

**UNIVERSIDAD DE COSTA RICA
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
ESCUELA DE PSICOLOGÍA**

Trabajo final de graduación bajo la modalidad de proyecto de graduación para optar por el grado de Licenciatura en Psicología

CUIDADO DE SÍ, MEDIANTE EL ARTE Y LA PSICOLOGÍA, EN ESTUDIANTES EN RIESGO DE DESERCIÓN ESCOLAR; UN APORTE A LA COMUNIDAD DE CURRIDABAT

**Proponente: Carolina Guier Acosta
Carné: 901686
Teléfonos: 22737933-83946624
poncon_guier@yahoo.com**

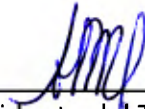
Comité Asesor

**Directora: M.Sc. Ginnette Barrantes Sáenz
Lectores: Dr. Jorge Sanabria León
Licda. Yanina Sánchez Mora**

Ciudad Universitaria Rodrigo Facio

2019

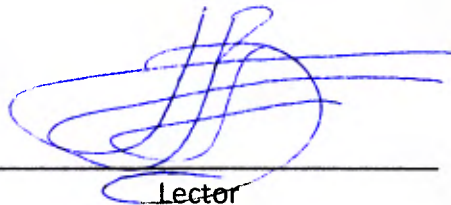
Tribunal Examinador



Presidente del Tribunal
Dra. Ana Ligia Monge Quesada



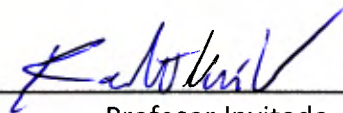
Directora
M.Sc. Ginnette Barrantes Sáenz



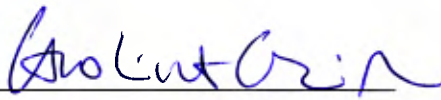
Lector
Dr. Jorge Sanabria León



Lectora
Licda. Yanina Sánchez Mora



Profesor Invitado
Lic. Roberto Marín Villalobos



Sustentante

Carolina Guier Acosta

Dedicado a todos y todas las niñas y adolescentes que desde temprana edad tienen que luchar para “seguir en su camino”.

Agradecimiento

A mi padre quien me transmitió el amor hacia la libertad y la verdad siempre desde la ética personal y profesional.

A mi madre quien sabiamente combina en su vida su espiritualidad y paz a través de la creación artística.

A Eric por ser mi compañero de caminos y senderos en esta aventura de la vida.

A mis cuatro hijos por permitirme experimentar el amor de madre y poderlo transmitir sin límites.

A mi equipo asesor

A Ginnette Barrantes por sus horas de dedicación, dirección y permanentes enseñanzas disfrazadas en una taza de café.

A Jorge Sanabria por apoyarme a complementar mi impulso creativo con rigurosidad científica.

A Yanina Sánchez con quien comparto nuestro amor a la psicología desde una actividad artística.

A las siguientes instituciones y personas que apoyaron la implementación de este taller:

A la Escuela de Psicología de la Universidad de Costa Rica por permitirme la oportunidad de presentarme nuevamente.

A la Fundación Curridabat por su confianza y colaboración con este proyecto.

A la generación de alumnos de sexto grado (2018) de la Escuela José Angel Vieto Rangel quienes fueron los principales protagonistas de este proyecto.

A la maestra Victoria Mora Siles quien con mucha dedicación apoyó en la coordinación de este proyecto y en el acompañamiento de sus alumnos.

Tabla de Contenidos

página

I. Introducción.....	1
I.1 Breve descripción del proyecto y de la institución interesada.....	1
I.2 Presentación de la situación problema, su justificación y relación con el objetivo y la propuesta de proyecto.....	2
II. Marco de Referencia.....	4
II.1 Antecedentes de la intervención.....	4
II.1.1 Antecedentes nacionales.....	4
II.1.2 Antecedentes internacionales.....	7
II.2 Marco teórico/conceptual.....	10
II.2.1 Antecedentes históricos.....	10
II.2.2 Inconsciente estético.....	11
II.2.3 Cuidado de sí como acceso a la verdad.....	12
II.2.4 El arte como ejercicio para acceder a la verdad.....	15
II.2.5 Las imágenes artísticas como pasajes a la verdad.....	17
II.2.6 La psicología y el arte como proceso integrador.....	18
III. Objetivos.....	19
III.1 Objetivos general.....	19
III.2 Objetivos específicos.....	20
III.3 Objetivo externo.....	20
IV. Metodología.....	20
IV.1 Fase de diagnóstico.....	20
IV.2 Diseño del taller.....	21
IV.2.1 Concepto cuidado de sí.....	22
IV.2.2 Estructuras de las sesiones.....	25
IV.2.3 Rol del facilitador.....	26
IV.2.4 Precauciones y consideraciones éticas.....	27

IV.3	Implementación del taller.....	28
IV.4	Mecanismos de análisis y evaluación del proyecto.....	29
IV.5	Elaboración guía o manual.....	31
IV.6	Validación guía o manual.....	31
IV.7	Capacitación.....	31
V.	Resultados.....	32
V.1.	Análisis integrado entrevistas especialistas.....	32
V.1.1	El cuidado de sí en la toma de decisiones en los estudiantes.....	32
V.1.2	El cuidado de sí como forma del promover el desarrollo humano.....	33
V.1.3	El cuidado de sí como apoyo en el manejo apropiado en situaciones de estrés.....	33
V.1.4	El autoconocimiento como capacidad previa a la expresión.....	34
V.1.5	El autoconocimiento como forma de crecimiento en la relación con los demás.....	34
V.1.6	El cuidado de sí promueve el afecto.....	35
V.1.7	La deserción escolar: un fenómeno multifactorial.....	35
V.1.8	El enfoque emocional como solución en la deserción escolar.....	36
V.1.9	Sugerencias para el abordaje del cuidado de sí desde la psicología y el arte.....	37
V.1.10	Técnicas específicas propuestas por los especialistas.....	39
V.1.11	Iniciativas que conocen los especialistas relacionadas con la deserción escolar.....	40
V.2	Análisis integrado de los resultados de la ejecución del taller.....	43
V.2.1	Principios que propician un proceso creativo.....	43
	- <i>Sesión 1. La firma: La confianza contrarresta la dificultad con el “sí mismo”</i>	43
	- <i>Sesión 2. Libertad: hablar de sí mismos</i>	45
V.2.2	Modalidades de autoexpresión que previenen la deserción escolar.....	47
	- <i>Sesión 3. Diferentes colores: ¡Sí...Psicología! Un pasaje a lo impensado</i>	47

- Sesión 4. <i>El confeti y la escarcha: emociones que abruman</i>	52
- Sesión 5. <i>El collage. Un grito: ¡Yo soy! ... El espejo de sí</i>	54
- Sesión 6. <i>Mandala: Mirarme a mí en y con los otros</i>	57
- Sesión 7. <i>Mis fortalezas y cualidades: La silueta de los otros</i>	60
- Sesión 8. <i>Problemas: ¿Cómo soñar a ser?</i>	61
V.2.3 Cierre: Proyección a futuro.....	64
- Sesión 9. <i>La Creación: ¿Quién decido ser?</i>	64
- Sesión 10. <i>Certificado: “Aprendiendo el Arte del Cuidado de Sí”</i>	67
V.3 Validación de la guía.....	69
V.4 Informe capacitación de los facilitadores de la Fundación Curridabat.....	70
VI. Entrecruzamiento entre las entrevistas específicas, análisis de bitácoras y referencias teóricas	72
VII. Conclusiones	78
VIII. Recomendaciones	81
IX. Referencias Bibliográficas	83
X. Anexos	88
Anexo 1. Entrevista Yanina Sánchez.....	89
Anexo 2. Entrevista Katty Grosser.....	93
Anexo 3. Guía entrevista especialistas.....	95
Anexo 4. Carta consentimiento padres.....	97
Anexo 5. Rol del facilitador.....	98
Anexo 6. Bitácora de sesiones del taller de la facilitadora.....	99
Anexo 7. Instrumento de Validación.....	100
Anexo 8. Análisis de cada una de las entrevistas a especialistas.....	106
Anexo 9. Carta Fundación Curridabat.....	120

Índice de figuras	página
Figura 1. Título: Contrato (2018)	44
Figura 2. Título: Dino Infinito (2018)	46
Figura 3. Título: Los Animales (2018)	46
Figura 4. Título: La Locura (2018)	49
Figura 5. Título: La Cordura (2018)	49
Figura 6. Título: tristeza y alegría (2018)	50
Figura 7. Actitud: No te detengas, sigue tu camino, sé buena (2018)	51
Figura 8. Sigue tu camino y no te detengas (2018)	52
Figura 9. Jarrones de emociones	53
Figura 10. Yo soy...	55
Figura 11. ¡Yo soy! (2018)	56
Figura 12. Estudiantes de sexto grado de la Escuela José Angel Vieto Rangel	58
Figura 13. Mandala grupal (2018)	60
Figura 14. Siluetas de fortalezas (2018)	61
Figura 15. Título y maleta de abogada (2018)	63
Figura 16. Título: Médico a corazón abierto (2018)	63
Figura 17. Generaciones de graduaciones: 2018, 2024, 2030 (2018)	65
Figura 18. Trabajo grupal (2018)	67
Figura 19. Diploma de Montserrat quien no asistió a la entrega	68
Figura 20. Foto grupal “un espacio vacío”	68
Figura 21. Creaciones de facilitadores	71

Resumen

Este proyecto consistió en una propuesta para contribuir a crear espacios en las escuelas y colegios en donde los y las estudiantes tengan una experiencia mediante el arte del cuidado de sí (souci de soi), concepto planteado por Foucault en la década de 1980, a partir del cual puedan dirigir la mirada hacia sí mismos, hacia sus recursos internos y hacia formas de expresión que comuniquen quiénes son, qué quieren de sus vidas y qué papel juega la educación en sus planes de vida. Se colaboró con la Fundación Curridabat, institución responsable de reproducir el taller en otras instituciones públicas o en los talleres que trabajan con la comunidad del cantón. Se aborda desde una posición teórica del psicoanálisis que reconoce la importancia de los procesos artísticos como ejercicio espiritual en el cuidado de sí y en el dejar fluir del inconsciente estético, en el cual a partir del proceso creativo surge lo impensado, las contradicciones internas y todo aquello que enfrenta al individuo a su propia verdad. Se elaboró y se realizó un taller de diez sesiones en niños de sexto grado en riesgo de deserción escolar de la escuela José Angel Vieto Rangel. Una vez ejecutado el taller se analizaron las bitácoras de cada sesión que incluían comentarios de los y las estudiantes, fotos de los trabajos de los mismos y observaciones de la facilitadora. Por demanda de la institución y de los mismos niños se aplicó el taller también a los niños de sexto grado que no habían sido incluidos en el primer grupo por no cumplir con los criterios de deserción escolar. Se elaboró y se validó a la vez un manual que sirve de guía para los facilitadores responsables de reproducir dicho taller.

Como resultados se determinó que este proyecto concibe la problemática de la deserción escolar desde la subjetividad de los y las estudiantes al proporcionarles una voz a través del arte. El arte aquí no aparece como una disciplina externa a la psicología sino más bien como la

posibilidad de que el niño active su propia capacidad para crear, imaginar y fantasear su propia realidad en espacios que generalmente han sido tabúes dentro de la concepción educativa que privilegia lo racional y cognitivo frente a espacios de juego libre y creatividad.

Surgieron nuevas categorías alrededor de la deserción escolar, la cual se evidenció como un bloqueo en donde la institución educativa se convierte en un escenario en el cual se actúa lo que pesa en otros lugares. Sólo a través de la confrontación de las diferentes manifestaciones de lo impensado (el inconsciente estético) los estudiantes encuentran los recursos internos necesarios para afrontar las adversidades que forman parte de su cotidianidad.

Este proyecto comprueba la importancia de revisar críticamente el concepto de deserción escolar cuyo énfasis se ha puesto del lado del sujeto más que en los ambientes educativos, cuyo apoyo y soporte demuestran que la deserción escolar es un fenómeno relacional donde los otros juegan un papel muy importante.

Varios planteamientos teóricos fueron confirmados en el curso del proyecto, entre ellos: el afrontar la realidad a partir de la fantasía, la tranquilidad que genera el acceso a la verdad, la mirada interna que transfigura y transforma, el descubrimiento de la esencia a partir de la ocupación del sí mismo y el cuidado de sí como un combate o lucha (no guerra) permanente.

Para la investigadora y ejecutora de este proyecto que proviene de la terapia de arte y de la práctica del autocuidado, el pasaje hacia la práctica psicológica le permitió validar la importancia de la activación del arte en los objetivos que sean planteados y fundamentados desde un enfoque psicológico. El acompañamiento de los niños en el atravesamiento de la angustia ante el peligro de la deserción escolar le permitió reconocer los beneficios que el método propone dado que el investigador y su inconsciente son parte del proceso. Este proyecto la investigadora lo vivenció como una forma personal de cuidado de sí y encontró muchos paralelismos entre sí misma y los y las adolescentes al estar luchando todos por metas y sueños comunes.

I. Introducción

I.1 Breve descripción del proyecto y de la institución interesada

El presente proyecto consiste en el diseño, implementación, análisis y propuesta de taller desde el arte y la psicología, como un aporte a la solución de la problemática de la deserción escolar con estudiantes adolescentes en las instituciones educativas. A la vez se elaboró y validó una guía de implementación del taller basado en la evaluación diagnóstica a especialistas en el tema, la experiencia obtenida de la implementación del taller de diez sesiones en la escuela José Angel Vieto Rangel y el consecuente análisis de dicha experiencia. Se capacitó a cuatro facilitadores de la Fundación Curridabat, institución interesada en la reproducción de dicho taller en centros educativos en el cantón de Curridabat, en las estrategias, objetivos, actividades del taller y en el uso adecuado de la guía elaborada “Aprendiendo el Arte del Cuidado de Sí”.

La fundación Curridabat es una organización sin fines de lucro que busca promover el desarrollo sostenible del cantón a través de proyectos educativos, ambientales y sociales para niños, jóvenes y adultos, con el objetivo de facilitar el bienestar y el crecimiento social y económico de las comunidades del cantón. Tanto el sector empresarial como el académico tienen un rol muy activo a través de sus políticas de responsabilidad.

La fundación Curridabat se interesó en el proyecto porque uno de sus objetivos es el desarrollo de programas educativos en conjunto con escuelas públicas del cantón Curridabat. Actualmente cuentan con un proyecto en alianza con el PANI enfocado en la prevención de la deserción escolar por medio del apoyo académico y las actividades recreativas a adolescentes de la Comunidad de Curridabat en riesgo de deserción escolar. Este proyecto será incluido en esta iniciativa conjunta.

La fundación desarrolla también diversos proyectos alrededor de las siguientes áreas¹.

- **Productividad local:** consiste en una red de alfabetización digital de capacitación en el manejo básico de la computación dirigida especialmente a personas en edades productivas para reducir la brecha tecnológica y mejorar sus perfiles laborales
- **Seguridad alimentaria:** en colaboración con el personal administrativo, expertos, voluntarios y escolares de centros de educación se reutilizan espacios escolares para la producción sostenible de alimentos nutritivos para la comunidad estudiantil
- **Sostenibilidad ambiental:** programa de educación ambiental dirigido a 300 escolares que utiliza una metodología dinámica y lúdica en el manejo responsable de los desechos, el recurso hídrico y el planeta tierra. Estos estudiantes a su vez se convierten en agentes de cambio en sus comunidades en la protección del medio ambiente
- **Mejoramiento del entorno escolar y público:** con el apoyo y el patrocinio de empresas y organizaciones se han rescatado espacios públicos y escolares mejorando la calidad de vida de los habitantes del cantón.

I.2 Presentación de la situación problema, su justificación y relación con el objetivo y la propuesta de proyecto

Según el último informe del Estado de la Nación (PEN, 2017), el índice de oportunidades educativas (IOE) revela que no todos los jóvenes tienen las mismas probabilidades de culminar la enseñanza secundaria. Se ha dado una reducción de la exclusión en el III ciclo y la educación diversificada, que pasó de 10,2% a 8,7% en el periodo 2010-2014, afectando la exclusión en especial a los jóvenes de séptimo año.

¹ Información recuperada de <http://www.fundacióncurríabat.org>

Sin embargo, de acuerdo a un artículo del periódico La Nación (Cerdas, 2017) en el primer semestre del 2017 se presentó una situación atípica. Disminuyeron los niveles de deserción en séptimo y octavo año y aumentaron los de décimo, undécimo y duodécimo. A pesar de que se han registrado los niveles de deserción más bajos de esta última década la ministra de Educación del periodo 2014-2018 Sonia Marta Mora, afirmó en relación a la exclusión: “Reducir estos índices es un reto y compromiso nacional con la educación” (p. 13A).

Buscar estrategias para afrontar la exclusión escolar es importante ya que ésta atenta contra el derecho humano de los niños por la educación y además la escolaridad puede influir en una mejor calidad de vida puesto que es un factor que aumenta las oportunidades de trabajo y los salarios. Un trabajador que tiene entre once y diecisiete años de escolaridad recibe un aumento salarial de un 24% aproximadamente, mientras que si el promedio de estudio es entre seis y diez años el incremento salarial es menor al 2% (PEN, 2017).

De acuerdo a la ministra de educación del periodo 2014-2018, Sonia Marta Mora, “El abandono tiene que ver con muchas causas, como el entorno familiar que no brinda acompañamiento, o la violencia, motivos socioeconómicos; comunidades inseguras, drogadicción y hasta fenómenos naturales” (Cerdas, 2017, p. 13A). ¿Cómo están enfrentando los jóvenes estas situaciones adversas? ¿Cuáles herramientas se les están brindando desde el campo de la educación y/o la psicología para afrontar estos ambientes inmediatos que difícilmente pueden ser transformados a corto plazo?

El propósito de este proyecto es dirigir la atención hacia los jóvenes brindándoles un espacio en el cual puedan dirigir la mirada hacia sí mismos, hacia sus recursos internos y hacia formas de expresión que comuniquen quiénes son, qué quieren de sus vidas y qué papel juega la educación en sus planes. Se pretende contribuir a crear espacios en las escuelas y colegios en donde los adolescentes tengan una experiencia mediante el arte del cuidado de sí (souci de soi). Este concepto

aparece en Foucault en la década de 1980 en relación al autogobierno, los sujetos al relacionarse consigo mismo hacen posible la relación con los otros, tiene relación con las técnicas de sí (techniques de soi) que ayudan al sujeto a transformarse a sí mismo. Se trata más que hacer de la vida una obra de arte, un proyecto de conocimiento o de saber (Rebel, 2009). Mediante el arte se dirige una mirada hacia el sí mismo, hacia una construcción de su verdad y de sus necesidades de un modo no amenazante y lúdico que transforma su modo de vivir en ese nivel de escolaridad. A través de la producción artística el sujeto se conecta con sus pensamientos, sentimientos y emociones, lo que le facilita la construcción del sí mismo mediante el arte como herramienta de autoconocimiento. Esta experiencia les puede brindar mayores recursos internos para así afrontar las diversas dificultades que puedan incidir en la deserción escolar.

Desde la disciplina de la psicología, se trata de incorporar el arte como mediación de trabajo para el psicólogo. A través de éste se puede acceder a la subjetividad y contenidos emocionales además de promover el autoconocimiento y fomentar la creatividad contribuyendo de esta manera para que los sujetos se conviertan en los creadores de su propia vida (Casanova, 2014). Abrir espacios en las escuelas y colegios que permitan una vía hacia la subjetividad de los estudiantes con el arte como herramienta principal es importante, ya que desde el campo de la psicología se puede aportar en la elaboración de políticas públicas de educación de una manera integral.

II. Marco de Referencia

II.1 Antecedentes de la intervención (nacional e internacional)

II.1.1 *Antecedentes nacionales*

1. Saludarte-Escucharte (2000-2018) (Ver anexo 1)

“Saludarte” fue un proyecto comunitario de activación de la salud integral mediante el arte como parte del Programa de Atención Integral en el Área de Salud de Curridabat, en el marco del

Convenio PAIS UCR. Saludarte se realizó en el Área de Salud de Curridabat, desde agosto del 2004 hasta febrero del 2014, se partió de algunas premisas:

1. Toda persona tiene una capacidad expresiva-creativa que podría ser puesta en relación con la promoción de la salud en el primer nivel de atención en salud en el Área de salud de Curridabat
2. Los sujetos tienen algo que decir sobre la Salud y su Salud que es necesario escuchar si deseamos considerar la salud como una construcción social y así acercarnos a modelos más participativos.

De este programa surgieron diversos proyectos de promoción de la salud en: derecho de las mujeres, deserción escolar, violencia intrafamiliar, prevención del cáncer y determinación del género en la consulta de la salud, teatro, literatura, cocina migrante y marionetas.

“Hay un campito para mí” fue el espacio de un dispositivo analítico de escucha analítica para niños que hizo diálogo con Saludarte. En esta escucha percibieron que había mucha deserción escolar y repitencia, por lo que iniciaron un proyecto de alfabetización incluyendo talleres artísticas de arcilla, títeres, modelado y literatura.

2. Escucharte (ver anexo 1).

Fue un dispositivo de escucha analítica, en diálogo con el programa Saludarte, en el cual desde la escucha clínica de adolescentes y adultos en los Ebais, con la práctica de estudiantes en práctica clínica del módulo de Salud I y II de la Escuela de Psicología de la UCR (2000-2012), alimentó desde el sufrimiento de la subjetividad, los aspectos colectivos en los cuales era necesario un lazo desde lo comunitario desde lo clínico con lo social. En la terapia de juego se trabajaron técnicas de dibujo, plasticina, entre otros que fueron interpretadas desde el dispositivo de escucha analítica Escucharte. De alguna manera Saludarte y Escucharte fueron una especie de “laboratorio” para las y los estudiantes, docentes y personal de la salud que utilizaron el arte y el juego como una

mediación de trabajo para crear un puente con la comunidad y de esta manera una mayor comprensión y participación de sus miembros.

3. Fundamentos (2007-actualidad)

Es una organización no gubernamental de beneficio social que incluye dentro de sus objetivos el trabajo de prevención de menores de edad en riesgo psico-social. Además de tener un eje clínico, tiene un eje educativo y creativo que incluyen talleres de arteterapia, músico-terapia, jardino-terapia, cocino-terapia, karate y robótica entre otros².

4. “¡Con Vos! Teoría del programa Centros Educativos líderes en prevención y atención de violencia”

Programa del Ministerio de Educación Pública cuyo objetivo es retener y reinsertar a los estudiantes en el sistema educativo para alcanzar los promedios internacionales en relación a la escolaridad. Este documento plantea que “para poder lograr el objetivo de construir condiciones más amigables, cercanas y pertinente para todos los y las estudiantes, se necesitan centros educativos que promuevan el respeto de los derechos humanos, la horizontalidad y la convivencia” (p.11)

5. Programa de autocuidado en el personal de la escuela del Hospital Nacional de Niños (2012)

Esta propuesta de proyecto fue inspirada por un programa que realizó la proponente de este proyecto en la activación de la salud por medio del arte con el personal de la escuela del Hospital de Niños. Este proyecto consistió en un programa de autocuidado desde la Arteterapia

² Recuperado de <http://www.fundamentos.or.cr>

con un grupo de 12 docentes de dicha escuela, que tuvo como objetivo generar un proceso de toma de consciencia para afrontar y liberar emociones cargadas de tensión y promover de esta manera un sentimiento de bienestar emocional. Este programa nació por la iniciativa de la psicóloga y la directora de la escuela basadas en el interés por el postgrado de la proponente en terapia de arte por la Universidad Autónoma de México. Los resultados demostraron que el proceso artístico ayudó a la expresión y canalización de pensamientos, sentimientos y emociones de tensión relacionadas a su labor, finalizando la sesión en general con sentimientos de paz, tranquilidad, alegría y bienestar. Además de un fortalecimiento que se manifestó a nivel de la interacción grupal. El término autocuidado no es lo mismo que el cuidado de sí que proviene de la hermenéutica Foucaultiana.

6. Práctica dirigida y tesis relacionadas con el método del arte

Viquez (2011) de la Universidad de Costa Rica, utilizó el arteterapia como estrategia complementaria al modelo del IAFA con adolescentes en situación de farmacodependencia para fortalecer las habilidades sociales en un grupo de adolescentes. Desde la terapia de arte el objetivo fue el de desarrollar e implementar un programa de autoexpresión artística.

Brenes y Lobo (2009) también desde la terapia de arte llevaron a cabo un estudio exploratorio de la autoexpresión desde la Arteterapia con un grupo de adolescentes de la comunidad de Pueblo Nuevo de Pavas. Este programa buscaba promover el desarrollo integral motivado a satisfacer las necesidades humanas de participación, identidad, creación y ocio.

II.1.2 Antecedentes internacionales

Se encontraron las siguientes investigaciones en relación a los beneficios de introducir el Arte en las escuelas, en las comunidades y en el trabajo con niños y adolescentes.

Desde el campo de la Educación se encuentra una tesis de maestría (Casadiego y Casadiego, 2014) que implementa diversas estrategias, una de ellas las actividades artísticas para disminuir la deserción escolar de estudiantes de sexto grado en Bucaramanga, Colombia, como una forma de expresión y exploración de sus sentimientos para enfrentar los obstáculos que pueden estar relacionadas con la exclusión escolar. Parten de la premisa que “las actividades artísticas aplicadas en el aula ayudan a que los alumnos construyan nuevos significados, percibiendo a través de los sentidos el mundo que los rodea, permitiéndoles liberarlo de tensiones emocionales” (p. 34).

Desde el enfoque de la arteterapia se desprenden conclusiones después de haber trabajado talleres organizados por la Universidad de Wayne State en Detroit, Michigan con adolescentes que formaban parte de una comunidad para enseñarles resiliencia a través de la creatividad, utilizando la acción no verbal de las actividades artísticas para expresar sentimientos no dichos y de esta manera generar un sentimiento de control y de dominio de sí mismos (Duranczyk, 2015). Este sería el antecedente que más se acerca al concepto de cuidado de sí y en relación a los sentimientos no dichos al concepto de lo impensado tomados en cuenta en esta propuesta. Estos autores fundamentaron su investigación desde el enfoque arteterapia basados en la definición de la Asociación Americana de Arteterapia (2013), la cual es reconocida en Estados Unidos como una profesión de la Salud Mental:

El uso terapéutico de la producción artística, dentro de una relación profesional, por personas que están experimentando enfermedad, trauma o retos en sus vidas y por personas que buscan un desarrollo personal. A través de la creación artística y el reflejo de los productos y procesos del arte, las personas pueden incrementar la autoconsciencia y la manera de enfrentarse a los síntomas, el estrés y las experiencias traumáticas; mejorar habilidades cognitivas; y disfrutar los placeres en la vida de la producción artística.

Otra investigación relacionada con la resiliencia en niños vulnerables es una intervención

grupal de 12 sesiones basada en el arte como ejercicio de plena consciencia (mindfulness) (Coholic & Eys, 2016). No se pudo demostrar la hipótesis de la resiliencia en este estudio, sin embargo concluyeron que la metodología basada en actividades artísticas ayudaba a niños vulnerables a aprender ejercicios de plena consciencia contribuyendo a mejorar habilidades para superar dificultades, regulación de las emociones, estado de ánimo, empatía, seguridad, confianza en sí mismos y habilidades de concentración.

Kim, Kim y Ki (2014) evaluaron los efectos de la terapia de arte conjuntamente con técnicas de meditación y respiración y encontraron que utilizando estas técnicas se dieron mejores resultados en el bienestar de los adolescentes en el alivio de los síntomas de ansiedad y depresión. En esta misma línea, Rahmani, Saeed y Ahili (2016) después de hacer una investigación con adolescentes con depresión incorporando arte y música terapia, encontraron que sí se dio un alivio en los síntomas de los adolescentes. Uno de los factores que ayudó a parte de las terapias, fue el sentimiento de reciprocidad e intercambio que se logró a través del contexto grupal.

Gambis (2015) después de analizar varias investigaciones define al arte como la nueva meditación en un artículo publicado en el Washington Post. “Crear arte es un tipo de meditación, un entrenamiento activo de la mente que incrementa la consciencia y enfatiza en la aceptación de sentimientos y pensamientos sin juzgar, en la relajación del cuerpo y de la mente” (parr. 5).

Otra investigación que sustenta los beneficios que aportan las actividades artísticas fue la realizada en la Universidad de Drexter en Estados Unidos, la cual concluye que los niveles de cortisol, hormona presente en el cuerpo en momentos de estrés, se reducen significativamente después de haber involucrado a los participantes de la investigación en una actividad artística por más de 45 minutos (Kaimal, 2016).

Se puede apreciar desde los antecedentes los aportes del arte en los diferentes campos, ya que vincula la promoción de la salud con lo clínico, lo comunitario, lo educativo y lo psico-social

como herramienta que puede contribuir en un enfoque que parte desde la subjetividad. Como se planteó anteriormente los jóvenes adolescentes en riesgo de deserción están expuestos a diversas situaciones que los colocan en una situación vulnerable. De acuerdo a estos antecedentes se retoma los beneficios que aporta el arte con poblaciones vulnerables como forma de afrontar dificultades permitiéndoles una mejor expresión de sus sentimientos y emociones. También se plantea el beneficio de las actividades artísticas en mejorar los niveles de concentración, premisa importante a considerar para jóvenes que abandonan sus estudios por dificultades de aprendizaje. Disminución del estrés y de síntomas de ansiedad y depresión fueron otros resultados de las investigaciones. Se puede plantear la interrogante, si estos jóvenes expuestos a menudo a violencia y/o pobreza extrema pueden estar sufriendo estos síntomas. Estos antecedentes crean las bases sobre los beneficios de una propuesta del cuidado de sí a través de la utilización del arte para que estos jóvenes puedan replantear sus planes, sueños y aspiraciones en relación a la culminación de los estudios.

II.2 Marco teórico/conceptual

II.2.1 Antecedentes históricos

El Arte se ha utilizado a través de la historia de la humanidad como una herramienta poderosa de comunicación; de expresión de sentimientos, ideas, aspiraciones y experiencias. Malchiodi (2007) considera que el trabajo artístico ha sido una de las formas más antiguas de sanación, que ha servido como expresión de profundas emociones.

Por un lado, los movimientos artísticos se vieron influenciados por el concepto del Inconsciente Freudiano. Tal es el caso del surrealismo que quiso manifestar contenido simbólico producto del mundo interno, como por ejemplo imágenes fantásticas provenientes de los sueños. Artistas como Salvador Dalí y Max Ernst incluyeron imágenes simbólicas en sus trabajos. Joan Miró se interesó por la técnica de dibujo automático en el cual la espontaneidad sirve como

expresión del inconsciente. El expresionismo, movimiento artístico que enfatiza la emoción y la expresión del mundo interno del individuo. Como ejemplo, tenemos a Paul Gauguin, Vincent Van Gogh y Wassily Kandisky (citados en Malchiodi, 2007).

Por otro lado, a finales del siglo XIX y principios del siglo XX en Europa, desde el campo de la psiquiatría, se dio un interés particular por entender las expresiones artísticas de los enfermos mentales como una forma de diagnóstico y como una forma de comprensión del estado psicológico de los pacientes. Dentro de estos trabajos se destacan los realizados por Ambroise Tardieu, Paul Max Simon y Lombroso (citados en Nosovsky, 2008).

En los años 40's del siglo XX se empezó a considerar el Arte como modalidad terapéutica. Paralelamente trabajos como el de Margaret Naumburg en los Estados Unidos y el Edward Adamson en Inglaterra delinearon al Arte como una forma de psicoterapia. Naumburg percibía la autoexpresión como una forma de manifestación inconsciente y Adamson lo trabajó como expresión de las cualidades sanadoras del Arte (citados en Malchiodi, 2007).

El aporte principal de Naumburg es que considero la terapia de arte como una forma de psicoterapia y trabajaba con las imágenes como manifestaciones inconscientes que podía transformar a través del proceso creativo (Nosovsky, 2008).

II.2.2 El Inconsciente estético

Se mencionó anteriormente la propuesta de Foucault de hacer de la vida más que un proyecto de conocimiento, una obra de arte. Para ello Foucault (1987) parte del concepto clásico del cuidado de sí, desde las técnicas ascéticas, el arte de vivir requiere de una askesis, es decir “un aprendizaje de sí por sí”. Este movimiento reflexivo del sujeto es un pasaje que debe comprenderse en la investigación en la relación consigo mismo y la manera en cómo los sujetos ejercen sobre sí mismos una interpretación de su constitución como sujetos deseantes. Este cuidado de sí o saber

cuidarse a sí mismo en este proyecto se abordará a través de arte por lo cual se recurre al concepto del inconsciente estético.

Rancière (2009) menciona que el arte toma por un lado el conocimiento sensible (ajeno al dominio de lo lógico definido por Baumgarten) y por otro lado una sensibilidad heterogénea que conlleva un conocimiento confuso basado en la teoría de la estética de Kant. Este pensamiento contradictorio del arte lo lleva a definir el inconsciente estético como una forma de “pensamiento que no se piensa” (p.14), es decir como un modo específico de unión o un oxímoron, entre el pensamiento que piensa y lo impensado.

Esta contradicción del pensamiento es retomada por Rancière (2009) desde Freud quien se interesaba en las obras de arte no por su forma, sino más bien por su contenido, por lo que expresaban y revelaban. Freud se interesaba en interpretar la relación paradójica entre el saber y el no saber, el sentido y el sin sentido, la ambigüedad entre lo real y lo fantástico, entre el pathos y el logos. El inconsciente freudiano podría concebirse en una relación con este pensamiento que este autor define como el IMPENSADO.

Esta forma de pensamiento hace alusión a otra lógica distinta del pensamiento racional, como una consciencia diferente en la cual se manifiestan las contradicciones del espíritu. Entendiendo por espíritu aquí como un “ejercicio espiritual” que viene de los griegos y consiste en una transformación de sí mismo por sí mismo.

II.2.3 Cuidado de sí como acceso a la verdad.

Allouch (2007) analiza la posición de filósofos y pensadores como Filon, Descartes, Foucault y Freud para entender una de las dimensiones epistemológicas del psicoanálisis: su espiritualidad. Desde la filosofía Filón de Alejandría (Philon d'Alexandrie) (muerto 41 años después de Cristo) planteaba que, así como los doctores se ocupaban del cuerpo físico eran los

terapeutas los que velaban por el ser y curaban el alma. Luego fueron Descartes y Kant los primeros en plantear la condición de espiritualidad como un acceso a la verdad personal.

Foucault (1987) en su obra *la hermenéutica del sujeto* plantea en relación al sujeto y a la verdad, como una práctica de libertad, que busca una “auto-transformación del sujeto”. Este acceso a la verdad más que un objetivo es un camino en el que hay múltiples desafíos: los discursos sobre lo verdadero, los mecanismos y las distancias para distinguir los enunciados verdaderos de los falsos, las formas de sanción, las técnicas y los procedimientos en las que se valoriza esta verdad y el estatus de quienes tienen a cargo un decir de lo que se concibe como verdadero. Este régimen de la verdad se centra tanto en el discurso como en las instituciones y sobre todo en las instancias educativas (Rebel, 2009). El acceso a esta transformación requiere de un examen de los juegos de verdad, del ser hablante como un hombre del deseo y de la revisión de cómo se construyen los objetos de conocimiento y los modos de subjetivación. Es importante lo que dice un sujeto y cómo es sometido a la cuestión de la verdad y la falsedad, que para Foucault se trata de la “veridicción”. El cuidado de sí Foucault (1987) se da en relación a una actitud o comportamiento con respecto a “uno mismo, con los otros y con el mundo” (p. 37). Es una mirada que se traslada del mundo exterior al mundo interior, de los otros hacia sí mismo. Es una forma de actuar que conlleva la responsabilidad de sí mismo con una actitud activa de ocuparse de sí mismo, a partir de la cual el sujeto se transforma. Es en esta auto-construcción en donde el sujeto se hace a sí mismo, buscando un sentido a su existencia que se convierte o se puede definir como un sujeto ético.

El cuidado de sí es una forma de prepararse para la vida que lleva a un conocimiento de sí, el concepto de autoconocimiento estaría subordinado al cuidado de sí, y sólo a partir de éste se puede llegar a cuidar de los otros (Garcés y Giraldo, 2013). De aquí surge la importancia de enseñarles a los niños y/o adolescentes a dirigir esa mirada hacia su mundo interno, como un inicio de comprensión de su subjetividad como un entrenamiento a la vida, al cuidado de sí y al cuidado

de los demás. En relación a la deserción escolar muchos de los que jóvenes que son excluidos del sistema educativo han sufrido situaciones de violencia y luego la reproducen en los centros educativos. El trabajo del cuidado de sí por su premisa básica de aprender a atenderse a sí mismo para luego cuidar de los otros y poder así aportar beneficios a la sociedad tiene mucho con que contribuir en la convivencia y en la horizontalidad en los centros educativos con el arte como herramienta de ejercicio espiritual.

En relación a este planteamiento, Allouch (2007, p. 39) retoma la definición de espiritualidad por Foucault: “Creo que podríamos llamar espiritualidad a la investigación, la práctica y la experiencia por las cuales el sujeto opera sobre sí mismo las transformaciones necesarias para poder tener acceso a la verdad”. Para efectos de este proyecto destacaremos esta “operación de un sujeto sobre sí mismo” con miras hacia una transformación mediante el conocimiento del sí mismo.

Por lo tanto, es un proceso espiritual que se estaría fomentando a través del arte para que los niños y adolescentes lleguen a tener una mejor comprensión de sí mismos y a la vez de transformación en un acto metafórico de realización artística sobre el sujeto. Niños y adolescentes en riesgo de deserción que están expuestos a ambientes violentos, extrema pobreza, familias desintegradas se beneficiarían de un acceso a su subjetividad y verdad porque como lo establece Foucault (1987) “la verdad es lo que ilumina al sujeto, lo que le proporciona la tranquilidad de espíritu” (p. 39). Estudiantes y jóvenes con paz en su espíritu tienen un mayor recurso interno que los pueda ayudar a lidiar con las dificultades a las que se ven expuestos y disminuir de esta manera el riesgo de deserción escolar.

Lacan, quien al introducir los conceptos de “sujeto” y “verdad” y al concebir el análisis como un ejercicio con “el ser mismo del sujeto”, conceptos primordiales del psicoanálisis, patenta según Allouch (2007, p. 40) el carácter espiritual del mismo: “Es en la dimensión del ser que se

sitúa la tripartición de lo simbólico, lo imaginario y lo real, categorías elementales sin las cuales no podríamos distinguir nada de nuestra experiencia”. Este tríptico del R.S.I, podrían servir como una rejilla de lectura para la obra de arte y también para la producción artística de un sujeto en relación con la articulación de la conciencia de sí mismo. Es a través de la palabra, como plantea Rancière que se

instituye una cierta visibilidad. Ella manifiesta lo que está escondido en las almas, cuenta y describe lo que está lejos de los ojos, pero, así como ella retiene lo visible que ella manifiesta bajo dirección. Ella le prohíbe demostrar por sí misma, lo que pasa con la palabra, “el horror de los ojos fatigados”. (2001, p. 22)

El sujeto podría mirarse a través de su producción visual o artística si ésta funciona como espejo de sí mismo. Acceder a una verdad que no es evidente sino a través de un ejercicio.

II.2.4 El arte como ejercicio para acceder a la verdad

En esta búsqueda de la verdad, Freud (1910) plantea el acceso del individuo a sus fantasías y a su manifestación como una forma del individuo de acceder a su verdad, a esa parte esencial de la personalidad y así poder huir de su realidad que muchas veces puede no ser satisfactoria:

Nosotros los hombres, con las grandes exigencias de nuestra cultura, y bajo la presión de nuestras represiones interiores, encontramos generalmente la realidad no satisfactoria, razón por la cual nos involucramos en una vida imaginaria en la cual nos gusta compensar las faltas de la realidad por las producciones de la realización del deseo. Estas fantasías contienen una gran parte de lo que constituye propiamente la esencia constitucional de la personalidad y también de sus mociones reprimidas en beneficio de la realidad”. (Freud, 1910 citado en This, 1999, p. 86)

Freud (1911), basado en su teoría de oposición entre el principio de la realidad y el principio

del placer, concibe al arte como una de las formas de asegurar el principio del placer. (Freud, 1911 citado en This, 1999)

En la quinta conferencia sobre el Psicoanálisis, Freud (1910) concibe las producciones artísticas de quienes tienen un don artístico, como una forma terapéutica de escapar de las neurosis, dándole forma a sus fantasías y a su vida imaginaria.

Cuando el individuo convertido en enemigo de su realidad y en posesión del *don artístico*, lo que queda como un enigma para nosotros del punto de vista psicológico, puede trasladar sus fantasías en creaciones artísticas y pone los síntomas, escapa así del destino de la neurosis y recupera por este desvío su relación con la realidad. (Freud, 1919 citado en This, 1999, p. 86)

Freud (1908) curioso por entender al creador literario y a la fuente de su contenido, la materia como él la llama, se traslada a la infancia y establece un paralelismo entre el niño y su actividad favorita; el juego. Entendiendo este proceso siempre como una utilización de la fantasía como creación de la realidad dentro de un marco muy serio, ya que el niño invierte grandes cantidades de afecto en este proceso. El niño procede como un poeta y el poeta como un niño. “Cada niño que juega se comporta como un poeta, en la medida en que él crea un mundo propio, o, para decirlo más exactamente, él arregla las cosas de su mundo siguiendo un orden nuevo, a su conveniencia” (Freud, 1908 citado en This, 1999, p. 64).

De este procedimiento del creador literario en el cual toma como principio la irrealidad del mundo, Freud (1908) desprende conclusiones también para la técnica artística. Muchas de las emociones que son difíciles o insoportables de lidiar pueden ser fuente de placer si se manejan desde el principio de la fantasía (Freud citado en This, 1999).

Por su lado, Michel Foucault (1985) en la última entrevista concedida a unos estudiantes en Estados Unidos unas semanas antes de morir, trasciende en su visión en la relación de los individuos con el arte, al llevarlo a una dimensión existencial. Dreyfus y Rabinow (1984) cuentan

como más que un medio para poder darle forma a sus fantasías, invita a propagar el arte más allá de los artistas y de los objetos para ser incluido por los individuos en su vida: “Por qué un hombre cualquiera no puede hacer de su vida una obra de arte?” (parr. 43) En esa búsqueda de su yo o su verdad, Foucault (1985) difiere con Sartre quién establece que “debemos ser nosotros mismos”, aludiendo a una percepción de autenticidad, mientras Foucault considera que el yo es algo que se construye: “debemos constituirnos, fabricarnos, ordenamos como una obra de arte” (parr. 45) ...y cuestiona:

Me pregunto si no se puede sostener exactamente lo contrario: en lugar de considerar que la actividad creadora de un individuo depende del tipo de relación que mantiene consigo mismo, es posible vincular el tipo de relación que mantiene con él mismo con una actividad creadora, que constituye el centro de su actividad ética (parr.46).

Por lo tanto, es en esa relación entre crear y ser, la actividad creadora ayuda al sujeto a manifestarse.

II.2.5 Las imágenes artísticas como pasajes a la verdad

Barrantes (2008) en su artículo “La verdad ese objeto extraño” se refiere a la relación entre la palabra y la verdad. En ese pasaje para eliminar lo falso y acceder a lo verdadero la palabra y el discurso juegan un papel importante. Para Foucault el discurso verdadero es un medio de liberación y concibe a la palabra como “una forma de veridicción” (tout dire) mientras que para Lacan la verdad se puede llegar a comprender mediante el lenguaje y mediante “la palabra plena y la palabra vacía” (p. 62). Este planteamiento lleva a reflexionar sobre la posibilidad de que en la expresión artística las imágenes remplazan a la palabra como pasaje a lo verdadero.

A partir de la evocación de imágenes, se generan emociones y sentimientos que conllevan a la vivencia. Al trabajar con imágenes se da un despertar del hemisferio derecho, al evocar

experiencias; ya que como lo establece Berkovits (2005) el cerebro no diferencia entre una experiencia imaginaria y una de la vida cotidiana. El cerebro responde primero ante las imágenes y luego el hemisferio izquierdo se encarga de traducirlas en palabras. De esto se trata precisamente el trabajo artístico con las imágenes, ya que las emociones y sentimientos se reflejan en vía directa en imágenes a partir del trabajo artístico (Ganim, 1999).

Rhyne (2001) coincide también en el carácter experiencial del proceso artístico. Manifiesta que cuando una persona se involucra en una actividad artística, como pintar, dibujar o esculpir, está viviendo el evento activamente y por lo tanto experimentándolo como algo propio. Define la experiencia como la capacidad de “soñar, sentir, pensar, actuar, expresar y estar consciente al mismo tiempo que usted es la persona que está haciendo todo esto” (p. 112).

Zinker (2006), quien integra la psicoterapia con el Arte coincide en ese carácter activo del proceso artístico. Concibe el proceso terapéutico como un proceso creativo, relacionados ambos por la capacidad de transformación y de cambio. “No hay proceso de creación sin cambio, sin esta metáfora de una forma a la otra, de un símbolo en intuición, de un gesto en una nueva trama de comportamientos y de un sueño en un juego dramático” (p. 3). Describe a la vez a la terapia creativa como una manifestación afectuosa para el sujeto por la expresión de sus deseos más profundos y como un proceso de crecimiento por la capacidad de experimentar la vida interna. También reconoce la capacidad que conlleva el proceso creativo a la resolución de problemas, a una proyección del dialogo interno que se concretiza en una imagen, en un significante o una pintura y una forma de experiencia trascendental

II.2.6 La psicología y el arte como proceso integrador

Brooke (2008) concibe a la expresión artística como un medio de establecer una mayor consciencia y entendimiento de nuestro mundo interno. El arte permite el contacto con el mundo

interno a través del trabajo que surge de la expresión artística. Es un medio de autoconocimiento que permite la identificación y la confrontación de los sentimientos, pensamientos y emociones:

“El arte nos permite reconocernos, aceptarnos e integrarnos para vivir en armonía con nosotros y con el mundo que nos rodea. El arte es terapéutico porque procesa a través de diferentes fases de creación y reflexión. Visto así el arte es un despertar de la consciencia” (Nosovsky, 2008, p. 4).

El proceso de creación artística permite la articulación e integración de experiencias al permitir la confrontación de emociones complejas, que normalmente son difíciles de expresar a través del lenguaje. Este proceso que permite el contacto con experiencias dolorosas es lo que ayuda a encontrar alivio al dolor y la pérdida (Malchiodi, 2007).

Desde la teoría se plantea una propuesta de crear espacios en centros educativos para la creación artística, a partir de la cual los jóvenes establezcan un diálogo interno en relación al “sí mismo, los otros y los demás” que contribuya para que su verdad se revele o su yo se manifieste y de esta manera sentirse en mayor control de sus vidas y reconocerse como los protagonistas principales en las decisiones que afecten sus vidas, a pesar de las dificultades a las que están siendo expuestos.

III. Objetivos

III.1 Objetivo general

Diseñar un taller de cuidado de sí desde el arte y la psicología para estudiantes de sexto grado, como un modelo para fortalecer los factores protectores que minimicen una posible deserción escolar.

III. 2 Objetivos específicos

- 1) Establecer los principios esenciales para propiciar un proceso creativo de cuidado de sí, desde el cual las y los participantes puedan reconocer sus potencialidades de autorreflexión y autotransformación.
- 2) Definir las modalidades para consolidar un espacio de autoexpresión mediante el arte a través del cual los y las estudiantes puedan identificar el impacto de la educación en su futuro y de esta manera prevenir a la vez la deserción
- 3) Validar la propuesta con miembros de la Fundación y miembros del MEP
- 4) Capacitar al primer equipo que va a asumir el proyecto dentro de la Fundación

III.3 Objetivo externo

Contribuir en el esclarecimiento de la relación entre Psicología y Arte, en relación a la posible deserción escolar en una institución educativa para contribuir con posibles hallazgos sobre el cuidado de sí en política educativa

IV. Metodología

IV. 1 Fase de Diagnóstico

Se elaboraron entrevistas (Anexos 1, 2 y 8) a expertos del tema para conocer necesidades específicas y determinar aspectos más relevantes a tomar en cuenta a la hora del diseño de los talleres que sean enfocados desde las necesidades y preocupaciones propias de la comunidad. Se entrevistó a Cristina Rivera, directora de la Fundación Curridabat, a la Natalia Galeano, directora del Centro del Desarrollo Humano de la Municipalidad de Curridabat, a Vilma Contreras pedagoga

y escritora y una entrevista conjunta con Silvia Win, y Damian, asistente administrativa y subdirector del CPT de Granadilla.

IV.2 Diseño del taller

Se elaboró un taller de diez sesiones a un grupo de diez alumnos de sexto grado de la Escuela José Angel Vieto en el cantón de Curridabat y se analizó el mismo mediante bitácoras de las diez sesiones, del taller grupal en general y desde los rubros del cuidado de sí y de la deserción escolar. Se elaboró un segundo taller de diez sesiones al restante de los alumnos de sexto grado (diez estudiantes) por demanda de la institución y de los mismos estudiantes. Se le entregó el taller diseñado a la institución para su uso y aplicación en estudiantes con riesgo de deserción escolar. Este proyecto parte de la importancia de elaborar talleres de cuidado de sí en jóvenes para generar contacto con su subjetividad y de ésta manera identificar sus necesidades para reconocer los beneficios que pueden traer en sus vidas la culminación de sus estudios de secundaria. Se aborda desde una posición teórica del psicoanálisis que reconoce la importancia de los procesos artísticos como ejercicio espiritual en el cuidado de sí y en el dejar fluir del inconsciente estético, en el cual a partir del proceso creativo surge lo impensado, las contradicciones internas que oscilan entre lo real y lo fantástico, el sentido del no sentido, entre el saber y el no saber, toda aquello que enfrenta al individuo a su propia verdad.

El abordaje metodológico parte de una visión de la hermenéutica del sujeto, como individuo capaz de autotransformarse a sí mismo.

En el diseño del taller se utilizó el arte como una forma de transversalidad entre el cuidado de sí y la deserción escolar.

Es importante puntualizar para tales efectos que el concepto de cuidado de sí se abordó desde el planteamiento de Foucault (1987) en su obra la hermenéutica del sujeto, en la cual retoma el

concepto de Epimeleia, principio filosófico del pensamiento griego, helenístico y romano y lo desarrollo en un contexto contemporáneo.

Este concepto se entenderá de acuerdo a las siguientes dimensiones y categorías.

IV.2.1 Concepto de cuidado de sí

1) Un autoconocimiento: siguiendo la tradición platónica, el cuidado de sí implica el conocerse a sí mismo, lo que permite la distinción entre lo falso y lo verdadero. Es una forma de mirada: proceso de introspección hacia sí mismo, en términos de pensamientos. “cierta forma de vigilancia sobre lo que uno piensa y sobre lo que acontece en el pensamiento” (Foucault, 1987, p. 35). Con respecto a sí mismo Foucault (1987) propone prácticas para eliminar malos hábitos que no permiten el desarrollo personal, prácticas de reconocimiento de los deberes propios según roles en el medio y prácticas que conecten a los jóvenes a su voluntad y eviten de esta manera lo que Foucault llama *la estultitia*; el dispersarse en el tiempo sin ningún fin, y dejándose llevar por influencias externas sin ningún cuestionamiento.

2) En relación a los demás/al otro. Manera de comportarse en relación a los demás (actitudes hacia sus pares, compañeros, amigos, a su círculo social en general. Manera de comportarse en relación al otro (actitudes hacia la familia, institución educativa, profesores). Foucault (1987) recomienda ejercicios en relación al otro: retomar ejemplos de grandes personalidades que los inspiren a relacionarse mejor con el otro, transmisión de saberes por parte de maestros

La práctica social es una práctica del cuidado de sí. “El cuidado de uno mismo por tanto, precisa la presencia, la inserción, la intervención del otro” (Foucault, 1987, p. 61).

Esta relación con el otro la define en función de la finalidad de esa relación en la cual se da un beneficio total para ambas partes.

- A) Relación de capacidad: al ocuparse de uno mismo, se desarrolla la capacidad para ocuparse de los demás
- B) Relación de reciprocidad: al buscar el bien en los demás la persona se beneficia al convivir en relación con ellos
- C) Relación con la esencia: al ocuparse de sí se da un descubrimiento a nivel de la esencia de la persona “descubre lo que es y lo que sabe” (p. 66), aquello que le ayuda a saber hacia donde va. Como práctica el conocimiento de la naturaleza también es una forma de comprensión de sí mismo y en función de ese lugar que ocupa el sujeto en relación al mundo.

3) *Estética y ética de la existencia o forma de actuar* hacía sí mismo a partir de la cual el sujeto se responsabiliza de sí y se “modifica, se purifica, se transforma o se transfigura” (Foucault, 1987, p. 35). Son “*las técnicas de sí*” o prácticas a partir de las cuales el sujeto construye su propia subjetividad y a partir de las cuales se toma a sí mismo como materia para la construcción de sí mismo, tal como si su vida fuera una permanente elaboración de una obra de arte. Una de las técnicas que propone Foucault para fomentar este proceso es la meditación.

Para el diseño de los talleres de arte y psicología se retomarán algunas técnicas propuestas desde el arteterapia, ya que por las características intrínsecas del proceso de expresión artística, es una experiencia que lleva la mirada hacia el mundo interno, ayudando a la autoexpresión de este mismo para el reconocimiento de sí. Rubin (2005) considera que uno de los beneficios del arteterapia proviene de la necesidad y la capacidad de crear, específicamente en los niños en donde la creación se convierte en un orden entre su mundo interno y externo. Al crear dan sentido e integración a sus sentimientos, fantasías y pensamientos frente a un mundo externo que a veces les cuesta entender. A la vez Rubin (2005) considera que a través de la realización de una actividad artística se da una “descarga de energía” que ayuda a la resolución de conflictos internos y que a partir de la manipulación de los materiales artísticos y la responsabilidad en el proceso y sobre el producto, se

desarrolla la autonomía y la independencia en los niños. Otro beneficio también planteado por Rubin (2005) y en relación a este proyecto es que considera que cuando se trabaja con arte se conecta la persona con diferentes niveles de consciencia y “ésta puede ser ampliada, expandida, profundizada y agudizada” (p. 358).

Generalmente los grupos en Arteterapia siguen un mismo modelo en cuanto a la organización de las sesiones; una discusión o actividad inicial, un experimento y finalmente una discusión para cerrar. Se abarcó el grupo desde la tendencia más directiva (Malchiodi, 2007) quien considera que el terapeuta es activo ya que determina temas y organiza las actividades en función de los objetivos que tiene en mente. A la vez se le dió un marco de libertad, el cual permite que sus participantes intervengan según sus preocupaciones y necesidades emergentes del momento. Para lograr los objetivos planteados es importante establecer la estructura de las sesiones. Se retomará el esquema general planteado por Brenes y Lobo (2009) y se adaptará a los objetivos propios de este plan piloto. Este esquema divide las sesiones en tres etapas:

- 1) Las actividades iniciales dirigidas a la preparación para el proceso creativo: cuerpo, mente y cohesión grupal.
- 2) Las actividades centrales dirigidas a la relación con los materiales de arte.
- 3) Las actividades finales dirigidas a la integración verbal del proceso.

Durante la fase inicial de actividades de preparación para el proceso creativo se incluyeron juegos y ejercicios de visualización.

Al pasar al trabajo central de arte ya hay una preparación que permita con facilidad el concentrarse en el proceso creativo.

La integración verbal se maneja de una manera muy espontánea en donde los integrantes pueden voluntariamente participar y exponer sus trabajos y sus significados o historias que están detrás, pueden discutirlo en parejas o simplemente escuchar a los otros compañeros. Como

establece Rubin (2005) en el proceso grupal de integración verbal los jóvenes aprenden de su propia obra de arte, o de los trabajos de los demás como estímulo para la proyección y la imaginación.

Las actividades de los talleres arte fueron planteadas de acuerdo al concepto de cuidado de sí y a las actividades que según Foucault (1987) las personas deben de tener para desarrollar esta aptitud.

La proponente de este proyecto asumió un rol activo y directivo como guía con respecto a las técnicas a realizar, sin embargo el proceso de autoexpresión es libre y espontáneo y responde a la creatividad personal de cada quién. Se propuso un tema para cada sesión en función de los objetivos planteados utilizando los conceptos del marco conceptual; tales como: el inconsciente estético, contradicciones del espíritu, acceso a la verdad, cuidado de sí o de mí mismo haciendo énfasis en las técnicas recién expuestas sobre el cuidado de sí mismo.

IV.2.2 Estructura de las sesiones

Las sesiones fueron impartidas una vez a la semana:

- Sesiones 1 y 2: Actividades que permitan romper el hielo, hacer el encuadre de la manera en cómo se va a trabajar y generar confianza.
- Sesiones 3 y 4: Trabajo dirigido hacia el autoconocimiento llevando una mirada hacia adentro
- Sesiones 5 y 6: Actividades dirigidas hacia una comprensión de los estudiantes hacia su mundo, en relación con los demás y el otro.
- Sesión 7: Trabajo grupal que permita entender el concepto de cuidado de sí aplicado hacia los demás.

- Sesiones 8 y 9: trabajos que permitan una elaboración de una estética de la existencia en donde puedan ir experimentando la construcción de sus vidas en función de lo que han ido generando en los talleres. El papel que juega la educación en sus planes después de haber pasado por un proceso de autorreflexión.
- Sesión 10: sesión integrativa y de conclusiones sobre el proceso.

En la última sesión se invitó a los padres a formar parte del acto de ceremonia de conclusión del taller en el cual se les explicó en qué había consistido el taller y se les mostró algunos de los trabajos realizados. Fueron invitados a involucrarse en el taller debido a que los padres o familiares constituyen una de las variables más importantes consideradas para la culminación de los estudios de los jóvenes. Tal como lo establece Guardado y Hernández (2010) la deserción es un problema social que va más allá de las aulas y que por lo tanto los demás actores sociales deben de responsabilizarse para fomentar un proceso educativo para la vida y sugieren: “Estos actores son la familia, la comunidad, los y las personas encargadas de la administración de la educación, por lo tanto el aporte que puedan brindar a este proceso de educación es sumamente importante, ya que la actuación en red permite que exista un soporte para la población adolescente” (p. 159). En este caso la familia estaría representada por un miembro significativo para el estudiante, la comunidad por la Fundación Curridabat y la facilitadora y la administración escolar por el apoyo que estaría dando la escuela al participar en este plan proyecto.

IV.2.3 Rol del facilitador

El facilitador del proceso de Arteterapia funciona como un testigo del proceso grupal, amparado siempre de una actitud empática, muy pendiente de la resonancia afectiva de los integrantes del grupo y sin hacer comentarios personales (Brenes y Lobo, 2009).

El facilitador acompaña y espera a que la persona esté lista para entender su propia expresión. El facilitador no lo confronta con una interpretación. Con respecto a la relación terapéutica, las imágenes y la interpretación Nosovsky (2008) sostiene:

La relación terapéutica no se basa en la confrontación, ni en la interpretación. Son las imágenes las que confrontan al paciente consigo mismo y es él quien interpreta su trabajo y le da un significado a este material interno. Parte del poder de respuesta del cliente, es ver que una imagen que está cobrando vida, está siendo vista y conocida por otro y que este otro está viendo eso que normalmente aparece escondido. La imagen es el mediador del mirar entre terapeuta y cliente. Entonces el terapeuta brinda valor al proceso de arte terapéutico por la calidad de su atención (p. 17).

IV.2.4 Precauciones tomadas para proteger a las personas que participan en la práctica y consideraciones éticas

Basándose en las recomendaciones de Greene y Hogan (2005) sobre el derecho de los niños a ser informados y de poder expresarse sobre decisiones que los afecte directamente, en la primera sesión se les brindó un espacio en el cual se les explicó, con un lenguaje claro y sencillo, los objetivos, la duración y la metodología de los talleres. También se elaboró un tipo de contrato en el cual se comprometen al manejo adecuado y responsable de la información que vaya surgiendo en el taller con el objetivo de protegerlos a ellos mismos. En todo momento se debe de respetar las opiniones, experiencias y trabajos de los participantes del grupo. Esto incluye el no censurar, juzgar o interpretar lo expresado por los compañeros de grupo y a no divulgar la información expuesta. Durante este encuadre se dio énfasis a la importancia de respetar también un ambiente tranquilo y de silencio en el momento preciso del trabajo artístico que fomente la concentración de las distintas personas durante los procesos creativos.

Los padres de familia o representantes legales firmaron una carta en la cual consienten la participación de sus hijos en los talleres de Psicología y Arte y a la vez autorizan tomas de fotografías, grabaciones de sus hijos, de sus trabajos y de la información recolectada durante las sesiones para fines didácticos y de investigación. (Anexo 4)

Una de las consideraciones éticas importantes o claves al trabajar con niños en investigación según Greene y Hogan (2005) es la relación de vulnerabilidad que los niños pueden sentir con respecto a la figura de autoridad del investigador o en este caso de la facilitadora. Para evitar esa distancia con los participantes, la facilitadora utilizó en todo momento un lenguaje fácil y familiar para ellos y se involucró activamente, como uno de ellos, en la primera parte de la sesión que está diseñada para establecer un ambiente de confianza y tranquilidad a partir de juegos, bailes, meditaciones y actividades afines a los intereses de los niños.

Además, la facilitadora de esta práctica considera importante retomar los consejos que presenta Nosovsky (2008) en su libro “Tratado de Terapia de Arte”, los cuales sirven de guía para establecer un trabajo empático, sensible y ético (Anexo 5)

IV.3 Implementación del taller

El proyecto consistió en la elaboración de diez sesiones de talleres de arte y psicología, impartidos una vez a la semana, con una duración aproximada de una hora y media en el horario diurno a un grupo del sexto grado de la institución José Angel Vieto. La selección de los estudiantes fue realizada por parte de la maestra de sexto grado quien tomó en cuenta los criterios de riesgo de deserción escolar. Sin embargo, la participación fue completamente voluntaria por parte de los jóvenes.

La maestra de sexto grado fue quien seleccionó a los participantes basándose en los siguientes criterios de deserción escolar

- Padres analfabetos
- Pobreza extrema
- Dificultades académicas
- Violencia familiar
- Problemas de aprendizaje

Desde la salud pública, la deserción escolar es percibida como una población en riesgo que necesita medidas urgentes para detectar los factores protectores, sin embargo este proyecto y su investigación parte de la reflexividad del sujeto del sí mismo ante el sí mismo, por lo tanto no requiere de una acción externa, sino de la posibilidad de que el sujeto construya su propia verdad.

Se escogió el sexto grado para prepararlos para séptimo, ya que séptimo año es considerado un año de riesgo, según el último informe de los indicadores del sistema educativo costarricense del Ministerio de Educación Pública (2017), es en este nivel que se da el pico más alto de exclusión escolar. En él se muestran los porcentajes de exclusión Intra-anual en I-II Ciclo, III Ciclo y Educación Diversificada Diurna y Nocturna muestran que en séptimo se da el porcentaje más alto con un 14,3 %, luego sigue décimo con un 10,5% y luego octavo con un 9,1%. Como lo comenta Kattia Grosser (comunicación verbal, el 18 de setiembre de 2017) es importante apoyar y darle seguimiento a los estudiantes de sexto grado porque están expuestos a muchos cambios de diferentes índoles.

Beneficiarios indirectos del proyecto: todos los alumnos de los colegios públicos de Curridabat que luego puedan formar parte este programa de cuidado de sí para estudiantes.

IV. 4 Mecanismos de análisis y evaluación del Proyecto

Para efectos del análisis de la información se retomó algunas ideas del modelo cualitativo

planteado por Iqbal, James y Gatward (2005) el cual permite sistematizar cantidades de información sin perder la riqueza de ésta con la utilización de “meta-conceptos” y la relación entre ellos. Desde un planteamiento del arte como transversalidad entre el cuidado de sí y la deserción escolar, los conceptos retomados en el análisis fueron: cuidado de sí, el arte (haber estado expuesto a los talleres) y la deserción escolar. Para efectos de este proyecto y de comprensión de las experiencias de los jóvenes durante los talleres, se incluyó una lectura analítica de la información recolectada de acuerdo a los conceptos planteados más el emergente que surgió durante las sesiones, triangulado con el marco teórico.

Las entrevistas a los especialistas, las bitácoras de la facilitadora, las fotografías digitales y la grabación auditiva de las sesiones fueron los medios utilizados para recaudar, sistematizar y analizar la información.

Bitácora o reporte de la facilitadora: Después de cada sesión la facilitadora inmediatamente elaboró la bitácora de reporte y análisis de cada sesión grupal (ver anexo 6). Esta bitácora se analizó de acuerdo a la observación realizada durante las sesiones, las fotografías digitales y la escucha de las grabaciones auditivas. En la última parte de la sesión se deba la integración verbal de la sesión con algunas preguntas abiertas por parte de la facilitadora que sirviero de guía para facilitar la explicación por parte de los estudiantes de las experiencias y sus significados que tuvieron durante la sesión. La facilitadora tomó las fotos durante y al final de cada sesión.

Penúltima sesión: durante esta sesión se realizó una actividad de arte que permitió el cierre de los talleres y sirvió a la vez sirvió de evaluación grupal de los mismos.

IV.5 Elaboración guía o manual

Se elaboró una guía con la información necesaria para reproducir luego el taller por educadores o psicólogos en las escuelas de Curridabat. Esta guía incluirá objetivos, técnicas, materiales de arte necesarios y recomendaciones por sesión.

IV.6 Validación guía

Se elaboró un instrumento cuantitativo de validación basado en el Instrumento para la evaluación de guías de Práctica Clínica (Agree II) el cual busca examinar y evaluar aspectos cualitativos tales como el tema de variabilidad en la calidad de las guías evaluando el rigor metodológico y la transparencia con el cual se elaboró la guía (Consortio AGREE, 2009). Esta herramienta consiste en 23 ítems organizados en los siguientes seis dominios; alcances y objetivos, participación de los implicados, rigor en la elaboración, claridad de la presentación, aplicabilidad y calidad de la impresión. (Ver Anexo 7)

IV.7 Capacitación

Se elaboró una capacitación a los miembros sugeridos por la Fundación Curridabat para reproducir dicho taller a adolescentes en riesgo de deserción escolar, especialmente del área de Tirrases. Esta capacitación incluyó una explicación del trasfondo teórico que sustenta los objetivos, actividades y técnicas necesarias para la implementación del taller de arte y psicología.

V. Resultados

V.1 Análisis integrado de las entrevistas a los especialistas

Este apartado consiste en un análisis integrado del análisis de cada una de las cuatro entrevistas (Anexo 8) basado en las entrevistas realizadas a los especialistas, todos miembros de la comunidad de Curridabat.

Todos los entrevistados coinciden en la importancia de la inclusión en el sistema educativo de las prácticas relacionadas al cuidado de sí. Las siguientes categorías fueron planteadas durante las entrevistas.

V.1.1 El cuidado de sí como guía en la toma de desiciones en los estudiantes

Cristina Rivera de la fundación Curridabat lo percibe como una forma importante de reconocimiento de habilidades para potenciar y fortalecer la dirección en el camino de vida de los estudiantes y una manera de impulsar la reflexión en destrezas y fortalezas para identificar vocaciones e intereses que puedan facilitar la toma de desiciones en relación a su futuro académico, técnico o profesional.

“Les obligan a estar siempre dentro de un formato; esto es lo que tienen que hacer, este es su curriculum y al final de los 5 años escolares más los 5 o 6 años de colegio, dependiendo si es técnico o académico, usted tiene que decidir su vida, que va a hacer el resto de su vida, si va a seguir estudiando o no, qué va a estudiar, para qué es bueno usted, qué le gustaría y empezamos a ejercer más presión en algo que es muy personal y que no se le han dado las herramientas para tomar esas desiciones de una manera más acertada, y que no caigan bajo la presión de lo que dicen que es lo que van a estudiar”.

V.1.2 El cuidado de sí como forma del promover el desarrollo humano

Natalia Galeano del Centro del Desarrollo Humano La Cometa considera que el sujeto al tener un proceso de cuidado de sí aporta, genera y contribuye a la composición de la ciudadanía.

Manifiesta como el concepto de cuidado de sí se integra dentro de la visión de Ciudad Dulce planteada por el ex alcalde de Curridabat y actual ministro de educación Edgar Mora que consiste en una iniciativa para promover el desarrollo humano en la Municipalidad de Curridabat.

En la entrevista realizada por la Nación (Cerdas, 2018) al ex alcalde Edgar Mora de Curridabat al asumir el cargo de Ministro de la Educación plantea conceptos del cuidado de sí como la capacidad de comprender al otro y la capacidad de meditar, que deben de ser motivados por la educación: “porque de ahí viene la capacidad intelectual, la capacidad afectiva, la capacidad de comprender al otro, la capacidad de meditar; viene casualmente de ese entrenamiento de esa actividad que hacemos en las escuelas” (parr.12) . Desde un análisis de la entrevista se aprecia que ambos conceptos son planteamientos desde el sujeto y tienen que ver con una mejor convivencia.

V.1.3 El cuidado de sí como apoyo en el manejo apropiado en situaciones de estrés

Según Natalia el cuidado de sí ayuda a afrontar situaciones de estrés a las cuales están expuestos estos niños y jóvenes de comunidades como Tirrases. “Hemos descubierto estos años (porque nosotros acompañamos a muchos niños de escuela y colegio) de que no se trata de un rendimiento académico o de pensar en sólo el estudio, porque a veces llegan al examen con tanto miedo y tanto enojo. Todo este trabajo personal, como el cuidado de sí es muy importante para poder afrontar estas situaciones”.

V.1.4 El autoconocimiento como capacidad previa a la expresión

También plantea Natalia la importancia de conocerse para poder expresarse: “La idea es enfocarse en la persona, porque es más valioso que yo exista a que yo pase exámenes o por qué es más valioso que yo haga esto por mi crecimiento y no por un título. Todo eso es reintegrar a la persona a una dignidad, a poder conocerse para poder expresarse en su entorno”.

Silvia Win apoya la iniciativa de crear espacios para apoyar a los niños a expresar sentimientos auténticos, que los pongan en contacto con su realidad interna y no utilizar el dibujo como una forma de apoyar estereotipos y expectativas sociales. Ella afirma que, “Creo que sí, porque casualmente venimos de una cultura que no se nos permitía expresar ni con un dibujo, siempre nos ponían a dibujar la familia feliz. A nosotros como niño y a todo niño nos criaron que hay que dibujar por ejemplo la familia feliz, el papá, la mamá, un hermano, dos perritos, una casita, las montañitas y las flores pero no todos los días son soleados sino que a veces están nublado, no todos los días me siento feliz como para dibujar una sonrisa, no todas las familias son iguales ni a veces me siento parte de la familia y yo no quisiera estar en ese dibujo”.

V.1.5 El autoconocimiento como forma de crecimiento en la relación con los demás

Silvia Win en su entrevista plantea como la auto-expresión, en este caso a través del arte, es una oportunidad que permite el crecimiento en los niños y el autoconocimiento. Relaciona esta capacidad de poder percibir lo que sienten y a la vez la importancia de expresarlo como una forma que ayuda en la manera en cómo relacionarse con los demás. Lo que plantea es el principio fundamental de la teoría del cuidado de sí; es indispensable saber cuidarse a sí mismo para luego poder cuidar y relacionarse de una manera óptima con los demás. Ella opina que “Una forma en que ellos pueden empezar a crecer es expresar lo que realmente hay dentro de ellos y sino tienen oportunidad ni espacios para que ellos lo puedan hacer, no vamos a avanzar a nivel de sociedad,

porque ellos van a seguir guardando todo lo que ellos están sintiendo, y se van a sentir molestos con la sociedad, generando antisociales, me refiero antisociales en el sentido de que no se saben relacionar con los demás”.

V.1.6 El cuidado de sí promueve el afecto

Según Vilma Contreras la introspección que procura el cuidado de sí es una forma de autoconocimiento que desarrolla el afecto en los jóvenes. Manifiesta que en el sistema educativo tradicional se le da mayor importancia a lo racional y se obvia lo afectivo. Afirma que, “En el sistema educativo lamentablemente le damos más énfasis a lo racional y no tanto a lo afectivo. Es importante primero yo para trascender a los demás, que es una forma que no se da mucho en el sistema educativo. En el sistema educativo, a lo que vinimos, al conocimiento, a los exámenes, a la materia y a veces el ser humano se obvia, no se sabe porque está triste el alumno, a veces en grupos grandes los profesores no pueden conocer los nombres de todos, o sea esa parte humana es como secundaria, por supuesto que me parece absolutamente importante que el autoconocimiento sea como prioridad”.

V.1.7 La deserción escolar: un fenómeno multifactorial

Factores exógenos como endógenos tales como el entorno social, la comunidad, las tensiones y problemas en la familia, pobreza extrema, adicciones, las comunidades transitorias y migrantes, aspectos culturales en relación a la educación, problemas de aprendizaje, y abusos son las causas de la deserción escolar planteadas por los especialistas.

En relación a la deserción escolar Silvia Win del CPT de Granadilla considera que la causa más importante es la pobreza extrema y la falta de apoyo de los padres de familia. Estudiantes que a veces ya no tienen que comer prefieren ir a trabajar para apoyar a sus familias o que no tienen las

posibilidades económicas para presentarse en condiciones óptimas en el centro de estudio. Cuando empiezan a trabajar se les dificulta mucho el estudio por los horarios, el cansancio y la falta de concentración. El horario del colegio es de 7:40 a 4:20 por lo que no hay muchas horas extras para poder trabajar y muchos que se deciden a hacerlo, lo hacen de noche”.

A pesar de la pobreza, el apoyo de los padres es fundamental en que los estudiantes se queden en el sistema educativo: “el problema de deserción también es multifactorial pero digamos la desmotivación, los problemas familiares tienen mucho que ver, las características de crianza, hay familias muy muy pobres que a veces no tienen que comer pero el chiquito tiene que ir a la escuela, tienen esa actitud pero hay otras familias que más bien dicen mejor salgan a trabajar y otras que nini que ni estudio ni trabajo” (tomado de la entrevista a Vilma Contreras”

V.1.8 El enfoque emocional como solución en la deserción escolar.

Las redes de apoyo, el acompañamiento, el vínculo afectivo, otorgar el protagonismo a los estudiantes en la toma de decisiones, la motivación y el fortalecimiento de la autoestima son las soluciones propuestas por los especialistas a la deserción escolar.

Cristina Rivera de la Fundación Curridabat plantea el acompañamiento por las redes de apoyo como básico para evitar la deserción escolar: “Esa red de apoyo es la que a veces da las soluciones, y es lo que tratamos de hacer con proyectos e iniciativas para que los muchachos se sientan acompañados en el proceso y puedan tener ese tiempo de momentos para conversar cosas que pueden estarles afectando en su desempeño y puedan permanecer en las instituciones educativas”

Natalia Galeano del Centro del desarrollo La Cometa coincide en que es el vínculo afectivo con el facilitador el atributo esencial para lograr resultados con los niños y jóvenes en Tirrases. “En Tirrases la gente llega con el corazón en la mano y te lo pone en la mesa y te dicen esto es lo

que soy. Tenemos dos opciones, hacemos un trabajo de matemática por decirte algo de lo que damos, o hablar del corazón: ¿qué hacemos? Intentemos construir cosas juntos. Y desde ese vínculo afectivo, a empezar a construir...” Este enfoque de una educación construida desde el vínculo afectivo lo confirma Edgar Mora ex alcalde de Curridabat y actual ministro de educación en su entrevista por la nación (Cerdas, 2018): “El amor positivo es la visión que la educación debería de trasladar de generación en generación y esto, por razones prácticas y materiales. Es decir, el determinante fundamental de una vida miserable no es la pobreza, es la angustia y el desempleo y esos dos factores no tienen peor enemigo que la buena educación. La educación que es buena, es la educación amorosa”. (parr.27) Este enfoque es importante no sólo retomarlo a la hora de realizar el taller sino también al capacitar a quienes vayan a reproducirlo.

Vilma Contreras recomienda una actitud de tolerancia, mucha comprensión y mucha empatía por parte de los profesores y el afecto el elemento de mayor importancia. Define el afecto como la “capacidad de escucharlos, una sonrisa, una aprobación, estar atento a lo mínimo que hagan positivo para resaltarlo. Estarles levantando la autoestima”.

El director del CPT de Granadilla agrega que la institución tiene niveles muy bajos de deserción. Su estrategia ha sido dirigida hacia la permanencia de los estudiantes en la institución y en agotar cualquier vía para mantenerlos en el sistema educativo. Buscan por lo tanto que los muchachos se sientan felices en la institución mejorando siempre los canales de comunicación, apoyándolos académicamente y creando espacios de recreación. “Nosotros hemos por un lado tenido el buen trato al estudiante, y también el rendimiento escolar, si tienen ambos el estudiante se aferra a la institución”.

V.1.9 Sugerencias para el abordaje del cuidado de sí desde la psicología y el arte

Desde un planteamiento desde las necesidades y preocupaciones de la comunidad, los

especialistas proponen retomar las siguientes sugerencias para el abordaje del cuidado de sí desde los talleres de arte y psicología.

- Enfoques creativos que ayudan a los jóvenes a pensar y a crear de una forma diferente a lo establecido puede ser un gran aporte al sistema educativo tradicional.

- La importancia de las actividades interactivas y vivenciales en las cuales los jóvenes puedan participar activamente, expresarse, moverse y en donde puedan descubrir cosas a partir de diferentes estímulos.

- Incluir algún factor competitivo o de reto o algún tipo de reconocimiento para motivarlos a involucrarse.

- Proveer una guía apropiada en relación a las actividades artísticas para que sientan la confianza de involucrarse y que les permita disfrutarlo más.

- La importancia de ponerle mucha atención a la convocatoria al taller, ya que se cree que muchos padres no se interesan pero muchas veces el problema es que no se comunica de una manera eficaz y efectiva.

- Planear los talleres desde el contexto de ellos, explorando sus intereses deportivos, musicales o personajes que admiran.

- Generar un ambiente lúdico, libre de prejuicios en donde los estudiantes se sientan con la confianza de expresarse sin ser cuestionados.

- Aprovechar lo que Piaget llamaba el “momento crítico del aprendizaje” cuando surge, escuchar al estudiante cuando se interesa y se implica activamente en el proceso.

- Planear dinámicas entre iguales como actividades grupales o en parejas ya que aprenden mucho entre sí al sentir más libertad y tener un léxico y aspiraciones comunes.

- Los estudiantes formen parte en el establecimiento de las reglas, esto viene de la moral de Piaget, siempre y cuando participe en la elaboración de las reglas es más fácil respetarlas.

- Trabajar con mucha estructura para ayudar a organizarlos ya que ellos viven “en la inmediatez, un término que se usa mucho cuando se trabaja con pobreza porque viven del hoy, porque no saben, hoy llegará mi papá o no llegará, o llegará tomando alcohol o no o le pegará a mi mamá o con drogas, eso le llamamos nosotros que tienen la realidad fragmentada, no hay un todo. Ese todo lo tienen fragmentado, no hay coherencia, entonces viven de lo que se puede hacer hoy porque mañana no sé. Les cuesta mucho los horarios y cumplir con ellos” (entrevista Vilma Contreras). Para lograr esta estructura incluir el tiempo y el espacio (cuánto duran las sesiones y cómo se va a trabajar y en dónde) es muy importante, también la mediación de la anticipación (saber qué van a hacer la próxima vez, con qué objetivos están trabajando) y el cierre en las sesiones o “cierre mental”. Estructurar las sesiones en tres momentos: 1) mediación de la anticipación; 2) trabajo artístico, 3) cierre.

- Proveer los mejores recursos para la educación en ambientes de pobreza, incluyendo a los mejores docentes al igual que los recursos didácticos de mayor calidad. “Cuando yo escribí este libro que lo escribí con un cubano, me decían que este binomio era poco creíble, inteligencia y pobreza no es un binomio que la gente cree, la gente cree que los pobres no son inteligentes. Porque a los pobres se les da escuelas y profesores de menos calidad, hay esa mentalidad de pobre para pobre y que cuando yo estaba en el IMAS yo decía no quiero pobre para pobre, hay que darles más calidad” (entrevista Vilma Contreras)

V.1.10 Algunas técnicas específicas propuestas por los especialistas.

Una pizarra en blanco en donde se puedan pegar los dibujos anónimos de los estudiantes que hayan dejado en un buzón, para generar un espacio de expresión y en el cual puedan manifestar su estado de ánimo actual.

La actividad del “enterrar el no puedo”; confeccionar una caja al inicio del año y adentro escribir “no puedo” y comenzar el año entonces con el sí puedo.

En grupo hacer la dinámica de la autoestima, pegar un cartel a las personas en su espalda y cada quién escribe sólo cosas positivas, como fortalezas y talentos de esa persona.

Confeccionar una medalla del “yo sí puedo” durante el proceso del taller.

V.1.11 Proyectos e iniciativas que conocen los especialistas que se han tomado para reducir la deserción escolar.

En relación a iniciativas o proyectos que se estén dando para prevenir la deserción escolar Cristina Rivera de la Fundación Curridabat se refirió al proyecto de Acción Joven que trabaja con reforzamiento académico, talleres recreativos e inserción vocacional. También el trabajo que está relacionando la Fundación con el proyecto UCNEC para reducir la brecha de conocimiento y acceso a la tecnología y no sólo con los jóvenes sino también con las familias para que los padres puedan apoyar a sus hijos en ciertas actividades académicas.

La casa de los Niños es otra iniciativa en Tirrases que ofrece un acompañamiento guiado e integral tanto a los niños como a sus familias desde preescolar hasta quinto año del colegio para ayudarlos a mantenerse y finalizar el sistema educativo formal.

Cristina Rivera se refirió también a un cambio de visión que se ha dado en relación a las becas, especialmente universitarias. No sólo se le ofrece la ayuda necesaria para costear los estudios sino también para tener una calidad de vida que les permita insertarse socialmente dentro del ambiente universitario: “es que antes los muchachos becados se visualizaban como muchachos de segunda clase, los que andaba rotos, que no comían bien, que vivían en las residencias, los que venían de sistemas rurales. Entonces cambiaron el sistema de becas para que a ellos se les diera un poco más de beneficios económicos para que ellos pudieran tener una calidad de vida similar a los

demás, por ejemplo; acceder a un teléfono a vestirse bien entonces ya los equilibra y los incluye en el sistema educativo, ya no están en desventaja de que a parte de saber que uno no tiene, ya dificulta el rendimiento”.

Los docentes entrevistados del CPT de Granadilla no están enterados de programas en la zona dirigidos a disminuir la deserción escolar pero plantean que como institución la estrategia es el enfoque en el estudiante en donde se le considera la prioridad de la institución: “a nivel institucional se trata de tener una cercanía con el estudiante, una comunicación de manera que sea asertiva, que el estudiante que se quiera ir pues que nos lo exprese, que cuente su situación, y a veces se retracta, lo que ellos veían como un gran problema pues se le puede presentar una solución” (Silvia Win, CPT Granadilla)

El director agrega que la institución tiene niveles muy bajos de deserción. Su estrategia ha sido dirigida hacia la permanencia de los estudiantes en la institución y en agotar cualquier vía para mantenerlos en el sistema educativo. Buscan por lo tanto que los muchachos se sientan felices en la institución mejorando siempre los canales de comunicación, apoyándolos académicamente y creando espacios de recreación. Como institución manifiestan que han invertido mucho en actividades para que los muchachos puedan participar y en áreas de juegos como mesas de ping pong, futbolines y ahora están a punto de iniciar un gimnasio con máquinas y bicicletas de spinning para que tanto los estudiantes como los profesores las utilicen bajo la supervisión de un especialista en educación física.

El director considera que uno de los factores de éxito para asegurar la permanencia de los estudiantes en la institución es el hecho que se sienten muy a gusto y contentos con las actividades planteadas, se les da protagonismo en la institución : “los hacemos partícipes de todo, les contamos, les preguntamos para que verdaderamente se empoderen de la institución. Los datos que tenemos no es deserción, sino más bien de traslados”.

Silvia Win agrega: “Tratamos de sacar espacios que no sean únicamente académicos, porque interiormente siguen siendo niños y ellos hay cosas que ni en su niñez vivieron...”

“...entonces nosotros tenemos que proporcionar oportunidades para que se expresen y algo que tenga que ver con el arte sería para ellos maravilloso”.

V.2 Análisis de los resultados de la ejecución del taller

En este apartado se utilizan las bitácoras que se realizaron después de cada sesión del taller, las cuales contienen los dibujos, anotaciones de frases de los y las participantes, análisis y observaciones de la coordinadora del taller y una posterior lectura de cada una de las bitácoras en relación a la totalidad de las mismas.

V.2.1 Principios que propician un proceso creativo

Los principios que propiciaron un ambiente adecuado para que los y las estudiantes iniciaran un proceso creativo se establecieron en las primeras dos sesiones. Estos principios se fueron dando y construyendo durante el taller.

- **Sesión 1. La firma: La confianza contrarresta la dificultad con el “sí mismo”**

Los y las estudiantes mostraron mucho entusiasmo por el taller desde el inicio. Sus risas nerviosas y sus caras sonrientes reflejaban una mezcla de emociones por el inicio de una experiencia nueva y a la vez cierta ansiedad a lo desconocido. Se inició con un juego de presentación de cada uno de los miembros que incluía movimientos corporales, coordinación y memoria. Esta actividad ayudó a bajar el nivel de ansiedad por el inicio del taller, y facilitó el cumplimiento de los objetivos de la sesión: establecer un ambiente de confianza, informar sobre el taller y determinar los compromisos a asumir en el trabajo grupal. Se abordaron los temas: el respeto, la empatía, la confidencialidad y la amabilidad entre otras cosas. Como actividad central surgió un contrato en el cual escribieron estas cláusulas y por iniciativa de ellos mismos surge la importancia de firmarlo.

La firma emerge al final de la sesión como un acto de confianza antes las resistencias expresadas al inicio cuando se les pide que escriban las cláusulas en el cartel y no lo quieren hacer

por el miedo de no hacer las cosas bien, de no tener una bonita letra. Exclamaciones tales como “mejor yo no escribo porque no tengo bonita letra”, “Mejor escribe ella porque escribe bonito”. La firma surge por iniciativa de los y las estudiantes, lo que marca más que un contrato su disponibilidad a participar en un proceso que asumen en relación al taller. Esta disponibilidad es de carácter emocional porque se crea un ambiente de seguridad y confianza. Al surgir la firma cambian la mirada hacia sí mismos y dejan de lado la práctica social de definirse en función del otro, aliada a un factor de competitividad o de extrañeza. Se observa una transición de manifestar diferentes formas del sí mismo, al compararse unos con otros y al desconfiar de sí mismos a expresar una forma de identidad a través de su firma. La firma les da un lugar en el mundo, funciona como un ejercicio de reflexividad sobre el sí mismo, lo que apunta directamente al concepto del cuidado de sí. No se define la persona desde el reflejo del otro. También legitima el contrato que se hizo sobre los compromisos a asumir en el trabajo grupal, el cual les genera confianza y seguridad por el manejo adecuado de la información que va surgiendo en el taller. Asimismo solicitaron que la coordinadora del taller se comprometiera con su firma.

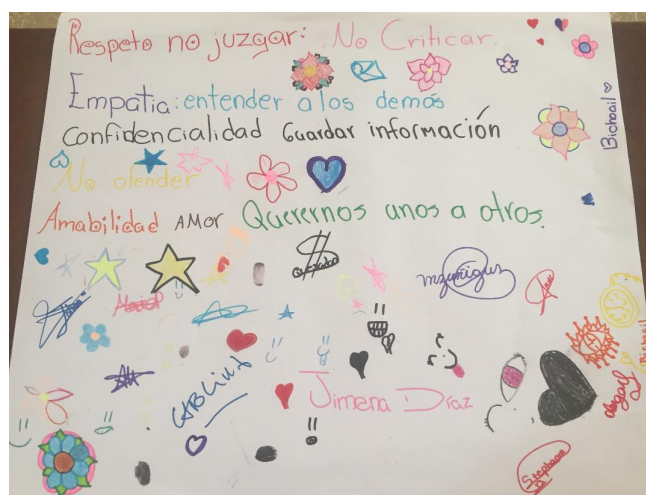


Figura 1. Título: Contrato (trabajo grupal) 2018
Sesión 1

- **Sesión 2. Libertad: hablar de sí mismos**

“O sea profe...¿podemos salirnos de las líneas?”. Esta pregunta realizada con gran asombro por una de las estudiantes refleja lo esencial de esta sesión; la libertad. Para propiciar un espacio creativo los y las estudiantes deben sentir libertad en su manera de expresarse para poder incentivar la creatividad e imaginación. Reconectar con ese espíritu creativo que caracteriza la infancia es fundamental en la búsqueda y comprensión de sí mismos. Se evidenció la dificultad de identificar sentimientos y emociones en el primer ejercicio, el cual consistía en un juego “de la meteorología interna” en el que debían de dirigir la mirada hacia adentro para determinar cómo estaba el clima interno. Algunos claramente lograron decir como se sentían con expresiones como: *“en el mio hay sol”*, *“yo siento sol y tormenta”*, sin embargo varios exclamaron frases como: *“no siento nada”*, *“no sentí nada, estoy vacía por dentro”*.

La actividad central de esta sesión consistió en un ejercicio de garabatos en el cual tenían que encontrar formas y figuras para luego motivarlos a hablar sobre sí mismos en relación a esas figuras. Los garabatos surgen después de soltar globos (sin amarrar) en el aire y trazando el movimiento del globo que perciben en la hoja, así varias veces. Es una actividad que les permite moverse, asombrarse y reírse, características que se salen de ciertos sistemas educativos rígidos y dan un sentimiento de libertad.

- Libertad: representación de miedos como una forma de exploración de sí mismos

Surgen del ejercicio de garabatos las primeras formas de expresión de los y las estudiantes. Muestran en sus creaciones un predominio de figuras de animales, especialmente algunos bastantes fantasiosos y grandes como “el Dino” o el “gato de la noche” que podrían aludir a ciertos temores internos. Esta oportunidad de poder dibujar animales gigantescos y fantasiosos como dinosaurios, serpientes o animales de la noche es una forma de orientación y exploración del mundo en donde

los niños y las niñas encuentran su lugar, su realidad, a partir de la ventilación de miedos profundos y el alivio de presiones internas.



Figura 2. Título: Dino Infinito (2018)
Sesión 2

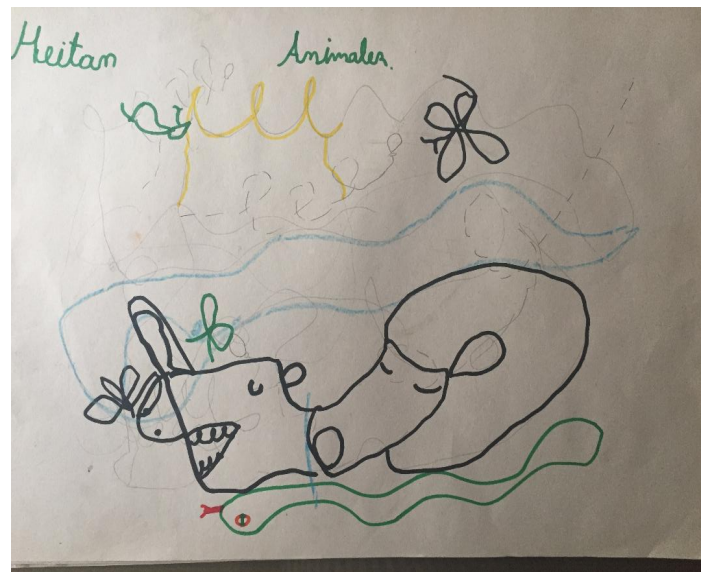


Figura 3. Título: Los Animales (2018)
Sesión 2

- Actitud facilitadora: horizontalidad y seguridad

Al finalizar del ejercicio de garabatos, los y las estudiantes expresaban con ansiedad que no veían y encontraban ninguna figura en sus hojas. Se les tranquilizó y se les motivó, insistiéndoles que sí iban a encontrar formas y figuras, que necesitaban concentrarse, darle vuelta a las hojas, observar bien los garabatos. La actitud de confianza que demostró la facilitadora en que sí pueden lograr los objetivos planteados junto al rapport logrado les ayudó a concentrarse, a encontrar bastantes figuras y a lograr los objetivos planteados de expresión de sí mismos para la sesión.

Propiciar un espacio creativo en el cual los y las estudiantes puedan expresarse libremente, implica un espacio seguro libre de opiniones y juicios. Una actitud horizontal por parte de la facilitadora crea cierta complicidad y rapport con los y las jóvenes para expresarse espontáneamente y confirma los acuerdos establecidos en el contrato. Esta horizontalidad los y las estudiantes la reconocieron cuando la facilitadora inició el taller en un círculo bailando y riendo al igual que ellos, cuando en una mesa redonda se les permitió que expusieran sus ideas en relación a los compromisos del taller o cuando se les da la libertad de salirse de las líneas.

V.2.2 Modalidades de autoexpresión que previenen la deserción escolar

- **Sesión 3. Diferentes colores: ¡Sí...Psicología! Un pasaje a lo impensado**

Al presentarse la facilitadora a la escuela para iniciar la tercera sesión, los y las estudiantes demostraron mucho entusiasmo y alegría porque iban a trabajar en el taller. Incluso uno de ellos gritó dando un salto al aire “¡Sí...*Psicología!* También los otros alumnos de sexto grado que no estaban incluidos en el taller mostraron su interés por participar e hicieron un reclamo directo a la facilitadora cuestionando por qué ellos no estaban incluidos en esta actividad. Esta actitud de entusiasmo de los y las estudiantes que incluso fue proyectada a sus compañeros y compañeras refleja su disponibilidad emocional para iniciar un proceso de autoreflexión y autotransformación al haber ya experimentado la confianza, la seguridad y la libertad, principios esenciales para propiciar

un proceso creativo. En esta tercera sesión se evidencia la transición entre crear las condiciones necesarias para trabajar un taller con adolescentes a entrar directamente a la lectura de los aspectos inconscientes cargados de emociones. Este trabajo de definir las modalidades para consolidar un proceso de autoexpresión mediante el arte a través del cual los y las estudiantes puedan identificar el impacto de la educación en sus vidas y a la vez prevenir la deserción escolar se va dar desde la tercera hasta la novena sesión, haciendo una transición para el cierre en la décima sesión.

Como el objetivo en esta tercera sesión fue identificar emociones, sentimientos y pensamientos a través de la expresión artística como una manera de seguir dirigiendo la mirada hacia sí mismos, se utilizó un ejercicio en el cual los y las estudiantes enfocaron la atención en las sensaciones que generaban dos diferentes colores en su cuerpo y después lo manifestaron en el papel con pinturas de dedos. En este ejercicio se pintan las dos manos de diferentes colores, se les motiva a relacionar las emociones con los colores y luego pintan con los dedos directamente en la hoja. Esta actividad ayuda a expresarse con mayor facilidad ya que elimina las inhibiciones al dibujar o al pintar por la creencia de que el resultado debe de ser bonito, perfecto y bello.

- La angustia desde el Inconsciente estético: lo impensado

Después de realizar este ejercicio artístico, sin estructura y sin límites, los y las estudiantes se enfrentan a las diferentes sensaciones y emociones que surgen de lo ilimitado y de lo incierto. Revelan en sus obras contenidos bastante catárticos, por ejemplo el titulado, “enredo de emociones” y varios que reflejan contenidos polarizados tales como “alegría y tristeza” y “cordura y locura”. El arte al comportarse igual que el juego permite a los y las adolescentes enfrentarse a la angustia provocada por sentimientos difíciles de aceptar como son la tristeza, el enredo de emociones y/o la locura.



Figura 4. Título: La Locura (2018)
Sesión 3



Figura 5. Título: La Cordura (2018)
Sesión 3

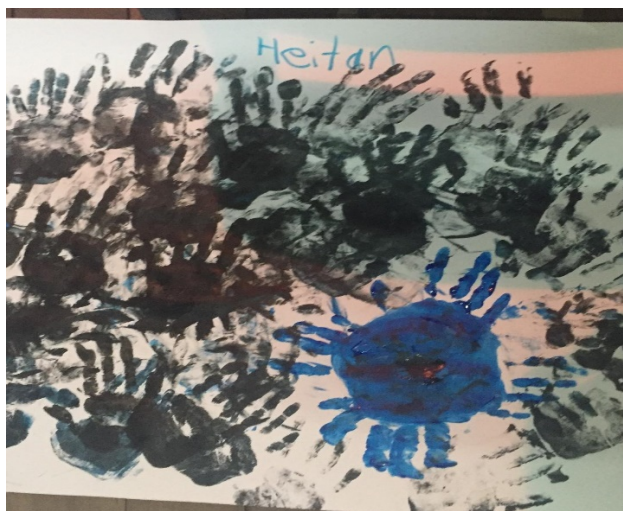


Figura 6. Título: tristeza y alegría (2018)
Sesión 3

Se enfrentan a partir de sus obras con contenidos polarizados los cuales hacen alusión a una lógica distinta del pensamiento racional. Los estudiantes se involucran en la actividad plenamente y acceden a ese pensamiento confuso, sensible, definido por Rancière (2001) como el inconsciente estético, el modo específico de unión entre el pensamiento que piensa y lo impensado. ¿La locura? ¿La cordura? Para Lacan la paradoja integra el exceso del sentido que no puede integrarse. Se polariza porque no puede integrarse lo Inconsciente que excede la representación consciente, que no tiene representación: lo impensado. Desde la actividad grupal se integra al darse un equilibrio entre las obras de los miembros del grupo, ya que uno llama a su obra “la cordura” y otro integrante la llama “la locura”.

- Lo impensado motiva a seguir... a no desertar... al enfrentarse a su verdad

Al terminar este ejercicio de las manos y los colores, se les planteó la pregunta: “Cómo pueden relacionar su obra de arte con sus vidas” con el fin de ayudarlos a expresar sus emociones. Una estudiante respondió: “mi vida es muy triste profe”. Se le incentivó a expresar en su obra lo

que le hiciera sentir mejor en ese preciso momento y escribió las siguientes frases: “sé buena, sigue tu camino, no te detengas, actitud”. Este mensaje también lo repitió otra compañera al escribir “Sigue tu camino y no te detengas”.



Figura 7. Actitud: No te detengas, sigue tu camino, sé buena (2018)
Sesión 3

Deserción escolar implica bloqueo...no seguir. Sin embargo después de enfrentarse a su obra algunos estudiantes se motivan a continuar con mensajes positivos y alentadores a continuar a pesar de las dificultades de la vida, como el caso de una de las alumnas que expresa que está triste y que fue la que posteriormente fue trasladada de institución. Aquí vemos que la deserción no es sólo escolar, sino que también tiene que ver con el cuidado de sí, con la vida y con las oportunidades de continuar. La escuela es un escenario y allí se actúa lo que pesa en otros lugares.



Figura 8. Sigue tu camino y no te detengas (2018)
Sesión 3

- **Sesión 4. El confeti y la escarcha: emociones que abruman**

“El cuidado de sí o souci de soi designa una cierta cantidad de acciones que uno ejerce sobre sí mismo, por las cuales unos se responsabiliza de sí, se modifica, se purifica, se transforma y se transfigura”

(Foucault, 2001; p.12)

Después de la sesión pasada en la cual se desbordaron las emociones, se propuso en esta sesión una experiencia con los sentimientos y emociones y la responsabilidad que implica en el cuidado de sí mismos y en la relación con los demás. Por lo tanto se buscó generar un sentimiento de equilibrio emocional a través de la implementación de un juego físico y luego una técnica creativa.

Se inició con un juego físico de posturas de animales que implican cierto equilibrio para comprender que al igual que el equilibrio físico, las emociones conllevan un balance. En la actividad central los niños llenan un jarrón de agua con escarchas de colores que representan

diferentes emociones que los abruman, y confeti de letras que representan los pensamientos negativos que los invaden. Se revuelve el jarrón con fuerza y tanto el confeti como la escarcha se agitan (metáfora de un cuerpo y mente agitadas) y luego deben de limitarse a respirar profundo hasta que deje de haber movimiento de la escarcha y el confeti en el agua. Al finalizar el ejercicio la mayoría de estudiantes manifestaron sentimientos de bienestar con frases como: “me siento más tranquilizado”(sic), “más tranquila”, “con paciencia”, “con ganas de bailar”. Al decorar el jarrón también usaron palabras positivas como amor y corazones como figuras.



Figura 9. Jarrones de emociones
Sesión 4

- Lo impensado: emociones difíciles de digerir

Al trabajar con emociones pueden surgir sensaciones fuertes que requieren de mayor atención y que necesitan ser referidas. En este caso la misma alumna que expresó en la sesión pasada que “su vida era muy triste” tuvo dificultad en concentrarse en el ejercicio. En el momento de mayor enfoque se levantó por un fuerte dolor causado por un cólico, no termino el ejercicio. El cólico muy representativo de la digestión surge al enfrentarse con sus emociones y podría

interpretarse como emociones que no están siendo bien “digeridas”. Después la estudiante se volvió a integrar a la actividad y en su espacio y a su ritmo volvió a hacer el ejercicio.

Ya que el cuidado de sí representa una responsabilidad no sólo hacia sí mismo sino también hacia los demás, en esta sesión la facilitadora retomo la noticia del día de un artículo en la Nación sobre una investigación que planteaba que el 60% de los niños en las escuelas habían sido víctimas en algún momento de bullying. Varios de ellos expresaron que en algún momento “a mí me hicieron eso”. Se les comenta que entre más posibilidades de un niño o niña de ser consciente de sus emociones y de expresarlas, podría ser menos objeto del acoso o sujeto de devenir un niño o niña acosador.

- **Sesión 5. El collage. Un grito: ¡Yo soy!... El espejo de sí**

- Lo impensado: luz y sombra

En la sesión 5 con el ejercicio “Yo soy” en donde a través de un collage expresan la percepción que tienen sobre sí mismos. Ellos y ellas representan, al igual que en la sesión tres, una creación artística desde el inconsciente estético, en donde se muestran las contradicciones o relaciones paradójicas del ser humano. Con palabras o imágenes representan características positivas y luminosas como “cariño, talento, valentía, rosa, felicidad, inspiración, inteligencia” sin embargo se observa como el arte funciona como un ejercicio para acceder y manifestar la propia verdad ya que también expresaron características tales como: “muerte, abuso, furia y sombra” que generalmente tienden a ser negadas y no expresadas.

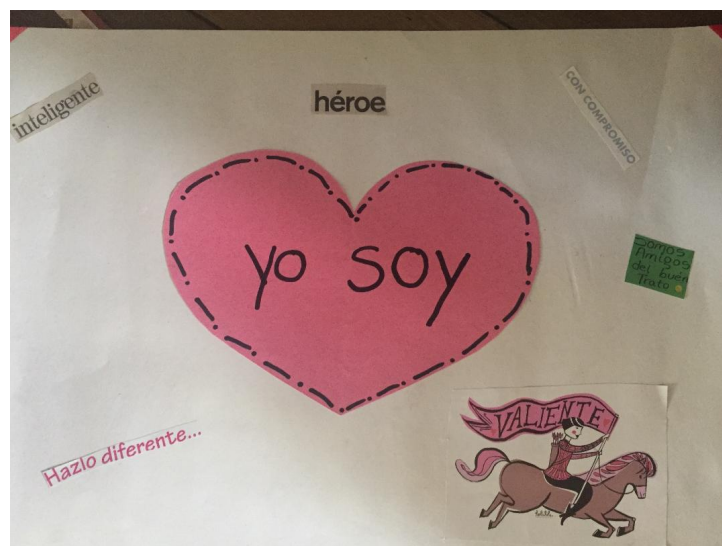


Figura 10. Título: Yo soy...
Sesión 5

Los y las estudiantes empiezan a mirarse a través de su producción visual, funcionando ésta como un espejo de sí mismo. El espacio se convierte por lo tanto en un acceso a su verdad que no es evidente sino a través de un ejercicio, en este caso la creación artística.

- Verbalización de un grito de ayuda: necesidad de espacios para expresarse

Una estudiante representó en el centro, el mismo símbolo que tiene tatuado en su mano. Se apartó del grupo y directamente se dirigió hacia la facilitadora para hablarle sobre su trabajo artístico, y sobre el tatuaje que representa una serie de televisión que le gusta ver y que está relacionada con asesinatos. Expresó como se sentía atraída hacia todo lo oscuro y que se identifica con la palabra abuso. La facilitadora centró su atención más en ella, y en ese momento funcionó como un espejo de su creación artística al decirle que en el centro donde ella había escrito “Yo soy” había una reina y a pesar de las dificultades y la sombra, quizás ella puede valorar su propia reina interna. A pesar de no poder hacer un trabajo terapéutico muy profundo con cada uno de los y las estudiantes porque no es el objetivo de este taller, el proceso de creación genera un cambio,

ya que como en este caso la imagen de la reina funciona como un elemento que le llega a recordar su verdad por la que tiene que luchar. Luego al terminar la sesión, la estudiante le preguntó a la facilitadora: “¿si a uno le pasa algo que lo ha marcado, lo puede llegar a olvidar?”. La respuesta que se le dio fue que podría llegar a transformarlo y que lo más importante es que lo hable con un adulto de confianza. “¿Y si no hay nadie?” respondió. Siempre hay alguien a quien podría acudir, se le aconsejó y recomendó incluso que lo ideal sería que trabajara con un profesional esa experiencia para poder entenderla y transformarla (esta situación fue referida a la profesora y a la directora de la institución, de una forma oral y por escrito para una atención más personalizada). La presencia de un facilitador que pueda propiciar un espacio de confianza, seguridad y libertad es fundamental para que esta experiencia adquiera un significado para la estudiante y pueda ser referido a una escucha terapéutica. Esta situación evidencia la necesidad de ofrecer espacios a los y las estudiantes en donde puedan expresar y manifestar lo impensado desde una posición no amenazante y lúdica, que facilite el diálogo interno hacia la resolución de problemas emocionales.



Figura 11. Título: ¡Yo soy! (2018)
Sesión 5

- **Sesión 6. Mandala: Mirarme a mí en y con los otros**

En esta sesión el trabajo del cuidado de sí va más en función de la relación con el otro, con los demás y en la interacción que se produce entre ellos. Después de haber realizado ejercicios más en función de una mirada interna, se pretende ahora que los y las estudiantes estén listos para dirigirla hacia los demás. La actividad central consistió en la elaboración grupal de un mandala con el objetivo de generar un espacio creativo y de auto-expresión en el cual los y las estudiantes puedan conocer su comportamiento y actitudes en relación a los demás compañeros y compañeras en una actividad grupal.

- Se evidencia respeto y fluidez en la dinámica grupal

Se les entregó la manta de 2 metros X 2 metros y la instrucción fue: “Aquí esta la manta, ahora les toca a ustedes organizarse en la manera en que van a hacer el mandala”.

Como grupo se organizaron en la elaboración del mandala, al principio dijeron que iban a separar el espacio de cada quién con rayas y que iban a empezar de adentro hacia fuera. Sin embargo no separaron los espacios ni lo hicieron de adentro hacia fuera sino más bien de afuera hacia adentro. Probablemente, porque les pareció más sencillo. Todos participaron y se concentraron mucho en la actividad. Hubo un reclamo de una compañera hacia la otra “que había invadido su espacio” pero no trascendió a pleito ni a mayor discusión. Se refleja que no hay conflicto de interacción y que respetan el compromiso asumido en las primeras sesiones en relación a la forma de comportamientos grupales. El haber tenido una experiencia del cuidado de sí individual previa ayudó a que la interacción grupal fluyera con respeto y fluidez.



Figura 12. Estudiantes de sexto grado de la Escuela José Angel Vieto Rangel. Elaboración del mandala grupal (2018)

- Deserción escolar: mensajes de continuar

Aparte de las formas y significantes, escribieron notas con diferentes mensajes, lo que refleja la manera en que el arte ayuda al proceso de autoexpresión. Unos mensajes de amor tal como: “no dejo de pensar en ti”, “amar a alguien es amarse a uno mismo” , otros de motivación “Sigue tus sueños”, “sigue tus metas y nunca te detengas” ,“sigue tus sueños además de lo que pase”, “No dejes de soñar”. La mayoría de los mensajes fueron de este tipo que incita a no detenerse, a seguir con sus proyectos.

Lo impensado: incomprensión, duelo

Aparecen también mensajes que representan la necesidad de resolución de asuntos emocionales, uno que refleja la paradoja existencial al estudiante escribir “parece que en ella hay dos personas, una linda y tierna y otra loca y psicópata” (la niña del tatuaje se refería hacia sí misma en esos términos).

Y otra niña hizo un dibujo dedicado a un hermano que murió en el vientre de su madre. En este sentido la creación artística sirvió como una forma expresiva para la elaboración del duelo de

una pérdida de hace más de un año y medio y que según la hermana de la estudiante, es un tema del que no se había hablado en la casa y posiblemente tampoco se había hablado en la institución educativa. En la elaboración del mandala la estudiante representa libremente ese duelo del que no había podido hablar hasta el momento. En este caso el proceso de creación del mandala le permitió probablemente abordar la articulación e integración de la experiencia traumática de perder a un hermano y le permitió confrontar las emociones complejas del duelo, que normalmente son difíciles de expresar a través del lenguaje. Con los padres de esta niña se tuvo una sesión pedida por ellos donde solicitaron una guía para acercarse a lo que la niña estaba expresando en este momento. La niña expresa en esta sesión “te amo Manfred Jesús” lo cual no pudo ser contextualizado por la facilitadora hasta la décima sesión cuando al exponer el mandala, la hermana al verlo exclama de que se trata del hermano muerto. Por esta causa al final del proceso del taller solicitan una cita.

Este proceso que permite el contacto con experiencias dolorosas es lo que ayuda a encontrar alivio al dolor y la pérdida. Desde Freud (1910) las producciones artísticas ayudan a escapar de las neurosis dándole una forma al síntoma y a las fantasías. “Cuando el individuo convertido en enemigo de su realidad y en posesión del *don artístico*, lo que queda como un enigma para nosotros del punto de vista psicológico, puede trasladar sus fantasías en creaciones artísticas y pone los síntomas, escapa así del destino de la neurosis y recupera por este desvío su relación con la realidad” (Freud, 1910 citado en This, 1999, p. 86).



Figura 13. Mandala grupal (2018)
Estudiantes sexto grado José Angel Vieto Rangel

- **Sesión 7. Mis fortalezas y cualidades: La silueta de los otros**

En la sesión 7 se continúa trabajando en relación al otro, a los demás. Se pretendió experimentar la relación de capacidad de la que habla Foucault en relación al otro, la cual plantea que al ocuparse de uno mismo, se desarrolla la capacidad para ocuparse de los demás. Por esto la actividad consistió en primero llevar la mirada hacia las propias cualidades y fortalezas para después de haberlas reconocido entonces pueden ya reconocer las de los demás. La actividad central consistió en dibujar la silueta de los compañeros en una hoja de periódico grande en el cual tenían que escribir cada uno sus fortalezas y al finalizar escribir en las siluetas de los demás (afuera de la silueta). Se evidenció la resistencia al inicio de reconocer sus propias cualidades, al no saber qué escribir o dibujar ya que los y las estudiantes tradicionalmente experimentan que la evaluación proviene de afuera y no es propia.

- El pasaje a lo verdadero despierta una actitud de fortaleza

En esta sesión, los y las estudiantes después de reconocer sus fortalezas y las de los compañeros insisten en mensajes de ánimo y de motivación que aluden a seguir, a continuar, en cierto modo a no desertar; “Sigue tus sueños”, “Sueña en grande”, “Sigue tu corazón”. Este mensaje de “sigue tu corazón” se relaciona con lo planteado por Foucault en relación con la esencia que plantea que al ocuparse de sí se da un descubrimiento a nivel del sujeto “descubre lo que es y lo que sabe”. En este caso lo que dice el corazón es un murmullo de su propia sonoridad. Esa frase llega a complementar el trabajo artístico funcionando como lo establece Barrantes (2008) al pasaje para eliminar lo falso y acceder a lo verdadero, desde el planteamiento de Foucault la palabra funciona como un medio de liberación y la concibe como “una forma de veridicción” (tout dire).

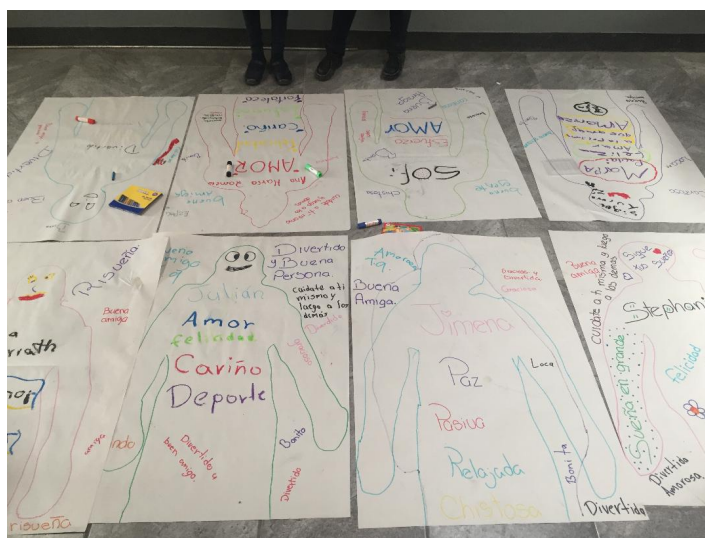


Figura 14. Título: Siluetas de fortalezas (2018)
Trabajo grupal. Sesión 7

• **Sesión 8. Problemas: ¿Cómo soñar a ser?**

- Riesgo de desertar se percibe en el ambiente

Inician esta sesión muy distraídos y bastante preocupados por una compañera que no se ha estado presentando a clases (la misma compañera que había planteado que su vida es muy triste). Hablan mucho y se notan muy inquietos por su compañera, insisten varios que no se ha presentado a clases “por problemas”. Se les da un espacio para hablar un rato al principio del tema, sin embargo después se les pide que se concentren en la actividad del día. Esta compañera no se vuelve a presentar a la escuela porque es transferida a otra institución por traslado de la familia, información que brinda la escuela la semana siguiente. Tanta preocupación y necesidad de hablar de la ausencia de la compañera puede corresponder a la vulnerabilidad individual y grupal que enfrentan estos y estas estudiantes ante el riesgo de detenerse o no seguir en el camino planeado.

- Llegar a ser profesionales está dentro de sus sueños

En esta sesión trabajan con la capacidad de identificar sueños o metas y mediante la arcilla los construyen desde la interpretación de cada quien.

En este caso la totalidad de los y las estudiantes relacionaron sus sueños con la meta de llegar a ser profesionales; tres abogadas, una arquitecta, una doctora, un futbolista, un criminólogo y una música. Se mostraron muy motivados sobre las diferentes profesiones que quieren llegar a ser.

Se utilizó una técnica que involucró texturas, ya que el trabajo con sensaciones, diferentes colores e imágenes despierta una experiencia y ayuda a generar una vivencia que le permite al estudiante conectarse con sus deseos profundos. Rhyne (2001) define la experiencia como la capacidad de “soñar, sentir, pensar, actuar, expresar y estar consciente al mismo tiempo que usted es la persona que está haciendo todo esto” (p. 112).

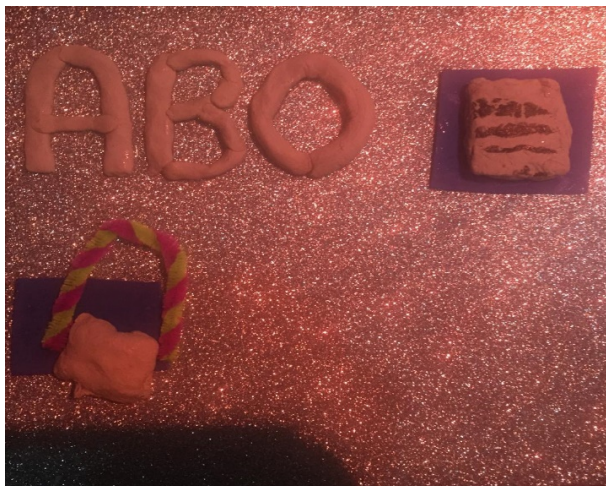


Figura 15. Título y maleta de abogada (2018)
Sesión 8



Figura 16. Título: Médico a corazón abierto (2018)
Sesión 8

Esa capacidad de determinar sus sueños y hablar de ellos es una de las manifestaciones del proceso del cuidado de sí, tal y como lo describe Foucault (2001):

El cuidado de sí o *souci de soi* se considera por lo tanto como el momento del primer despertar. Se sitúa exactamente en el momento en el que los ojos se abren, cuando uno sale del sueño, y en el cual se tiene acceso a la primera luz (p. 9).

V.2.3 Cierre: Proyección a futuro

- **Sesión 9. La Creación: ¿Quién decido ser?**

- Cuidado de sí facilita la proyección a futuro. Reconocimiento de la importancia de la educación en sus planes o metas futuras

Es en la novena sesión en donde por primera vez se toca el tema de la educación, específicamente si ésta tiene un papel importante en sus vidas, en sus sueños y/o metas. Se busca crear un diálogo interno el cual fue sistematizado en imágenes que representan el proceso necesario que hace culminar el deseo expuesto en la sesión anterior de llegar a ser profesionales. Hubo mucha resistencia al principio, les costó iniciar ya que no sabían qué hacer. Manifestaban temores tales como “no puedo dibujar, no sé qué dibujar”.

Se les brindó bastante guía, ayudándolos a visualizar sus sueños y los pasos a seguir para poder realizarlos. También operacionalizando las palabras o expresiones que utilizan de una manera automática sin entender bien lo que implica. Por ejemplo una estudiante manifestó: “puedo cumplir mis sueños esforzándome”. La facilitadora los ayuda entonces a entender la implicación de sus mismas frases devolviéndoles la pregunta: ¿qué quiere decir esforzándome? Dibujen ese esfuerzo.

Las resistencias en este proceso de proyectarse a futuro se podrían atribuir a lo que Vilma Contreras en su entrevista llamó la “mentalidad fragmentada”, esa incapacidad de visualizarse a futuro ya que en situaciones de pobreza extrema se aprende a vivir de “la inmediatez, un término que se usa mucho cuando se trabaja con pobreza porque viven del hoy, porque no saben si hoy llegará mi papá o no llegará, o llegará tomando alcohol o no, o le pegara a mi mamá o con drogas, eso le llamamos nosotros que tienen la realidad fragmentada, no hay un todo. Ese todo lo tienen fragmentado, no hay coherencia, entonces viven de lo que se puede hacer hoy porque mañana no sé”.

A pesar de que al principio hubo cierta resistencia, los estudiantes se enfocaron en el proceso educativo que debían seguir para llegar a ser profesionales. Todos escogieron una profesión que requería de estudios universitarios y uno manifestó su deseo de ser futbolista. Casi todos los dibujos se enfocan en ese proceso educativo, escuela, colegio, título del colegio y luego universidad. Una estudiante incluso escribió los años en los títulos de graduación de sexto grado, secundaria y de la universidad, proyectándose de esta manera a futuro con fechas específicas. Es relevante esa manera tan específica de organizarse y visualizarse a futuro, además que quién lo hizo fue la misma estudiante que solicitó ayuda en la sesión 5 (la del dibujo de la reina interna rodeada de circunstancias adversas)

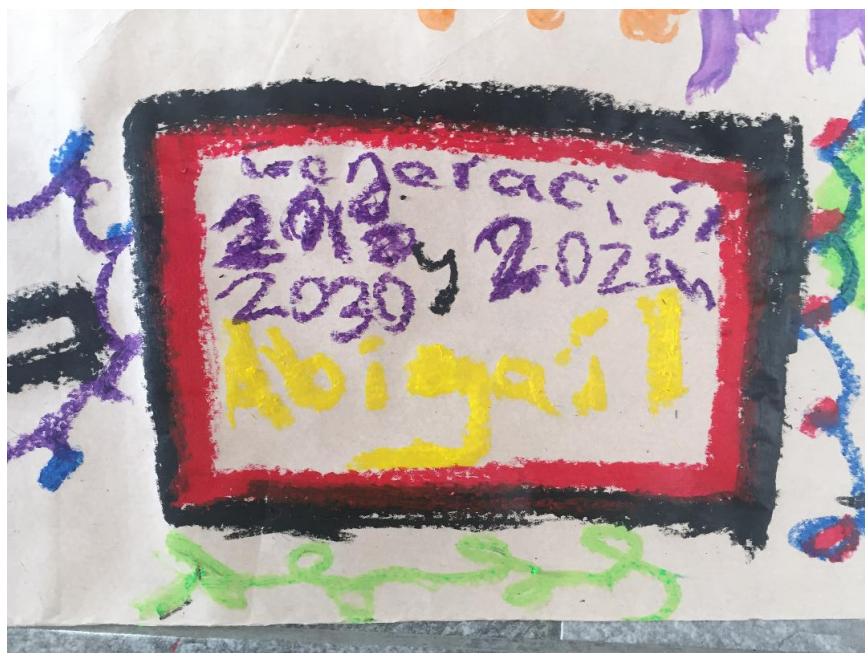


Figura 17. Generaciones de graduaciones: 2018, 2024, 2030 (2018)
Trabajo grupal. Sesión 9

En esta sesión los estudiantes experimentan la posibilidad de construirse, modificarse a partir de la organización de sus futuros y sus vidas, soñando y planeando, como lo establece

Foucault (1984) “debemos constituirnos, fabricarnos, ordenarnos como una obra de arte” (parr. 45). En un acto de mucha solidaridad uno de los compañeros escribió doctora, pensando en el sueño que tiene la compañera que tuvo que trasladarse de institución.

- Reconocimiento de beneficios del taller a nivel emocional

En esta sesión se elaboró un cierre verbal con los y las estudiantes sobre el taller. Se les planteó las siguientes preguntas: ¿Aprendieron algo con este taller?, ¿Les gustó? ¿Lo recomendarían a otros estudiantes?

Todos manifestaron que sí les gustó el taller y que sí lo consideran importante. Todas las afirmaciones que hicieron sobre el taller se relacionan con beneficios a nivel emocional, relacionadas con las emociones, una mayor aceptación de sí mismos, aumento en la confianza personal y la ayuda del arte en la expresión de los sentimientos.

Al preguntarles si lo recomendarían a otros estudiantes, manifestaron que sí y tomaron ejemplos de personas cercanas que consideraron podrían beneficiarse de este proyecto, específicamente familiares con diversos problemas.



Figura 18. Trabajo grupal (2018)
Estudiantes sexto grado José Angel Vieto Rangel. Sesión 9

- **Sesión 10. Certificado: “Aprendiendo el Arte del Cuidado de Sí”**

En esta última sesión se convocó a los padres con el objetivo de motivar a los estudiantes a seguir el proceso de cuidado de sí dirigiendo la atención hacia sus emociones, sentimientos y pensamientos y también darles a conocer el proyecto para que se conviertan en los principales aliados de los sueños y metas de sus hijos.

Se explicó en términos generales el proyecto y se ilustró con dos de los trabajos grupales pegados en las paredes para que los padres pudieran observar la creatividad de sus hijos y leer sus mensajes escritos. Específicamente el último trabajo en donde ellos y ellas expresaban sus sueños y sus metas y el proceso por el cual tienen que pasar para llegar a ellos. Para los padres entender este proceso es importante ya que los ayuda a visualizar las expectativas que tienen sus hijos y sus hijas en relación a su futuro, especialmente las metas a nivel educativo. En su mayoría estos sueños tienen que ver con el llegar a ser profesionales.

Como actividad central se realizó una entrega de diplomas por la participación en el taller.



Figura 19. Diploma de Montserrat quien no asistió a la entrega Sesión 10



Figura 20. Foto grupal “un espacio vacío” Sesión 10

En esta foto se percibe un espacio vacío, el cual la facilitadora percibió hasta que observó la foto. Este espacio puede reconocerse como el vacío de la ausencia de la compañera que se ausentó las últimas sesiones por un traslado de institución por motivos familiares y que sus compañeros y compañeras tuvieron presente hasta en el último momento.

- Reconocimiento de los padres de los beneficios del taller

Uno de los padres de familia definió el taller, según lo que habían hablado y observado con su hija, como un “espacio diferente” que la motivaba a hacer cosas distintas y a desarrollar su creatividad. Otra madre dijo que sentía que la autoestima de su hijo había mejorado con el proyecto.

V.3 Validación guía

La validación de la guía “Aprendiendo el Arte del Cuidado de sí” fue realizada por dos de las especialistas que participaron en la fase de evaluación diagnóstica, la Licenciada Cristina Rivera directora de la Fundación Curridabat y la Doctora Vilma Contreras, pedagoga y escritora. Ambas completaron el instrumento de validación elaborado en base al Instrumento para la evaluación de guías de Práctica Clínica (Agree II) el cual examina el tema de variabilidad en la calidad de las guías.

Los resultados de la validación son expuestos en el siguiente cuadro.

Medidas simétricas

	Valor	Error estandarizado asintótico ^a	T aproximada ^b	Significación aproximada
Medida de acuerdo Kappa	.678	.148	3.705	.000
N de casos válidos	23			

a. No se presupone la hipótesis nula

b. Utilización del error estándar asintótico que presupone la hipótesis nula.

El coeficiente Kappa es la estadística más común para medir la concordancia entre los observadores en un estudio. El nivel de significancia es menor a 0.05, lo que lo hace significativo

y el valor de Kappa 0.678, corresponde a un "acuerdo sustancial" o "acuerdo adecuado" (Viera y Garret, 2005).

Esto refleja que existe un acuerdo sustancial y adecuado entre ambas validadoras en relación al rigor metodológico y la transparencia con el cual se elaboró la guía de acuerdo a los 23 ítems organizados para validar los siguientes dominios; alcances y objetivos, participación de los implicados, rigor en la elaboración, claridad de la presentación, aplicabilidad y calidad de la impresión.

V.4 Informe capacitación facilitadores Fundación Curridabat

Se realizó una capacitación a cuatro miembros de la fundación Curridabat, quienes fungirán como responsables de replicar el proyecto en otras instituciones. Esta capacitación se elaboró en tres sesiones con un promedio de duración de dos horas por sesión. Los objetivos consistieron en informar y explicar los conceptos teóricos y prácticos principales del proyecto del cuidado de sí, mediante el arte y la psicología, e interesar y entusiasmar a los participantes de la capacitación en el proyecto a través de la vivencia de una experiencia en la utilización del arte como herramienta para el autoconocimiento, la concentración y la relajación.

Se evidenció la importancia de que los mismos facilitadores tuvieran una experiencia con el método que se iba a utilizar, ya que en un inicio sintieron cierta resistencia por tratarse de un proyecto de arte y la creencia errónea que hay alrededor de esta práctica de tener que ser talentoso para poder involucrarse en una creación artística. Por lo tanto en cada sesión elaboraron y reprodujeron la técnica e hicieron sus propias creaciones.. A continuación algunos de sus trabajos.



Figura 21. Creaciones de facilitadores

Tanto el sólido transfondo teórico del proyecto como la vivencia del método fueron factores determinantes en la motivación y entusiasmo de los facilitadores en la inmersión en el proyecto. Se adjunta carta de la directora de la Fundación Curridabat confirmando el cumplimiento de los objetivos en dicha capacitación (Anexo 10)

VI. Entrecruzamiento entre las entrevistas especialistas, análisis de bitácoras y referencias teóricas

El planteamiento de los especialistas en las entrevistas, la respuesta positiva de los y las estudiantes ante el taller, la demanda de la institución por repetir el taller con los estudiantes de sexto grado que no fueron incluidos en el primer taller y el reconocimiento de los padres de los beneficios observados en sus hijos e hijas confirma el planteamiento de este proyecto que una mirada hacia la subjetividad de los y las estudiantes con un enfoque creativo pueden ser de gran ayuda para las dificultades que enfrentan los y las adolescentes, siendo la deserción escolar el de mayor importancia para este proyecto.

La demanda de incluir a los jóvenes que no estaban en riesgo de deserción confirma el planteamiento de los especialistas de la importancia de incluir actividades interactivas y vivenciales en las cuales los y las jóvenes puedan participar activamente. Espacios lúdicos, libres de prejuicios, en donde las y los facilitadores tengan una actitud horizontal que genere confianza y permita la libertad necesaria para hablar de sí mismos y de sus miedos sin ser cuestionados, los ayudan en el proceso de reconocimiento de sí mismos.

Los especialistas consideran que el cuidado de sí puede impulsar la reflexión sobre las destrezas de los y las estudiantes y facilitar las decisiones en relación a su futuro académico, técnico o profesional. Desde las resistencias, falta de confianza y falta del concepto de sí mismo mostradas en un inicio del taller por los y las estudiantes en donde se mostró que hay una tendencia a definirse en función del otro, se evidencia por lo tanto la necesidad de incluir prácticas en los centros de estudio que ayuden a promover la confianza y la seguridad en los y las adolescentes. Estos hallazgos confirman el planteamiento de Foucault de la importancia de conocerse a sí mismo para tomar las mejores decisiones y construir sus vidas desde una posición más consciente de las propias necesidades. “El cuidado de sí o *souci de soi* designa una cierta cantidad de acciones que uno ejerce

sobre sí mismo, por las cuales uno se responsabiliza de sí, se modifica, se purifica, se transforma y se transfigura” (Foucault, 2001, p. 12).

El cuidado de sí sirve como apoyo en el manejo apropiado en situaciones de estrés ya que estos y estas estudiantes se enfrentan cotidianamente a situaciones difíciles que generan angustia. Lo impensado expresado por los y las adolescentes durante el taller en formas de contradicciones o paradojas, como la luz y la sombra o a través de la externalización de temibles fantasías como una forma de explorar su realidad. Se confirma unos de los principios teóricos en los que se basa este proyecto que plantea que al trabajar los bloqueos y síntomas se debe de trabajar a través del principio de fantasía siendo el arte como un juego que permite una mediación entre el fantaseo y la realidad cotidiana. Es a través de la expresión de estas emociones que se facilita un diálogo interno que puede llevar a bordear la angustia. Tal como lo establece Freud: “Cada niño que juega se comporta como un poeta, en la medida en que él crea un mundo propio, o, para decirlo más exactamente, él arregla las cosas de su mundo siguiendo un orden nuevo, a su convivencia”. (Freud, 1908, p. 127).

El enfoque emocional como iniciativa ante la deserción escolar es planteado por los y las especialistas como una forma de afrontar esta problemática considerada un fenómeno multifactorial. Factores exógenos como endógenos tales como el entorno social, la comunidad, las tensiones y problemas en la familia, pobreza extrema, adicciones, las comunidades transitorias y migrantes, aspectos culturales en relación a la educación, problemas de aprendizaje, y abusos son las causas de la deserción escolar planteadas por los y las especialistas. Todas estas aspectos tienen un impacto emocional en los y las estudiantes, la escuela y/o colegio se convierten por lo tanto en un escenario en donde se actúa lo que pesa en otros lugares. Surgen otras categorías en torno a la deserción escolar en este proyecto determinadas desde la perspectiva de los y las estudiantes. Estas categorías más que todo emocionales son: abordar la angustia, las emociones abrumadoras y

difíciles de digerir, situaciones inconclusas como por ejemplo duelos no resueltos, el silencio de un presunto abuso y contradicciones en ellos y ellas mismas.

El arte fue el medio que permitió un pasaje a la verdad al confrontarse los y las estudiantes con sus creaciones artísticas, las cuales funcionaron como un espejo de sí mismos. Verdades que brotaron después de la realización de sus obras como la planteada por la estudiante “mi vida es muy triste profesora” o “¿si a uno le pasa algo que lo ha marcado, lo puede llegar a olvidar?” fueron formas de conocimiento de sí mismas que generaron ideas hacia la transformación. “La verdad es lo que ilumina al sujeto, lo que le proporciona la tranquilidad del espíritu”. (Foucault, 1987, p. 39).

La espiritualidad es un acceso singular a la verdad y diversos modos de acceder a la veridicción. Esta tranquilidad fue la misma que les permitió escribir en sus obras “sigue tu camino”, “Actitud”, “No te detengas”. Por lo tanto la deserción escolar implica un bloqueo, situación que evitan los estudiantes después de enfrentarse a sus creaciones artísticas, en donde se motivan a continuar con mensajes positivos y alentadores, a seguir a pesar de las dificultades de la vida. La deserción funciona por lo tanto más que un problema escolar como una interrupción o un obstáculo en el camino, o una imposibilidad para construir una frontera permeable entre la realidad vivida y el interior de la institución educativa. Por ejemplo si la hermana no logra ver que su hermana menor había representado el duelo de su madre por el hijo muerto y el de ella y su hermana por su hermanito no nato, probablemente no se habría abierto un espacio para que esto fuera tramitado en la institución y en la familia. En este sentido el taller funcionó como un constructor de esa membrana con poros que permiten la fluctuación entre un ir y venir, entre la comunidad, la familia, la institución y la subjetividad. Es importante notar que la facilitadora por ella misma no tenía la posibilidad de contextualizar la frase escrita en el mandala, hasta que fue expuesto en la institución ante los padres. No se trata de dejar este espacio solamente o a los maestros, sino de crear dispositivos que hagan posible su lectura y transformación.

La necesidad constante de automotivación que representaron los y las estudiantes refleja la importancia también de redes de apoyo que brinden un acompañamiento según las necesidades y motiven a los y las jóvenes a “seguir su camino” como fue planteado por ellos mismos en el taller. Esta motivación debe ser genuina y producida desde la comprensión y la verdad de cada quien, en donde puedan comprender sus contradicciones internas sin la necesidad de patologizarse. La demanda explícita de una estudiante por ayuda para sobrellevar eventos traumáticos y el sentirse sola sin saber a quién recurrir, refleja la necesidad en las escuelas y colegios en donde los y las estudiantes tengan la posibilidad de ser escuchados y tomados en cuenta. Así como también encuentren nuevas palabras para nombrar su experiencia y no se remitan a categorías negativas para nombrar *su pathos* (la psicópata, la cordura, la locura). Un estudio del Hospital Nacional de Niños (HNN) publicado el 26 de setiembre por la Nación (Rodríguez, 2018), señaló que el 15% de los colegiales costarricenses tuvieron deseos de morirse en los últimos 30 días y uno de cada 10 planeó cómo acabar con su vida.

De acuerdo a los especialistas un enfoque desde el cuidado de sí puede promover el desarrollo humano, incentivando actitudes de una mejor convivencia entre los adolescentes con una mayor comprensión del sí mismo y de los demás. Esa actitud de convivencia entre los estudiantes se reflejó en la sexta sesión en la cual realizaron la elaboración de un mandala grupal, sesión que reveló primero las dificultades para realizar un trabajo común y luego la comunicación para articular un trabajo en conjunto. También por la solidaridad mostrada entre los estudiantes con la compañera que tuvo que trasladarse de institución y por el espacio vacío en la foto de la última sesión en reconocimiento del lugar que ocupó en el grupo. Esto confirma el planteamiento de Foucault en relación al cuidado de sí como forma de preparación a la vida, ya que al ocuparse de uno mismo se desarrolla la capacidad para ocuparse de los demás. “El cuidado de uno mismo por tanto, precisa la presencia, la inserción, la intervención del otro” (Foucault, 1987, p. 61).

Los facilitadores de la Fundación Curridabat confirman la importancia de involucrarse en proyectos en el trabajo con estudiantes con enfoques teóricos sólidos y actividades planeadas y estructuradas en base a la teoría, que les permita un mayor conocimiento en la interacción con los y las jóvenes. La guía de taller elaborada y validada por las especialistas, es un acercamiento a la problemática de la deserción escolar con orden y estructura, ya que incluye una descripción específica de sus objetivos, actividades y juegos además de estar ilustrada con ejemplos de los trabajos que se buscan y con citas bibliográficas que permiten un entendimiento del enfoque teórico.

Se refleja en los trabajos de los estudiantes una actitud de lucha, de fortaleza y de automotivación constante, lo que confirma la base teórica de la práctica del cuidado de sí, actitud definida por Foucault (1982) como un “combate permanente” (no una guerra) en donde se le entrega al individuo las armas y la valentía suficiente para luchar toda la vida. Se cierra por lo tanto el taller, con el logro de haber contribuido con una pincelada al introducir el interés en los estudiantes por esta práctica. Tal como lo plantea Foucault (2001)

el cuidado de sí o *souci de soi* es un tipo de aguijón que debe clavarse allí, en la carne de los hombres, que debe de ser fijada en su existencia y que es un principio de alteración, un principio de movimiento, un principio de inquietud permanente durante el transcurso de su existencia. (p. 9)

Tal fue el caso de la niña que su padre relata que en su casa observó una actitud creativa de la niña. Necesidad de ofrecer espacios para que los jóvenes puedan manifestar y expresar lo Impensado, todo aquello que es de difícil acceso de una manera consciente y que puede estar afectando diferentes aspectos de sí mismos y de sus vidas como por ejemplo; la percepción de sí mismos, su rendimiento académico, la interacción con los otros y/o el sentimiento de pertenencia en las instituciones educativas. Foucault (1982) considera que desde un contexto social en donde

predomina la prohibición, el acceso a lo verdadero, tanto de las acciones como de los afectos, sentimientos y deseos, debería ser considerado una obligación. “Esta obligación empuja al sujeto a buscar en sí mismo lo que se puede esconder y que puede ser disfrazado bajo formas ilusorias” (Foucault, 1982, p. 27). Por lo tanto sí estamos hablando de menores de edad, esta obligación de poder observar y entender su verdad se convierte en un derecho que no se le está ofreciendo a los niños y niñas. Mientras estén funcionando desde estas “formas ilusorias” tanto el control de sus vidas como su educación se vuelven vulnerables.

VII. Conclusiones

Este proyecto abordó la problemática de la deserción escolar desde la subjetividad de los y las adolescentes al proporcionarles una voz a través del arte. Esto se pudo dar a partir de un proceso en el cual en un inicio se crearon las condiciones para propiciar el proceso creativo del cuidado de sí, para luego permitir la comprensión de las modalidades de posibles motivos alrededor de los que viven día a día los y las estudiantes que pueden llegar a desencadenar una deserción escolar. Se finalizó con un cierre que les permitió evaluar el impacto de la educación escolar en sus vidas.

Los principios esenciales que facilitaron un proceso creativo para el cuidado de sí, se establecieron en las primeras dos sesiones. Estas condiciones se fueron construyendo al ritmo de las necesidades de los y las estudiantes, buscando un equilibrio entre la ansiedad de iniciar algo nuevo y la seguridad para involucrarse en las actividades creativas propuestas por el taller. La confianza fue un principio que marcó su primera expresión de subjetividad a través de la firma, cambiando la mirada hacia sí mismo y dejando de lado la práctica social de definirse en función del otro y los otros .

La libertad de poder expresarse en ambientes espontáneos, libres de estructuras y límites, incentivó la imaginación y la creatividad en los y las estudiantes y les permitió el reconocimiento de miedos, la posibilidad de hablar de sí mismos y de observarse en sus creaciones artísticas. Una actitud horizontal por parte de la facilitadora creó un ambiente de complicidad y rapport con los y las estudiantes, confirmando los acuerdos del contrato inicial y fue primordial para que los y las adolescentes se expresaran libremente. La particularidad de estos principios de libertad, seguridad, confianza y autonomía en propiciar el proceso creativo estuvo en la vivencia y en la experiencia de los mismos por los estudiantes en las primeras sesiones.

Las modalidades que consolidaron un espacio de autoexpresión se dieron a partir de la tercera sesión en donde los y las estudiantes empezaron a identificar y expresar aspectos de sí

mismos al permitir la manifestación del inconsciente estético como un ejercicio de reflexividad que sirvió además para evaluar el papel de la educación en sus planes y metas de vida y de esta manera prevenir la deserción escolar. Representaciones del inconsciente estético surgieron por el acceso a pensamientos confusos o lo impensado y permitieron entender la realidad que viven los y las niñas en riesgo de deserción escolar desde su propia voz.

Este proyecto aporta nuevas categorías desde la perspectiva de los y las estudiantes en la problemática de la deserción escolar, las cuales son importantes de abordar desde el campo de la psicología. Como causantes de la deserción se ha hablado hasta el momento de situaciones de pobreza extrema, violencia, drogadicción, poco apoyo familiar y dificultades académicas entre las más nombradas. Sin embargo, desde la vivencia de los y las estudiantes las modalidades alrededor de la deserción escolar se dieron en torno a la angustia, la dificultad de afrontar emociones que abruman, duelos no resueltos, presuntos abusos que se silencian y la vivencia de contradicciones en sus vidas que generan ansiedad como tristeza-alegría, enojo-satisfacción, luz-sombra y locura-cordura. La reacción de los estudiantes frente a estas figuraciones de sí mismos más que generar una actitud frágil o de asombro o drama, fueron actitudes de fortaleza y de motivación para seguir en el camino de la realización de sus sueños. Por lo tanto se puede concluir que el cuidado de sí generó un conocimiento de sí o consciencia que le permitió a los y las estudiantes enfrentar aspectos de sí mismos y a partir de este reconocimiento adquirir actitudes para transformarse y reconstruir su futuro en base a sus sueños.

Un aspecto importante fue la escucha analítica y el análisis de sus producciones desde nuevas categorías como lo son el cuidado de sí, el inconsciente estético (lo impensado) y la institución educativa. Los estudios encontrados fueron menos precisos desde la subjetivación propia de los y las estudiantes. Así por ejemplo, cuando el grupo que no fue seleccionado porque la maestra no consideró que tenían riesgo, solicitó llevar el taller, vemos una actitud de inclusión y

o de-exclusión, que si bien no fue parte del proyecto demuestra que tienen otras herramientas para incluirse muy distintas de la de los miembros de este taller. Por lo cual se recomienda realizar estudios comparativos para ver cómo difieren las estrategias de inclusión e inclusión en distintos grupos y sus aspectos subjetivos y culturales.

En este proyecto el arte funcionó como mediador entre la psicología de los y las estudiantes al darles una voz a través de un ejercicio que se dio desde una posición del placer. Las imágenes facilitaron el pasaje a lo verdadero, funcionando éstas como una forma de espejo de las realidades de los y las estudiantes y como vía de acceso y de expresión de lo impensado y de su verdad. Es muy importante que en otros estudios también se compare el papel del facilitador desde las diferentes escuchas del facilitador del taller, pues podrían variar según dicha escucha. Este proyecto también muestra que es posible una coordinación interdisciplinar en este campo.

Este proyecto muestra la actualidad de la discusión en Costa Rica y América Latina acerca de si el término “deserción escolar” acentúa más la problemática en el sujeto, dejando invisibilizado el problema de la expulsión escolar que acentúa más la responsabilidad en el aspecto social y en la institución educativa. El riesgo tiende a ser relacional, junto a otros y con otros. En el caso de este proyecto no se encontró disonancia con sus familias, ya que todas apoyaron el proceso y la mayoría se presentaron a la sesión de cierre a la cual fueron invitados y mostraron estar enterados del proceso de participación de sus hijos e hijas.

VIII. Recomendaciones

La voz de estos y estas estudiantes determinaron que la deserción es un bloqueo, un alto en el camino, que tiene que ver más con el cuidado de sí y en donde la escuela o colegio se convierte en un escenario en donde se actúa lo incomprensible, lo confuso. Se recomienda por lo tanto en relación a las políticas de prevención escolar permitir espacios de generación de conocimiento del sí mismo y por lo tanto de transformación a partir del enfoque en políticas del cuidado de sí en los cuales los y las estudiantes puedan entender, representar, expresar y manipular lo que sienten y es difícil de verbalizar en una sesión en la que no haya un ejercicio por el cual se acceda al inconsciente, en este caso el estético.

Se recomienda aplicar este taller con estudiantes en riesgo de deserción escolar ya que se mostró que cuando un niño o niña logra acercarse al sí mismo con libertad de expresión y atravesando lo impensado, encuentra elementos de contención y recursos que permiten soportar la adversidad. Se recomienda su reproducción en sesiones grupales por la solidaridad que se manifestó entre ellos por compartir características similares y por el trabajo de resonancia terapéutica al funcionar los trabajos de los demás como un espejo colectivo de las necesidades y de las vulnerabilidades de cada uno y de todos los miembros del grupo.

Como se anotó anteriormente no se encontró disonancia entre los y las estudiantes y sus familias por el apoyo que éstas mostraron ante el proyecto, sin embargo se recomienda estudios en más detalle de estilos de crianza, metas de socialización, teorías y concepciones de prácticas de crianza con el fin de contrastar lo que la escuela y la familia proponen.

Este proyecto es el resultado de una sólida propuesta teórica con su evaluación, trabajo de campo y posterior análisis que plantea una iniciativa en relación al enfoque del cuidado de sí y la prevención en la deserción escolar que puede ser fácilmente reproducible en las instituciones educativas. Incluye una guía validada con todas las actividades y objetivos de cada una de las diez

sesiones del taller alrededor de la teoría del cuidado de sí y el arte como mediador en la prevención de la deserción escolar que a partir de una capacitación por parte de la facilitadora en los conceptos claves y en la metodología, puede ser utilizada por las instituciones educativas en los años que preceden a los de mayor deserción escolar (sexto/séptimo, noveno/décimo). Al ser un instrumento validado con una institución y por especialistas se recomienda, extenderlo a otras instituciones educativas para que pueda ser utilizado de una manera más amplia, siempre teniendo en cuenta esta relación psicología y arte, desde el cuidado de sí y las categorías analíticas y psicoanalíticas que se han utilizado. Se recomienda enfáticamente por lo tanto la capacitación a los facilitadores que vayan a reproducir dicho taller. Se recomienda en las escuelas no sólo potenciar el aprendizaje racional-cognitivo de contenidos y conceptos sino crear espacios que potencien la imaginación y que permitan fantasear la realidad para construirla tal como el niño la concibe. Este proyecto demostró que el arte es una vía fructífera para este fin a pesar de los tabúes y resistencias que se muestran al abrir los espacios de creatividad. Al trabajar con estos talleres debe de haber un acuerdo previo institucional en el cual ésta se comprometa a crear o activar los dispositivos y protocolos para la atención y tramitación de los presuntos indicadores de violencia, abuso y otras problemáticas que puedan surgir en el taller.

Respecto a los antecedentes de la Escuela de Psicología: Saludarte-escucharte (2000-2012), Fundamentos (2007-actualidad), llevados a cabo por profesoras de la escuela Ginnette Barrantes, Yanina Sánchez y Laura Chacón respectivamente, estos proyectos han aportado un producto a la institución y una capacitación para su utilización, un análisis del transcurso de su aplicación y los elementos escuchados y representados por los propios niños y la inclusión de sus padres en un ámbito educativo. Es importante deslindar las convergencias y puntos de distinción entre ellos para que la Escuela de Psicología visualice una trayectoria muy valiosa en este recorrido que se inició en el año 2000. En este sentido se ha avanzado por un camino y los logros no se han recopilado.

IX. Referencias bibliográficas

- Allouch, J. (2007). *La psychanalyse est-elle un exercice spirituel? Réponse à Michel Foucault [¿Es el psicoanálisis un ejercicio espiritual? Respuesta a Michel Foucault]*. París: EPEL.
- Barrantes, G. (2008). La verdad, ese objeto extraño. La parresía y la función de la palabra en la experiencia analítica. *Página Literal*, 8-9, 56-67.
- Berkovits, S. (2005). *Guided imagery with children. Successful Techniques to Improve School Performance and Self- Esteem [Imaginación guiada con niños. Técnicas exitosas para mejorar el rendimiento académico y la auto-estima]*. Minnesota: Whole Persons Associates.
- Brenes, L., & Lobo, M. (2009). *Autoexpresión desde la Arteterapia: Un estudio exploratorio con un grupo de ocho adolescentes de la comunidad de Pueblo Nuevo de Pavas* (Tesis de licenciatura en Psicología). Universidad de Costa Rica, San José, Costa Rica.
- Brooke, T. (2008). *The Creative Therapies and Eating disorders [Las terapias creativas y los trastornos alimenticios]* (2da. ed.). Illinois: Charles Thomas Publisher LTD.
- Cerdas, D. (noviembre, 2017). Deserción bajo en primeros años de colegio y subió en los últimos. *La Nación*, p.13 A.
- Foucault, M. (1982). *Dire vrai sur soi même [Diciendo la verdad sobre ti]*. Conférences prononcées à l'Université Victoria de Toronto (H. P. Fruchaud & D. Lorenzini Eds.). París: Vrin.
- Foucault, M. (2001). *L'herméneutique du sujet [La hermenéutica del sujeto]* (Curso del Collège de France 1981-1982). París: Seuil/Gallimard.
- Freud, S. (1908 [1907]). *El creador literario y el fantaseo en Obras completas. Ordenamiento, comentarios y notas de James Strachey con la colaboración de Anna Freud, asistidos por*

Alix Strachey y Alan Tyson. Traducción directa del alemán de José L. Etcheverry. Buenos Aires, Argentina: Amorrortu Editores. 1978

Guardado, Y. y Hernández, K. (2010). *El Plan Estratégico Operativo en Educación y las principales acciones enfocadas para la permanencia y éxito escolar de los y las adolescentes, de centros educativos públicos de secundaria* (Tesis de Licenciatura en Trabajo Social). Universidad de Costa Rica, San José, Costa Rica.

Ganim, B. (1999). *Art and Healing. Using expressive art to heal your body, Mind and Spirit [Arte y sanación. Usando el arte expresivo para sanar su cuerpo, mente y espíritu]*. New York: Three Rivers Press.

Greene, S., & Hogan, D. (2005). *Researching children's experience. Approaches and Methods [La experiencia en la investigación con niños. Enfoques y métodos]*. London: Sage Publications.

Iqbal, R., James, A., & Gatward, R. (2005). Designing with ethnography: An integrative approach to CSCW design [Diseño con etnografía: Un enfoque integrador para el diseño CSCW]. *Advanced Engineering Informatics*, 19, 81-92.

Malchiodi, C. (2007). *The Art Therapy Sourcebook [El libro de consulta del arteterapia]*. New York: McGraw-Hill.

Nosovsky, G. (2008). *Tratado de Terapia de Arte*. D.F., México.

Rancière, J. (2001). *L'inconscient esthétique [El inconsciente estético]*. París: Éditions Galilée.

Rebel, J. (2009). *Diccionario Foucault*. Buenos Aires: Nueva visión.

Rhyne, J. (2001). The gestalt approach to experience, art, and art therapy [El enfoque gestáltico de la experiencia, el arte y la terapia artística]. *American Journal of Art Therapy*, 40(1), 109-120.

- Rodriguez, I. (setiembre, 2018). La mitad de los trastornos mentales empiezan a manifestarse antes de los 14 años. *La Nación*
- Rubin, J. (2005). *Child Art Therapy [Arteterapia para niños]*. New Jersey: John Wiley & Sons.
- This, C. (1999). *De l'art et de la psychanalyse Freud et Lacan [Del Arte y del psicoanálisis Freud y Lacan]*. París: École nationale des beaux arts.
- Viera, A., & Garrett, M. (2005). Understanding interobserver agreement: The Kappa statistic [Entendiendo el acuerdo interobservador: La estadística Kappa]. *Family Medicine*, 37(5), 360-363.
- Viquez, M. (2011). *Autoexpresión desde arteterapia. Fortalecimiento de habilidades sociales en la convivencia diaria en un grupo de mujeres adolescentes del Centro Nacional de Atención Integral en Drogas para personas menores de edad del IAFA* (Práctica dirigida de licenciatura en Psicología). Universidad de Costa Rica, San José, Costa Rica.
- Zinker, J. (2006). *La Gestalt-thérapie, un processus créatif [La terapia Gestalt, un proceso creativo]* (2da. ed.). Paris: Dunod.

Referencias electrónicas

- Casadiego, G., & Casadiego, F. A. (2014). *Diseño de estrategias de retención para disminuir la deserción escolar de estudiantes del grado sexto del instituto politécnico de Bucaramanga* (Tesis de maestría en educación). Universidad del Tolima, Ibagué, Colombia. Recuperado de <http://repository.ut.edu.co/handle/001/1154>
- Casanova, A. (2014). Arteterapia: A arte como instrumento no trabalho do psicólogo [Arteterapia: El arte como instrumento en el trabajo del psicólogo]. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 34(1), 142-157. Recuperado de: <https://dx.doi.org/10.1590/S1414-98932014000100011>

- Cerdas, D. (abril, 2018). Entrevista. Edgar Mira, Nuevo ministro del MEP: “Yo no soy maestro pero sé aprender”. *La Nación*. Tomado de: <https://lanacion.com>
- Coholic, D. A., & Eys, M. (2016). Benefits of an arts-based mindfulness group intervention for vulnerable children [Beneficios de una intervención grupal basada en las artes para niños vulnerables]. *Child & Adolescent Social Work Journal*, 33(1), 1-13. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.1007/s10560-015-0431-3>
- Consortio AGREE. (2009). *Instrumento AGREE II*. Recuperado de <http://www.guiasalud.es>
- Dreyfus, H., & Rabinow, P. (junio, 1984). Entrevista. Michel Foucault “El sexo es aburrido” Las declaraciones del filósofo constituyen una especie de introducción a su “Historia de la sexualidad”. *El país*. Recuperado de: <https://el país.com>
- Duranczyk, D. (2015). Using art therapy to nurture resiliency in teens [Uso de la arte terapia para fomentar la resiliencia en adolescentes]. *Reclaiming Children and Youth*, 24(2), 21-23. Recuperado de <https://search-proquest-com.ezproxy.sibdi.ucr.ac.cr/docview/1705355214?accountid=28692>
- Foucault, M. (1987). *La hermenéutica del sujeto*. Recuperado de: <https://seminarioatap.files.wordpress.com/2013/02/foucault-michel-hermeneutica-del-sujeto.pdf>
- Gambis, M. (Agosto, 2015) Why making art is the new meditation? [¿Por qué hacer arte es la nueva meditación?]. *The Washington Post*. Recuperado de: <https://www.washingtonpost.com>
- Garcés, L. F., & Giraldo, C. (2013). El cuidado de sí y de los otros en Foucault, principio orientador para la construcción de una bioética del cuidado. *Discusiones Filosóficas*, 14(22), 187-201. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/difil/v14n22/v14n22a12.pdf>

- Kaimal, G., Ray, K., & Muniz, J. (2016). Reduction of cortisol levels and participants' responses following art making [Reducción de los niveles de cortisol y las respuestas de los participantes después de hacer arte]. *Art Therapy, 33*(2), 74-80. doi: 10.1080/07421656.2016.1166832
- Kim, S., Kim, G. Ki, J. (2014). Effects of group art therapy combined with breath meditation on the subjective well-being of depressed and anxious adolescents [Efectos de la arteterapia grupal combinada con la meditación de la respiración sobre el bienestar subjetivo de los adolescentes deprimidos y ansiosos]. *The Arts in Psychotherapy, 41*, 519-526. Recuperado de <https://pdfs.semanticscholar.org/a4a7/c715ef5903d5575ba05806daab5d0d100db6.pdf>
- Ministerio de Educación Pública (MEP). (2017). *Indicadores del sistema educativo costarricense*. Recuperado de: http://www.mep.go.cr/indicadores_edu/BOLETINES/indicadores.pdf
- Programa Estado de la Nación (PEN). (2017). *Informe estado de la nación 2017*. Recuperado de: <http://www.estadonacion.or.cr>
- Rahmani, M., Bahram, B. S., & Aghili, M. (2016). Integrating effect of art- and music -therapy on depression in adolescents [Efecto integrador de terapia del arte y la música sobre la depresión en adolescentes]. *Journal of Educational Sciences and Psychology, 6*(2), 78-87. Recuperado de http://jesp.upg-ploiesti.ro/index.php?option=com_phocadownload&view=file&id=469:integrating-effect-of-art-and-music-therapy-on-depression-in-adolescents&Itemid=16

X. ANEXOS

ANEXO 1

Entrevista Yanina Sánchez

(realizada el 28 de agosto de 2017)

Programa de Atención Integral en Salud, PAIS, acuerdo UCR- CCSS

El programa empezó en 2004 cuando la UCR firma convenio con la CCSS para administrar Los Ebais de Tres Ríos, San Juan San Diego, Concepción de Tres Ríos, Curridabat y San Pedro. Curridabat llega a tener 17 Ebais. Este programa se extendió hasta el 2014. Se contaba con un equipo básico de atención primaria y un equipo de apoyo que incluía un psicólogo, nutricionista, trabajo social, enfermería, administrador y un médico general.

Cuando se plantea que la población es de 6000 adscritos por una psicóloga, se propone una metodología de investigación acción participativa en donde se combinaron el dispositivo comunitario con la clínica desde el psicoanálisis. Se pensó en una metodología de enlace con las tres estructuras: Ebais-Académico y Comunidad.

La comunidad en esta zona es muy diversa y heterogénea. En Tirrases y Granadilla se ubica la mayor pobreza y hay mucha diversidad de personas de diferentes países, con un predominio de nicaragüenses. El sector medio es muy grande y también hay riqueza concentrada en el sector de Sanchez de Curridabat.

La Caja pidió liderar la investigación desde la policonsulta, concepto que puede ser prejuicioso. Se empieza a investigar a ver que había detrás de la policonsulta, ancianos mayores solitarios y mujeres solas con hijos con mucha responsabilidad, en donde tenían que combinar el rol doméstico y además ser proveedoras de lo económico. Estas mujeres somatizaban mucho y sufrían de depresiones.

Entonces se empezó a trabajar la policonsulta desde adentro, haciendo trabajo práctico con las mujeres y ancianos y también se propuso un estudio para mejorar la gestión de servicio. Se incluyeron los estudiantes de un módulo para empezar a organizar informes y expedientes (porque no había nada). Yanina manifiesta que se sale de los muros de la clínica y se va para la calle de la comunidad a empezar a conocer la gente. Surge entonces Saludarte como un programa de noche de 6 a 9pm, porque las mujeres de la comunidad expresan que esa es la hora a la que pueden asistir. Ese programa nocturno se hizo durante nueve años. Empieza a llegar gente de todas las edades, se daban encuentro hasta de 50 personas.

Saludarte parte de dos premisas

- 1) Toda persona tiene una capacidad creativa que a veces conoce o desconoce y que podría ponerse en relación a la promoción de la salud.
- 2) Todo sujeto tiene algo que decir sobre la salud y su salud.

Una de las razones para llamar el programa SaludArte fue que la convocación fue todo un arte. Se tomó en cuenta las necesidades de las personas de la comunidad y por esa razón se convocó en el horario nocturno.

Un evento que impactó mucho a las mujeres de la comunidad fue que a los meses de empezar el programa se murió una de las mujeres de cáncer de cervix. Se empezó a trabajar el enojo y el duelo colectivo. Se dieron cuenta de que dos razones influenciaban en la negativa de las mujeres a hacerse el papanicolao.

- 1) El miedo de las mujeres
- 2) Se percibe a los hombres como dueños del cuerpo de las mujeres y no les gustaba que un doctor fuera a tocarlas.

Se sistematiza todo lo que se ha encontrado y se hace una propuesta de salud, basado en hacer diálogo con la mujer, escuchar su temor, su preocupación, su dolor. Se capacita al personal

en estrategias de participación comunitaria, al principio sólo asistían y escuchaban para entender el dispositivo. El nombre que le pusieron surgió de la misma comunidad, “tertulias”, nombre muy diferente a los utilizados frecuentemente por la caja, quienes siempre usaban “charlas”

Con este temor del papanicolao, lo que había salido de las conversaciones se sistematizó porque esa es la palabra de ellos y el material lo convirtieron en un guion. Se creó el festival Saludarte que se hizo durante nueve años siempre al final del año.

Uno de los guiones se convirtió en una comedia que se llamó el PapaNicolas, fue muy lindo porque tenía una mezcla de lenguaje de la comunidad y de los profesionales.

El guion había que validarlo, la comunidad decía que había que tantearlo. Ahí surge otra metodología, una producción colectiva callejera, la gente iba puntuando. Fueron por todo el cantón con la obra en las calles, en los parques, en las escuelas. El día que llevaban la obra hacían agenda abierta, quiere decir que si se sensibilizaban y querían hacerse el papanicolao, podían hacérselo en cualquier ebais, cualquiera de los 17.

Muchas de las mujeres eran maestras, se hacían un ambiente especial para las otras mujeres. Hicieron varios talleres y actividades para mujeres, como el de aromaterapia o el de dibujo organizado conjuntamente con Bellas Artes. Se captaron muchas mujeres, hasta jóvenes y menores de edad. Lograron una gran cobertura del papanicolao en la participación de las mujeres, entre ellas mismas se apoyaban y se acompañaban.

Otro proyecto fue ESCUCHARTE que estaba relacionado con la clínica con niños. Escucharte es un dispositivo analítico. Fue un módulo de escucha analítica que hace diálogo con SALUDARTE. Ya no sólo el médico refería, sino que yo iba y buscaba a la gente. Una vez hubo un niño que llegó a pedir ayuda para su madre porque había perdido un bebé y su papá está muy ausente. El niño nos pidió “hay un campito para mí”, nombre que se quedó para el programa de los niños.

En el Módulo con Ginnette, empezamos a ver que había deserción escolar por pobreza extrema, padres analfabetos, profesores poco preparados y desmotivados, diferentes formas de violencia y un ambiente social de mucha amenaza. En la deserción se dan muchas variables. También encontramos mucha repitencia por dificultades de aprendizajes. Todo esto nos llevó a que Saludarte se metiera en alfabetización. Se les daba apoyo en lo educativo, apoyo psicológico, apoyo aprendiendo a jugar. Se daban muchos talleres de arcilla, se hacía modelado, títeres, literatura.

ANEXO 2

Entrevista Katty Grosser

(realizada el 18 de setiembre de 2017)

Explorar Fundamentos como antecedente ya que trabajan con arte, recreación, apoyo académico y escucha. Pueden recibir este apoyo siempre y cuando mantengan el requisito de no dejar los estudios

Factores que vulnerabilicen a los niños a dejar el colegio

- Baja escolaridad de los padres
- Institución educativa representa un lugar ajeno, sobre todo en el cambio de sexto a séptimo porque existen pocas instituciones que incluyen tanto la primaria y la secundaria
- Niños con dificultades de aprendizaje, deficiencias cognitivas
- Niños con dificultades para relacionarse: muy ensimismados
- Problemas psicosociales (aunque este tema es un cliché ya que muchos niños salen del colegio a pesar de las dificultades en el ambiente en el que se desenvuelven)

Por ser séptimo un año en el cual hay una alta deserción es importante fortalecer la transición de sexto a séptimo, ya que es un año difícil porque se enfrentan a cosas nuevas (el colegio, la adolescencia)

Lo ideal sería que las maestras de un proceso de acompañamiento en sexto grado y se identifiquen los estudiantes con mayor riesgo para que después la Fundación les de seguimiento en séptimo.

El MEP ha desarrollado una estrategia para evitar la exclusión que se llama “yo me apunto” en donde apoyan a estudiantes en mayor riesgo con becas, apoyo en el comedor.

En la página web del ministerio se encuentran los informes de PROEDUCA que incluyen las estrategias para prevenir la exclusión

ANEXO 3

Guía entrevista especialistas

Breve explicación del proyecto

Este proyecto consiste en una propuesta de talleres de Arte y Psicología como un modelo para fortalecer los factores protectores que minimicen una posible deserción escolar. Se busca propiciar un proceso creativo de cuidado de sí, desde el cual las y los participantes puedan reconocer sus potencialidades de autorreflexión y autotransformación.

Concepto del cuidado de sí

Concepto planteado por el filósofo Michel Foucault en la década de los 80's (retomado de la tradición platónica) y parte de que los sujetos al relacionarse consigo mismo hacen posible la relación con los otros; tiene que ver con el autoconocimiento, la responsabilidad de sí mismo y las técnicas que permiten la construcción de la propia subjetividad. También incluye la manera de comportarse con los demás.

- 1) ¿Considera usted que el concepto de cuidado de sí, como un conocimiento de sí mismo, de su subjetividad y de la manera cómo se relacionan los jóvenes con los otros y con el mundo en general, forma parte de algo esencial en la preparación de nuestros estudiantes hacia la vida?

- 2)
 - a) ¿Cuáles problemas ha detectado en su trabajo con los jóvenes en la Comunidad de Curridabat que puedan llevarlos a una deserción escolar?

 - b) ¿Qué propuestas sugiere en relación a estos problemas y el concepto del cuidado de sí?

- 3) ¿Qué aspectos incluiría usted desde el conocimiento que tiene de la comunidad de Curridabat para abordar este tema del cuidado de sí?
- 4) Desde un planteamiento desde las necesidades y preocupaciones propias de la comunidad:
 ___ ¿Cuáles aspectos más relevantes se pueden tomar en cuenta para el diseño del taller de arte y psicología para jóvenes adolescentes que puedan contribuir en disminuir la deserción escolar?
 ___ Actitudes subjetivas de los jóvenes con los que ha tratado que puedan contribuir con la creación artística
- 5) ¿Qué medidas se han tomado para reducir la deserción escolar? ¿Cuáles proyectos conoce que actualmente se estén impartiendo?

Proyecto: Cuidado de sí, mediante el arte y la psicología, en estudiantes en riesgo de deserción escolar; un aporte a la comunidad de Curridabat

Carolina Guier

Concepto de Cuidado de sí	
Autoconocimiento	Conocerse a sí mismo Distinción entre lo falso y lo verdadero Proceso de introspección
Práctica Social: en relación a los demás/otro	Actitudes hacia sus pares, compañeros, amigos Actitudes hacia la familia, institución, profesores
Estética y ética de la existencia	Responsabilidad de sí mismo “Técnicas de sí” a partir de las cuales se construye la subjetividad Proceso de autoconstrucción

ANEXO 4**Carta de consentimiento de los padres**

Por este medio doy mi autorización para que mi hijo(a) _____ participe en las diez sesiones de los talleres en Arte y Psicología, las cuales se impartirán en las instalaciones de la escuela José Angel Vieto en Curridabat, durante el horario diurno, una vez a la semana, con una duración de aproximadamente hora y media. A la vez autorizo a la facilitadora a grabar las sesiones y a tomar fotos de mi hijo(a) y de sus trabajos artísticos para que sean utilizados con fines académicos, de investigación y de promoción de la educación. También hago constar que la participación de mi hijo (a) en los talleres de Arte y Psicología es completamente voluntaria.

Nombre: _____

Firma: _____

Fecha: _____

ANEXO 5

Rol del facilitador

El facilitador cuando trabaja con técnicas de Terapia de Arte (Nosovsky, 2008):

- Entiende que cada sesión es una oportunidad para aprender
- Siempre hace algo fuera de lo común
- Transforma sus pensamientos en acciones
- Mantiene su mente y su corazón limpios y abiertos
- Observa el alma y ayuda a que el cliente se reconozca
- Ayuda a que el cliente sea más consciente de quién es para saber que quiere
- Facilita la expresión sin palabras
- Sabe que el arte es un espejo del alma
- Ayuda a materializar la imagen interna
- Mantiene la serenidad para poder analizar
- Escucha profundamente sin criticar nada ni a nadie
- Sabe que la expresión creativa transforma el dolor interno
- Entiende que el arte reconstruye los problemas
- Sabe que nada es abstracto, que toda imagen es una oportunidad para transformarse a sí mismo
- Nunca tiene prisa, aprende a dominar la impaciencia y evita gestos impensados
- Presta atención a las pequeñas cosas, porque son las que revelarán grandes verdades

ANEXO 6

Bitácora de sesiones del taller de la facilitadora

Sesión:

Fecha:

Duración:

ACTIVIDAD INICIAL (visualización, relajación, sensibilización, juego)

ACTIVIDAD CENTRAL

OBJETIVO (s)

MATERIALES OFRECIDOS O UTILIZADOS (materiales de arte, lecturas, otros)

INTERVENCION O TÉCNICA REALIZADA

OBSERVACIONES DE LA FACILITADORA (Trabajos de los participantes)

OBSERVACIONES Y ANÁLISIS A NIVEL GRUPAL

VIVENCIA DE LA FACILITADORA (Observaciones y reacciones subjetivas)

ALCANCES Y LIMITACIONES DE LA SESIÓN

ANEXO 7

Instrumento de validación

1. Alcance y objetivo

Con esta propuesta de programa de cuidado de sí desde el arte, se da un aporte que colabore desde la psicología en disminuir el riesgo de la deserción escolar en jóvenes estudiantes de sexto grado y secundaria.

1	2	3	4	5	6	7
Muy en desacuerdo						Muy de acuerdo

2. Alcance y objetivo

La guía describe específicamente el concepto del cuidado de sí y cómo retomarlo desde el arte y la psicología.

1	2	3	4	5	6	7
Muy en desacuerdo						Muy de acuerdo

3. Alcance y objetivo

Queda claro que la guía es para ser aplicada por profesionales capacitados en la metodología dirigida a estudiantes de sexto grado o secundaria.

1	2	3	4	5	6	7
Muy en desacuerdo						Muy de acuerdo

4. Participación de los implicados.

La guía está elaborada por un profesional capacitado en el campo del Arte y la Psicología con la experiencia necesaria para la implementación de los objetivos del programa.

1	2	3	4	5	6	7
Muy en desacuerdo						Muy de acuerdo

5. Participación de los implicados

Se han tomado en cuenta las preferencias e intereses de los estudiantes según su edad en la realización de la metodología.

1	2	3	4	5	6	7
Muy en desacuerdo						Muy de acuerdo

6. Participación de los implicados

Se define claramente quiénes serán los usuarios de esta guía, hacia quiénes va dirigida la propuesta y cómo ser usada por los especialistas.

1	2	3	4	5	6	7
Muy en desacuerdo						Muy de acuerdo

7. Rigor en la elaboración

Se ha utilizado la estrategia adecuada basada en la información, bibliografía y fuentes de referencias apropiadas para la elaboración del programa.

1	2	3	4	5	6	7
Muy en desacuerdo						Muy de acuerdo

8. Rigor en la elaboración

Los criterios para la elaboración del programa de cuidado de sí a partir del arte y la psicología se describen con claridad.

1	2	3	4	5	6	7
Muy en desacuerdo						Muy de acuerdo

9. Rigor en la elaboración

Las actividades y técnicas propuestas de la guía son claras, concisas, específicas y apropiadas.

1 2 3 4 5 6 7
Muy en desacuerdo Muy de acuerdo

10. Rigor en la elaboración

Se utilizó el método adecuado para la elaboración de las actividades recomendadas.

1 2 3 4 5 6 7
Muy en desacuerdo Muy de acuerdo

11. Rigor en la elaboración

Al formular las actividades se han considerado los beneficios y riesgos del programa.

1 2 3 4 5 6 7
Muy en desacuerdo Muy de acuerdo

12. Rigor en la elaboración

Hay una relación entre las actividades planteadas y los objetivos esperados.

1 2 3 4 5 6 7
Muy en desacuerdo Muy de acuerdo

13. Rigor en la elaboración

Ha sido la guía revisada por expertos antes de su publicación.

1 2 3 4 5 6 7
Muy en desacuerdo Muy de acuerdo

14. Rigor en la elaboración

Se incluye información actualizada y algún procedimiento para actualizar la guía.

1	2	3	4	5	6	7
Muy en desacuerdo						Muy de acuerdo

15. Claridad de presentación

Las actividades de arte y psicología recomendadas son claras y específicas.

1	2	3	4	5	6	7
Muy en desacuerdo						Muy de acuerdo

16. Claridad de presentación

Las diferentes técnicas de arte y psicología para el manejo del cuidado de sí se presentan claramente.

1	2	3	4	5	6	7
Muy en desacuerdo						Muy de acuerdo

17. Claridad de presentación

Las técnicas de arte y psicología recomendadas son fácilmente identificables según las diferentes categorías del concepto del cuidado de sí.

1	2	3	4	5	6	7
Muy en desacuerdo						Muy de acuerdo

18. Aplicabilidad

Se dio un pilotaje de la guía que influyó en el proceso de formulación de las actividades y técnicas recomendadas.

ANEXO 8

Análisis de cada una de las entrevistas a especialistas

Análisis entrevista Lic. Cristina Rivera

Directora de Proyectos

Fundación Curridabat

Cristina coincide en la importancia de la inclusión de las prácticas relacionadas al concepto del cuidado de sí y reconoce la falta de espacios que se le dan dentro del sistema educativo formal. “En el ideal sí, que dentro de los procesos formativos que les ofrecemos a los jóvenes o los servicios educativos en general tanto a nivel formal como no formal deberíamos de tener incluido la promoción del autoconcepto, autodescubrimiento para saber cuáles habilidades tengo yo para potenciar o fortalecer mi camino de vida y cuales tengo que trabajar más para afrontar y seguir adelante con mi vida en situaciones que no sean tan favorables para mí, que no me vayan a afectar esas potencialidades que todavía no tengo desarrolladas, pero en la práctica, sobre todo en el sistema educativo formal no hay tantos espacios para ese descubrimiento de sí mismo y de lo que yo soy capaz”

También puntualiza la importancia de proveer espacios dirigidos a ayudar a los jóvenes, desde temprana edad, en reflexionar en sus destrezas y fortalezas para ir conociendo sus vocaciones e intereses, para facilitar la toma de decisiones al finalizar el ciclo de secundaria, en relación a su futuro, ya sea académico, técnico o profesional.

“Les obligan a estar siempre dentro de un formato; esto es lo que tienen que hacer, este es su currículum y al final de los 5 años escolares más los 5 o 6 años de colegio, dependiendo si es técnico o académico usted tiene que decidir su vida, que va a hacer el resto de su vida, si va a seguir

estudiando o no, qué va a estudiar, para qué es bueno usted, qué le gustaría y empezamos a ejercer más presión en algo que es muy personal y que no se le han dado las herramientas para tomar esas decisiones de una manera más acertada, y que no caigan bajo la presión de lo que dicen que es lo que van a estudiar”. Enfoques creativos que ayudan a los jóvenes a pensar y a crear de una forma diferente a lo establecido puede ser un gran aporte al sistema educativo tradicional.

En cuanto a la deserción escolar, considera que como fenómeno multifactorial es difícil de controlar todas las variables, sin embargo en su experiencia, son las redes de apoyo que tienen un impacto positivo y primordial en los jóvenes.

“Esa red de apoyo es la que a veces da las soluciones, y es lo que tratamos de hacer con proyectos e iniciativas para que los muchachos se sientan acompañados en el proceso y puedan tener ese tiempo de momentos para conversar cosas que pueden estarles afectando en su desempeño y puedan permanecer en las instituciones educativas”

En cuanto a iniciativas para reducir la deserción escolar en relación al cuidado de sí, Cristina nombra la toma de decisiones como un aspecto que ellos como Fundación han trabajado; “Los niños siempre son los que dirigen los proyectos que nosotros tenemos. Nosotros tenemos una guía del trabajo con ellos pero ellos son los que establecen la dinámica, precisamente para darles espacio para que ellos puedan opinar y nosotros conocer cuáles son sus intereses y hacer actividades dependiendo de lo que ellos quieran”. Cristina se refirió a un plan piloto en el cual van a trabajar con el Patronato Nacional de la Infancia, con una población de 120 jóvenes que busca sostener a los muchachos dentro del sistema educativo formal y busca la prevención de conductas riesgosas en la población adolescente en Tirrases. Este incluye cuatro ejes:

- 1) Fortalecimiento de la familia (manera en que los padres pueden ayudar a sus hijos)
- 2) Apoyo o reforzamiento académico

3) Encuentros vivenciales: actividades en relación a sus pares y a las experiencias como adolescentes en espacios específicos

4) Actividades lúdicos-recreativas, que pueden ser artísticas o físicas

A pesar de que esta iniciativa es para jóvenes entre 13 y 17 años, Cristina se refiere a la necesidad que visualizó la municipalidad de Curridabat de trabajar con una población menor, entre 8 a 12 años de edad, y que por el momento está siendo abarcada en Tirrases por el Centro de Desarrollo Humano “La Cometa”.

Como aspectos relevantes para tomar en cuenta en el diseño del taller de arte y psicología Cristina se refiere a la importancia de las actividades interactivas: “las actividades interactivas, es decir en donde ellos puedan participar activamente, que no sea nada magistral en donde ellos estén recibiendo nada más información y que no puedan expresarse ni moverse de su campo”. “Les gusta descubrir cosas, que puedan participar dentro del proceso del taller, que sea todo muy vivencial y que hayan elementos donde hayan estímulos, todos los estímulos que se puedan hacer, visuales, olores, colores, texturas”. También menciona un factor competitivo o reto, incluso algún tipo de reconocimiento como estímulos para involucrarlos activamente en las actividades.

Considera que un factor importante a nivel subjetivo de los muchachos en relación a la participación en las actividades artísticas es una guía apropiada, porque o sino ellos se limitan más a observar y a contemplar: “Cuando hay una actividad guiada donde ellos puedan participar, sin duda alguna lo van a disfrutar, es más relacionado con oportunidad. Me parece que es más relacionado con oportunidad que con un asunto de que no tengo habilidades o que no me gusta, es más de cómo se le presente”.

En relación a iniciativas o proyectos que se estén dando para prevenir la deserción escolar Cristina se refirió al proyecto de Acción Joven que trabaja con reforzamiento académico, talleres recreativos e inserción vocacional. También el trabajo que está relacionando la Fundación con el

proyecto Ucned para reducir la brecha de conocimiento y acceso a la tecnología y no sólo con los jóvenes sino también con las familias para que los padres puedan apoyar a sus hijos en ciertas actividades académicas.

La casa de los Niños es otra iniciativa en Tirrases que ofrece un acompañamiento guiado e integral tanto a los niños como a sus familias desde preescolar hasta quinto año del colegio para ayudarlos a mantenerse y finalizar el sistema educativo formal.

Cristina se refirió también a un cambio de visión que se ha dado en relación a las becas, especialmente universitarias. No sólo se le ofrece la ayuda necesaria para costear los estudios sino también para tener una calidad de vida que les permita insertarse socialmente dentro del ambiente universitario: “es que antes los muchachos becados se visualizaban como muchachos de segunda clase, los que andaba rotos, que no comían bien, que vivían en las residencias, los que venían de sistemas rurales. Entonces cambiaron el sistema de becas para que a ellos se les diera un poco más de beneficios económicos para que ellos pudieran tener una calidad de vida similar a los demás, por ejemplo; acceder a un teléfono a vestirse bien entonces ya los equilibra y los incluye en el sistema educativo, ya no están en desventaja de que aparte de saber que uno no tiene, ya dificulta el rendimiento”.

Análisis entrevista Natalia Galeano Calderón

La Cometa

Centro de Desarrollo Humano

Municipalidad de Curridabat

- Importancia del concepto del cuidado de sí dentro de la visión Ciudad Dulce de Curridabat

En la entrevista realizada a Natalia, trabajadora del centro La Cometa, manifiesta como el concepto de cuidado de sí se integra dentro de la visión de Ciudad Dulce planteado por el alcalde Edgar Mora que consiste en una iniciativa para promover el desarrollo humano en la Municipalidad de Curridabat. Asocia los conceptos ya que considera que un sujeto al tener un proceso de cuidado de sí puede generar, contribuir, aportar a la composición de la ciudadanía.

En la entrevista realizada por la Nación al ex alcalde Edgar Mora de Curridabat al asumir el cargo de Ministro de la Educación plantea conceptos del cuidado de sí como la capacidad de comprender al otro y la capacidad de meditar, que deben de ser motivados por la educación: “porque de ahí viene la capacidad intelectual, la capacidad afectiva, la capacidad de comprender al otro, la capacidad de meditar; viene casualmente de ese entrenamiento de esa actividad que hacemos en las escuelas” (tomado de <http://www.nacion.com>)

Desde un análisis de la entrevista se aprecia que ambos conceptos son planteamientos desde el sujeto y tienen que ver con una mejor convivencia. Según Natalia el cuidado de sí ayuda a afrontar situaciones de estrés a las cuales están expuestos estos niños y jóvenes de comunidades como Tirrases. “Hemos descubierto estos años (porque nosotros acompañamos a muchos niños de escuela y colegio) de que no se trata de un rendimiento académico o de pensar en sólo el estudio, porque a veces llegan al examen con tanto miedo y tanto enojo. Todo este trabajo personal, como el cuidado de sí es muy importante para poder afrontar estas situaciones”.

- **Importancia del autoconocimiento (concepto primordial del cuidado de sí)**

Dentro de la visión de Ciudad Dulce la felicidad es un objetivo a lograr y Natalia habla de la importancia de conocerse para poder expresarse: “La idea es enfocarse en la persona, porque es más valioso que yo exista a que yo pase exámenes o por qué es más valioso que yo haga esto por mi crecimiento y no por un título. Todo eso es reintegrar a la persona a una dignidad, a poder conocerse para poder expresarse en su entorno”.

Reconoce la importancia de hacer talleres con este tema del autoconocimiento sin embargo plantea el desinterés de la gente a pesar de que sí los disfrutan y los necesitan. “Entonces nosotros como centro de desarrollo humano todos estos temas integrales los hemos metido dentro de la piel de los cursos, trabajamos por ejemplo talleres integrales dentro de algunos seminarios de graduación para poder graduarse o culminar este proceso tienen que llevar mínimo un taller integral. Y la gente los disfruta, lo vive lo revive y empieza a tener un interés por este tema, pero de otra manera no hubiera venido. Ayer por ejemplo teníamos uno de relaciones sanas y entraron unos muchachos que estaban en el de cocina y me dice “Nati yo no quería irme, yo quería quedarme hablando más y más” y me dijo hasta lo apunte “cuando uno empieza a hablar y hablar se rompen paradigmas y uno termina con demasiadas ganas de hablar”.

- **El arte como medio para trabajar temas integrales**

El Centro de desarrollo humano La Cometa ha utilizado diferentes cursos, tanto tutorías como actividades lúdicas, artísticas y culturales como medios para trabajar temas integrales y reconoce su importancia. “La municipalidad tiene todo su interés puesto en esto pero si yo le digo a alguien de la comunidad, le voy a dar un taller sobre el conocimiento de sí mismo, dicen que muy interesante pero no llegan. ¿Qué hemos descubierto nosotros? Que tiene que haber una excusa, por ejemplo clases de ballet, esto se aterra de niñas, si yo pongo clases de computación se llena o tutorías. Pero si yo les digo usted necesita conocerse, la gente va a decir “uy sí qué lindo, que importante, ¡qué bueno!” y nadie llega”. Plantea la necesidad de trabajar estos temas y los esfuerzos que La Cometa ha realizado para dirigir talleres con este enfoque, sin embargo han sido puntuales y no continuos.

- **El acompañamiento: aspecto que hace la diferencia**

Según Natalia es el vínculo afectivo con el facilitador el atributo esencial para lograr resultados con los niños y jóvenes en Tirrases. “En Tirrases la gente llega con el corazón en la mano y te lo pone en la mesa y te dicen esto es lo que soy. Tenemos dos opciones, hacemos un trabajo de matemática por decirte algo de lo que damos, o hablar del corazón: ¿qué hacemos? Intentemos construir cosas juntos. Y desde ese vínculo afectivo, a empezar a construir...” Este enfoque de una educación construida desde el vínculo afectivo lo confirma Edgar Mora alcalde de Curridabat en su entrevista: “El amor positivo es la visión que la educación debería de trasladar de generación en generación y esto, por razones prácticas y materiales. Es decir, el determinante fundamental de una vida miserable no es la pobreza, es la angustia y el desempleo y esos dos factores no tienen peor enemigo que la buena educación. La educación que es buena, es la educación amorosa”. (tomado del <http://www.nacion.com>) Este enfoque es importante no sólo retomarlo a la hora de realizar el taller sino también al capacitar a quienes vayan a reproducirlo.

Análisis entrevista Silvia Win asistente administrativa, subdirector y director.

CPT de Granadilla.

Silvia apoya la iniciativa de crear espacios para apoyar a los niños a expresar sentimientos auténticos, que los pongan en contacto con su realidad interna y no utilizar el dibujo como una forma de apoyar expectativas sociales.

“Creo que sí, porque casualmente venimos de una cultura que no se nos permitía expresar ni con un dibujo, siempre nos ponían a dibujar la familia feliz. A nosotros como niño y a todo niño nos criaron que hay que dibujar por ejemplo la familia feliz, el papá, la mamá, un hermano, dos perritos, una casita, las montañitas y las flores pero no todos los días son soleados sino que a veces

están nublado, no todos los días me siento feliz como para dibujar una sonrisa, no todas las familias son iguales ni a veces me siento parte de la familia y yo no quisiera estar en ese dibujo”

Considera que la auto-expresión, en este caso a través del arte, es una oportunidad que permite el crecimiento en los niños y el autoconocimiento. Relaciona esta capacidad de poder percibir lo que sienten y a la vez la importancia de expresarlo como una forma que ayuda en la manera en cómo relacionarse con los demás. Lo que Silvia plantea es el principio fundamental de la teoría del cuidado de sí; es indispensable saber cuidarse a sí mismo para luego poder cuidar y relacionarse de una manera óptima con los demás.

“Una forma en que ellos pueden empezar a crecer es expresar lo que realmente hay dentro de ellos y si no tienen oportunidad ni espacios para que ellos lo puedan hacer, no vamos a avanzar a nivel de sociedad, porque ellos van a seguir guardando todo lo que ellos están sintiendo, y se van a sentir molestos con la sociedad, generando antisociales, me refiero antisociales en el sentido de que no se saben relacionar con los demás”

Tanto Damián como Silvia apoyan la importancia de que el sistema educativo cubra más estos espacios de expresión. Silvia propone la técnica del buzón de sentimientos como una iniciativa para que los estudiantes se sientan escuchados, ya que sí perciben que los estudiantes de secundaria están muy solos, con poco apoyo por parte de sus padres y familias

“Si hubiese, sin nombre una pizarra inédita en donde todos pudieran poner un dibujo, el que quieran, que lo dejarán en un buzón, sin importar quién fue el autor. Creo que uno se sorprendería de ver todo lo que sale ahí. Porque ellos expresarían muchas cosas que en realidad están muy guardadas...” y dirían “alguien está viendo que yo me siento así, aunque no sepan que soy yo, a alguien le estoy diciendo lo que siento”.

Incluir a los padres en los programas dirigidos a estudiantes de secundaria es importante, porque ellos consideran que en secundaria no tienen que involucrarse en las actividades de los

jóvenes, ya que ellos están más grandes. “El mejor amigo del estudiante es el otro compañero, el padre de familia se hace un lado y permite que hasta gente externa del colegio que me encuentro ahí en la pulpería que ni estudia, ni trabaja y que no tiene ningún beneficio. Esas cosas son las que uno tiene como que tratar de darle una continuidad, que el padre de familia entienda que si está en el colegio pero que todavía tiene responsabilidades sobre su hijo”.

Como iniciativas en relación al arte nombran el Festival de Las Artes. Sin embargo, consideran que ayuda a los jóvenes a acercarse al arte, pero más como una forma de aprendizaje y creación artística y no como una manera de expresión de sus realidades ya que este festival es bastante estructurado. Entonces los niños expresan lo que se les pide dentro de lo que está celebrando el festival y no lo que ellos están necesitando en ese momento transmitir. Consideran que la autoestima, el empoderamiento y la motivación son características esenciales a desarrollar en los jóvenes.

En relación a la deserción escolar consideran que la causa más importante es la pobreza extrema y la falta de apoyo de los padres de familia. Estudiantes que a veces ya no tienen que comer prefieren ir a trabajar para apoyar a sus familias o que talvez no tienen las posibilidades económicas para presentarse en condiciones óptimas en el centro de estudio. Cuando empiezan a trabajar se les dificulta mucho el estudio por los horarios, el cansancio y la falta de concentración. El horario del colegio es de 7:40 a 4:20 por lo que no hay muchas horas extras para poder trabajar y muchos que se deciden a hacerlo, lo hacen de noche: “Entonces cuando algunos ya se ven con definitivamente en la casa ya no se come, no hay pan, que no hay agua, que no hay leche, que no hay luz, que no puedo ni lavar el uniforme porque no hay jabón, qué hacen? Dejan el estudio botado o vienen a clases y tienen doscientas ausencias, y no son ausencias que tienen que ver con que me escape para ir a fumar marihuana o para andar paseando, sino porque me voy a coger café un rato o me voy a ayudar a un supermercado, etc.”

Damián propone que sería interesante entender la deserción desde el punto de vista de los jóvenes. Una manera podría ser buscar estudiantes que se han ido de la institución y entrevistarlos para conocer las causas que los llevaron a desertar. A la vez también considera que incluir jóvenes que se han graduado a pesar de grandes obstáculos, puede servir de inspiración para los muchachos. Escuchar esas historias pueden ser de gran beneficio para jóvenes que están pasando dificultades similares.

No conocen o no están enterados de programas en la zona dirigidos a disminuir la deserción escolar pero plantean que como institución la estrategia es el enfoque en el estudiante en donde se le considera la prioridad de la institución: “a nivel institucional se trata de tener una cercanía con el estudiante, una comunicación de manera que sea asertiva, que el estudiante que se quiera ir pues que nos lo exprese, que cuente su situación, y a veces se retracta, lo que ellos veían como un gran problema pues se le puede presentar una solución“

El director agrega que la institución tiene niveles muy bajos de deserción. Su estrategia ha sido dirigida hacia la permanencia de los estudiantes en la institución y en agotar cualquier vía para mantenerlos en el sistema educativo. Buscan por lo tanto que los muchachos se sientan felices en la institución mejorando siempre los canales de comunicación, apoyándolos académicamente y creando espacios de recreación. “Nosotros hemos por un lado tenido el buen trato al estudiante, y también el rendimiento escolar si lo tiene bueno el estudiante se aferra a la institución”

Como institución manifiestan que han invertido mucho en actividades para que los muchachos puedan participar y en áreas de juegos como mesas de ping pong, futbolines y ahora están a punto de iniciar un gimnasio con máquinas y bicicletas de spinning para que tanto los estudiantes como los profesores las utilicen bajo la supervisión de un especialista en educación física.

El director considera que uno de los factores de éxito para asegurar la permanencia de los estudiantes en la institución es el hecho que se sienten muy a gusto y contentos con las actividades planteadas, se les da protagonismo en la institución: “los hacemos partícipes de todo, les contamos, les preguntamos para que verdaderamente se empoderen de la institución. Los datos que tenemos no es deserción, sino más bien de traslados”.

Silvia agrega: “Tratamos de sacar espacios que no sean únicamente académicos, porque interiormente siguen siendo niños y ellos hay cosas que ni en su niñez vivieron...” “...entonces nosotros tenemos que proporcionar oportunidades para que se expresen y algo que tenga que ver con el arte sería para ellos maravilloso”.

Análisis Entrevista Vilma Contreras.

Pedagoga y escritora de varios libros, entre ellos:

- 1) Sembrando esperanzas. La superación de la pobreza mediante el desarrollo de la inteligencia de la infancia y la juventud.**
- 2) Educación sin fronteras. Una exitosa experiencia para la atención a la diversidad sociocultural.**

1) Coincide con la importancia de incluir el concepto del cuidado de sí en el sistema educativo como una forma de fomentar el lado afectivo en los estudiantes que generalmente, según su experiencia, no es tomado muy en cuenta en la educación. También considera que el autoconocimiento indispensable en la relación con los demás; “no puedes dar lo que no tenés es un símil o no le puedes pedir peras al olmo. Si no te conoces, difícilmente puedes entender a los demás”.

2) Considera la deserción escolar un problema multifactorial que tienen que ver con factores externos al estudiante como la desintegración familiar, ambientes negativos en la comunidad, factores culturales, amistades con influencias negativas y en donde los patrones de crianza juegan un papel muy importante en la relevancia que le van a dar los estudiantes a la educación. Además de los factores exógenos también están los factores endógenos propios de cada estudiante, como algún problema de aprendizaje o discapacidad. Como recomendación para trabajar con estos alumnos es el aumentar la autoestima, resaltando siempre los talentos en los estudiantes. “Todos tenemos talentos, habilidades y destrezas y si trabajamos sobre esas fortalezas sacamos adelante al niño. Destacar esos talentos y habilidades es una obligación de los centros educativos y de las familias inclusive”.

Puntualiza la importancia de dirigir la mejor calidad de educación y los mayores recursos para los más necesitados y los más pobres ya que existe la falsa creencia de que el binomio inteligencia y pobreza no existe y según su experiencia había una tendencia de “pobre para el pobre”. En relación a los factores endógenos, genéticos y madurativos plantea que difícilmente se pueden cambiar, sin embargo desde la teoría del desarrollo de la inteligencia ellos apuestan a que se puede revertir con un ambiente saludable “en la teoría del desarrollo de la inteligencia te dice que el fracaso genera fracaso y el éxito genera éxito, o sea que hay que propiciar el éxito”.

En cuanto a las actividades que motiven a los estudiantes recomienda que se deben de planear desde los intereses de los estudiantes, siempre ubicándose en el contexto de ellos y hablándoles de lo que a ellos les gusta.

La capacidad de los profesores de ser flexibles es muy importante y de aprovechar lo que Piaget llamaba el momento crítico del aprendizaje cuando surge, ese momento donde el estudiante se interesa y pregunta. “En estas situaciones que son formativas y más libres hay que escuchar a los estudiantes, toda esta parte que es más lúdica, más formativa, más libre de prejuicios, o sea me

encanta eso tuyo del autoconocimiento para que ellos digan qué sienten, qué les gusta, qué sugieren”.

Brindar espacios de escucha: “darles más oportunidades de expresarse, no sólo sus ideas sino también sus sentimientos, básicamente, las emociones, ¿qué les molesta?, qué les gustaría cambiar si tuvieran la posibilidad de hacerlo en su familia en su comunidad, hacerlos construir su propio aprendizaje a ellos, escucharlos”.

Planear actividades grupales o en pareja ya que considera que los jóvenes aprenden mejor entre iguales porque tienen un léxico e intereses comunes.

Establecer las reglas de convivencia en grupo desde el principio, partiendo desde la teoría de la moral de Piaget, si ellos participan en la construcción de las reglas, es más fácil que las respeten. En las reglas incluir el tema sobre el bullying.

Recomienda una actitud de tolerancia, mucha comprensión y mucha empatía por parte de los profesores y el afecto es el elemento de mayor importancia. Define el afecto como la “capacidad de escucharlos, una sonrisa, una aprobación, estar atento a lo mínimo que hagan positivo para resaltarlo. Estarles levantando la autoestima”.

Como actividades específicas recomendó la del enterrar el “no puedo”, la entrega de la medalla del yo puedo, junto a una lista específica de todas aquellas cosas que sí pueden hacer. La dinámica de la autoestima que es ponerse atrás un cartelillo, solamente se vale poner atrás cualidades de la otra persona, sólo cosas lindas, resaltar todo lo positivo que se pueda, pueden ser unas diez por persona.

Recomienda trabajar con mucha estructura para ayudar a organizarlos ya que ellos viven “en la inmediatez, un término que se usa mucho cuando se trabaja con pobreza porque viven del hoy, porque no saben, hoy llegará mi papá o no llegará, o llegará tomando alcohol o no o le pegará a mi mamá o con drogas, eso le llamamos nosotros que tienen la realidad fragmentada, no hay un

todo. Ese todo lo tienen fragmentado, no hay coherencia, entonces viven de lo que se puede hacer hoy porque mañana no sé. Les cuesta mucho los horarios y cumplir con ellos”. Para lograr esta estructura incluir el tiempo y el espacio (cuánto duran las sesiones y cómo se va a trabajar y en dónde) es muy importante, también la mediación de la anticipación (saber qué van a hacer la próxima vez, con qué objetivos están trabajando) y el cierre en las sesiones o “cierre mental”. Estructurar las sesiones en tres momentos: 1) mediación de la anticipación; 2) trabajo artístico, 3) cierre.

ANEXO 9

Carta Fundación Curridabat



San José, 8 de Abril de 2019

A quién corresponda:

Por este medio hacemos constatar que Carolina Poncon-Guler, cédula 108210690 impartió una Capacitación Académica al Equipo Interdisciplinario de Fundación Curridabat, en el tema "Cuidado de SI, mediante el Arte y la Psicología, en estudiantes en riesgo de deserción escolar, un aporte para la comunidad de Curridabat". Dicha capacitación se impartió en tres sesiones grupales con una duración aproximada de dos horas cada una, y fueron ejecutadas en las siguientes fechas: 27 de Febrero de 2019, 28 de Febrero de 2019 y 14 de Marzo de 2019

Durante estas sesiones, el equipo Interdisciplinario de la Fundación recibió la formación necesaria para Implementar los talleres planteados en la Guía "Aprendiendo el arte del cuidado de sí", facilitando su comprensión a nivel tanto teórico como práctico.

Fundación Curridabat tomará los insumos provistos para su adecuada implementación con la población de Primaria del Proyecto "Club de Adolescentes", replicando las estrategias establecidas en las sesiones grupales, y de esta forma abordar la problemática de deserción escolar con nuestra población, al mismo tiempo que se recalcará a los jóvenes el papel del cuidado de sí en las diferentes áreas de su vida.

Agradecemos a Carolina Guler por su valioso aporte a la fundación y al Proyecto "Club de Adolescentes" y esperamos replicar este modelo con la mayor fidelidad posible.

Cristina Rivera Villarreal
Dirección de Proyectos
Fundación Curridabat



Cédula Jurídica 3-006-306134 • Teléfono: 88682079 • Mail: crivera@fundacioncurridabat.org