

Red de Psicología para Todos: Ayudate y Ayuda

Encuadre del Proyecto

Si pudiésemos reducir la población de la Tierra a una pequeña aldea de exactamente 100 habitantes, manteniendo las proporciones existentes en la actualidad, sería algo como esto:

Habría 57 asiáticos, 21 europeos, 14 del continente americano (tanto norte como sur) y 8 africanos.

52 serían mujeres 48 hombres

70 no serían blancos 30 serían blancos

70 no cristianos 30 cristianos

89 heterosexuales 11 homosexuales

6 personas poseerían el 59% de la riqueza de toda la aldea y los 6 (si 6 de 6) serían norteamericanos

De las 100 personas, 80 vivirían en condiciones infrahumanas

70 serían incapaces de leer

50 sufrirían de malnutrición

1 persona estaría a punto de morir

1 bebe estaría a punto de nacer

Solo 1 (si, solo 1) tendría educación universitaria

En esta aldea habría 1 persona con computador

10 personas tendrían estrés.

Y si esta aldea fuera Santiago, mínimamente 50 de los cien tendrían algún tipo de trastorno emocional, como estrés, depresión, angustia o pánico y alrededor de unos 30 consumirían algún tipo de droga

Hoy los seres humanos vivimos una situación sin parangón en la historia. A pesar de contar con tecnología suficiente para mantener al mundo entero comunicado, vivimos una profunda incomunicación. Las personas se encuentran existencialmente aisladas y en un estado de profunda soledad y temor al futuro. El aceleramiento de la vida toma ritmos insostenibles. Un tremendo vacío existencial, sin sentido, violencia interna, disconformidad, estrés y tendencia a la depresión o la fuga caracterizan al ser humano de hoy.

La OMS declaró, a fines de 1995, a Santiago de Chile como la ciudad con más trastornos mentales del mundo, aproximadamente el 50% de los chilenos padecería de algún trastorno mental en Santiago. Hoy se habla de un tercio.

Los productos químicos (las drogas legales) se han convertido al igual que las drogas ilegales, en un medio compensatorio para soportar nuestro estilo de vida y minimizar o evadir las emociones como la ansiedad, la soledad, la pena, el aburrimiento y la rabia. La sociedad contemporánea, enseña a las personas a evadir esos sentimientos a través de la solución química, en vez de potenciar los propios recursos, para modificar esta situación que produce sufrimiento.

Por su parte los psicólogos y especialistas no dan abasto o cobran un servicio que no está al alcance de la gente común.

Vivimos una frustración existencial. Nietzsche dijo en cierta ocasión: "Quién tiene un porque vivir, soporta cualquier cómo". Es decir, a quién encuentra un sentido en la vida, esto le ayudará más que cualquier otra cosa a superar las dificultades exteriores y los sufrimientos interiores. De esto se deduce lo importante que es, desde el punto de vista terapéutico, encontrar un sentido a la propia existencia, así como despertar el afán de encontrar una razón de ser, una misión. Este es uno de los sentidos del proyecto; ayudar a las personas a encontrar un sentido a través de humanizar su entorno, su país y la sociedad generando un gran voluntariado que promueva la salud mental.

Objetivos Generales

La Fundación Laura Rodríguez, alarmada por la deteriorada y decreciente salud mental de los chilenos, por el aumento sostenido del uso de drogas ilícitas y psicofármacos, y por la imposibilidad tienen los sistemas de sistemas de salud para enfrentar los problemas psicológicos y emocionales, que producen en los individuos sus actuales condiciones de vida, se ha lanzado a la búsqueda de mil voluntarios que deseen formar parte de una "Red de Psicología para Todos", una red de orientadores, que se insertan en organizaciones, que serán formados gratuitamente, para que puedan poner en manos de la gente común herramientas simples y profundas que les permitan conocerse a si mismos y avanzar en la superación de su propio sufrimiento y también del de las personas que los rodean.

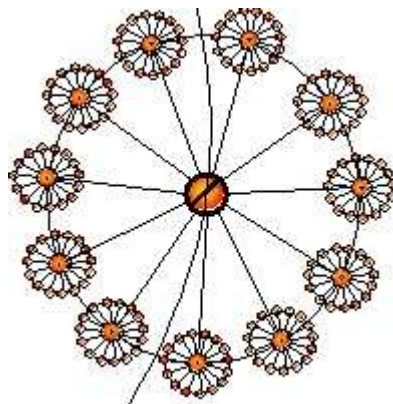
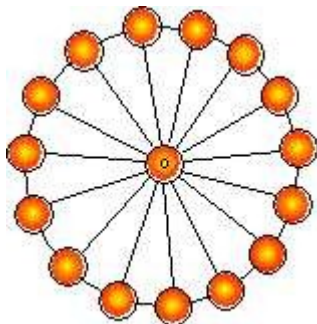
Un conjunto de profesionales de la Fundación Laura Rodríguez, pensamos que es posible una vida diferente donde la droga se haga innecesaria, donde la depresión, el estrés y la violencia retrocedan, pero requiere de la generación de ámbitos de intercambio y ayuda mutua, poner el conocimiento psicológico en fácil, sacarle el velo de que eso es exclusividad de algunos pocos intelectuales expertos y echarlo a correr entre la gente común, capacitando a quienes tengan gusto e interés por ayudar a otros con técnicas y herramientas simples que les permitan ocuparse del equilibrio y desarrollo de ellos mismos y quienes lo rodean, para generar una red de personas con la suficiente potencia interna para luchar con fuerza, creatividad y decisión a favor de la superación del sufrimiento personal y social. ***La psicología necesita salir del consultorio para trasladarse a las personas.***

Orígenes del Proyecto

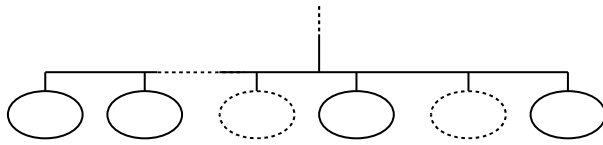
La red de Psicología para Todos, es un proyecto que se pone en marcha a partir de la Fundación Laura Rodríguez que es uno de los frentes de acción del Movimiento Humanista. Laura Rodríguez fue diputada humanista, fue chilena y murió 9 años atrás después de haber trabajado por la superación de la discriminación de jóvenes, mujeres, portadores de VIH, minorías étnicas y sexuales, discapacitados y personas de bajos recursos en general. Fue presidenta de la comisión de salud del parlamento y de ahí el interés de continuar su trabajo en esta área a través de este proyecto. Fue reconocida por su manera coherente, pluralista y transparente de trabajar.

Organización

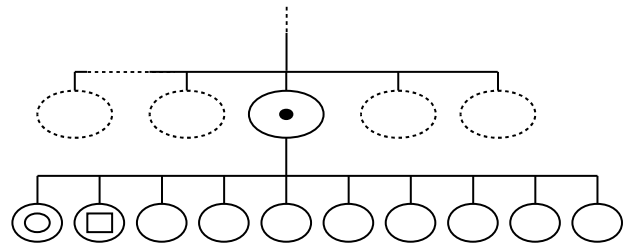
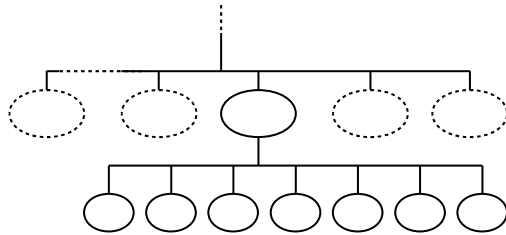
Además de la cualificación y el desarrollo personal de sus miembros, una de las prioridades del proyecto es el crecimiento de la organización, armar la red, ya que es el único modo en que nuestra acción sea creciente y transformadora. Por otro lado creemos que se aprende según lo que se hace y mientras más se hace y se enseña a otros, más se aprende. Nos basamos en la construcción de relaciones de reciprocidad: "lo que se te aporta, tú lo aportas a otros".



1. Todo miembro que inicia su participación en la Red de Psicología para Todos se integra como voluntario de la Fundación Laura Rodríguez. Un voluntario busca dos ayudantes (tríada) y una organización, curso, o lugar donde aplicará los conocimientos que va adquiriendo. Y se empieza a generar la red



Luego de una capacitación de 3 sesiones, cada voluntario forma sus propios grupos al interior de las organizaciones, cuyos integrantes a su vez van entregando lo que aprenden.



De esta manera la organización se basa en una red humana de voluntarios que se nuclea en equipos. Esta red permite estar permanentemente conectados, informados, comunicados, apoyándonos unos a otros y aprendiendo sin límite. Es interés de esta red darle fuerza a la organización de los seres humanos para hacerse cargo en conjunto de resolver sus problemas desde los más intangibles (la búsqueda de felicidad o sentido) hasta los más concretos (el trabajo digno, la educación o la salud para todos).

Cada uno participa de un grupo coordinado por un orientador. En un grupo hay tres funciones básicas: un administrativo, un apoyo y un orientador o constructor.

El administrativo se encarga de que toda la información, local o internacional, circule y llegue, no sólo a los constructores, sino además a sus adherentes, familiares y amigos.

El apoyo se encarga del desarrollo y fortalecimiento personal, de promover la comunicación y el entusiasmo del grupo.

El orientador forma nuevos grupos en que se reproducen las mismas tres funciones.

Se constituyen las tríadas y cada una busca la organización en que se aplicará. El plan de capacitación será semanal, en el esquema recibo taller y lo doy, la idea es fortalecer una organización ya existente dotándola de trabajo interno o construir organizaciones humanas nuevas que luego se hagan cargo de resolver sus problemáticas. Los talleres tienen una secuencia para integrar la vida, luego el tema será construir el mundo que soñamos

Cuando un constructor organiza y capacita a 10 personas es delegado de equipo, cuando organiza a 100 delegado general, a 1000 coordinador y 10.000 coordinador general... así cada individuo potencialmente puede ejercer una gran influencia y su capacidad de transformación se multiplica.

Sicología para Todos, una Psicología del Despertar

La Psicología del Despertar es un diagnóstico, una visión y un proyecto:

- 1.-Plantea una Logovisión ya que considera que lo más importante es dotar de un sentido a la vida
- 2.-Sostiene una visión estructural pues busca la transformación simultánea del individuo y la sociedad
- 3.-Promueve una visión abierta ya que es una psicología entre todos y para todos.
- 4.-Se considera verdaderamente progresista al no adaptar al individuo al sistema sino darle herramientas para cambiarlo
- 5.- Prioriza la Intencionalidad, no cree en la supuesta naturaleza humana y considera a todo ser humano capaz de transformar el mundo, su cuerpo y mente
- 6.- Es básicamente futurista: prioriza el tiempo futuro, la apertura de futuro por sobre el análisis constante del pasado.
- 7.- Por sobre todo valora la lucidez y la búsqueda de estados elevados de conciencia y atención. Nos oponemos a todo tipo de drogas que alteren nuestro nivel de conciencia, ya que éstas tienen efectos secundarios que nos duermen.

Etapas

La Institución se hace responsable de la convocatoria inicial al primer taller que idealmente sería de un mínimo de 50 participantes.

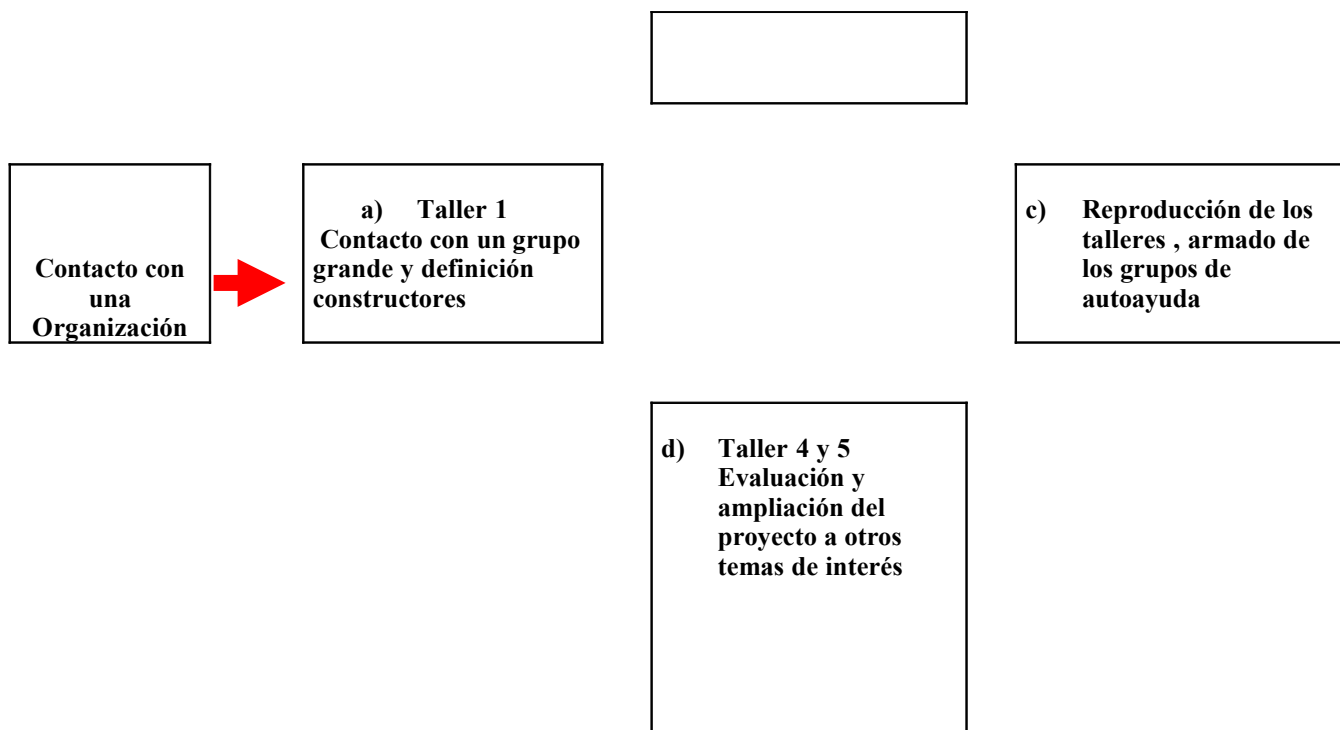
A partir de allí se arman las tréadas y se inicia un proceso de capacitación y reproducción de 5 talleres de dos hrs. cada uno que llegarían a la mayor parte de la institución dependiendo de la cantidad de voluntarios que se logre involucrar. Después de la tercera sesión los voluntarios inician sus propios grupos

Terminado el ciclo se continuará con los grupos de autoayuda formados intencionando nuevos proyectos de interés para los jóvenes en temáticas sociales que ellos elijan y que sean de beneficio para la comunidad. Para ello, los delegados de equipo que quieran seguirán trabajando en conjunto, serán orientados por un delegado general que los ayude a impulsar los proyectos de organización humana que estimen de interés para ellos y para la comunidad donde viven.

Talleres

1. **Psicología Para Todos:** Busca encontrar la necesidad de estar despierto y la solución "fácil" de cualquier tipo de problemas, pues el mundo en que vivimos está en crisis y es necesario que cada uno aporte a su avance.
2. **Desarrollando el potencial humano:** Fortalece la autoestima haciendo que los participantes descubran sus virtudes y las comparen.
3. **Comunicación Directa:** Entrega las herramientas básicas para impulsar la expresión de los sentimientos. Se busca la comprensión de que el que se aísla, se comunica y sufre.
4. **El Sentido de la Vida:** Permite la reflexión acerca de aquello que a cada uno lo dota de sentido y acerca a la reflexión acerca de aquella misión que sólo a uno le corresponde
5. **Construyendo el Futuro.** La necesidad de estar lúcido para construir un Proyecto vital: Sintetiza el ciclo del taller y Facilita el cuestionamiento interno acerca de la necesidad de cambiar de estilo de vida y desarrollar un proyecto que permita la transformación personal y social

b)Capacitación a constructores. Taller 2 y 3



Forma de Financiamiento:

Aún cuando este proyecto se lleva a cabo por profesionales voluntarios, consideran un aporte para materiales. Se estima que este aporte es de alrededor de \$ 6.000 pesos semestrales por participante que permanezca en el proyecto, este dinero se utiliza para fotocopias, manuales, papelógrafos, lápices, libros, etc.

Los recursos que necesita el proyecto se juntan en actividades que se gestan entre todos (rifas, fiestas, feria de las pulgas, etc.), sabemos que hoy en día la realidad económica de la gente no permite financiar de sus bolsillos dichos proyectos.

Nuestra Fundación no tiene una visión paternalista y todos sus proyectos tienen carácter autogestivo, esta es la única manera que cualquiera pueda reproducirlos ya que no dependen del dinero. Trabaja en base el esfuerzo voluntario y resuelve sus necesidades económicas de manera creativa y autónoma.

¿Qué hace la Fundación Laura Rodríguez?

Somos una sin fines de lucro, creada en 1992, cuyo objetivo central es promover la superación de toda forma de discriminación cualquiera sea su origen o causa, favoreciendo el desarrollo pleno de todos los seres humanos.

A lo largo de sus años de existencia la Fundación Laura Rodríguez ha trabajado en proyectos que apuntan al fortalecimiento del desarrollo organizacional y que propicien la no-discriminación, principalmente en las temáticas salud mental, ecología, igualdad de oportunidades, participación ciudadana y VIH/SIDA.

Programa Especial de Nivelación Básica y Media para Adultos- MINEDUC

Este año la Fundación se ha adjudicado la ejecución del servicio educativo para la implementación de este programa. Paralelamente al programa de nivelación, estamos ayudando a que más de 500 personas adultas rindan sus exámenes libres en el programa "Validación de estudios" en comunas como Cerro Navia, Quinta Normal, Pudahuel, Puente Alto, LA Florida, Maipú y Cerrillos entre otras. Las clases para los participantes son dadas por voluntarios de la Fundación, que no reciben remuneración alguna participando del proyecto humanista mundial "Hacia una Nación Humana Universal".

Campaña de Alfabetización Informática" (CAI)

Estamos formando "Centros de Alfabetización Informática" (CAI) como forma de poner la tecnología en manos de los grupos más discriminados y que, por ende, tienen un escaso acceso a ella. En ellos se enseña a armar y usar computadores, a la vez de técnicas de desarrollo personal y organizacional.

Banco Solidario de Medicamentos en personas viviendo con VIH .

Organiza a 100 personas viviendo con VIH, como agentes de denuncia y propuesta para superar la discriminación que los afecta. Entrega medicamentos, orientación médica, existencial, previsional, nutricional y legal a sus miembros.

"Implementación de Taller científico Ambiental"- Explora CONICYT

Apunta a limpiar las laderas del Río Aconcagua a través de la recuperación del estuario conservando la flora y fauna del lugar.

"Plan integrado de Manejo, Conservación y Recuperación de los humedales del Estuario del Río Aconcagua y Áreas Marino Costera Colindante- Fondo de la Américas (FDLA)

En la quinta región se desarrolla desde el mes de Julio y su objetivo es la ejecución de talleres ambientales que sensibilicen a la comunidad en torno al estuario y de la ciudad de Con Con en general a y través de la creación de un local abierto al público.

Taller de Acercamiento del arte de Animación a los niños"- FONDART

Se realizan talleres de juguetes ópticos y de animación para niños de 10 y 13 años. Este proyecto está financiado por el Fondo para las artes (FONDART).

Campaña Necesitamos despertar para construir el mundo que soñamos de la Red de Psicología para Todos. Realizamos talleres, charlas en colegios e instituciones. Se cuenta con 50 voluntarios, complementando lo anterior se ha abierto un consultorio para dar ayuda especializada a quienes lo necesitan. De este proyecto se desprende el actual dada la necesidad de generar ámbitos transformadores más permanentes y no sólo campañas

Directora Ejecutiva: Rosa Ergas Benmayor

Fono: 222 20 16-093326030

Dirección: Gral. Jofré 54

www.laurarodriguez.cl

