

SISTEMATIZACIÓN

Proyecto Arte y Desarrollo personal
en el Centro Sayari Warmi

Enero - Diciembre 2015

Autora: Marta López

Facilitadoras: Patricia Sejas, Soledad Ardaya y Marta López

SISTEMATIZACIÓN



Enero - Diciembre 2015

"Proyecto Arte y Desarrollo personal en el Centro Sayari Warmi"

Autora: Marta López

Facilitadoras y responsables de proyecto: Soledad Ardaya, Patricia Sejas y Marta López



Gracias...

Gracias a las jóvenes por su entrega y pasión por la vida, por querer aprender sin límite, por sus bailes y risas, por compartir lo que son, quieren y sueñan.
A las que empezaron y se fueron.

Al Centro Sayari Warmi. A su Directora Livia Chávez por la apertura, apoyo y empatía.

A Gabriela Villarroel, psicóloga del Centro, por su disponibilidad, por creer y trabajar en un mismo rumbo.

A las educadoras: Pamela, Claudia, Mery, Fany, Erika, Anita y Adela, por participar, por ser familia y guía de las jóvenes hoy. A doña Yolita por alimentar y participar.

A las Hermanas Matilde y Betty, ya que gracias a su impulso y disponibilidad el proyecto empezó a caminar.

Al proyecto Wayruru, hermanas/os, inspiración y referente.

Al grupo Lanzarte Cochabamba por los encuentros, por su acompañamiento, por su ilusión.

A ICCO y al Movimiento Vuela Libre por su compromiso, confianza, disponibilidad y financiamiento.

A todos/as los/as que han participado, compartido, y aprendido con las jóvenes de Sayari Warmi.

A nuestras wawas por acompañarnos y darle aún más sentido a todo.



ÍNDICE

INTRODUCCIÓN

- *Metodología para la memoria*

CAPÍTULO 1.

EL ESPACIO QUE ACOGE: CENTRO SAYARI WARMÍ

- *El Centro Sayari Warmi*
- *Las adolescentes: vida y cuerpos violentados*
- *El grupo: las que entran, las que salen*

CAPÍTULO 2.

SANANDO EN MOVIMIENTO: DANZA-TEATRO Y CREATIVIDAD

- *Facilitadoras*
- *Proceso creativo. Talleres artísticos: danza-teatro*
- *Creación de dos obras*

CAPÍTULO 3.

CONTAGIANDO, CONTAGIÁNDONOS: LA IMPORTANCIA DEL INTERCAMBIO

- *Intercambio con otros grupos artísticos*
- *Actividades complementarias*

CAPÍTULO 4.

IMPLICACIÓN DE UN EQUIPO MULTIDISCIPLINAR: APRENDER HACIENDO

- *Encuentros de reflexión e intercambio*
- *Talleres vivenciales*

ÍNDICE

CAPÍTULO 5.

VIDAS Y CUERPOS EN MOVIMIENTO: TRANSFORMACIONES QUE SE VIVEN

- *Regulación corporal*
- *Adquisición de recursos de expresión*
- *Canalización de emociones y resolución de conflictos internos*
- *Vivencia de afectos: apoyo, confianza, seguridad*
- *Compromiso y trabajo grupal*

CAPÍTULO 6.

PARA SEGUIR MOVIENDO: APRENDIZAJES Y DESAFÍOS

- *El arte en movimiento en procesos terapéuticos*
- *Trabajar de forma multidisciplinar. Mirada holística*
- *Potenciar los intereses de las participantes*
- *Fomentar el intercambio con otros jóvenes y grupos artísticos*
- *Crear con la diversidad cultural*
- *Trabajar desde la singularidad de cada caso por un proyecto común y grupal*
- *Dinamismo y adaptación*

EPÍLOGO.

EL RAP "SOMOS NENAS"

CRÉDITOS

INTRODUCCIÓN

La memoria del proyecto “Arte y desarrollo personal para jóvenes del Centro Sayari Warmi Cochabamba”, realizado entre los meses de enero a diciembre de 2015, recoge la experiencia de dos procesos creativos, con dos grupos diferentes de jóvenes. De enero a junio se desarrollaron talleres artísticos dirigidos a 14 jóvenes, culminando el proceso en la creación de la obra “Buscando nuestros pasos”, presentada finalmente por ocho jóvenes.

De agosto a diciembre se dio continuidad a los talleres artísticos, dirigidos al segundo grupo compuesto por 12 jóvenes, creando la obra “El ritmo del corazón”, presentada finalmente por 6 adolescentes.

Esta memoria pretende, por un lado, recoger las actividades, acciones, metodología y técnicas de trabajo corporal y creatividad llevadas a cabo con las adolescentes y personal del Centro Sayari Warmi y, por otro lado -y principalmente- reflejar las transformaciones profundas de cada una, fruto de dichos procesos. Transformaciones en el actuar, sentir y estar de las adolescentes internas, en sus herramientas para la vida, en la percepción y cuidado del propio cuerpo y el de las compañeras, en “la mirada” como vínculo sano con los/as otros/as y el mundo, y en su convicción de ser personas creativas y creadoras. Así también abordar los cambios sentidos por las educadoras y personal del Centro, a partir de la vivencia de poner el cuerpo en movimiento. Cambios que pretenden incidir directamente en su trabajo, relación e intervención con las jóvenes.

Experiencias de unas y otras que sobre todo reflejaremos desde la expresión y palabra de ellas mismas.

Plasmaremos también algunas de las situaciones y dificultades intrínsecas de un contexto social atravesado por la violencia, planteando propuestas y perspectivas de trabajo a más largo plazo y extrapolables a otros Centros y/o grupos.

Metodología Para La Memoria

La metodología empleada para la memoria se basa principalmente en la observación participante, es decir, en el análisis resultado de estar y formar parte de todo el proceso creativo con las adolescentes y el equipo multidisciplinar del Centro. El vínculo construido con las adolescentes a lo largo de los meses del proyecto ha permitido entender, discernir y sentir los cambios, impactos y procesos de cada una de las participantes.

Además, se han puesto en práctica otras herramientas de investigación como dinámicas de grupo, entrevistas y cuestionarios.

Entrevistas. Se ha realizado varias entrevistas en profundidad a la Directora Livia y a la Psicóloga del Centro, Gabriela Villarroel, en las que recogemos su opinión y evaluación del proyecto.

Cuestionarios. Todo el personal del Centro ha tenido la posibilidad de expresar su opinión y propuestas acerca del proyecto y las actividades por medio de unos cuestionarios anónimos, que a partir de preguntas-guía permitieron recoger valoraciones que quizá no estaban evidenciándose en las reuniones y encuentros.

Dinámicas. A través del dibujo, cuadros-guía y expresión corporal se ha evaluado la percepción de las adolescentes sobre los beneficios de hacer danza-teatro, crear una obra y presentarla frente a un público. Los efectos y beneficios en las adolescentes, parte más relevante, se reflejan en las opiniones vertidas tanto por las facilitadoras del proyecto (la psicóloga, directora y educadoras del Centro), así como por las propias adolescentes, a partir de su experiencia.



CAPÍTULO 1

EL ESPACIO QUE ACOGE: CENTRO SAYARI WARMI

- *El Centro Sayari Warmi*
- *Las adolescentes: vida y cuerpos violentados*
 - *El grupo: las que entran, las que salen*



EL Centro Sayari Warmi

El Centro de Acogida Sayari Warmi de Cochabamba comenzó su andadura a mediados del año 2009. Depende de las Hermanas Adoratrices, congregación dedicada a la atención de mujeres víctimas de Violencia Sexual Comercial.

“Con el tiempo hemos visto que cada vez el comercio del sexo ha ido requiriendo niñas más jóvenes, por eso se decidió abrir un Centro de Acogida transitorio para adolescentes. Con el objetivo de restituir sus derechos”.

Livia Chávez, Directora del Centro.

El Centro Sayari Warmi recibe a jóvenes, un máximo de 15, de edades comprendidas entre los 12 y los 18 años, víctimas de Violencia Sexual Comercial, vinculadas a Trata y Tráfico de personas. Las adolescentes están, por lo general, por periodos de seis a ocho meses. Es un Centro cerrado, en el que se considera que hay que proteger y preservar a las adolescentes, por lo que no pueden salir. El Centro parte de una mirada integral de la atención, estructurando los procesos de las internas en tres fases: la primera llamada de “Acogida y Acercamiento”, en la que el objetivo es lograr el deseo voluntario de las jóvenes de permanecer en la Casa. La segunda, “Promoción para el Cambio”, de cuatro meses de duración, se basa en la participación en talleres y clases, con el objetivo de despertar interés por su formación educativa y otros aprendizajes. La tercera, denominada “Reinserción y Seguimiento”, dura un mes o más, y en ésta se considera que el apoyo psicológico y social es muy importante, valorando los logros conseguidos en el desarrollo integral y las relaciones sociales y familiares de las adolescentes.

Las jóvenes participan de las tareas del Centro: cocinar, lavar vajilla, trabajar en el jardín, asear, entre otras. De igual manera, se desarrollan distintos talleres como bordado, bisutería o repostería.

La propuesta de danza contemporánea y teatro se incorpora en el desarrollo de los talleres, siendo novedosa para las jóvenes del Centro, como también lo es el hecho de que todo el equipo de trabajo participe de una formación en metodologías creativas.

Las adolescentes: cuerpos y vidas violentados

A lo largo de 12 meses pasaron 26 jóvenes de 12 a 17 años, por el Centro, por el proyecto de arte. Algunas de ellas volvieron con sus familias, otras fueron reubicadas en Hogares con tutela del Estado, otras se escaparon y volvieron a su vida elegida.

Ellas, como otras muchas, han vivido situaciones de violencia física, sexual o sexual comercial.

Algunas de ellas escaparon de sus familias y vivieron con amigas, con novios, con familiares lejanos o inventados. Otras optaron por una vida en la calle, en lenocinios o entre flotas y terminales de autobús.

Algunas de ellas apenas conocieron a sus madres; otras las vieron migrar por años al extranjero; otras se criaron con ellas en la calle y les vieron desaparecer. Algunas viven el repudio de su familia; otras insisten en enfrentarse a quienes les cuidan.

Algunas de ellas han conocido la prostitución; otras vivieron como empleadas cama adentro; otras trabajaron vendiendo dulces, pollos o cualquier otra cosa.

La mayoría ha rechazado a su familia en algún momento y todas sueñan con volver a ella.

A algunas les convencieron para cambiar de ciudad; a otras les engañaron y forzaron a hacerlo.

Varias de ellas nacieron y se criaron en el campo, lejos de las amenazas que ahora conocen.

Algunas de ellas han vivido en otros Centros o Casas de Acogida. Otras nunca habían sentido el “encierro”.

Algunas de ellas son madres de hijos/as que apenas conocen; otras abortaron.

Algunas deben seguir tratamiento psiquiátrico medicado, y todas cuentan ahora con acompañamiento psicológico desde el Centro.

A algunas de ellas les encuentra la policía y les remite a Defensorías de la Niñez y Adolescencia; otras llegan al Centro por su propio pie.

Para todas, la ausencia, la incomprensión y la falta de afecto, de opciones y oportunidades ha sido decisiva de su vida.

A todas les encanta reír, bailar y hablar de sus enamorados.

La mayoría de ellas sueña con salir del Centro y volver con su familia, con “ser felices”. Otras con “nunca estar sola”, o con “estar cerca de hermanos”. Algunas con que su “papá deje el alcohol”, otras con “estudiar”, con “cambiar para bien”, con “ser alguien importante para la familia”. Con que sus “papás no se peleen”, con “tener un trabajo digno”, otras con que “vengan a visitarle por su cumpleaños”, o con que “el mundo sea diferente”.¹

Algunas están en una ciudad desconocida, otras crecieron cerca del Centro donde viven ahora.

Las adolescentes que han participado del proyecto cargan historias de vida vacías de cuidados y llenas de ausencias.

Varias de ellas recurren a la autolesión física en sus crisis, enojos y decepciones. Siendo el propio cuerpo el catalizador de sus necesidades y reclamos, llegando en algún caso al intento de suicidio.

Otras llegan con fuertes dolores fruto de abortos mal practicados o de cesáreas no cicatrizadas.

Algunas de las chicas medicadas por psiquiatría viven el daño que les provocan en su estómago las píldoras diarias.

Muchas de ellas han experimentado su sexualidad como trabajo o abuso dentro de la familia o con parejas.

Las heridas que sienten las jóvenes son en alma y cuerpo, indisolubles uno del otro, por eso piden movimiento. La vitalidad, ilusión y energía de cada una de ellas ilumina y se oscurece intermitentemente pero es el motor para sanar y “surgir”.

¹ Se realizó una dinámica en la que cada adolescente escribió sus deseos, y a partir de estos se trabajó desde el teatro y en la construcción de la obra.

EL GRUPO: LAS QUE ENTRAN, LAS QUE SALEN

La huida, la llegada o la salida de adolescentes al Sayari Warmi son movimientos siempre posibles y habituales que forman parte de la dinámica de todo proceso en un Centro de Acogida. Son cambios que interpelan y desafían al grupo, al equipo de trabajo y a toda la estructura del Centro.

Para las adolescentes internas, este movimiento alude siempre al “dentro” y al “fuera”, a volver a la calle, a sus familias, a sus vidas, a otras personas, al mundo. A que su grupo, el de ahora, tampoco sea estable. Para el Centro, son nuevas historias, liderazgos, necesidades, vacíos que cubrir, emociones que contener, procesos que acompañar, y la incógnita de cuál será el camino que cada joven finalmente escoge.

Para un proceso de creación artística como el llevado a cabo, los movimientos constantes en el grupo son muy relevantes. Implican una constante flexibilidad y adaptación de lo creado. Se trata de encontrar el lugar para las participantes que hasta el último momento van llegando así como contener, acompañar y cubrir al grupo de las ausencias.

Entradas

Desde el inicio del proyecto, durante 12 meses en dos procesos diferentes, más de 20 jóvenes pasan por el Sayari Warmi; algunas para vivir un proceso completo de 6 u 8 meses, otras como breve estadía de algunas semanas. Cada una trae resistencias, ilusiones y expectativas diferentes. Hay para quienes el baile es uno de sus intereses, pero para otras no, por eso ha sido fundamental trabajar desde los gustos de cada una. En la mayoría de los casos, las “jóvenes nuevas” han necesitado un tiempo para observar las clases, la coreografía, a las facilitadoras y a sus compañeras antes de sentirse confiadas y querer participar en la obra. Las motivaciones de cada una y sus preferencias musicales son clave para que se sientan parte e incluidas en un proyecto iniciado.

La entrada de adolescentes suele evidenciar la fortaleza y fragilidad del grupo, como ha sucedido durante el proyecto. Habiéndose creado lazos fuertes entre las adolescentes y avanzado enormemente en las formas de contacto, confianza y ayuda, la llegada de “nuevas” supuso en varios momentos el hermetismo del grupo, y en ciertas ocasiones el rechazo a las nuevas participantes. El Equipo Multidisciplinar del Centro reconoce estas dinámicas como habituales. En las clases de danza-teatro se ha trabajado desde la implicación de todas en un proyecto común, incorporando a las recién llegadas en la creación de cada una de las obras. Desde la danza les proponemos que sean las propias adolescentes quienes “enseñen” a las que recién se incorporan, instándoles a que hagan suyo el trabajo, se responsabilicen y lo compartan. Encontrar espacio para cada una en la obra es un desafío fundamental.

Una joven que participaba en la primera obra pudo retornar a su hogar, entonces el Centro solicitó que siga participando del taller de danza-teatro por ser muy conveniente para ella y la familia. Pero, pese a su motivación, la falta de aceptación del grupo a una adolescente que “vive fuera”, y las dificultades de la adolescente en relación a tiempo y esfuerzo (colegio, trabajo de venta ambulante y las tareas domésticas y familiares) le llevaron a dejar la obra.

La segunda fase del proyecto comenzó con varias de las adolescentes del proceso anterior. A la par llegaban otras jóvenes, con más historias, temores, desconfianzas, ilusión e incertidumbre. La experiencia de las adolescentes del primer proceso en danza y teatro y su confianza con el espacio hizo que fuese más fácil para las nuevas jóvenes incluirse en la propuesta. De igual a igual, acelerando la incorporación y la familiaridad de éstas. La novedad de la “danza contemporánea”, el “teatro” y las dudas que suscitan fueron aclaradas entre ellas mismas.

Todas las participantes, necesitando un día o hasta varias semanas, eligieron formar parte de la obra, aprendiendo lo ya trabajado por sus compañeras.

A una de las jóvenes, quien insistía en separarse y expresaba no tener ningún interés por la coreografía del grupo, se le propuso que formara parte desde lo que a ella le gustaba: el rap. Creó una canción, comprometiéndose poco a poco con toda la obra. Su propuesta de crear y cantar una canción motivó a sus compañeras y a otras jóvenes del grupo Lanzarte a que escribieran y expresaran sus sentimientos y opiniones. Sus compañeras compusieron un rap acerca de ellas y de su vida en el Centro, siendo finalmente parte de la obra.

Salidas

A lo largo del año de trabajo, la mayoría de adolescentes, habiendo cumplido alrededor de ocho meses de estadía en el Sayari Warmi, retornó a sus casas o con algún familiar cercano. Varias continúan, otras se escaparon. El retorno de las jóvenes se ve influido por varios factores. El aspecto legal, en algunos casos, dificulta la continuidad del camino y proceso terapéutico, viéndose varadas sin poder salir del Centro.

Una de las jóvenes, la última en salir del Centro del primer proceso, veía cómo su situación legal no se resolvía, cómo la vuelta a casa no se concretaba, cómo ella se llenaba de dudas y confusión. Ella había sido durante meses un puntal en las clases, motivada y entusiasmada en la danza contemporánea y el teatro. Sin embargo, poco a poco su resistencia a las clases aumentó. Le propusimos ser facilitadora, aprender a guiar, a motivar a crear. Así volvieron sus ganas y el sentido a seguir explorando con el cuerpo. Volvió a la casa familiar y no pudo llegar al final de la segunda obra, pero se logró que despertara su entusiasmo de nuevo.

Fugas

Durante el primer proceso (enero a junio), se escaparon seis adolescentes del Centro. Cinco de ellas en el intervalo de tres días, convulsionando el grupo y el Centro de Acogida. Desde el proyecto artístico se reforzó el trabajo de motivación del grupo que siguió el proceso, cubriendo las ausencias. Tras la partida de cada una de las adolescentes se realizó una dinámica grupal, visualizando a las compañeras que ya no estaban, deseándoles buen camino y regalándoles palabras que les ayuden: “cariño”, “paciencia”, “amistad”, “calma”.

Las fugas les dejó más vulnerables que cualquier otro movimiento. “Hoy es un día horrible”, dijo una de ellas tras la fuga de sus compañeras, que supuso un aumento de control en el Centro.

Durante semanas fue difícil sostener las clases y ensayos, hasta que, apelando a la capacidad de cada una de elegir, e instándoles a que decidieran si continuaba la obra o no, se motivaron y trascendieron todo lo ocurrido.

El “encierro” que viven las jóvenes es una ayuda a veces y una dura opresión otras. Varias de las adolescentes fantasean con escaparse por diferentes motivos y fantasean con las diferentes opciones que les espera en la calle.

Las demás, el equipo de educadoras y todas las que formamos parte del Centro, nos vimos atravesadas, sacudidas y cuestionadas cuando alguna de las jóvenes se escapó.

“Las educadoras nos retraemos y entonces dejamos a las chicas solas”.

Livia Chávez, Directora del Centro, tras la fuga de cinco adolescentes.

La libertad o el encierro son conceptos tan absolutos y objetivos como relativos y personales. Trabajar a partir del cuerpo, en qué es para cada una de ellas la libertad y qué implica, es una propuesta en la que desde un inicio se hizo hincapié. Si bien faltó un espacio de reflexión, el trabajo en la libertad de propuesta, de movimiento, desde la experiencia del hacer y disfrutar, desde el sentir la libertad, desde el poder de decisión de cada una y la búsqueda de oportunidades, sobrepasó esta carencia.

Los grupos de ambos procesos, creadores de las obras “Buscando nuestros pasos” y “El ritmo del Corazón”, han sido diferentes. Los movimientos, inquietudes, fugas, desasosiegos y exaltaciones del primer grupo contrastaron con la cohesión y serenidad del segundo, en el que no se vivió ninguna fuga y apenas movimientos de entradas y salidas. Se evidencia la diversidad de cada grupo, de cada joven, de cada proceso.





CAPÍTULO 2

SANANDO EN MOVIMIENTO: DANZA-TEATRO Y CREATIVIDAD

- *Facilitadoras*
- *Proceso creativo. Talleres artísticos: danza-teatro*
 - *Creación de dos obras*



Las Facilitadoras

El rol de las facilitadoras, artistas y pedagogas ha ido construyéndose también con el proceso. Es necesario diferenciar los roles de Educadoras del Centro y de facilitadoras de danza y teatro, siendo funciones y enfoques diferentes aunque complementarios.

El proyecto “Arte y desarrollo personal para jóvenes del Centro Sayari Warmi Cochabamba” ha sido llevado a cabo por un equipo de tres facilitadoras:

Soledad Ardaya: Actriz boliviana, formada en el Teatro de los Andes (1997-2004), posteriormente trabajó con distintos colectivos teatrales de La Paz. Participó en varias películas bolivianas como actriz y directora de casting. Paralelamente egresó de la carrera de literatura, habiendo publicado dos libros. Formó parte de El Desnivel Espacio Escénico (2011-2014), colectivo dedicado a la formación, producción y difusión de artes escénicas. Asimismo, trabajó en la temática de la VSC en la escritura de guiones radiofónicos y dirección de la obra teatral “Las Suplicantes”, desde el área de prevención.

Patricia Sejas: Coreógrafa, profesora y bailarina de danza contemporánea, Co-Directora de la Compañía de danza contemporánea Atempo Danza, con la que ha participado en la creación y producción de obras presentadas en diferentes encuentros y festivales nacionales e internacionales (Chile, Brasil, México). Responsable del proyecto Lanzarte, Jóvenes y Democracia (línea artística: Danza Contemporánea/Cochabamba) (Solidar Suiza/AOS), desde el año 2009 hasta la actualidad. Dicho proyecto trabaja con jóvenes, arte, DDHH y ciudadanía en distintas ciudades y municipios de Bolivia. Independientemente dicta talleres en diferentes asociaciones, instituciones, escuelas, universidades, grupos artísticos, etc.

Marta López: Educadora social y antropóloga. Especializada en metodologías participativas y creativas de facilitación, educación popular y en Investigación Acción Participativa. Trabaja desde el teatro, dibujo, juego y cuento como herramientas de transformación y reflexión. Ha trabajado en educación alternativa con niños/as y jóvenes, en el acompañamiento de grupos de riesgo y exclusión social, en desarrollo comunitario, en el fortalecimiento de organizaciones barriales y de mujeres y ha sido miembro de varios grupos de investigación social. Ejerce desde 2003 en España y Bolivia. Forma parte de la Red de Teatro del Oprimido de Bolivia.

Como facilitadoras, se guía y a la vez se participa, intentando equilibrar la atención y necesidades individuales de cada participante y la construcción grupal.

Destacamos que el equipo que nos ha acompañado en este proyecto es un equipo muy comprometido, y con una visión totalmente diferente y ha trabajado con otros grupos de jóvenes, sin prejuicios hacia la población, mucho más libre y abierta. Con mucha experiencia en arte, en danza y teatro. Dando una muy buena oportunidad a las adolescentes de ser ellas mismas, de recuperar aquellas experiencias y vivencias personales, y poderlas incluir haciendo algo juntas y parte de un todo. Ellas se sienten identificadas y eso no sería posible sin un equipo que escuche, que respete, que vea, que de opción y lugar a que ellas mismas crezcan y construyan. No es posible ser protagonistas si aquellas personas que nos acompañan no nos dejan serlo. Ponderamos mucho al equipo y pensamos que cualquier experiencia debe estar apoyada por un equipo similar, con una apertura y experiencia de respeto hacia los derechos de las adolescentes pero también hacia el protagonismo de ellas.

Livia Chávez, Directora del Centro.

Proceso creativo

La danza contemporánea y el teatro son dos disciplinas que se complementan. Si bien abordan e intervienen en aspectos diferentes de la persona y el grupo, confluyen en el trabajo y la expresión creativa de emociones e ideas a través del cuerpo.

El proceso llevado a cabo en el Centro Sayari Warmi no pretende entrenar a actrices y bailarinas, pero sí trabajar a través del arte como un proceso de transformación interna.

En cada semestre, el proceso creativo se ha estructurado en tres fases principales: la primera de exploración y juego, la segunda de creación y ensayo de una obra, y la fase final de presentaciones, evaluación y cierre del proyecto. Es así que se trabajó en dos obras artísticas a lo largo de todo el año.

En el primer encuentro, en que las jóvenes confesaban no saber qué es la danza contemporánea y no creerse capaces de actuar en una obra, se presentaron videos de otros grupos de jóvenes, se rompió el hielo y se comenzó a jugar con el cuerpo. La siguiente actividad para incentivar a las jóvenes, previamente a iniciar las clases, fue con los jóvenes del Colectivo Wayruru de La Paz, quienes forman parte como

facilitadores/as de un proyecto similar. Se consideró metodológicamente la importancia de generar un encuentro entre pares, como forma de introducción del proyecto, de motivación y explicación desde la práctica. Cabe resaltar que el proyecto Wayruru es a su vez impulsor de este proyecto.

Una vez iniciado el proyecto, la propuesta de trabajo se fue desarrollando en dos sesiones semanales (lunes y miércoles, de dos horas y media cada una), sumando algunas sesiones el último mes, de cara a la presentación de la obra. Situación que se repitió en el segundo semestre de trabajo.

Por lo general, las sesiones se han estructurado en: calentamiento (diferentes tipos de calentamientos) ya sea de danza o teatro, exploraciones de elementos y herramientas de danza y teatro (diversos), relajación y cierre en círculo.

Se han ido combinando y alternando las propuestas de danza y teatro partiendo no sólo de criterios pedagógicos de las facilitadoras sino de las necesidades, el estado emocional y la energía de las adolescentes, siendo en ocasiones necesario cambiar las propuestas o repetir ejercicios que ahondan, les ayudan o satisfacen especialmente en un momento dado.

Una de las premisas principales durante todo el proceso ha sido el considerar y proponer a las participantes que vivan éste como un espacio de regalo para ellas mismas y para las personas que han acompañado y presenciado la obra. Transmitiéndolo desde la actitud, las propuestas, el cariño, el compromiso con el proyecto y con cada una de las adolescentes y facilitadoras. Poniendo límites a la ofensa, las faltas de respeto o la agresividad.

A la par que la exploración desde ejercicios, juegos y dinámicas en el movimiento y la expresión corporal de las participantes, se ha ido construyendo un vínculo de grupo, entre las adolescentes, con las facilitadoras y con la propuesta de un espacio artístico, que en el caso del Sayari Warmi Cochabamba era algo novedoso.

El arte de cada una de las jóvenes, es decir las propuestas que han ido trabajando dentro y fuera de las clases, ha sido un aporte creativo fundamental para el proceso. Este aporte implica lo que les gusta, lo que sueñan, hasta aquello que les provoca angustia, y el poder expresarlo de las distintas maneras es lo que les otorga confianza en su capacidad creadora. En ocasiones, conlleva la posibilidad de reflexionar críticamente sobre gustos musicales o “artísticos” habituales entre las jóvenes como: Reguetón = machista, o Hip Hop = competitivo y violento, pudiendo potenciar “lo que cada una trae y le gusta” en propuestas sanas y transformadoras.

En ocasiones consiste en proponer modificaciones a una parte de la obra o un ejercicio; en otras, crear un elemento nuevo. En el primer semestre, 4 de las adolescentes tomaron la iniciativa de crear escenas,

secuencias, canciones fuera del horario de las clases, formando parte de la obra final. También se llegó a montar un pequeño estudio de grabación en el Sayari Warmi para grabar a dos de las jóvenes, quienes compusieron y cantaron una canción de rap sobre su realidad, vida e ilusiones.

“Es lo más divertido que he hecho en mi vida”, dice una de las adolescentes tras grabar su canción.

“Hacer lo que me gusta, es lo que mejor me hace sentir y lo que más me ha gustado de todo”, expresa una de las participantes. *“Porque me siento bien, con energía”*, explica.

De igual manera, en el segundo semestre, una de las jóvenes que ya había tenido experiencia del primer semestre, propuso una secuencia de danza para ser incluida en la coreografía final. Asimismo, el grupo de 8 jóvenes quiso proponer la secuencia final de la obra creada.

Por otro lado, algo que ha caracterizado el proyecto en los dos semestres, teniendo muy buen impacto en las jóvenes, fue el intercambio con otros grupos artísticos de jóvenes de La Paz y Cochabamba (Wayruru, Lanzarte) que serán desarrollados en el siguiente capítulo. Asimismo, se han realizado actividades de desarrollo personal en días extra (clases de huerta, pintura y danza complementaria).

El vínculo en las clases se ha ido estrechando en base a la confianza, la práctica, el ejercicio del cuerpo y el arte. Han aparecido historias, momentos, necesidades de las jóvenes de contar, compartir y sentirse acompañadas. La propuesta de trabajar desde el cuerpo ha sido llevar siempre a éste la resolución de conflictos que surgieran.

Cabe recalcar que estos conflictos o cualquier emoción suscitada en las clases pudieron ser acompañadas tanto por la presencia cotidiana que tuvo la psicóloga del Centro a lo largo de todas las clases, como por las sesiones individuales terapéuticas rutinarias. Este acompañamiento fue fundamental para las facilitadoras, ya que se podía planificar cierto tipo de ejercicios específicos para cada joven o cada situación, así como también desde el aspecto lúdico se generó material de análisis en las terapias individuales en las que trabajó cotidianamente la psicóloga.

Danza contemporánea

La danza contemporánea nos permite “vernós”, “oírnos” y “sentirnos” como seres sensibles, creadores, expresivos; nos impulsa a tener otra actitud frente a la vida, a las personas, a la sociedad. Considerando que la danza nace con nosotros/as, es natural y espontánea en cada ser humano; por lo tanto, el instrumento de trabajo de este arte es el propio Ser Humano, su cuerpo, mente, espíritu, sus emociones, ritmo, imaginación, espontaneidad, creatividad... el Ser Humano entero.

La metodología principal ha sido conocer diferentes herramientas de danza que las ayuden a explorarSE, ya sea de forma individual, en parejas o grupal. Transmitiendo un mensaje de salud, de cuidado del propio cuerpo y de conocimiento de las posibilidades de éste.

Los ejercicios de danza se han estructurado en fases de calentamiento y exploración.

- **Calentamiento**

Con la consigna de “preparar el cuerpo entero”, los calentamientos son el despertar y encuentro con las sesiones artísticas, son ejercicios que impulsan a sumergirse en el espacio creativo; por ello, algunas veces el calentamiento es suave y lento, otras veces energético. Es el grupo el que define la forma en la que es propicio empezar.

Un calentamiento lento y suave, compuesto por relajaciones, visualizaciones, respiraciones, escuchar la música, propone una manera suave de centrarse, escucharse y relacionarse con uno mismo, para luego poder abrirse a la relación con los otros.

Un calentamiento energético, compuesto por ejercicios físicos más exigentes, música más rítmica, solturas corporales más dinámicas, correr, saltar, jugar con pelota, propone un inicio más activo, estableciendo una relación grupal más directa.

Estas finalidades del tipo de calentamiento proponen maneras de iniciar. Sin embargo, depende de cada grupo y circunstancia la manera en que son tomadas y desarrolladas. En ocasiones, el grupo está ávido de empezar y cualquiera de estos calentamientos predispone desde ya al inicio de las clases, y en otras ocasiones el grupo necesita de más estímulos.

De una manera u otra lo importante es “botar la pereza”, tener las articulaciones “aceitadas”, “los músculos alargados”, respirar y oxigenar la sangre para que recorra por todo el cuerpo, “despertar” y estar con todos los sentidos abiertos a lo que se va a vivir en la clase.

De manera general, se pueden definir tres grupos de calentamientos realizados:

1. Calentamiento Secuencial. Se refiere a un conjunto de movimientos estructurados paso a paso cuya finalidad es trabajar la flexibilidad, la concentración, la coordinación y el juego grupal. Una de las premisas de este trabajo es abordar la postura física y “acomodarla”, buscando su naturalidad, con el fin de adquirir mayor seguridad corporal y principalmente salud.

2. Calentamiento de relajación y visualización. Se refiere a posturas de descanso, por lo general echadas, invitando a soltar cada parte del cuerpo con peso hacia el piso. En esta posición inicia la

visualización que consiste en imaginarse el cuerpo en lugares específicos, otorgando diversas sensaciones desde las cuales puede partir el movimiento. Por ejemplo, estar flotando, entre nubes, en la tierra, en el agua, etc. Estos espacios “imaginarios” otorgan una calidad de movimiento al cuerpo relajado, invitando a “habitar” esas sensaciones desde las cuales el cuerpo se predispone a moverse.

3. CALENTAMIENTOS CON JUEGOS EN EL ESPACIO. Propone un juego que inicia de la manera más común, simplemente caminando en el espacio. Caminatas con diversas variaciones de ritmo, velocidades, de partes del cuerpo que inician el movimiento, niveles (bajo, medio, alto), entre otros. En estos juegos están implícitas las relaciones entre los participantes, con el espacio, así como también el juego grupal. De esta manera, es un juego que siendo que empieza de una manera muy “natural” o “habitual” puede ir complejizándose tanto en movimiento como en relación, hasta poder crear a partir de esos juegos.

- EXPLORACIÓN

En esta segunda fase, se trabajó el cuerpo en el espacio, con el movimiento, con el propio Ser (improvisaciones) y en la creación.

1. EXPLORACIÓN CON EL ESPACIO. Una primera relación se establece con el espacio físico: ventanas, piso, altura, puerta, jardín tratando de “ocupar” o “habitar” el espacio físico del Centro Sayari Warmi, que de por sí para las jóvenes tiene una connotación específica. Cada uno de los espacios es explorado desde el sonido, textura, forma, suscitando emociones. Estos espacios remueven emociones en la medida en que también apelan a una memoria de vida, y es a partir de ahí que creo, me expreso, “narro”. El otro espacio que se trabaja es aquel que es intangible, subjetivo, es un espacio sensorial, parte de la imaginación y de la palabra, por ejemplo: cómo mi propio movimiento revela o pinta un color.

2. EXPLORACIÓN CON EL MOVIMIENTO. Se trata de proveer a las participantes de “herramientas” con las que pueden explorar y sentirse seguras para jugar e indagar en las posibilidades de su cuerpo. Las llamamos “los ocho movimientos”: giros, saltos, vibraciones, continuos, cortes, onda, derretirse, balanceos. Son movimientos de la vida cotidiana que al explorarlos se convierten en un excelente “vocabulario” para poder expresarnos a través del cuerpo. Van acompañados de variaciones de ritmos, niveles, tamaños, cambios energéticos. Fue la propuesta que mayor interés suscitó en las jóvenes, convirtiéndose en un recurso al que acudieron constantemente, tanto las participantes del primero como del segundo semestre, siendo además “herramientas” que las jóvenes compartieron con cada nueva participante que llegaba.

3. EXPLORACIÓN CON EL PROPIO "SER" (IMPROVISACIONES). Esta fase es fundamental para ver la apropiación de las distintas herramientas otorgadas. Tanto en silencio, como a partir de diferentes tipos de música, aflora el movimiento y el danzar propio de cada una de las jóvenes de forma espontánea. El trabajo puede ser de manera individual o grupal, pues se trata de lanzarse al espacio a crear con el cuerpo y las sensaciones.

4. EXPLORACIÓN EN LA CREACIÓN. El primer desafío fue darles una secuencia de danza "base", que llegaran a conocer y apropiarse, experimentando la satisfacción de haberla aprendido. A partir de ahí se propuso que la transformen de acuerdo a su sensación y creatividad. Así, el que ellas puedan "enriquecer" a través de la apropiación y transformación de la coreografía original, hizo que se pueda "crear" a partir de una estructura y poner en práctica las herramientas dadas. Fue fundamental para la creación de las obras. El segundo desafío fue trabajar a partir de los resultados de las improvisaciones, que fueron inspiradoras tanto para quienes observan como para quienes realizan. Los movimientos inspiran a realizar otros movimientos, de esa manera se va creando una escena grupal, llegando a tomar "intensidad" debido a las apropiaciones por las que ha transitado. Esta última parte implica el aprendizaje de "observar" y "sentirse observada" pues escapa a cualquier prejuicio cotidiano para centrarse en el aspecto lúdico y creativo de aquello que estoy expresando.

Todo este trabajo de exploración redimensiona los conceptos de libertad y encierro. El espacio en el que se trabajó fue una sala pequeña; sin embargo, la libertad de creación hizo que ese espacio se "amplificara" y, lo más importante, que la sensación corporal y de expresión fuese de mayor libertad. *Tener un espacio en el que puedo contar mis sueños, decir quién soy, enunciar mis deseos y anhelos desde mi corporalidad, me hace libre.*

Esto abarca el hecho de que la situación en la que las jóvenes se encuentran, estar viviendo temporalmente en un Centro de acogida del que no pueden salir, cobre diversos matices. Este supuesto encierro puede ser visto desde otros lugares y resignificarse.

Teatro

El entrenamiento actoral provee al actor las herramientas necesarias para entrar en relación con el espacio, con los otros y sobre todo para establecer contacto consigo mismo, con sus propias herramientas, es decir, con su cuerpo, voz e imaginario.

Una primera aproximación al entrenamiento del actor necesariamente tiene que ver con un desarrollo de la percepción del propio cuerpo, con una exploración del movimiento, de las distintas sensaciones que se provoca en el cuerpo, distintas energías, distintos centros de impulso.

Es así que el entrenamiento teatral provee herramientas concretas para poder estar en un escenario, con una presencia propia, una predisposición a relacionarse con los otros y disfrutar del espacio en el que se juega.

Así como la danza, el trabajo teatral ha estado dividido en dos fases: calentamiento y exploración.

De manera general, cada ejercicio y propuesta cuenta con las siguientes pautas:

- Una primera aproximación al espacio y a las/os otras/os, primero conociendo el lugar en el que se mueven, abriendo percepciones más sutiles a los olores, lugares más cálidos, más fríos, es decir, creando un lazo con el espacio desde la percepción.
- Posteriormente se trabaja en la liberación del cuerpo ligado al tema de confianza en el trabajo con las/os otras/os, fundamentalmente para estimular el trabajo de confianza individual y grupal.
- Transversalmente se trabaja con la mirada, siendo la que nos pone en comunicación con el mundo exterior, con las/os otras/os. Esto nos permite ahondar en las sensaciones diversas que me provoca esta conexión, esta acción concreta de “mirar”, detonando impulso, porqués y paraqués del trabajo actoral.

- **Calentamiento**

El calentamiento desde el teatro consiste en un trabajo de preparación del cuerpo, de activación de centros energéticos, de activación de la atención corporal: hacer, accionar y sentir desde la relación con el cuerpo.

Hemos tenido diversos tipos de calentamiento:

1. **Juegos en el espacio.** Caminatas en el espacio, con variaciones de ritmos, velocidades, pausas. Un elemento fundamental es la mirada: no puede haber movimiento si no miro y percibo previamente dónde quiero ir o con qué me quiero relacionar. El cuerpo también despierta sus propias maneras de “ver”, la espalda intuye lo que está detrás de ella, los pies perciben las texturas del piso, etc.
2. **Juegos en círculo.** Juegos que propician la relación entre todas las participantes, ya sea un juego de pelota, de palmadas. Son juegos que propician el contacto, la mirada, la relación lúdica y la soltura corporal.
3. **Activación de adentro hacia afuera.** Cierro los ojos e imagino una pelota de una consistencia específica (agua, madera, tierra, metal) que me recorre el cuerpo, y yo debo hacerla pasear y

abrirle paso por mi cuerpo, así ella va abriendo cada parte de mi cuerpo con su recorrido, cada espacio por el que recorre se suelta, se mueve, se balancea, debe pasar por todos los rincones del cuerpo. Poco a poco va saliendo del cuerpo para volver a entrar por otra parte del cuerpo. Pasa de ser un trabajo individual a un trabajo en pareja, lanzo la pelota y mi pareja la recibe con otra parte del cuerpo.

- **EXPLORACIÓN CORPORAL**

La segunda parte de exploración corporal en el teatro consiste en ahondar en movimientos que activen nuevas sensaciones corporales, despertando la subjetividad y particularidad. Es importante la experimentación de una variedad de movimientos, basados en ejercicios muy concretos y simples de comprender, pero que a la vez pueden irse complejizando, y por lo tanto, convertirse en nuevos desafíos corporales. No por ello son ejercicios netamente físicos: el cuerpo toca hebras finas que estimulan el imaginario, la subjetividad.

Dichos ejercicios ahondan en la práctica de herramientas y sensaciones personales en diálogo con los otros: cómo puedo contagiar con mi cuerpo, cómo puedo tomar del otro las energías que siento que yo no tengo, cómo puedo dialogar desde y con el cuerpo, cómo puedo invitar a los otros a partir de mi cuerpo, cómo mi cuerpo se convierte en un pincel del espacio, cómo me trazo en él.

En este sentido se ha trabajado en base a cinco tipos de ejercicios:

1. TRANSFORMACIÓN DE UN OBJETO. Cómo un objeto puede convertirse en muchos otros a través de mi relación con él, a través de la relación con otro y a través de la relación entre el grupo. Este ejercicio propone que cada persona accione con él de manera en que éste se convierta en cualquier otra cosa, menos lo que es, es decir, cómo uso una chinela de muchas otra maneras menos como un zapato. El ejercicio puede complejizarse cuando tengo que accionar con el objeto y con otro compañero, y también cuando me es dada una situación desde afuera, por ejemplo, cómo hacemos estas acciones si estamos en una iglesia, si estamos en la guerrilla. Uno de los más lindos aciertos fue que ellas mismas propusieron que una de las situaciones sea hacer las acciones en el Centro Sayari Warmi, improvisación en la que incluyeron herramientas aprendidas en las sesiones artísticas, así como revelaron su propia cotidianeidad.

2. LOS CIEGUITOS y LA MARIONETA. Este trabajo se desarrolla en pareja, uno cierra los ojos y es conducido por otro. Primero debe llevarlo caminando por el espacio, encontrando maneras cómodas de conducirlo, poco a poco puede ir enseñándole el espacio a través del tacto, tocando las texturas, sintiendo las temperaturas, etc. El ejercicio se va complejizando el momento en que la relación se vuelve más corporal: cómo me apoyo en el ciego, cómo el ciego se apoya en mí, cómo nos movemos juntos, cómo bailamos, cómo cambiamos de niveles, cómo variamos velocidades,

hasta convertirnos casi en marionetas el uno del otro. Cómo mi cuerpo deja de tener una vida propia para ser movido por otra persona, cómo abandono el cuerpo y cómo me encargo de mover al otro cuerpo. Es un ejercicio de confianza y seguridad en uno mismo y en el otro, que va desarrollándose a manera de encontrar un lenguaje común.

3. IMÁGENES PICTÓRICAS. Se parte de imágenes de cuadros que, a través de la posición física en la que están, proponen una manera de encarar y apropiarme de ellas, por lo tanto, de una historia y una mirada que no es mía, pero con la que puedo jugar. El trabajo pasa de ser individual a ser grupal, ya que primero se observan muy bien los cuadros que se van a representar para posteriormente pasar a representarlos en relación con las compañeras. Puede ir complejizándose en cada etapa, cada imagen puede tener un contexto, un movimiento, un texto y principalmente se desarrolla una relación con los otros cuerpos y con el entorno.

4. Creación de Escenas. Con todos los elementos anteriormente trabajados se crean escenas que deben contener 4 consignas: “dónde estamos” (ej. un parque, una casa, el centro, etc.); “quiénes somos” (si somos la mamá, el papá, una peluquera, un cocinero, una educadora, etc.); “qué queremos” (yo soy la mamá y quiero que me hagan caso, soy una peluquera que quiere reparar a la cliente, etc.) y en base a esas tres preguntas, definir cuál es el “conflicto”. Este ejercicio permite una “soltura con la palabra” y con el juego de roles. En la experiencia del segundo semestre de trabajo, en algunas improvisaciones se habló en quechua y aymara, algo que no había ocurrido en anteriores sesiones. Eso permitió una especie de aceptación tácita entre las jóvenes. El segundo aspecto importante fue que los temas elegidos para las improvisaciones giraban en torno a conflictos de violencia intrafamiliar o relaciones amorosas violentas.

5. Creación de imágenes. Se trata de distintas maneras de “habitar” el espacio, “pintándolo”: dibujar una flor entre todas, un sol, un jardín, o un concepto como felicidad, creando imágenes en parejas, tríos o entre todo el grupo. También se trabajó creando imágenes con objetos simbólicos, como ser un corazón que iba adquiriendo diversos sentidos: una mitad de corazón que no encontraba su otra parte, un corazón devorado, la ausencia de un corazón que “maquinizaba” o “automatizaba” el cuerpo.

Todos estos ejercicios van teniendo diversos estímulos externos, como ser la música, pautas que van cambiando, diversos cambios de dirección, de objetivos, etc.

El trabajo teatral ha impulsado al juego, a la risa y al soltarse durante el proceso. Es importante recalcar que ya en la fase de creación de las obras ha propuesto material para los montajes, y ha proporcionado herramientas para el “estar en escena”. Sin embargo, para un proyecto de esta índole ha sido la danza el arte que ha otorgado cierta seguridad a las jóvenes, a través de movimientos y secuencias. El teatro

“enriquecía” la “estructura” que les otorgaba la danza: resultó ser más contenedora, atractiva y afín a la expresión de las jóvenes.

Cierre de LAS SESIONES: CÍRCULOS

Todas las sesiones concluyeron con un cierre en círculo. El círculo representa el grupo, lo continuo, lo horizontal y participativo, la comunicación y el apoyo mutuo. Por eso, el final de cada sesión se propuso en círculo. Proponiendo dinámicas, ejercicios o rituales que reforzaran aspectos de desarrollo personal y grupal, que durante la clase hubieran quedado débiles. A veces, son momentos de grupo y otras veces de singularidad en grupo.

Desde el proyecto consideramos que es necesario un momento de cierre después de cada sesión, para poder transitar a la siguiente actividad del Centro (normalmente alguna tarea como lavar ropa o cocinar) y redondear, calmar o sacar lo vivido desde el arte.

Entre los tipos de cierre podemos citar los siguientes:

1. RELAJACIÓN. Las relajaciones, al finalizar las sesiones, propician un momento en el que cuerpo y mente descansan y en el que se da lugar a la imaginación. Estando tumbadas en el piso en silencio o con música suave que acompañe, se propone a las participantes que exploren cada rincón de su cuerpo, relajándolo, conociéndolo, con mensajes como “somos infinitas”, “no te abandones”.

2. VISUALIZACIONES. Se han realizado varios ejercicios de visualización, con la intención de proponer una herramienta con la que las adolescentes pudieran sanar algo del día que estuviera generando conflicto o reforzar la ilusión de cada una.

- Visualizar algo hermoso que queramos regalar
- Visualizar un lugar que nos guste mucho
- Visualizar algún deseo o pensamiento para las compañeras que se han marchado

3. RONDAS: en varias ocasiones ha sido necesario propiciar un momento de comunicación y expresión entre las adolescentes, para transformar, sanar, motivar, en las que se ha propuesto:

- Aprender una canción
- Expresar lo que más nos ha gustado del día
- Expresar algún malestar
- Expresar palabras que nos vengan a la mente

4. **DINÁMICAS:** otra herramienta han sido dinámicas de grupo, que desde propuestas elaboradas permitieran ahondar en el conocimiento entre las participantes, fortalecimiento del grupo o trascender malos momentos.

- Buscar algo que nos represente del entorno natural y ponerlo en común, explicando el porqué.
- Escribir en un papel un miedo o un disgusto y quemar aquello que no nos permite disfrutar.
- Dibujar a una persona y pintar los lugares que puede sanar con el arte.

Creación de dos obras

Primera obra: "BUSCANDO NUESTROS PASOS"

Bajo las mismas dinámicas de clases, a partir del segundo mes, se empieza a construir la obra.

La construcción comienza con una secuencia de baile de calentamiento como base, secuencias que las jóvenes pueden recrear y modificar, utilizando los elementos de danza y teatro que fueron conociendo a lo largo del proceso. Para realizar esta dinámica las dividimos por grupos, dúos, tríos...

Se tomó como hilo conductor las chinelas, objeto común a todas las internas en el Sayari Warmi. Al entrar, las chinelas son dejadas en el escenario, diseñan el espacio creando una imagen escénica provocadora, a lo largo de la primera escena van cobrando distintos significados, son un teléfono, son volantes, son wawas a las que se acuna, en fin, son "mundos" propios y propuestos por las jóvenes.

"Las chinelas es como si fuéramos nosotras, están, nos acompañan, nos escuchan...".

Adolescente participante del proyecto.

Además de la secuencia base, se incorporó a la obra un trabajo de confianza, respeto y cuidado del otro, (cieguitos), reflejo del trabajo y necesidades profundas de las adolescentes. En dúos y tríos jugaban a conducir y ser conducidas por el espacio, a abandonarse a la guía del otro cuerpo. Luego, tras el paseo de confianza llegaban a sus chinelas, un lugar seguro de confesión de deseos: "deseo aprender a amar, deseo ser más tolerante, de seo volver con mi familia". Estos deseos fueron trabajados primero de forma individual con la psicóloga del Centro.

Para continuar, dos de las jóvenes tomaron la iniciativa de crear un rap, en el que contaron quiénes son, cómo es su vida en el centro y sus anhelos. Este rap fue parte de la obra siendo grabado por ellas mismas y bailado por el grupo entero: “somos nenas bien churras que vamos a surgir”.

Para finalizar, una de las jóvenes trabajó una secuencia propia, apoyándose en la canción “Por ser mujer”, que habla del despertar de una mujer, y en ésta basó su propuesta coreográfica. Se decidió colectivamente que fuese el cierre de la obra, garantizando la participación e inclusión de la joven, la cual tenía dificultades para el trabajo en grupo.

Con respecto a la música, se fueron eligiendo aquellas piezas que entusiasmaban y disfrutaban las jóvenes y que transmitían la energía de cada parte de la obra.

El vestuario estuvo compuesto por poleras de colores enteros acompañadas de una “babucha”, especie de falda-pantalón hindú, a petición de las jóvenes, la cual les permitía mucha movilidad y representaba un atuendo nuevo y alternativo a lo que ellas conocen.

La fase de creación y ensayo de la obra requirió de compromiso y mucha repetición. A diferencia de lo que sucedía con los juegos y ejercicios, se generó tedio y aburrimiento en algunas de las adolescentes, llegando a expresar querer dejar el grupo. Junto con la psicóloga del Centro se trabajó la constancia y compromiso de quienes tuvieron mayor dificultad. Todas, quienes siguieron en el Centro, participaron activamente de la creación y presentaciones de la obra hasta el final, siendo muy satisfactorio para ellas.

Así la obra, nominada “Buscando nuestros pasos” fue presentada y actuada por 8 adolescentes.

Segunda obra: “EL RITMO DEL CORAZÓN”

Durante los meses de agosto a diciembre se llevó a cabo el segundo proceso de creación. A partir del mes de octubre y tras varias semanas de juegos de exploración, se comenzó la creación de la obra, la cual estuvo compuesta por varias propuestas de las jóvenes. La primera escena surgió a sugerencia de una de las jóvenes que rescató secuencias de danza aprendidas; ella asumió la dirección de esa primera parte explicando a sus compañeras cómo debían realizar la secuencia desde los aspectos más técnicos de danza a los aspectos más sutiles como ser dónde y con qué intención se trabaja la mirada, el contacto y la relación entre ellas.

La segunda escena fue retomada de una de las improvisaciones realizadas. A través de los movimientos en espejo, las miradas y las acciones, se crea una escena que describe una especie de “viaje”, en el que las jóvenes nacen, descubren, salen al “afuera”, temen, a la vez están curiosas, disfrutan del agua. Sin embargo, sin darse cuenta el agua les cubre la garganta, se ahogan, nadan para salvarse, llegan a una orilla, el calor las asfixia y caen en el piso.

Al levantarse, no son más que marionetas que se mueven al mando de una voz externa, una voz que dictamina qué hacer, cómo moverse, las mecaniza. Hasta que un grupo de jóvenes decide no seguir las órdenes, buscar su propio camino: para ello descubren su corazón. Su corazón es puesto en su lugar, disfrutan de él, se mueven de una manera muy distinta a las marionetas, habitan su cuerpo. Luego del festejo ven que sus otras compañeras siguen cual si fuesen marionetas, intentan despertarlas, llevarlas, levantarlas, hacerles bailar, buscan sus corazones pero no los encuentran, entonces deciden darles su propio corazón.

“En la parte de las marionetas queremos contar cómo a veces nos manipulan y nos dejamos llevar sin hacer caso a nuestro corazón”.

Adolescente participante del proyecto.

Las que eran marionetas, al recibir el corazón, encuentran el suyo y también lo entregan a las otras, todas pueden recuperar la vida al tener un corazón, al contactarse con él.

Entonces viene el baile final: “En la vida hay que ir más allá”.

El armado de la coreografía tuvo como punto central la secuencia que hicieron en las sesiones de teatro en las que el “corazón”, el cariño, el cuidado y atención hacia el otro, se convierte en nuestro hilo conductor, “siguiendo el ritmo del corazón”, y nos permite realizar arreglos y ajustes a otras secuencias experimentadas durante el proceso, secuencias que cuentan y expresan el sentir de la jóvenes.

Los ensayos fueron seguidos, no solo para repasar y perfeccionar la obra, sino también para que las jóvenes puedan sentirse cada vez más cómodas con sus cuerpos, movimientos, con la coreografía, dejando que sus emociones se expresen y puedan llegar al público.

El vestuario fue diseñado y confeccionado para la obra, para las jóvenes. Consistiendo en calzas que facilitaban el movimiento y vestidos floreados también cómodos.

La obra “El rimo del corazón” fue presentada por 6 adolescentes.

LAS PRESENTACIONES

Culminar el proceso con presentaciones frente a diversos públicos es necesario desde el punto de vista pedagógico y terapéutico. El poder culminar el trabajo de meses en un producto concreto ayuda a las jóvenes a sentir que pueden.

“Presentarnos me ha dado seguridad en mí misma”.

Adolescente, participante del proyecto.

En el caso de la primera obra, la primera presentación se realizó en el Centro para las familias de las adolescentes. Lo cual es todo un desafío para las jóvenes y el equipo del Sayari Warmi. En muchos casos la relación de las adolescentes con su familia es conflictiva, y atravesada por el juicio. Por lo que mostrarse y recibir la mirada de sus familiares, haciendo algo que les gusta y que han trabajado arduamente les reconforta y enorgullece. Las reacciones de las y los familiares fueron positivas y alentadoras. Una de las adolescentes no tiene familia, aspecto que puede darse en contextos de este tipo, y necesita de trabajo y acompañamiento.

Las siguientes presentaciones han tenido lugar fuera del Centro de acogida frente a otros/as jóvenes. Tres en una Unidad Educativa de las Hermanas Adoratrices Santa Micaela, contando como público con jóvenes de secundaria del colegio y las Hermanas Adoratrices.

La última presentación tuvo lugar en el Centro Cultural Cuarto Intermedio, frente a cursos de secundaria del Colegio Buenas Nuevas, el Colectivo Wayruru de La Paz y bailarines profesionales de Cochabamba. En tres oportunidades los jóvenes del proyecto Lanzarte compartieron escenario con las jóvenes de Sayari Warmi, presentando una coreografía de danza contemporánea llamada “Violencia”, previamente a la obra de las jóvenes.

En el caso de la segunda obra, sólo se han realizado 2 presentaciones, la primera en el colegio Santa María Micaela, dirigida a las familias de las adolescentes, al plantel del Centro y otros invitados.

La segunda presentación se realizó en el Centro Cuarto Intermedio, dirigida a jóvenes del Hogar Nuestra Casa e invitados varios. En esta ocasión, la segunda obra compartió escenario con la obra “El Viaje” del Colectivo Wayruru.

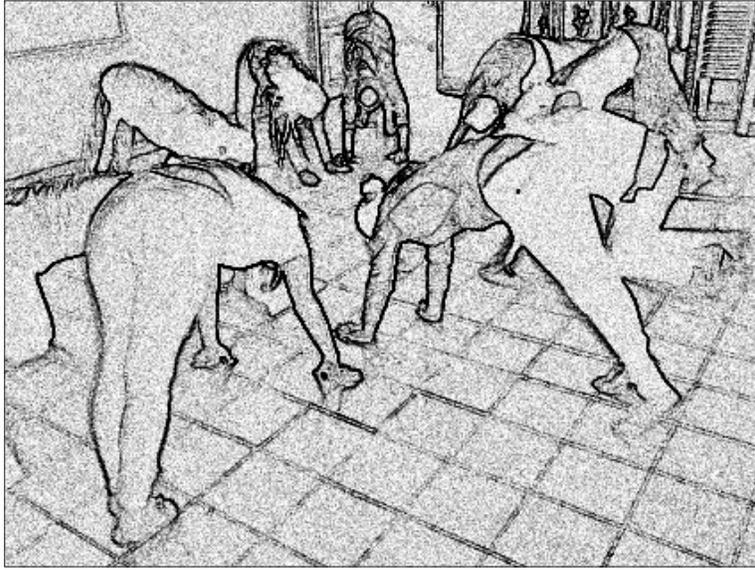
Durante las presentaciones se ha visto aumentar la energía, seguridad y goce de las adolescentes, irradiando vitalidad.

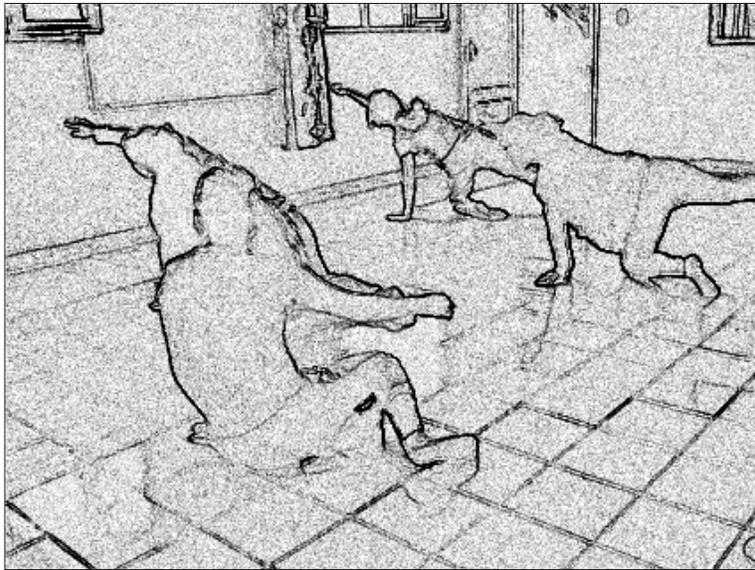
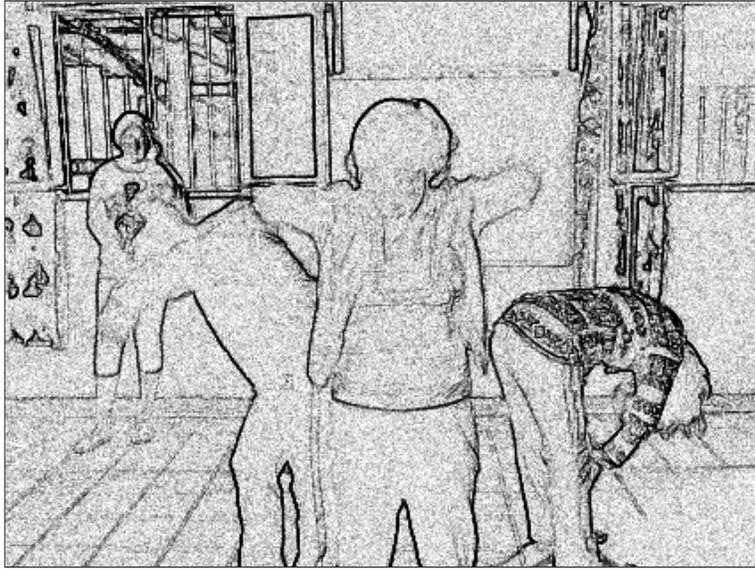
Al finalizar las presentaciones se dio lugar a que el público comentara o preguntara a las protagonistas, así como se dio espacio a que las adolescentes se expresen.

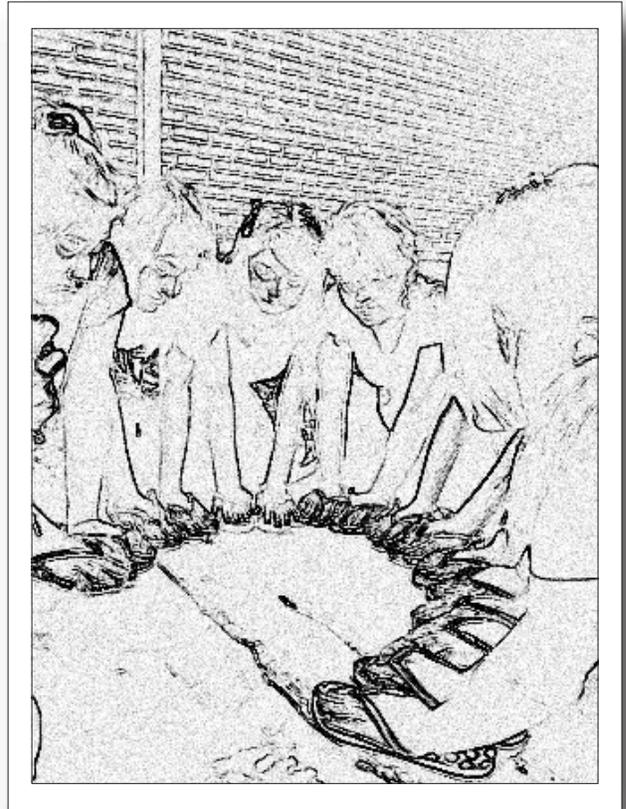
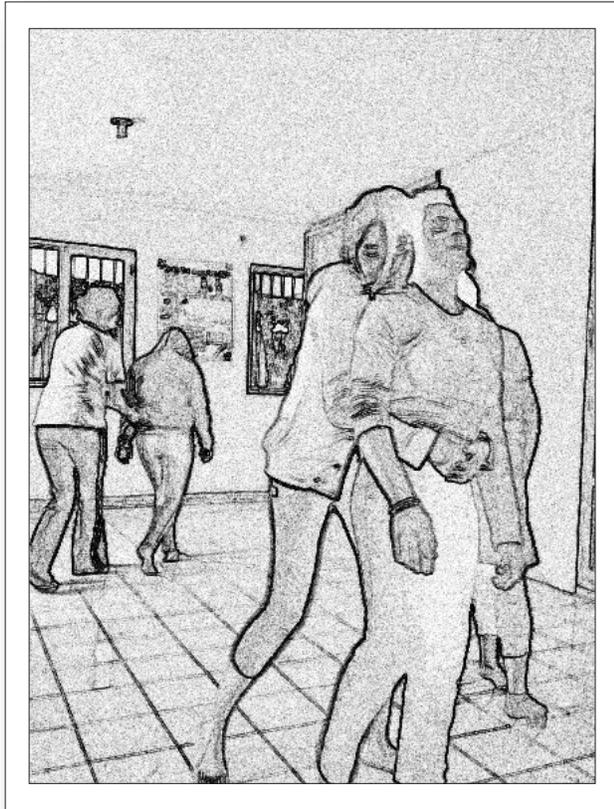
Algunos de los comentarios, preguntas y respuestas fueron:

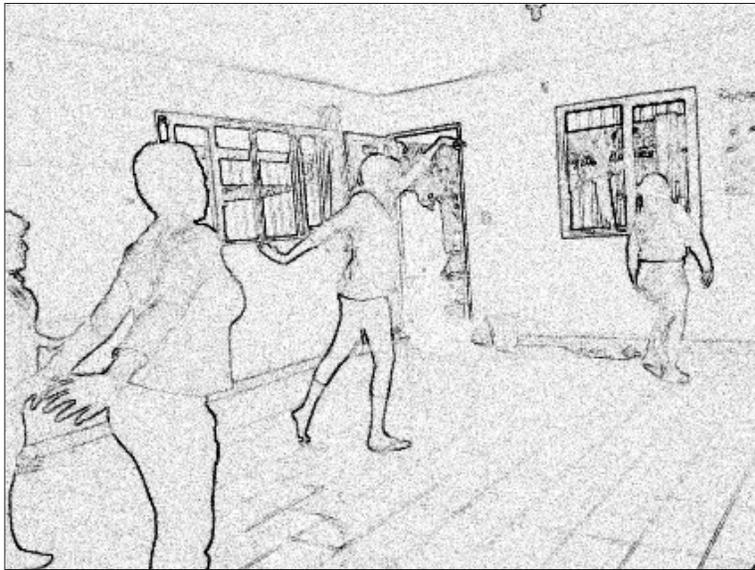
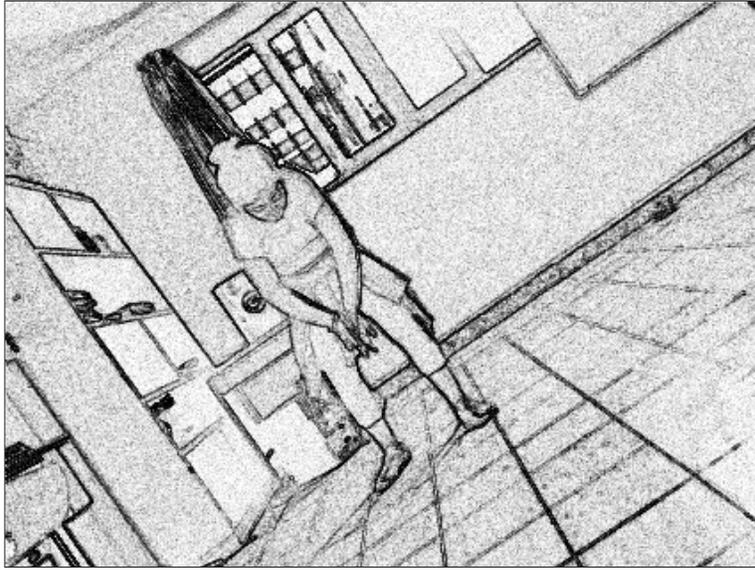
- *¿Qué sensaciones han tenido al montar la obra? (Joven)*
- *Paz. Yo me he vuelto a encontrar conmigo. Ha hecho que cada vez me enoje menos.*
- *Es una felicidad enorme para nosotras poder expresarnos a través del baile.*
 - *Transmiten felicidad y lo contagian al público. (Joven)*
 - *Les felicito, son muy valientes y unas artistas. Les admiro. (Hermana Adoratriz)*
 - *Me han dado ganas de bailar con ustedes. (Joven)*
 - *Dicen cosas muy importantes en sus deseos: ser más tolerante, escuchar, amar... esas son las cosas importantes de la vida, ojalá lo lleven a cabo y sigan tan radiantes como hoy. (Familiar)*
 - *Se les ha visto florecer en la obra, seguro que en su vida están floreciendo también. (Joven)*
 - *Nos han inspirado con su frescura y autenticidad. (Bailarina profesional)*
 - *Me han hecho llorar, transmiten calma y tranquilidad. (Joven del Colectivo Wayruru)*
 - *Hemos visto su evolución y es increíble cómo han mejorado, las ganas y pilas que le ponen (Joven del grupo Lanzarte)*
- *Que venga mi familia a verme ha sido muy bonito, ahí te demuestran que te siguen apoyando y que te quieren. (Adolescente participante del proyecto)*

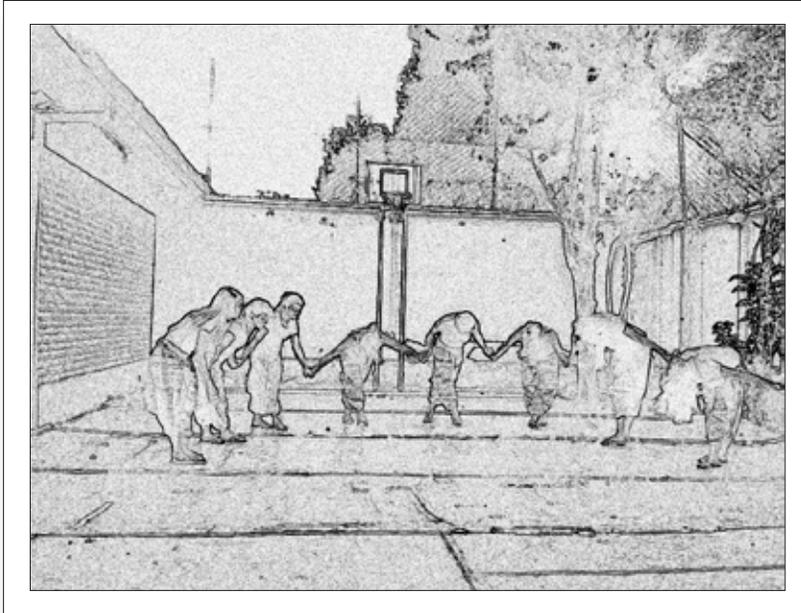
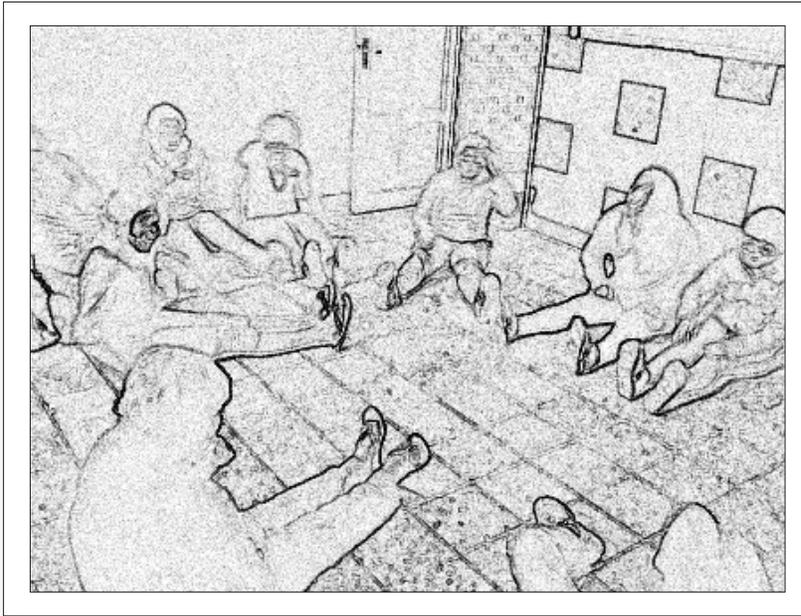
Ambas obras contaron con una actividad de cierre a cargo del Colectivo Wayruru. A través de una ceremonia de limpieza de plumas, compartir canciones y ofrecer un regalo a las jóvenes (collares de piedras, semillas y wayrurus) en agradecimiento por su energía, presencia y vida.













CAPÍTULO 3

CONTAGIANDO, CONTAGIÁNDONOS: LA IMPORTANCIA DEL INTERCAMBIO

- *Intercambio con otros grupos artísticos*
- *Actividades complementarias*



INTERCAMBIO CON GRUPOS ARTÍSTICOS

Vivir en un Centro de acogida cerrado supone que las jóvenes no puedan salir, ni cruzar la puerta por meses. El Centro contempla algunas salidas al año, a una piscina, al cine o excursión al campo. Sus recuerdos en cuanto a amigos/as y otros/as jóvenes crecen y tocan la fantasía. No hay contacto con varones.

“En la adolescencia es necesaria la relación con pares, y fortalecer el sentimiento de pertenencia, por eso el contacto con grupos en los que se han podido relacionar con jóvenes de otra manera”.

Psicóloga del Centro.

“Estos grupos les expresaban esto hacemos, esto nos gusta o esto otro queremos contar, no que estén obligadas a hacer ciertas cosas para pertenecer como están acostumbradas”.

Psicóloga del Centro.

A lo largo del proyecto se han planteado varios encuentros dentro del Centro y fuera con otros grupos, jóvenes con distintas artes, miradas y motivaciones dentro de lo creativo. Otras vidas y opciones de las que nutrirse, diferentes a lo que las adolescentes conocen y con las que se relacionan. Nuevos referentes, opciones y caminos posibles de vida. Varones conscientes y también mujeres que les proponen, comparten, intercambian. Grupos que se llenan de la vitalidad y fuerza de las adolescentes, de sus creaciones, de conocer la vida de un Centro de Acogida, creciendo unos/as y otros/as.

El intercambio con otros grupos, el ver obras de danza y teatro, conocer músicos/as y pintores/as ha sido un pilar fundamental en el proyecto.

Wayruru - Danza Teatro

El Colectivo Wayruru trabaja en las Ciudades de La Paz y El Alto, a partir de la danza, el teatro y el desarrollo personal en la Casa de Acogida de la Fundación Munasin Kullakita, Centro Qalauma y el Colegio Ayacucho. Con la característica de que gran parte de los facilitadores/as son de edades jóvenes, Wayrurus empezaron a los quince o dieciséis años a formarse, pasando a ser facilitadores/as de apoyo y posteriormente a hacerse cargo de procesos completos. Han sido referentes y acompañantes de los dos procesos vividos, en el proyecto del Centro Sayari Warmi, a partir de talleres de danza en el Centro, la presentación de sus obras, y rituales de cierre y agradecimiento en el Centro Cultural Cuarto Intermedio.

Durante la creación de la primera obra, “Siguiendo nuestros pasos”, entre los meses de enero a junio se tuvieron dos encuentros que llenaron a las adolescentes de motivación y energía. Un primer taller con el que se dio inicio a los talleres generándose un encuentro entre pares, de exploración y alegría. Y un segundo encuentro al finalizar el proceso, en el que acompañaron la última presentación de la obra de las jóvenes del Sayari Warmi, transmitiendo cariño, compromiso y fidelidad.

“Sabía que iban a volver, porque nos lo habían prometido, pero no podía creer?”

Joven Sayari Warmi.

Durante el proceso de agosto a diciembre, de igual manera participaron facilitando dos talleres y presentando su obra “El viaje”, en la única presentación abierta de las jóvenes del Sayari Warmi con la obra “El ritmo del corazón”.

El colectivo Wayruru guió los dos cierres en sendos procesos, con rituales a partir de elementos como flores, semillas e inciensos, acercando a las jóvenes a una propuesta “espiritual comunitaria de sanación”. Como una manera de despedir el ciclo comenzado. Dando lugar a nuevas etapas para cada una de ellas con alegría y amor.

Grupo Lanzarte - Danza

Lanzarte es un proyecto que propone a jóvenes de secundaria, tanto mujeres como varones, formar parte de un grupo de danza contemporánea, desde el que crear obras que traten los temas que les preocupan e interesan.

Lanzarte también ha acompañado a las jóvenes del Sayari Warmi, tanto en el primer proceso como en el segundo.

Se realizaron encuentros en una sala de danza profesional en la Fundación Sedes Sapientiae, y en el mismo Centro Sayari Warmi. Acompañaron con su obra “Violencia” las presentaciones de las jóvenes de Sayari Warmi en el mes de mayo.

Durante el proceso de creación de la obra “Siguiendo nuestros pasos”, de enero a junio, se llevó a cabo el encuentro-taller en una sala de danza profesional, en la Fundación Sedes Sapientiae. Participaron jóvenes de los últimos años del colegio Buenas Nuevas (zona sud - Wayrak’asa). Para las jóvenes de Sayari supuso salir del Centro después de meses, recorrer la ciudad en micro, bailar en un salón de danza, sobre un piso de madera, frente a paredes de espejo.

“Para mí la danza sirve para expresar lo que sentimos y para cambiar la sociedad”;

una de las jóvenes de Lanzarte.

Las/os jóvenes de Lanzarte mostraron una obra sobre violencia, dando lugar a debate y motivando a las adolescentes del Sayari Warmi.

El hermanamiento con las y los jóvenes de Lanzarte se consolida en la última parte del primer proceso, al aceptar ser quienes den inicio a la presentación de la obra de Sayari Warmi “Siguiendo nuestros pasos”, con su obra sobre violencia.

Durante el segundo semestre, en la creación de la obra “El ritmo del Corazón”, las adolescentes de Sayari Warmi pudieron acudir a ver la obra que Lanzarte presentó en la U.E. Micaela. Semanas después, Lanzarte se ofreció a facilitar un taller de danza en el Centro Sayari Warmi. Su presencia, su motivación y lo novedoso para ellas de ver a adolescentes de colegio de varones bailando de forma saludable impactó y enriqueció al grupo.

Actividades complementarias

Colectivo G con la obra teatral “Las Suplicantes”

“Las Suplicantes” es una obra de teatro compuesta y dirigida por Soledad Ardaya, e interpretada por el Colectivo G. La cual, abordando la temática de Trata y tráfico de personas y Violencia Sexual Comercial, trabaja desde la prevención en Unidades Educativas y espacios de jóvenes. Un viernes, cuando en el Sayari Warmi se reciben visitas de familias, en la canchita del Centro se presentó la obra. “Las Suplicantes” reflejó poéticamente la realidad de muchas de las adolescentes que viven o han vivido en el Sayari Warmi. Mostrando la complejidad de las tramas, motivos y factores que influyen en los casos de VSC.

“Es importante ver que aunque una chica cometa errores siempre puede rectificar y hay que apoyarle”.

Madre de adolescente del Sayari Warmi.

“Gracias por mostrarnos este teatro en el que vemos que no es fácil la vida, y que las jovencitas tienen que diferenciar y ver dónde se meten”.

Madre de adolescente del Sayari Warmi.

“En la obra sale cómo muchas veces por trabajos nos engañan, muchas de aquí lo hemos vivido y tenemos que conocerlo porque eso lleva a que incluso nos metamos en la prostitución como aquí algunas chicas”.

Adolescente del Centro Sayari Warmi.

Festival de Danza Contemporánea SIMÓN I. Patiño

En el mes de septiembre se llevó a cabo en Cochabamba el Festival Internacional de Danza Contemporánea Simón I. Patiño, en el Palacio Portales. En los jardines al aire libre de un antiguo palacio, ahora Centro Cultural. Las jóvenes del Sayari Warmi pudieron acudir a dos de las presentaciones en la noche. Llenándoles de emoción y fortaleza al verse parte del evento, disfrutando de obras de calidad, orgullosas de conocer a algunas/os de las/os artistas (facilitadoras/es del proyecto).

Colectivo EL Taburete. Ilustración

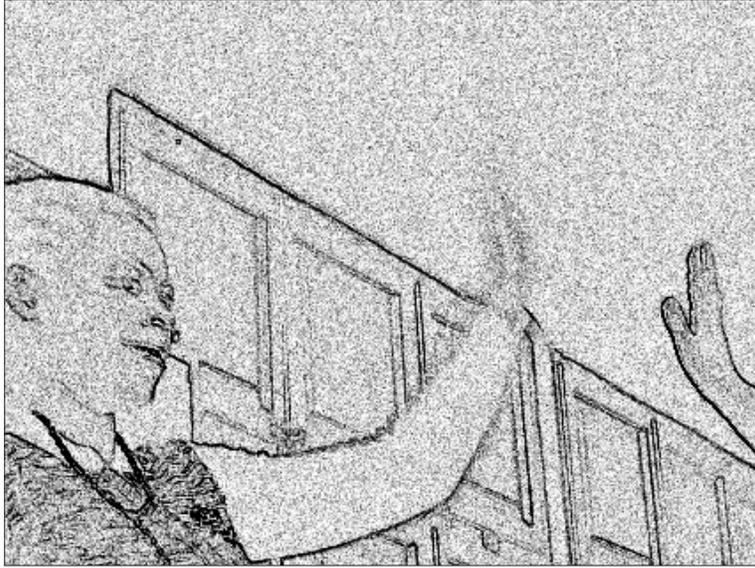
El Taburete es un colectivo artístico de diseño gráfico e ilustración, compuesto por dos jóvenes mujeres, al cual se invitó a dinamizar una sesión con pintura, dibujo y música, en el mes de febrero. Ofreció a las adolescentes una posibilidad más de expresión y creación, una experiencia en la que poder pintar sin límites ni pautas establecidas.

Creación Musical y grabación

En el primer proceso creativo, las jóvenes de Sayari Warmi compusieron una canción rap acerca de su realidad, anhelos e ilusiones. Ante la propuesta de ser incluida en la obra final, Manu Estrada, músico y compositor, montó un estudio de grabación móvil en una sala del Centro de Acogida, donde dos de las adolescentes pudieron grabar su canción, que fue musicalizada.

Danza Contemporánea

En el mes de noviembre, se invitó al bailarín y coreógrafo chileno Juan Cid Cid, quien guió una clase de danza complementaria. Aportando nuevos elementos, proponiendo nuevos desafíos para las jóvenes.





CAPÍTULO 4

IMPLICACIÓN DE UN EQUIPO MULTIDISCIPLINAR: APRENDER HACIENDO

- *Encuentros de reflexión e intercambio*
- *Talleres vivenciales*



Plantear un proyecto basado en la creatividad y el arte como estrategia de atención a personas víctimas de violencia, debe formar parte en estrecha relación con el resto de actividades, enfoques y formas de intervención social del lugar, el Centro o Casa de Acogida donde se realiza. En el caso de Centros de Acogida, Casas o instituciones cerradas, la necesidad de que el equipo que trabaja cotidianamente entienda y comparta el espacio de creatividad es fundamental. Construyendo criterios pedagógicos y de atención terapéutica comunes para abordar cada caso y situación de las adolescentes. Para lo cual es necesario no sólo conocer sino vivenciar de qué se trata una propuesta artística de intervención.

“Ha sido muy nuevo para nosotras coordinar talleres en paralelo para el equipo del Centro. A veces también tenemos nuestros tabúes como adultos, y nuestras resistencias, por eso ha sido un desafío para nosotras. Pero sin duda, el poder participar en un taller paralelo al de las chicas ha sido muy importante para el equipo y para entender a las adolescentes”.

Livia Chávez, Directora del Centro.

A lo largo del proceso del proyecto “Arte y desarrollo personal para jóvenes del Centro Sayari Warmi”, se han establecido varios canales de comunicación y trabajo con el Centro. Por un lado, se han realizado encuentros y reuniones de reflexión e intercambio, y por otro, siete talleres de formación que han permitido al equipo de trabajo del Centro vivenciar y aprender propuestas creativas y terapéuticas que les ayuden en su trabajo y les den nuevas pautas de intervención.

“Ha sido algo muy novedoso para nosotras, nos gustaría continuar formándonos y teniendo talleres de equipo que tanto nos ayudan”.

Livia Chávez, Directora del Centro.

ENCUENTROS de REFLEXIÓN e INTERCAMBIO

Durante el primer semestre se estableció un espacio de encuentro semanal con la psicóloga, quien acompañó el espacio de danza-teatro, para hacer seguimiento a cada una de las participantes con respecto al proyecto y su estancia en el Centro, acordando estrategias comunes de intervención y acompañamiento. Durante el segundo proceso, como aprendizaje del primero, la psicóloga del Centro participó de las clases y actividades de danza-teatro con las adolescentes.

La singularidad de cada participante y la complejidad de sus casos requieren abordar de manera diferente sus necesidades. Dicha especificidad sólo puede darse con la coordinación estrecha del trabajo psico-social que se hace desde el Centro. El Sayari Warmi cuenta con un espacio terapéutico establecido, cuyo objetivo es el tratamiento y acompañamiento emocional de las internas desde una perspectiva clínica. Durante el proyecto de danza-teatro se ha ido estableciendo con rigor un trabajo coordinado. Las reuniones con la psicóloga del Sayari Warmi, Gabriela Villarroel, han permitido profundizar en un abordaje diferente en cada una de las adolescentes: qué potenciar, qué respetar, qué proponer, siendo la danza y el teatro la propuesta que a la par ha permitido profundizar el seguimiento terapéutico de cada una.

“Es necesario coordinar con la terapia, con un espacio de la palabra, que permita a las jóvenes trabajar y expresar todo lo que se moviliza desde la Danza”.

Gabriela Villarroel, psicóloga del Centro.

A la vez, se realizaron varias reuniones con todo el equipo (educadoras, psicóloga, trabajadora social y directora) para informar, debatir y decidir algunos aspectos estructurales del proceso y las obras de danza-teatro, al Inicio, durante y al finalizar el proyecto.

Reuniones en las que se han tratado aspectos como presentación de la visión, metodología, enfoque y actividades del proyecto. Información acerca del proceso creativo y objetivo pedagógico de algunos aspectos, acordar fechas, vestuario de las obras, así como profundizar en algunos elementos que han requerido de información y negociación entre el proyecto y el Centro.

TALLERES VIVENCIALES

En paralelo, se han realizado siete talleres vivenciales a lo largo del año con todo el equipo de Sayari Warmi, la Hermana responsable de la congregación Adoratrices, la Directora, Psicóloga, Trabajadora social, cinco educadoras y la cocinera del Centro. En los cuales se pretendió: por un lado, compartir la metodología y algunos de los ejercicios que experimentaron las adolescentes con el fin de reforzar la dinámica, lazos y funcionalidad del Equipo de trabajo del Centro así como sensibilizar acerca de la importancia de abordar el trabajo de atención a víctimas de violencia desde metodologías vivenciales de creatividad y arte. Por otro lado, realizar dinámicas y talleres en los que trabajar temas específicos necesarios para el equipo, a demanda del Centro: comunicación, canalización de emociones, prejuicios, resolución de conflictos. Convirtiéndose en un espacio íntimo de contención y confianza, grupal y personal. En el que las participantes han podido expresar emociones, miedos, dudas, dificultades, ilusiones.

Los talleres se estructuraron en ejercicios de calentamiento, de expresión corporal y relajaciones. Con el aporte complementario de talleres y ejercicios propuestos desde distintas terapias alternativas en coordinación con terapeutas invitados/as.

Calentamientos

Los calentamientos de los talleres consistieron en “desempolvar” el cuerpo, la mente, la creatividad, las emociones. De pie, sentadas, con música o en silencio. El objetivo ha sido distensionar, calentar, activar y soltar las emociones fuertes o tensiones con las que llegaban las participantes.

Algunos de los calentamientos fueron:

Calentamientos de danza. Empezar por pequeños movimientos al ritmo de la música, ir subiendo la intensidad del movimiento y del ritmo, hasta llegar al baile libre con todo el cuerpo y por todo el espacio. Calentamiento de juegos en el espacio. Caminar en el espacio, jugando con la mirada, con los saludos y en general en el establecimiento de contacto.

Calentamientos en relajación. Tomar consciencia de la respiración, inhalar profundamente y exhalar dejando ir preocupaciones, dolores, tensiones. Fueron realizados tanto en silencio como con música, así como en distintas posturas, teniendo en cuenta las posibilidades físicas de las participantes.

Expresión corporal

El desarrollo principal de los talleres vivenciales se ha llevado a cabo a través de la expresión corporal, con el complemento de la reflexión verbal al finalizar los ejercicios.

Se han empleado distintas técnicas y propuestas:

Teatro imagen. El teatro imagen es una técnica que a través de distintos juegos y ejercicios permite explorar la capacidad de expresión del cuerpo desde posiciones fijas que transmitan emociones, conceptos, ideas.

El equipo de trabajo del Sayari Warmi empezó compartiendo el porqué de su trabajo a través de una imagen con el cuerpo. Así, esta propuesta fue desarrollándose de manera individual, en parejas o en grupo a lo largo de los demás talleres. Los conceptos en los que se trabajó para crear imágenes fueron compañerismo, adolescencia, violencia, entre otros. Reflexionando posteriormente acerca tanto del proceso de creación de estas imágenes como de lo expresado en cada una de ellas.

En otros momentos, a partir de estas imágenes se desarrollaron pequeñas escenas teatrales que permitieron visibilizar las diferentes formas de ubicarse ante un mismo conflicto, las distintas formas de intervenir y de vivir el conflicto.

“No me había dado cuenta pero quizá si estoy y me muevo diferente en las clases podría motivarlas más, porque a veces se duermen”.

Educadora del Centro.

“Podemos decir mucho por cómo nos movemos, nos sentamos, cómo nos acercamos a ellas”.

Educadora del Centro.

Juego de roles. Otra de las necesidades explicitadas fue trabajar las relaciones dentro del equipo de trabajo, ya que expresaron se generan dificultades y susceptibilidades entre las diferentes funciones de unas y otras. A partir de la metodología de teatro foro, se plantearon situaciones hipotéticas que ocurrían en el Centro, y fue designado un rol a cada persona, sobre el cual improvisar. Dando pie al público a intervenir y proponer soluciones a los problemas representados actuando.

A modo de especificar el juego de roles, se trabajó también con la técnica del Arcoíris del deseo de Augusto Boal, para ahondar, a través de ejercicios teatrales, en la transformación de emociones y conflictos.

El juego de roles se empleó también para trabajar los prejuicios como tema específico. Vivenciando qué transmitimos con la palabra, cómo nos sentimos cuando somos juzgadas y cómo transformar y liberarnos de prejuicios hacia una misma, hacia las compañeras y sobre todo hacia las jóvenes adolescentes. Se repartieron tarjetas a cada participante en las que aparecían calificativos despectivos. Cada cual debía actuar según su calificativo, y posteriormente repetírselo a una sola compañera. Conforme avanzó la dinámica se sustituyeron las tarjetas de calificativos negativos por otros positivos. Esta dinámica facilitó el poder sentir cuán presentes están los prejuicios y cómo los transmitimos, entre compañeras y hacia las adolescentes, impidiéndoles en muchos casos que puedan crecer y sentirse fuertes y capaces.

“El poder de la palabra, cómo con la palabra podemos hundir a alguien o hacerle seguir, así me he sentido”.

Educadora

“Ha sido muy fuerte. Pero así es, porque son calificativos y palabras que pensamos o usamos todo el tiempo”.

Educadora

“Ha sido darnos cuenta de las diferentes formas de darle contenido positivo o negativo a una misma forma de ser”.

Psicóloga

“Eso lo hacemos con las chicas y lo hacemos con nosotras mismas”.

Educadora

“He sentido que al decir cosas positivas no me miraban a los ojos, no se paraban, ni abrazaban, ni tocaban y creo que eso nos falta, más calidez”.

Directora

“Creo que a veces conocemos a alguien y le ponemos un calificativo ‘es apática’, por ejemplo, pero si logramos sobrepasar eso ya podemos conocer y relacionarnos con esa persona sin juzgarla”.

Educadora

DINÁMICAS de CONFIANZA y COOPERACIÓN. El trabajo de equipo en contextos de trabajo social y violencia es sumamente delicado e intenso, por lo que fortalecer los lazos de confianza, empatía y ayuda mutua es muy beneficioso.

Se realizaron dinámicas por parejas de contacto y aproximación, a través de las cuales transmitir tranquilidad y confianza.

También se llevaron a cabo ejercicios de guía y apoyo mutuo, para explorar y sentir en el propio cuerpo las diferentes maneras de ser apoyo y sostén.

El desafío fue encontrar un punto medio, en el que se estableciera un diálogo entre quien conduce y quien es conducido, entre quien se apoya y quien sostiene, un punto en el que ambos cuerpos estuvieran relajados, brotando así la confianza...

“Me sentía segura, que importante aprender a apoyarse en el otro, y que el otro se sienta protegido por nosotras”.

Educadora

“Al principio me costó mucho sentir confianza, pero poco a poco me fui dejando llevar. A las chicas hay que darles su tiempo para que sientan confianza”.

Educadora

“Tenemos que buscar la manera de acompañar, de distintas maneras, diferente a cada chica”.

Psicóloga

“Creo que es muy importante para conocernos más, y tener más confianza entre nosotras”.

Educadora

Se realizaron por otro lado ejercicios en torno a la mirada. Con juegos individuales, en parejas y en grupo, como ser: caminar por el espacio mirando fijamente a las compañeras, al suelo, a un punto fijo, encontrar la mirada de una compañera, desviar la mirada, contar algo a otra persona mirando a los ojos o elegir en grupo un líder con la mirada. El equipo de Sayari Warmi exploró cómo la presencia, atención y expresión de los ojos y el mirar son fundamentales en la transmisión de emociones. La seguridad y contención que necesitan las adolescentes puede verse reforzada por miradas que acompañen, que acepten, que respeten.

“Podemos transmitir mucho con la mirada: indiferencia, inhibición incomodidad, reafirmación...”.

Educadora del Centro

“Cuando no me miran de frente sentía angustia, es importante que miremos a las chicas”.

Directora del Centro

“Cada una tiene una forma de ser líder y eso se ha comprobado en los saludos”.

Hermana adoratriz

La expresión corporal dio en el Sayari Warmi la posibilidad de abrir otra forma de expresar, permitió tomar consciencia de cuánto expresamos cotidianamente con nuestro cuerpo, y dio pie para reflexionar acerca de cómo las jóvenes del Centro son vistas por las mismas educadoras, así como comprender si algunos cambios en la forma de relacionarse con ellas y de transmitir puede tener una incidencia positiva en las jóvenes.

Relajación

A partir de ejercicios de relajación guiada, basados en el descanso del cuerpo y la mente, se generaron momentos de cierre diferentes a los habituales, de calma y recarga de energía.

Reforzando espacios de intimidad para cada una de las participantes, ofreciendo herramientas de uso cotidiano más allá de los talleres del proyecto.

Terapias alternativas. Terapias alternativas complementarias

Otra necesidad explicitada fue la de adquirir herramientas de canalización de emociones que les ayuden a transformar las tensiones que provoca el trabajo en el Centro.

A lo largo del proceso se invitó a tres terapeutas externas/os:

María Dina García, terapeuta individual y grupal, quien realizó un taller basado en cantos y danzas circulares como forma de sanación, agradecimiento y encuentro grupal, fortaleciendo los lazos al cierre del primer semestre.

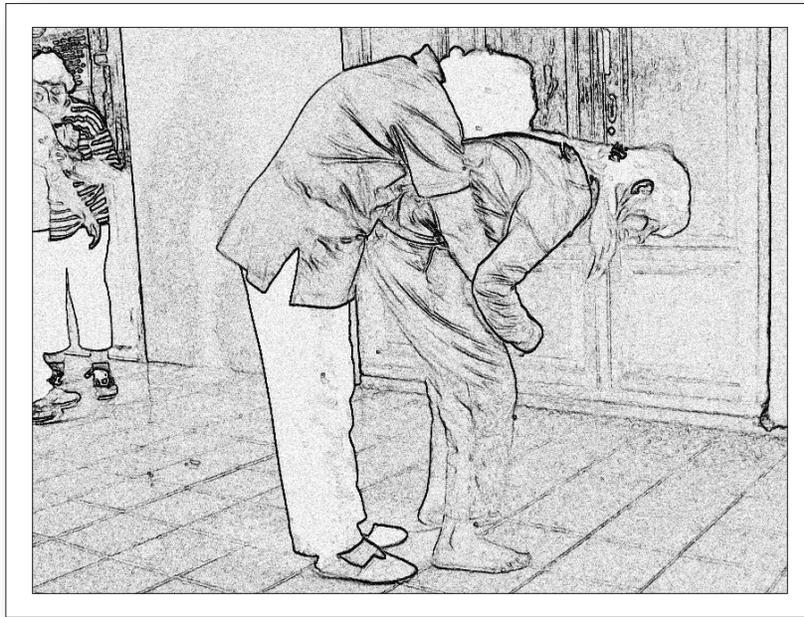
Marena Badani, terapeuta y Facilitadora de yoga, con quien se llevaron a cabo ejercicios de consciencia corporal y canalización de emociones.

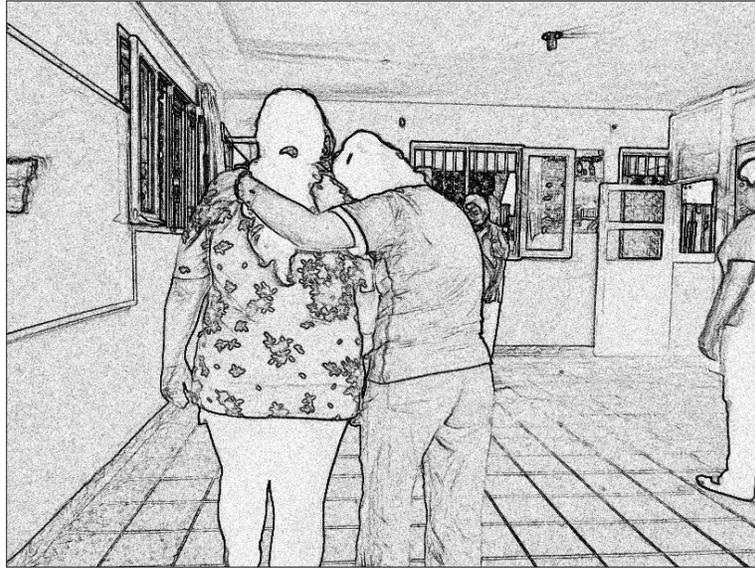
Sergio Lema, Terapeuta sistémico en Constelaciones Familiares, facilitó un taller de liberación de conflictos personales a través de la terapia de Constelaciones familiares, donde poder ver y tomar consciencia de la propia historia personal y familiar para entender y transformar conflictos presentes y para abordar conflictos e historias personales.

“Nunca había hecho nada parecido, tan profundo, ahora sí siento el camino para sanar algunos conflictos”

Educadora

La presencia de terapeutas, facilitadores/as invitados/as, aportó dinamismo, sorpresa e interés en los talleres. Abrió un espacio de encuentro a diferentes formas de intervención y a propuestas nuevas de desarrollo personal, individuales y grupales.







CAPÍTULO 5

VIDAS Y CUERPOS EN MOVIMIENTO:

- *Regulación corporal*
 - *Adquisición de recursos de expresión*
- *Canalización de emociones y resolución de conflictos internos*
 - *Vivencia de afectos: apoyo, confianza, seguridad*
 - *Compromiso y trabajo grupal*



Los beneficios de un proceso de arte a través de la danza, el teatro y la propuesta de desarrollo personal como el vivido, han sido valorados por la percepción y análisis de las facilitadoras del proyecto, la Psicóloga del Centro Gabriela Villarroel, la Directora Livia Chávez, y las educadoras. Por otro lado, y a continuación, por las propias participantes del proyecto.

Regulación corporal

Las adolescentes del Sayari Warmi han vivido experiencias de Violencia, Trata y Tráfico de personas o Violencia Sexual Comercial. A partir de la danza y el movimiento se genera “otra” relación con el propio cuerpo, de valoración, de exploración, de desafío, de cuidado.

“Al haber estado en situaciones de Violencia sexual comercial, su cuerpo se ha cosificado, se ha visto como mercancía, la forma de relacionarse con el cuerpo ya está marcada por esta situación de violencia. El poderse mirar y concebir de otra forma, el poderse conocer de nuevo, darse oportunidad a tener una mirada sana del cuerpo y de una misma, y de lo que el cuerpo significa en mi todo, ése es el trabajo más fuerte y que a través del arte puede conseguirse”.

Livia, Directora del Centro

A partir de consignas, ejercicios guiados y mensajes sobre la importancia de cuidar el cuerpo desde la postura y el movimiento, poco a poco las participantes van reconociendo las posibilidades de su cuerpo de forma sana y consciente. La repetición de una estructura en las sesiones y la repetición en la parte final del proceso de la obra creada permiten reconocer y profundizar en cada una en la soltura, coordinación y presencia corporales.

Al inicio de cada proceso son habituales los gestos bruscos y agresivos con ellas mismas y con las compañeras, así como los movimientos tímidos y de autocensura. Poco a poco la dinámica y relación corporal se siente cuidadosa y regulada.

“El hecho de poder poner ciertas pautas al cuerpo, y poder poner un límite que ayude a tramitar y canalizar la cantidad de energía propia en la adolescencia, es muy beneficioso”.

Gabriela Villarroel, psicóloga del Centro

Las jóvenes en esta etapa están trabajando en sus relaciones y específicamente en la relación con su cuerpo, las experiencias y referentes vividos hasta el momento les llevan a agresividad, descuido, abuso.

“El trabajo artístico y corporal de la danza les permite experimentar algo diferente a lo que conocen y dar un nuevo estatuto a su cuerpo”.

Gabriela Villarroel

En cuanto a la expresión de la sexualidad (en muchos casos traducida en gestos violentos) proponemos no hacer hincapié explícito, pero sí dejar que aflore, darle su lugar sin coartarla poniendo límites únicamente al abuso y a la agresividad si surgen, dando las condiciones para que se libere, sin tabúes.

Adquisición de recursos de expresión

Los espacios artísticos permiten expresar. En la adolescencia y a lo largo de toda la vida necesitamos formas de expresión alternativas a la palabra y también espacios en los que se nos permita compartir sentimientos y opiniones.

El espacio artístico ha sido en el Sayari Warmi un momento diferente a los demás para las adolescentes, permitiendo volcar corporalmente muchas de sus necesidades de expresión.

“En la adolescencia necesitan tener otros espacios, como los artísticos, que permitan expresar: teatro, danza, escribir, cantar, uno dice algo con eso. Por eso es necesario acercar a los adolescentes a estos espacios artísticos, que tienen un efecto que puede ser terapéutico”.

Gabriela Villarroel

A lo largo del proceso creativo ha habido varios momentos en los que las participantes han explicitado querer expresar algo, siendo respetada su opinión, o sentimiento siempre que fuera positivo y no dañino para nada ni nadie.

“Dentro del proceso vemos cómo hay muchas preguntas que las adolescentes se hacen no sólo frente a su situación de víctimas sino también de violencia vivida, en esa etapa es muy importante que ellas puedan expresar lo que han vivido y lo que sienten, y muchas

veces no es tan fácil a través del lenguaje. El poder expresar a través del cuerpo sus angustias, sentimientos, dolores, deseos, frustraciones, facilita muchísimo a las adolescentes, como hemos podido vivir estos meses.”

Livia Chávez, Directora del Centro

En la obra final, cada una de las adolescentes dijo un deseo, que trabajaron individualmente, y algo que dirían a alguien muy querido. También crearon un rap en el que expresaron sus sentimientos hoy, como internas en un Centro de Acogida.

“La adolescencia es una etapa en la que aparecen muchas preguntas y es difícil a veces para ellas poder expresar todo lo que sienten a través de la palabra, por eso es tan importante tener otras herramientas artísticas, como el baile o el teatro”.

Livia Chávez, Directora del Centro

“A veces nos dejamos manipular, que nos digan qué hacer y qué decir, es como si dejáramos de tener corazón, y eso hemos querido expresar”.

Adolescente, participante del proyecto

“Es una felicidad enorme para nosotras poder expresarnos a través del baile”.

Adolescente, participante del proyecto

“Con esta obra queremos expresarnos, son nuestros sentimientos. A veces tenemos muchas cosas que decir y no podemos, y no sabemos cómo, y queremos gritar. Bailando expresamos a nuestra manera lo que queremos y deseamos, nos queremos elevar, subir, volar”.

Adolescente, participante del proyecto

CANALIZACIÓN DE EMOCIONES Y RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS INTERNOS

Cada participante vive de forma diferente su cuerpo, emociones y conflictos. Hay quienes traducen en agresividad hacia una misma o las demás sus enojos, ansiedad, frustración. A lo largo del proceso, se ha vivenciado cómo algunas de las jóvenes han encontrado en el movimiento de la danza y el teatro un recurso para canalizar esas emociones.

“La danza permite experimentar con la energía por así decirlo involucrada en el conflicto o enojo, nuevos usos. Y ya posteriormente lo que ayudó es un espacio para ponerlo en palabras”.

Gabriela Villarroel. Psicóloga del Sayari Warmi

“La música, los movimientos, el baile, que les gusta mucho; al ser direccionado les ayuda a trabajar sus conflictos internos, a la par que un trabajo terapéutico”.

Livia Chávez, Directora del Centro

“Me ha ayudado a sentirme en paz, a no enojarme, aquí me olvido de los problemas y las preocupaciones”.

Adolescente participante del proyecto

“En las clases de danza me he sentido bien, me ha ayudado a no estar enojada, a estar más tranquila y feliz”.

Adolescente, participante del proyecto

“Desde el principio en las clases de danza he visto cómo las chicas dejaban sus problemas fuera, si estaban enojadas a muchas se les iba pasando, y están más tranquilas y contentas”.

Educadora del Centro

“Al principio de las clases no entendía qué era eso de danza contemporánea, poco a poco me fui concentrando, fui poniéndole más emoción y sintiéndome más dentro de mí, como nunca antes”.

Adolescente, participante del proyecto

Vivencia de afectos: apoyo, confianza, seguridad

A través de trabajar en grupo desde la singularidad y emociones de cada una, hemos visto cómo es necesario incorporar nuevas experiencias emocionales, de afecto, de apoyo, de confianza, a través del trabajo artístico.

“Que puedan sentir cómo dar un abrazo no es malo, cómo acercarse al otro no es malo, como no es malo querer, o poder sentir con las manos y con el cuerpo sensaciones y emociones que necesariamente no tengan que ver con lo sexual, con la violencia y el sometimiento”.

Livia Chávez, Directora del Centro

A través del trabajo corporal se han trabajado aspectos como el apoyo, la confianza, la autovaloración, sintiendo la evolución en las adolescentes en cuanto a recibir propuestas, aceptar el apoyo de las compañeras, o sentirse reafirmadas y fortalecidas.

“Mostrarme frente a un público, con la obra que hemos creado, me ha dado seguridad en mí misma, ahora me siento mejor”.

Adolescente, participante en el proyecto

“Siento que he cambiado, ya no tengo miedo de hablar, cuando llegué no podía decir nada y ahora ya puedo hablar”.

Adolescente, participante del proyecto

“Nos ha ayudado a no tener vergüenza, a ser una misma, y a demostrar lo que realmente eres. Sí se puede, nos decían, y sí, todo se puede en la vida”.

Adolescente, participante del proyecto

A lo largo de cada proceso ha sido notoria la evolución en cuanto a las relaciones de confianza entre las adolescentes, al descenso en la susceptibilidad y competitividad entre ellas.

“Hemos aprendido a dejar nuestras diferencias fuera, a sentir que entre todas estamos haciendo este baile y que nos necesitamos y ayudamos”.

Adolescente, participante del proyecto

Compromiso y trabajo grupal

Una parte fundamental del proyecto es la creación colectiva de una obra de danza-teatro. El hecho de proponer, consensuar y ensayar exige de un gran esfuerzo grupal, a lo cual no están acostumbradas las adolescentes. Ahora cuentan con una experiencia concreta.

La creación de una obra implica compromiso y perseverancia para ensayar y mejorar cada vez. Las jóvenes que han concluido el proceso han trabajado con mucho empeño y constancia, pese a momentos de desilusión o aburrimiento, reconociendo que nunca antes se habían comprometido de tal forma con algo.

“Ha habido adolescentes que realmente se han comprometido con el espacio de danza-teatro y que quizá es algo que en el futuro puedan emplear”.

Gabriela Villarroel, psicóloga

De igual manera, a lo largo del proceso surgieron roces, desacuerdos, agotamiento, aburrimiento. Dificultades que se superaron con la necesidad sentida de las jóvenes de engranar y aportar a lo colectivo por el compromiso de una presentación final. La motivación generó que cada vez y entre ellas se fueran apoyando y activando.

Una debilidad ha sido el vivenciar cómo el fortalecimiento en el grupo fue, en un momento, directamente proporcional al rechazo a nuevas integrantes. Fortaleciéndose en la última etapa. Es necesario trabajar en profundidad las dos dimensiones del grupo: hacia dentro y hacia afuera.

“Hemos aprendido a tener paciencia y tolerancia, con nosotras mismas y nuestras compañeras”.

Adolescente, participante del proyecto

Metodológicamente, se ha trabajado desde la toma de decisiones compartida entre las facilitadoras y las participantes. En muchos casos han sido las facilitadoras, por la necesidad de dinamizar el proceso, quienes han tomado decisiones de la obra en un primer momento, dejando abierta cada propuesta a las iniciativas de las adolescentes. Muchas de ellas han ido proponiendo, decidiendo, aportando y transformando la creación colectiva.

“Escribimos la canción nosotras para reflejar lo que vivimos, lo que sentimos y es la que suena en la obra”.

Adolescente, participante del proyecto

En la creación de la obra “Siguiendo nuestros pasos”, el saludo en cada presentación fue creado por ellas; en cada función la cercanía y apoyo entre ellas fue creciendo, estando todas abrazadas en la última.

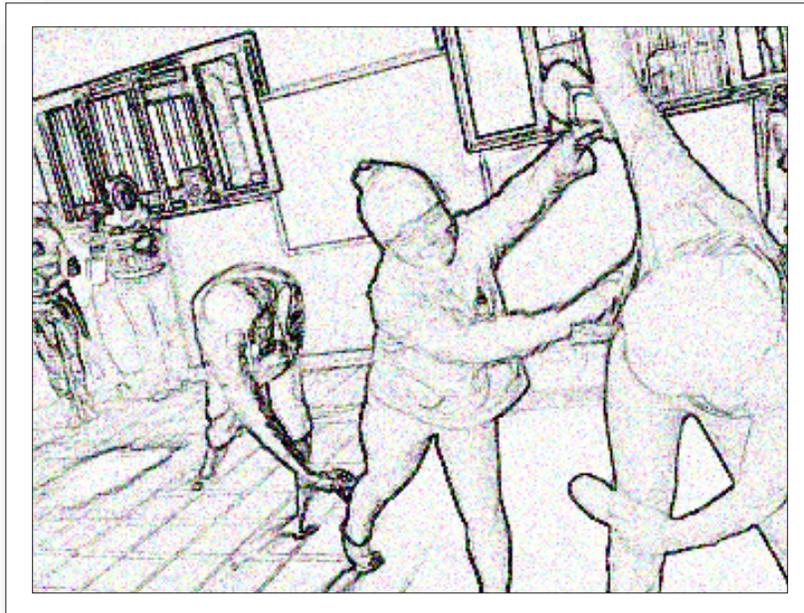
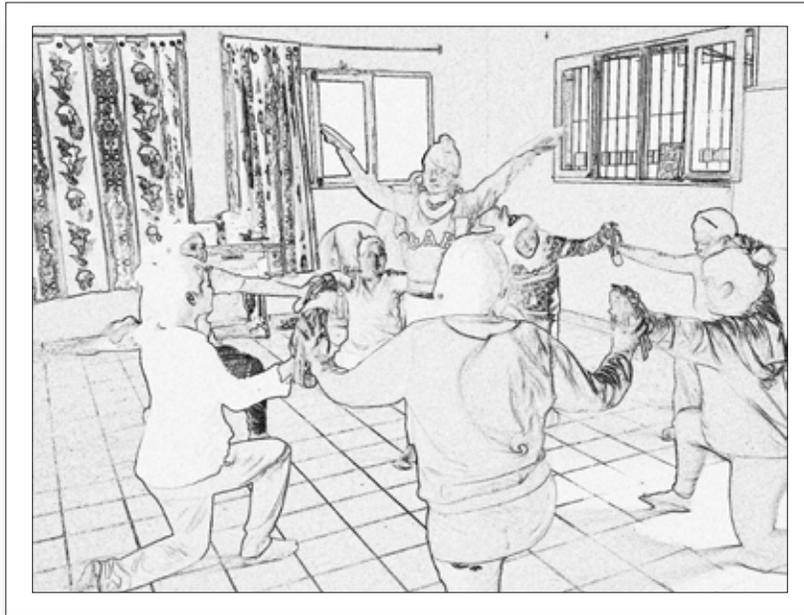
“Nos hemos peleado a veces, incluso no nos llevamos todas bien, pero aquí hemos dejado todas las diferencias a un lado. Ha costado, pero así ha sido una experiencia inolvidable”.

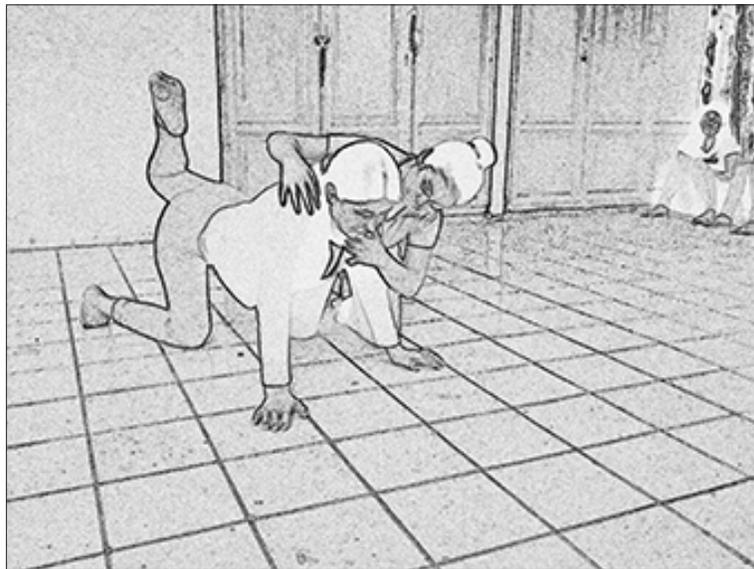
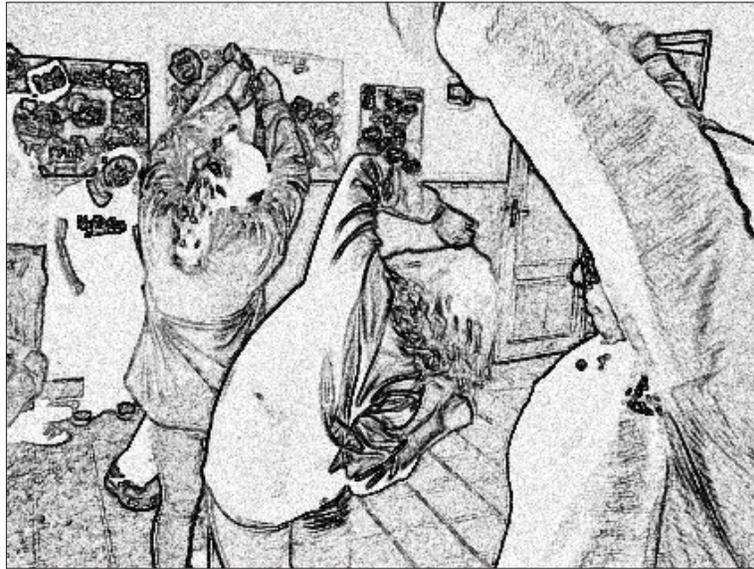
Adolescentes, participantes del proyecto

ELLAS CUENTAN

A partir de dinámicas, se evaluó en profundidad qué sienten las adolescentes, en qué les ayuda a ellas y a cualquier persona hacer danza y teatro, crear una obra y experimentar lo que ellas han experimentado estos meses. Se pidió a cada una que dibujara, en un papelógrafo, a una persona, como quisieran. Después, que a esa persona concreta, hombre o mujer, niño/a, joven o adulta le explicaran el porqué de participar en un nuevo grupo de danza-teatro: ¿Qué le dirían?, ¿en qué le ayudaría? Cada una fue escribiendo, expresando en qué sienten les ha ayudado:

- A desestresarse
- A no preocuparse por el mañana
- A estar más alegres
- A tener más agilidad
- A conseguir estar más atentas
- A tener mayor seguridad con una misma
- A ver las cosas desde otra perspectiva
- A ser amable
- A sentirse libre
- A no sentirse enojada
- A distraerse
- A cambiar la rutina y ver las cosas diferentes
- A concentrarse
- A tranquilizarse
- A ser más amigable
- A cambiar la forma de ser
- A tener buena salud
- A controlar los enojos
- A hacer lo que te gusta
- A disfrutar
- A tener fe
- A razonar
- A comunicarte
- A tener paciencia
- A ser más sensible







CAPÍTULO 6

PARA SEGUIR MOVIENDO: APRENDIZAJES Y DESAFÍOS

- *El arte en movimiento en procesos terapéuticos*
- *Trabajar de forma multidisciplinar. Mirada holística*
 - *Potenciar los intereses de las participantes*
- *Fomentar el intercambio con otros jóvenes y grupos artísticos*
 - *Crear con la diversidad cultural*
- *Trabajar desde la singularidad de cada caso por un proyecto común y grupal*
 - *Dinamismo y adaptación*



EL arte EN MOVIMIENTO EN procesos terapéuticos

El acompañamiento y atención a personas víctimas de violencia desde una propuesta creativa, artística y que involucre al cuerpo ha sido y es decisivo. Los procesos de reconstrucción de vida y sanación que muchas mujeres, jóvenes y adolescentes atraviesan se ven sumamente fortalecidos cuando existen canales de expresión complementarios a la palabra.

El cuerpo dañado, abusado, menospreciado, necesita de movimiento, contención y resignificación para salir adelante.

A través de disciplinas como la danza o el teatro, se moviliza la energía en conflicto dando pie a poder trascender y ahondar en aspectos profundos, que por el dolor que suponen y las experiencias de vida acumuladas son difíciles de trabajar.

Generar las condiciones para crear, explorar y sentir a través del arte da la posibilidad de involucrarse, concentrarse y esforzarse por un proyecto individual y/o grupal transformador y en muchos casos diferente a todo lo conocido y vivido antes. Sentir que se puede, que el cuerpo puede contar, puede sentir, puede reconocerse, puede bailar... sentir que se puede desde la experiencia.

Además, el construir una obra que materialice el esfuerzo, exploración y vivencia artística de las participantes, dando la oportunidad de presentarse y ser miradas de otra manera, con valor, respeto y admiración.

Trabajo Multidisciplinar. Mirada Holística

Es un gran logro el haber trabajado de forma coordinada con el equipo del Centro. La mirada de las facilitadoras del proyecto, metodología y enfoque complementada con el trabajo diario de la psicóloga y las educadoras, ha supuesto poder abordar cada caso con especificidad. Cada una de las adolescentes parte de situaciones y experiencias diferentes, requieren de acompañamientos emocionales diversos y encuentran en diferentes aspectos su motivación y motor de sanación. Por eso es indispensable conocer y abordar de manera singular algunas dificultades, lo cual sólo es posible desde un trabajo multidisciplinar respetuoso, coordinado y abierto.

“Es una experiencia novedosa. Articular un espacio artístico de danza bien hecho con la parte terapéutica, es decir, que haya además un espacio de la palabra cuando se necesita, creo que es una articulación novedosa. Las chicas han tenido el espacio artístico donde se han movilizado cosas (emociones, conflictos) a través del movimiento, y es ahí donde yo he podido como

psicóloga trabajar individualmente con cada una y donde ellas han tenido que decir algo sobre eso, y poder significarlo de otra manera. Es muy diferente lo que podemos lograr expresar sólo desde un espacio grupal. Además es un espacio terapéutico ya constituido, no alguien externo con quien tienen que también explicar o contar sus situaciones. Y hay situaciones que no pueden abordarse desde lo grupal”.

Gabriela Villarroel, psicóloga del Centro

Tras el primer proceso de creación, el Centro consideró que aún debiera integrarse más, participando una educadora en todo el proceso y contar con mayor presencia de la psicóloga en las sesiones y creación de la obra.

“Sería muy interesante si una educadora participase de todo el proceso, y que la psicóloga acompañe todo el trabajo. Poder incluir el análisis de cada caso en el trabajo artístico”.

Livia Chávez, Directora del Centro

“Incluir el arte, la expresión en cualquier actividad terapéutica, educativa o de recuperación es muy importante. Es una manera de canalizar todos aquellos aspectos que uno quiere trabajar y que puede así hacerlo de forma más amena y eficiente”.

Livia Chávez

En el segundo proceso se logró que la psicóloga participara en la mayor parte de las sesiones de danza-teatro y en las decisiones a tomar, siendo muy enriquecedor.

Durante el proyecto ha sido un aprendizaje el someter a consenso muchas de las decisiones del proceso con el Centro, temáticas, salidas, vestuario, siendo necesario un trabajo armónico e integrado.

“Es necesario definir el objetivo de cada cosa, de cada propuesta, para llegar a una buena articulación. Que esté bien definido qué es qué, espacio creativo, pedagógico y psicológico, y el alcance de cada uno. Son importantes espacios artísticos pero bien definidos y articulados”.

Gabriela Villarroel, psicóloga del Centro

POTENCIAR LOS INTERESES DE LAS PARTICIPANTES

Reforzar los gustos, aficiones e intereses artísticos de las adolescentes es en sí un pilar fundamental para lograr el involucramiento, compromiso y dedicación profundos que requiere cualquier transformación. La música y el baile son facetas de la mayoría de las adolescentes. Partir de éstas, incorporarlas y transformarlas en propuestas sanas y sanadoras es uno de los desafíos principales.

“Quisiera volver a vivir la misma experiencia, hemos reído y bailado y hecho lo que más nos gusta. Y sobre todo he sentido que yo sí puedo lograr lo que quiero”

Adolescente, participante del proyecto

“He recordado cómo era antes, cómo me movía, momentos en los que era ágil y me podía expresar, y eso me ha hecho sentir muy bien”

Adolescente, participante del proyecto

FOMENTAR EL INTERCAMBIO CON OTRAS/OS JÓVENES Y GRUPOS ARTÍSTICOS

Conocer formas de vida, intereses y maneras de relación entre jóvenes diferentes a lo que ellas conocen, alternativas a la competitividad, la violencia o la presión, puede ser muy enriquecedor para las jóvenes. El arte es un campo que reúne jóvenes diferentes comprometidas y comprometidos con sus intereses, con su necesidad de expresión.

“Es necesaria la constitución de grupos entre pares en la adolescencia, lo cual es algo que reiteramos a los padres. Es necesario que las chicas busquen grupos, lo que hay que ver es qué tipos de grupos. Porque el sentimiento de pertenencia en la adolescencia es algo decisivo. Tomando en cuenta que éste es un Centro cerrado pienso que uno de los aspectos de mayor beneficio del proyecto ha sido el intercambio con otros jóvenes, ya que han conocido jóvenes que se relacionan de otra manera de lo que ellas están acostumbradas, hombres y mujeres”

Gabriela Villarroel, psicóloga del Centro

Ofreciendo la posibilidad, una vez fuera del Centro, de incorporarse a grupos de este tipo, o a potenciar sus gustos e intereses creativos con más fuerza y constancia.

“Si les damos pautas de grupos diferentes, es darles una puertita diferente que ellas elegirán si quieren transitar, pero es ya mucho”.

Gabriela Villarroel

Dentro de la inspiración e interés que han suscitado a las adolescentes del Sayari Warmi los distintos encuentros con jóvenes artistas, ha sido muy relevante para ellas conocer varones respetuosos, interesados por el arte, conscientes y comprometidos con su realidad.

DINAMISMO y adaptación

La realidad de las jóvenes, su situación, su motivación, se ve atravesada por un sinfín de factores externos que en muchos casos determinan su participación e ilusión en el hacer cotidiano; además, puede cambiar de una semana a otra, de un día a otro.

El poder acompañar desde el espacio de danza-teatro procesos y desenlaces muy diversos, en la situación de las jóvenes ha evidenciado la necesidad de adaptarse, proponer y virar constantemente el vínculo y rol de las jóvenes en el proyecto.

A una de las jóvenes se le propuso ser “facilitadora” y ayudar en la creación de la segunda obra en la que participaba, como estrategia para recobrar la motivación y sentido de bailar. El sentimiento de estancamiento que algunas jóvenes pueden llegar a sentir si sus procesos de salida se traban puede acompañarse desde el espacio de danza-teatro aportando movimiento y dinamismo. Fue el cambio que necesitaba con respecto al proyecto para sentirse parte, después de casi un año en el Centro, recobrando el entusiasmo ante el desafío y responsabilidad que se le propuso. La propuesta se vio interrumpida por su vuelta a casa, sin poder llegar a la presentación de la segunda obra, pero sí quedó su aporte en la creación de la misma.

Otra joven fluctuó en su vínculo con el grupo, de momentos de gran implicación a otros de rechazo total. Se entendió que lo más adecuado era poder darle un espacio individual dentro de la obra y que ella misma pudiera explorar y variar su participación dentro del grupo sin afectar a su presencia en el proceso creativo.

Trabajar desde la singularidad de cada caso por un proyecto común y grupal

Teniendo siempre presente el equilibrio entre lo individual y lo grupal, la propuesta artístico-pedagógica se va construyendo desde cada grupo concreto, desde cada una de las jóvenes que conforman el grupo.

Las dificultades de las niñas y adolescentes víctimas de VSC, en muchos casos se explicitan en las habilidades sociales para el trabajo en grupo, por lo que facilitar y acompañar desde la sensibilidad y la comprensión ha sido fundamental. A la par que considerar la importancia del grupo, sin menoscabo por la situación momentánea de cada una.

Habitualmente, cuando una o varias de las participantes no quiere o no se siente bien para participar, se le pregunta, se le acompaña y respeta en su decisión, dejando que sea ella quien encuentre el momento o lugar para volver a incorporarse al grupo.

“No podemos esperar que a todas toque un proceso así de manera igual, pero sin duda les ha ayudado”.

Gabriela Villarroel, psicóloga del Centro

En ocasiones, es más adecuada una propuesta de trabajo en solitario; para otras, en parejas, y hay quienes necesitan del grupo para sentirse bien y poder desarrollar sus iniciativas.

“En la obra se siente que hay un pedacito de cada una de ustedes, que todas están representadas”.

Facilitador de grupo Wayruru

La articulación con un espacio terapéutico, en este caso el espacio psicológico del Centro, en el que se trabaje con cada joven en particular, nutre la posibilidad de abordar desde las necesidades y singularidades de cada adolescente también en un espacio creativo. Generando las propuestas más adecuadas para cada una, siendo la suma de todas la creación de una obra común. Un proceso en el que a partir de trabajar en lo grupal se pueda retomar y fortalecer el acompañamiento individual.

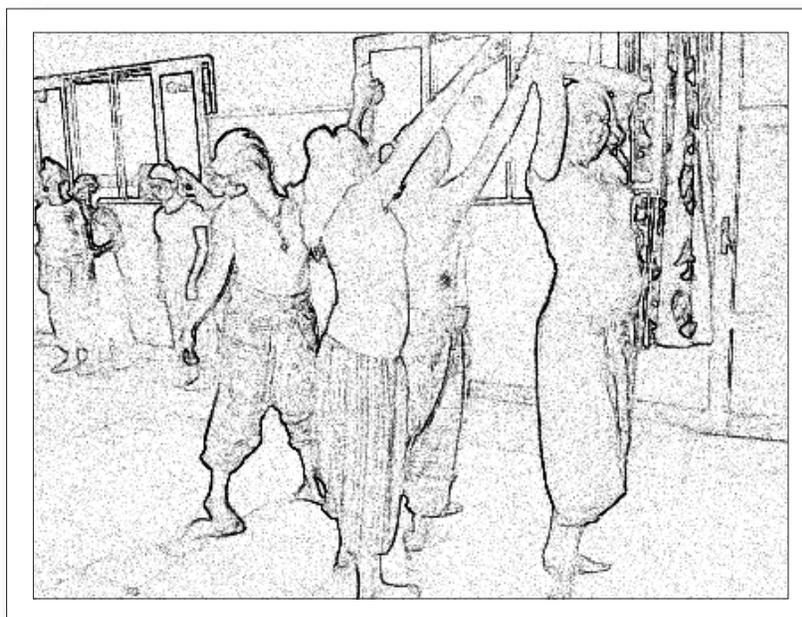
“Es difícil articular desde un hacemos todas lo mismo, y la manera sin que sea una obligación o prohibición, por eso hay que trabajar desde la particularidad de cada una, con pautas y líneas generales, de esa propuesta común que comparten”.

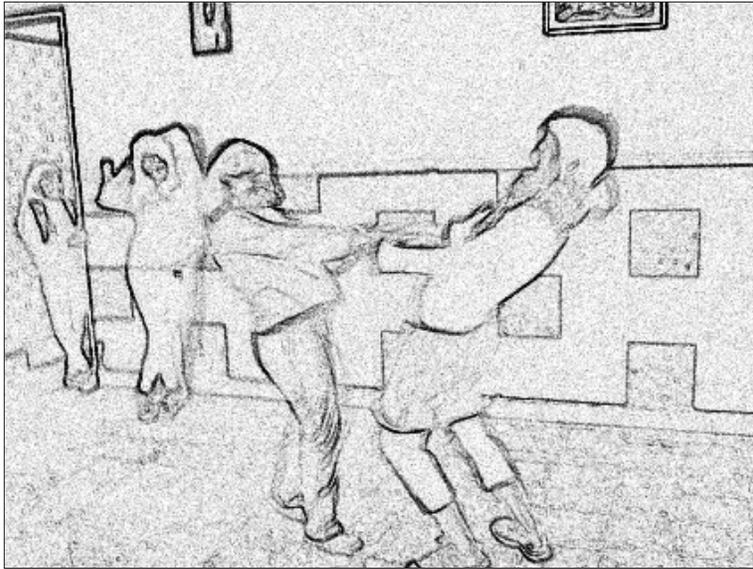
Gabriela Villarroel, psicóloga del Centro

Todo esto último hace que este espacio, además de creativo, pedagógico, proactivo y reflexivo, sea un espacio afectivo y por lo tanto sanador.

Diversidad cultural

La danza contemporánea (no tanto el teatro, siendo un lenguaje universal) choca en ocasiones con formas de movimiento y ritmo tradicionales. El baile en muchas culturas es estructurado y concreto, por lo que el movimiento libre, la improvisación y ciertas modulaciones del cuerpo son una dificultad de entrada para algunas de las adolescentes, principalmente las que proceden de áreas rurales. Por lo que es interesante incorporar y aunar diferentes ritmos, músicas y movimientos que ayuden a sentirse parte, de forma personal y cultural, a soltar, a incluirse y confiar en el espacio que se propone. El vestuario es otro factor que puede dificultar la inclusión de las jóvenes. Hay prendas tradicionales que no son prácticas para desplazarse por el suelo, saltar, estirarse, pero utilizarlas colectivamente en ejercicios o presentaciones, o algún otro elemento cultural, puede también complementar.





EPÍLOGO

EL RAP "SOMOS NENAS"

Hoy vamos a cantar, sobre qué es la realidad
Somos nenas bien churras
Que nos vinimos a encontrar
Cada una con una historia en particular
Tropezamos muchas veces con algo peculiar
Esa piedra de la vida no es fácil de llevar
Les contaré un poco, se llama amor
Que es misterioso y a la vez es hermoso
Estar acá no siempre es tan fácil
Muchas veces por querer correr
no pudimos parar
Como muchos en esta sociedad
A veces no supimos manejar, pero ¿qué?
Allá los demás, nosotras no nos vamos a hundir
Vamos a subir no nos vamos a rendir
Somos nenas bien churras que vamos a surgir, que vamos a surgir.
Todas somos diferentes y les diremos qué se siente
Habrá peleas, enojos y tal vez unos mocos
Hay cosas que nos gustan y otras que nos disgustan
Eso es parte de la vida y el vivir en sociedad
Pero al final siempre sentimos
Que el tener compañeras es muy genial
Pues con ellas siempre puedes hablar
Todas somos distintas con algo especial
Vivimos juntas y aprendemos a amar
En fin ahora estamos aquí con ganas de seguir
Con dificultades y tropiezos Dios nos ama así
Lo vuelvo a repetir No me canso de decir
Somos nenas muy churras, que hoy vamos a surgir

CRÉDITOS

COORDINACIÓN DEL PROYECTO: Soledad Ardaya

FACILITACIÓN DANZA CONTEMPORÁNEA: Patricia Sejas

FACILITACIÓN TEATRO: Soledad Ardaya

FACILITACIÓN FORMACIÓN EQUIPO SAYARI WARMÍ: Marta López

ESPACIO TERAPÉUTICO SAYARI WARMÍ: Gabriela Villarroel

SISTEMATIZACIÓN: Marta López

GRABACIÓN, MUSICALIZACIÓN Y EDICIÓN DE PAP: Manu Estrada

REGISTRO AUDIOVISUAL: Abya Yala Producciones

TERAPEUTAS INVITADAS/OS: María Dina García, Magena Badani, Sergio Lema

COLECTIVOS INVITADOS: Colectivo Wayruru, proyecto Lanzarte, El Taburete y Colectivo G

EDICIÓN FINAL: Florencia Chiazza

DISEÑO GRÁFICO: Cecilia Vlahovic

