Actividades	Metodología
1. Visión. 2. Sentido del cambio. 3. Integración comunitaria. 4. Definición de la agenda y plan de acción. 5. Preparación de exposición y fiesta.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dinámica de ejercicio “Mi salud y mi cuerpo”.</li> <li>• Dinámica “Que es lo que más te gusta hacer de comer” (reflexión del como se hace un proyecto: ¿qué?, ¿con que?, ¿cómo?, ¿cuánto cuesta?, ¿para que?.</li> <li>• Cédula de reflexión.               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Participación e integración</li> <li>• Otros grupos.</li> </ul> </li> <li>• Selección de objeto (elaboración)</li> <li>• ¿Cuál ha sido el momento más feliz de tu vida?               <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Tu logro más importante como lo llevaste a cabo?</li> <li>• ¿Fue sola o con los demás?</li> </ul> </li> <li>• Presentación de los próximos talleres temáticos: “Gestión inteligente”, “Adicciones”, ”Principios jurídicos” etc.</li> <li>• Propuesta de enlaces</li> <li>• Evaluación del día.</li> </ul>	Técnica de integración.  Técnica grupal expositiva participativa.       Expositiva participativa y de sensibilización    Dinámica de grupo. Expositiva participativa   Exposición    Expositiva participativa

Material	Formatos
Modelos para el siguiente objeto, información de los nuevos talleres música y grabadora.	Cédula de reflexión, evaluación

## QUINTA SESIÓN

Objetivos	Actividades	Metodología
1. Definición de Agenda y Plan de Acción. 2. Compromiso. 3. Exposición y reunión. 4. Mejorar y ampliar los niveles de participación. 5. Visión. 6. Capacidad de organización.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dinámica “Elaboración y definición en común de Agenda y Plan de Acción”.</li> <li>• Reforzamiento de enlaces.</li> <li>• Juego con mis hijos sobre derechos de toda la familia con títeres</li> <li>• Exposición de trabajos</li> <li>• Cierre de actividades.</li> <li>• Inscripción al siguiente taller o talleres.</li> <li>• Convivencia</li> </ul>	Técnica grupal expositiva participativa.  Convivencia.  Técnica expositiva participativa  Compromiso.

Material	Formatos
Rotafolio, hojas para rotafolio, plumones, cinta canela, cartulinas, paquete de materiales para hacer el títere,	Elaboración de Agenda

**COMPROMISO CONMIGO MISMO**

Soy un ser con cualidades, valores y sueños, también tengo defectos pero tengo que aprender a conocerme y a superarme para poder vivir y convivir mejor con los seres que quiero.

Tengo que comprenderme a mi misma, comprender a los demás y entender que tenemos diferentes estados de ánimo, a veces nos sentimos tristes, solos, estresados, enojados e inseguros y otras nos sentimos alegres y optimistas.

Viviré intensamente el día de hoy que es él más importante, y me olvidaré de la amargura, del ayer y la incertidumbre del mañana. Aunque a veces la vida se ve muy difícil intentaré el día de hoy y cada día a luchar por lo que ahora creo imposible.

El primer ser humano que tengo que entender y valorar es a mí misma, con mis capacidades y debilidades para poder entender a mis hijos y lograr una mejor convivencia familiar.

En suma: hoy me comprometo con todas las fuerzas de mi ser, a pregonar la filosofía, "yo puedo ser mejor", conmigo mismo, con mi familia, con mis amigos y con toda mi comunidad. Es un reto importante en mi vida y sé que triunfaré.

---

Nombre y firma

**CUÉDULA DE REFLEXIÓN**

**I Del Yo al Ser Social**

Nombre \_\_\_\_\_ Edad \_\_\_\_\_

Domicilio \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ Telefono \_\_\_\_\_

1. Lugar que ocupa en la familia de la casa en donde vives\*

( ) Esposa ( ) Pareja en unión libre ( ) Hija

( ) Madre ( ) Abuela ( ) Hijo

\*Se pueden marcar dos opciones

2. ¿De donde eres? \_\_\_\_\_ ¿y tu pareja? \_\_\_\_\_

3. ¿Dominas algún oficio? ( ) NO ( ) SÍ ¿Cuál? \_\_\_\_\_

4. Estado civil \_\_\_\_\_ Si estas casada es tu primer matrimonio ( ) SÍ ( ) NO

5. ¿Por cuál régimen? \_\_\_\_\_ Número de hijos \_\_\_\_\_

6. ¿A que escuela van tus hijos? \_\_\_\_\_ Edades de tus hijos \_\_\_\_\_

7. ¿A que edad tuvo su primer hijo? \_\_\_\_\_

8. ¿Desde que edad trabaja? \_\_\_\_\_ ¿En qué trabaja? \_\_\_\_\_

9. ¿Cuánto gana? \_\_\_\_\_ ¿En qué ha trabajado? \_\_\_\_\_

10. ¿Le gustaría estudiar más? \_\_\_\_\_ ¿Qué estudiaría? \_\_\_\_\_

11. ¿De quién es la casa donde vives? \_\_\_\_\_

12. ¿A nombre de quién esta? \_\_\_\_\_

13. ¿Ya está pagada? ( ) SI ( ) NO

14. ¿Ya tiene escrituras? ( ) SÍ ( ) NO

## II ¿Cómo es mi familia?

15. ¿Cuántos y quiénes viven en la casa? \_\_\_\_\_
16. ¿Dónde viven sus papás? \_\_\_\_\_
17. ¿Dónde viven sus suegros? \_\_\_\_\_
18. ¿Qué parientes viven en la colonia? \_\_\_\_\_
19. ¿Quién o quienes sostienen la casa? \_\_\_\_\_
20. ¿A quiénes sostiene o ayuda, aunque no vivan en su casa? \_\_\_\_\_
21. ¿A quiénes procura emocionalmente? \_\_\_\_\_
22. ¿Tiene alguien a quién atender o cuidar? ( ) SI ( ) NO ¿Cuál es el grado de dependencia? \_\_\_\_\_
23. ¿Quién te ayuda cuando tienes problemas del cuidado de tus hijos? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
24. ¿Quién te ayuda cuando tienes que cuidar algún enfermo? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
25. ¿Cuáles son sus principales problemas? \_\_\_\_\_
26. ¿Cuáles son sus principales satisfacciones? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
27. ¿Cómo podría mejorar su vida? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

28. ¿Cómo podría mejorar su convivencia? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

29. ¿Cuáles son los principales problemas de comunicación en su familia? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

30. ¿Cuáles han sido los mejores momentos con sus hijos? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

31. ¿Cuál ha sido la época más difícil? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

32. ¿A qué le teme más? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

33. ¿Qué tanto comparte tareas y responsabilidades?  
¿Con su pareja? \_\_\_\_\_  
¿Con sus hijos? \_\_\_\_\_  
¿Con otros miembros de la familia? \_\_\_\_\_

34. ¿Cómo te gustaría el futuro de su familia? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

35. ¿Cuáles son los principales problemas de sus hijos? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

36. ¿Cuáles son los principales problemas de su pareja? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

37. ¿Cuáles son los principales logros de la familia? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

### III Relación de su vida con el trabajo

38. ¿A qué hora sale a trabajar? \_\_\_\_\_ ¿A qué hora regresa? \_\_\_\_\_  
¿Y su pareja? Sale \_\_\_\_\_ Regresa \_\_\_\_\_ ¿Cuánto tiempo hace al trabajo \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
39. ¿Por qué allá? \_\_\_\_\_
40. ¿Quién le cuida a sus hijos? \_\_\_\_\_
41. ¿Ha tenido satisfacciones en su trabajo? ( ) SI ( ) NO ¿Cuáles? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
42. ¿Ha tenido insatisfacciones en su trabajo? ( ) SÍ ( ) NO ¿Cuáles? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
43. ¿Qué seguridad, servicios y prestaciones tiene? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
44. ¿Qué le parece injusto de su vida laboral? \_\_\_\_\_

### IV Relaciones de Apoyo - Convivencia y recreación

45. ¿A quién recurre cuando tiene un problema personal o familiar? \_\_\_\_\_
46. ¿Con quién platica sobre lo que le pasa en el día? \_\_\_\_\_
47. ¿Con quién convive más frecuentemente? \_\_\_\_\_
48. ¿ Con quién comparte su gastos? \_\_\_\_\_

49. ¿Qué hace sábados y domingos?\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

50. ¿Cómo convive con tu familia entre semana?-

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

51. ¿Tiene amigas? ( ) SI ( ) NO      ¿Amigos? ( ) SI ( ) NO

52. ¿Hace algún deporte o ejercicio? ( ) SÍ ( ) NO ¿Cuál?\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

53. ¿Cuándo y cómo descansa?\_\_\_\_\_

54. ¿A donde pasea?\_\_\_\_\_

55. ¿A donde le gustaría pasear?\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

56. ¿Qué le gustaría hacer para divertirse\_\_\_\_\_

57. ¿Qué le gustaría hacer para superarse?\_\_\_\_\_

58. ¿Cuál es el principal motivo de su vida?\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

59. ¿Cómo cree que ha sido su vida? (elija tres)

( ) Interesante ( ) Bonita ( ) Gris ( ) Intensa ( ) Placentera

( ) Trágica ( ) Aburrida ( ) Normal ( ) Triste ( ) Feliz

### V Conciencia Jurídica

60. ¿Conoce sus derechos como mujer, madre, hija, esposa o pareja?

( ) SI ( ) NO ¿Cuáles? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

61. ¿Qué derecho tienen las parejas aunque no estén casadas? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

62. ¿Qué derechos tienen las concubinas? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

63. ¿Sabes que hacer o a donde acudir en caso de sufrir violencia intrafamiliar contra usted o sus hijos? ( ) SI ( ) NO ¿a donde? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

64. ¿Tienes actas de nacimiento de tus hijos? ( ) SI ( ) NO

### VI Mujer y Salud

65. ¿Su salud es buena? ( ) SI ( ) NO ¿De que estás enferma? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

66. ¿Tienes algún dolor o malestar frecuente o permanentemente?

( ) SI ( ) NO ¿Cuál? \_\_\_\_\_

67. ¿Qué persona de tu familia se enferma con más frecuencia?

Enfermedad

Enfermedad

Abuela \_\_\_\_\_ Hijo \_\_\_\_\_

Abuelo \_\_\_\_\_ Hija \_\_\_\_\_

Madre \_\_\_\_\_ Otro \_\_\_\_\_

68. ¿Qué tipo de enfermedad padecen en su familia? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

69. ¿Cuándo son enfermedades comunes como gripe, tos, diarrea, etc.?

( ) Acude al médico                      ( ) Se autorreceta

70. ¿Quién los acompaña? \_\_\_\_\_

71. ¿Qué tan lejos le queda? \_\_\_\_\_

72. ¿Cuánto gasta en promedio por consulta? \_\_\_\_\_

73. ¿En donde adquiere sus medicinas? \_\_\_\_\_

74. ¿Qué medicamento compra con más frecuencia? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

75. ¿Cuánto gasta, en promedio a la semana, en medicinas? \_\_\_\_\_

76. ¿Existen farmacias cerca de su comunidad? ( ) SI ( ) NO

77. ¿Qué otros servicios ofrecen las farmacias que conoce? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

78. ¿Has tenido alguna operación o algún miembro de su familia?

( ) SI      ( ) NO ¿Qué tipo de operación? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

79. ¿En que hospital se la hicieron? \_\_\_\_\_

80. ¿Sobre que tema de salud le gustaría tener más información? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## VII Relación con la comunidad y percepción de servicio

81. ¿Cuándo llegaron a esta comunidad? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

83. ¿De donde y por qué vinieron? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

84. ¿Cómo fue su llegada? \_\_\_\_\_

85. ¿Cuáles son los principales logros que han tenido? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

86. ¿Cómo le gustaría que mejorara? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

87. ¿Qué le gustaría cambiar? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

88. ¿Cómo deben lograrse los cambios? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

89. ¿Es posible hacerlo? \_\_\_\_\_

Obstáculos

Facilidades

En la familia \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

En la comunidad \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

En el municipio \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

En el Estado \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

En el País \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

90. ¿En donde hace sus compras de:
- Alimentos\_\_\_\_\_
- Ropa\_\_\_\_\_
- Muebles\_\_\_\_\_
- Aparatos eléctricos\_\_\_\_\_
91. ¿Cada cuando cocina?\_\_\_\_\_
92. ¿Cada cuando come fuera de casa?\_\_\_\_\_
93. ¿Cuánto gasta en comida?: Diario\_\_\_\_\_ Semanal\_\_\_\_\_ Mensual\_\_\_\_\_
94. ¿Qué iglesias existen en su comunidad a cuales asiste?\_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
95. ¿Las iglesias que conoces prestan algún servicio a la comunidad ?
- ( ) SI ( ) NO ¿Cuáles?\_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
96. ¿Existen instituciones en tu comunidad que atiendan el problema del alcoholismo o de las adicciones? ( ) SI ( ) NO
- ¿Cuáles?\_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
97. ¿ Volvería Usted a llegar aquí?\_\_\_\_\_
98. ¿Se están cumpliendo sus aspiraciones?\_\_\_\_\_
99. ¿Cuál es su anhelo más próximo?\_\_\_\_\_
100. ¿A que le teme?\_\_\_\_\_
101. ¿Cómo se lleva con sus vecinos?\_\_\_\_\_
102. ¿En qué colaboran juntos?\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

103. ¿Cuántos vecinos conoce por su nombre? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

¿Con cuantos lleva amistad? \_\_\_\_\_

104. ¿Con cuantos se ayuda cuando tiene algún problema? \_\_\_\_\_

105. ¿Qué desencanto o desilusión ha vivido desde que llegó aquí? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

106. ¿Cómo son los servicios? de:

Agua ( ) bueno ( ) regular ( ) malo ( ) no hay

Drenaje ( ) bueno ( ) regular ( ) malo ( ) no hay

Limpia ( ) bueno ( ) regular ( ) malo ( ) no hay

Seguridad ( ) bueno ( ) regular ( ) malo ( ) no hay

107. ¿Como son los servicios de educación?

Preescolar ( ) bueno ( ) regular ( ) malo ( ) no hay

Primaria ( ) bueno ( ) regular ( ) malo ( ) no hay

Secundaria ( ) bueno ( ) regular ( ) malo ( ) no hay

Esc. Técnica ( ) bueno ( ) regular ( ) malo ( ) no hay

108. ¿Cuáles son los principales problemas? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

109. ¿Cómo participa en la escuela? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

### VIII Comunidad, Participación e Integración Social

110. ¿Cuáles son los principales problemas en tu comunidad? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

111. ¿Cuáles son los principales problemas de convivencia? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

112. ¿Qué podemos hacer para mejorar? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

113. ¿Qué podemos hacer para resolver los problemas? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

114. ¿Qué es participar? \_\_\_\_\_

115. ¿Por donde empezar? \_\_\_\_\_

116. ¿Qué es organizarse? \_\_\_\_\_

117. ¿Cómo te gustaría que fuera tu comunidad? \_\_\_\_\_

118. ¿Cómo puedes influir? \_\_\_\_\_

119. ¿En cuales comités de acción local o grupos participas? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

120. ¿Eres miembro de algún partido? ¿Cuál? \_\_\_\_\_

121. ¿Eres miembro de alguna ONG? ¿Cuál? \_\_\_\_\_

**Niños, niñas y adolescentes:**

122. ¿Cuáles son los problemas que viven aquí los mismos? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

123. ¿Cuál es el más urgente de atender? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Jóvenes:**

124. ¿Cuáles son sus problemas? \_\_\_\_\_

---

125. ¿Cómo podrá mejorar su vida presente y futura?\_\_\_\_\_

---

**Tercera edad**

126. ¿Cuáles son los problemas mas urgentes de los adultos mayores?\_\_\_\_\_

---

**Discapacidad**

127. ¿Cuáles son los problemas mas urgentes de las personas con alguna discapacidad?

---

**Valores**

128. ¿Qué es lo que más admiran de la gente de aquí?\_\_\_\_\_

---

129. ¿Qué es lo que no te gusta?\_\_\_\_\_

130. ¿A quién o a quienes admiras y porqué?\_\_\_\_\_

## **RESPIRE PROFUNDAMENTE Y RELÁJESE**

El oxígeno es el alimento del cerebro, en el cerebro se realizan muchísimas funciones como el manejo del pensamiento y los procesos mentales y emocionales, Aunque algunas sensaciones como la angustia la sentimos en el pecho, o el miedo lo sentimos en el estómago, el control parte de nuestro cerebro.

Respirar profunda y pausadamente, hacer que el aire llene nuestros pulmones y exhalar de manera prolongada, dejar salir todo el aire por la boca y la nariz, es un ejercicio sencillo, nos permite oxigenarnos mejor y así nuestro cerebro dará mejores órdenes a nuestro cuerpo.

La respiración profunda ayuda a relajarnos y controlarnos, especialmente cuando nos sentimos nerviosos, tensos y cansados. En solo tres minutos, en una postura cómoda, realice de 6 a 10 repeticiones de respiración profunda pensando en como el aire ayuda a cada parte de su cuerpo.

**La Capita Protectora**

**(Cuento)**

Cierto día en que me encontraba cansado, lleno de preocupaciones, de problemas, de esos días en que parece que todo nos sale mal, empecé a caminar y mis pasos me llevaron a un parque, un bello parque que, a pesar de pasar por ahí todos los días nunca me había parado a admirarlo, a sentirlo, a disfrutarlo.

Dispuesto, hoy, a hacerlo, me senté en una banquita, bajo la sombra de un frondoso árbol, la frescura con que me recibió la sombra me invitó a relajarme, mucho, a sentir correr el aire por mí cara, a escuchar el canto de las aves, a respirar hondamente y bañar mi interior del aroma de pasto, de tierra mojada, de madera. Eché mi cabeza hacia atrás y cerré un poco los ojos. Que rico poder estar ahí, tener un momento para mí, pensaba que toda mi vida la había dado a los demás, que siempre me preocupaba de más por los otros y me dejaba a mí mismo a un lado. Ahora, en este momento era yo y nadie más, solo yo.

Un sonido casi imperceptible en ese momento para mí, me hizo abrir los ojos, era un sonido que me traía gratos recuerdos, ¡sí! El sonido de risitas infantiles, el sonido de los besos que mi mamá me daba; entonces sentí la calidez de su abrazo, era lo más hermoso de mi vida, y lo había olvidado. Busqué el lugar de donde venía el sonido. Ahí estaba, casi frente a mí una madre

jugando con su niño pequeño, acariciándolo, diciéndole que le quería, abrazándolo, besándolo. Como deseé en ese momento estar en el lugar del pequeño, sentir una vez más ese amor materno. Cerré de nuevo los ojos para imaginar a mi mamita querida, que tanto extrañaba.

Un calorcito comenzó a envolverme, un calor reconfortante que entró por todos los poros de mi cuerpo. Un momento, ese calor era demasiado real.

Abrí los ojos y volteeé hacia mi derecha. Junto a mi llena de luz, impactante, hermosa, estaba una hada, no como la de la cenicienta, no, más bella, llena de luz, de tranquilidad, de amor. Ella me sonrió y volvió su vista hacia la mamá y su hijo. Yo seguí su mirada pero la regresé casi de inmediato.

- Le esta tejiendo su "Libernor" - dijo ella sin tomar en cuenta mi asombro.
- ¿Qué es el "Libemor"? - pregunté, aunque realmente quería preguntar muchas más cosas, como si ella existía, de donde había venido.
- La "Libernor" es lo más maravilloso que existe en esta vida, es una capa tejida por unas agujas mágicas que usa de hilos el amor de quienes te quieren
- No entiendo
- Sí mira a la madre - volteamos a verlos - cada caricia, cada beso, cada sonrisa y palabra es una puntada que da a la capa de su hijo, a su "Libemor", con esa capa su niño crecerá sano, lleno de amor, será una persona de bien que- después podrá tejer sin ningún problema una "Libemor' para las personas que ame y después para sus propios. hijos - dijo el Hada sonriendo satisfecha

- Así es como la mamá está tomando partes de su propia "Libemor' para tejer la de su niño -
- Y con que se queda su mamá si le esta pasando parte de su capa. Yo he pasado parte de mi capa y siento que me quedo sin nada -
- ¡Ah! El secreto está en que tu puedes tapar esos hoyos que has dejado en tu capa como lo estabas haciendo hace rato, cuando llegaste
- ¿Cómo?
- Con los recuerdos más hermosos de tu niñez, de tu adolescencia, de tu presente. Cada vez que recordamos algo bello que nos ha pasado tejemos y remendamos nuestra "Libemor' y volvemos a completarla, por eso es que los vanos y amargados nunca son felices, porque prefieren vivir con malos recuerdos, preocuparse solo de cosas materiales en el presente y no disfrutar de las que ya tienen, preocuparse por aquellos que triunfan en vez de buscar su propia superación, ver los defectos de los demás en vez de tratar de remediar los suyos propios –
- Entonces al vivir al máximo mis logros, mis buenos momentos ¿remiendo mi capa ?
- Así es, pero hay otra parte. - Volvió a ver a la mamá y al niño -Fíjate como lo abraza, como lo junta a su cuerpo.
- Sí - dije embobado.
- Le esta poniendo un escudo. Un escudo que lo hará fuerte, seguro de sí mismo. Lo convertirá en una persona que sabrá lo que quiere, que luchara por lograr sus metas. Que no se dará nunca por vencido, que no se retirará al primer problema.
- ¿Y si ese escudo se llega a romper o a rasgarse?

- Volvemos a lo mismo - el Hada me miró a los ojos - entonces recordará la seguridad que sentía con sus padres, con su familia, en su casa y este escudo será arreglado, será igual de fuerte. Por eso es muy importante dar seguridad a las personas que amamos, porque con ello forjamos el escudo que las protegerá por siempre -me miró como si supiera que hacia apenas unos momentos yo estaba renegando de entregar todo mi amor y cariño a los demás y no pensar en mí - Tan importante es dar todo de ti a quienes amas, como tornarte un momento para ti mismo, para "tus recuerdos, para meditar, de lo contrario tu "Libernor", tu escudo y tu corona estarán débiles y no podrán ni protegerte y menos podrás pasarlos a quienes amas

- ¿Qué es la corona?

- Mira los besos que le da la madre a su niño, mira como le da el biberón. Esa es la corona, su confianza, su traspaso de conocimientos, una hermosa corona, más bella que la mejor corona de oro y diamantes, porque esta corona tiene algo que ninguna corona de Reyes podrá ofrecerte. Es una corona que siempre llevarás contigo, no importa si estas desnudo o tienes las mejores ropas, no importa si tienes dinero o solo piedras en tu bolsa, es la corona de la inteligencia, el conocimiento, el cual va enriqueciendo día a día con estudios, con experiencias, es la que te ayuda a superarte, es la corona que nunca podrás quitarte

- ¿Y esta maravillosa corona no se rompe o resquebraja? - pregunté curioso.

- ¡No! Esta corona se vuelve más fuerte conforme pasan los días, cuando lees, cuando escuchas. Esta corona se vuelve más fuerte cuando pasas lo que sabes a otras personas, porque después ellas pasarán sus experiencias a ti, porque verás como utilizan esos conocimientos que tú les brindaste, como mejoran con ello

- ¿Y, si no estudié nada?

- Tienes la experiencia de la vida, tienes el don de escuchar, escucha aquello que sepas que te servirá, lee o que te lean aquello que sirva para que puedas aprender algo nuevo, porque recuerda que todo eso toda la superación que tú tengas, lo transmitirás a tus hijos y estos a su vez buscarán sus propios conocimientos y los transmitirán a ti y a sus propios hijos. Imagínate entonces lo brillante y hermoso de esa corona

- Entonces debemos de dar a quienes amamos, nuestro amor, nuestra confianza y seguridad, nuestros conocimientos para poder hacer de ellos una persona segura, fuerte e inteligente, ¿no?

- Creo que me has entendido - dijo el Hada volteando a ver de nuevo a la mamá y al niño.

Yo volví a verlos por un instante y cuando busqué de nuevo al Hada esta ya no estaba. Había desaparecido tan rápidamente como apareció.

Sonreí, que razón tenía, yo llegué al parque para olvidarme de mis problemas, quejándome de dar todo a todos, sin saber que al resolver los problemas puedo embellecer mi corona y ofrecerla más bella a quienes amo, sin saber que con el amor que me dan las personas a las que amo se fortalece mi "Libermor", mi escudo y mi corona.

Renovado, con mas fuerza, más seguro de mí mismo, y con una mente clara me paré de esa banca y, sonriendo, fui a resolver mis problemas y a dar lo mejor de mí a mis seres queridos, dispuesto también a recibir lo mejor de ellos.

FIN

Adaptación al cuento de Luís Gadea de Nicolás

**FORMATO DE AGENDA**

<b>Agenda personal</b>	<b>Plan de Acción Personal</b>

<b>Agenda Familiar</b>	<b>Plan de Acción Familiar</b>

<b>Agenda Comunitaria</b>	<b>Plan de acción Comunitario</b>