



me sentí bien yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ sentí mucha alegría y libertad
me sentí contenta me encontré muy bien Me sentí super bien
me sentí mucho Me sentí super bien Felicitaciones;

fue muy hermoso, me divirtí mucho MUY FELIZ felicitaciones
I aprendí mucho. - muy bonito Me sentí bien
me sentí más que bien Me sentí Feliz
me sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito, me divirtió Me sentí bien Gracias por todo

me sentí bien yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ sentí mucha alegría y libertad
me sentí contenta me encontré muy bien Me sentí super bien
me sentí mucho Me sentí super bien Felicitaciones;

fue muy hermoso, me divirtí mucho MUY FELIZ felicitaciones
I aprendí mucho. - muy bonito Me sentí bien
me sentí más que bien Me sentí Feliz
me sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito, me divirtió Me sentí bien Gracias por todo

me sentí bien Yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ Senti Mucha Alegría y Libertad
me sentí contenta me encontre muy bien Me sentí super bien
me gusto mucho Me sentí SUPER BIEN Felicitaciones;

que muy hermoso, me divirti mucho MUY FELIZ felicitaciones
I aprendi mucho. - muy bonito Me sentí bien
me sentí más que bien Me sentí Feliz
me sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito, me divirti Me sentí bien Gracias por todo

PATROCINANTES SERVICIO DE SALUD COQUIMBO:

Unidad de Salud Mental, Subdepartamento de Integración de la red
de asistencial, Servicio de Salud Coquimbo.



EQUIPO EJECUTOR VALNOSUR CONSULTORES:

Domingo Asún S.
Director Valnosur Consultores.

Guillermo Fernández M.
Asesor Valnosur Consultores.

Eduardo Guesalaga C.
Asesor Valnosur Consultores.

Felipe Garrido D.
Asesor Valnosur Consultores.

Rodrigo Guzmán S.
Asesor Valnosur Consultores.

Cristian Zamora A.
Asesor Valnosur Consultores.

Antón Pérez C.
Asesor Valnosur Consultores.

FOTOGRAFÍAS:

Archivos / Registros Equipo Valnosur Consultores.



me sentí bien Yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ Senti Mucha Alegría y Libertad
me sentí contenta me encontre muy bien Me sentí super bien
me gusto mucho Me sentí SUPER BIEN Felicitaciones;

que muy hermoso, me divirti mucho MUY FELIZ felicitaciones
I aprendi mucho. - muy bonito Me sentí bien
me sentí más que bien Me sentí Feliz
me sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito, me divirti Me sentí bien Gracias por todo

me sentí bien yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ sentí mucha alegría y libertad
me sentí contenta me encontre muy bien Me sentí super bien
me sentí mucho Me sentí super bien Felicitaciones;

que muy hermoso, me divirtí mucho MUY FELIZ felicitaciones
I aprendí mucho. - MUY BONITO Me sentí bien
me sentí más que bien Me sentí Feliz
me sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito, me divirtí Me sentí bien Gracias por todo

INTRODUCCIÓN

El presente documento es parte de un proceso de Sistematización de Experiencias que se enmarca dentro del Programa Ecológico que se construye, crece y trabaja en forma conjunta con Servicio de Salud de la Región de Coquimbo. Así, el texto que a continuación se expone, es el tercero de una serie de sistematizaciones y dará cuenta del “VIII Encuentro Regional de Grupos de Autoayuda Multifamiliar - Ovalle 2014”.

Los Encuentros Regionales se han convertido en eventos cruciales para la continuidad del Programa Ecológico en la región de Coquimbo. Estos encuentros se han transformado en el nexo con otros grupos, con otras localidades, con nuevas experiencias, con otras dificultades, con otros avances y, por tanto con otros saberes. Con la participación protagónica de Familias, Trabajadores y Trabajadoras Socio-sanitarios/as (TSS) y distintos Grupos Multifamiliares, se ha logrado conocer la realidad de sus experiencias concretas y facilitar un proceso de construcción de conocimiento en la práctica de sus contextos sociales, que valore la perspectiva de sus protagonistas.

El proceso de sistematización se realizó a través de encuentros continuos, los que permitieron el fortalecimiento del trabajo del programa. Para ello, en un primer momento, se buscó co-construir una sistematización de orden más técnico, para el “VI Encuentro Regional de Grupos de Autoayuda Multifamiliar” que se realizó en la comuna de Andacollo en Noviembre del año 2012. A partir de los resultados y conclusiones de dicho documento, se planificó realizar la Sistematización del “VII Encuentro Regional de Grupos de Autoayuda Multifamiliar” en el mes Octubre del siguiente año. Este segundo encuentro se orientó a partir de un foco más vivencial, levantando la experiencia de quienes hacen este programa día a día en los territorios.

me sentí bien yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ sentí mucha alegría y libertad
me sentí contenta me encontre muy bien Me sentí super bien
me sentí mucho Me sentí super bien Felicitaciones;

que muy hermoso, me divirtí mucho MUY FELIZ felicitaciones
I aprendí mucho. - MUY BONITO Me sentí bien
me sentí más que bien Me sentí Feliz
me sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito, me divirtí Me sentí bien Gracias por todo

me sentí bien yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ sentí mucha alegría y libertad
me sentí contenta me encontré muy bien Me sentí super bien
me gustó mucho Me sentí super bien Felicitaciones;

que muy hermoso, me divirtió mucho MUY FELIZ felicitaciones
I aprendí mucho. - muy bonito Me sentí bien
me sentí más que bien Me sentí Feliz
me sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito, me divirtió Me sentí bien Gracias por todo



Todo lo anterior, ha ayudado a que los distintos grupos puedan apropiarse de sus prácticas para así poder reflexionar sobre ellas. Lo que implica que el proceso se ha fortalecido mediante la difusión y comunicación de los saberes construidos entre los participantes, lo cual se ha intentado reflejar en los documentos de Sistematización.

Se convierte así en un proceso enriquecedor para los actores participantes, tanto para la comunidad como para los facilitadores/as del programa. Esto, por la vinculación, experiencias de trabajo, aprendizajes, liderazgos y lo que en definitiva, articula una iniciativa pública que apunta al desarrollo integral de todos quienes participan.

Tomando en cuenta los antecedentes mencionados en los párrafos anteriores, esperamos que este documento logre dar cuenta de las aventuras, vivencias y experiencias que han tenido los participantes del VIII Encuentro Regional de Grupos de Autoayuda Multifamiliar Región de Coquimbo, Ovalle 2014.

me sentí bien yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ sentí mucha alegría y libertad
me sentí contenta me encontré muy bien Me sentí super bien
me gustó mucho Me sentí super bien Felicitaciones;

que muy hermoso, me divirtió mucho MUY FELIZ felicitaciones
I aprendí mucho. - muy bonito Me sentí bien
me sentí más que bien Me sentí Feliz
me sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito, me divirtió Me sentí bien Gracias por todo



me sentí bien yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ sentí mucha alegría y libertad
me sentí contenta me encontré muy bien Me sentí super bien
me sentí mucho Me sentí super bien Felicitaciones;

fue muy hermoso, me divirtí mucho MUY FELIZ felicitaciones
I aprendí mucho. - muy bonito Me sentí bien
me sentí más que bien Me sentí Feliz
me sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito, me divirtió Me sentí bien Gracias por todo



PLAN DE SISTEMATIZACIÓN

Como se mencionó anteriormente en la introducción, las sistematizaciones llevadas a cabo por nuestro Equipo en conjunto con todos quienes están involucrados con el Programa Ecológico, han tenido distintos focos a lo largo del tiempo.

En el presente apartado, se explicarán aquellos elementos que servirán de “Carta de Ruta” del presente proceso de sistematización. Para ello daremos cuenta de elementos propios de la metodología como son: el Objetivo, el Objeto, los Ejes y las Técnicas de Producción.

El objetivo es “Analizar críticamente la Experiencia de desarrollo del VIII Encuentro de Grupos de Autoayuda Multifamiliar de la Región de Coquimbo con la finalidad de identificar logros de intervención a distintos niveles y cómo aspirar a logros mayores”. Por ello, el visibilizar estos logros y proyecciones se convierte en el punto de continuidad, luego de levantar buenas prácticas el año 2012 y vivencias el siguiente año.

De esta manera, el encuentro realizado en la comuna de Ovalle, se transforma en una oportunidad relevante para el registro de la experiencia vivida por los participantes del programa, para así comunicar éxitos, y dar cuenta a distintos organismos que son parte de la Política Pública, acerca de lo que se trabaja en el Programa Ecológico en la región de Coquimbo.

En el quehacer comunitario se hace difícil generar indicadores de proceso, avance o logro que estén fuera de la dimensión de la cobertura.

me sentí bien yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ sentí mucha alegría y libertad
me sentí contenta me encontré muy bien Me sentí super bien
me sentí mucho Me sentí super bien Felicitaciones;

fue muy hermoso, me divirtí mucho MUY FELIZ felicitaciones
I aprendí mucho. - muy bonito Me sentí bien
me sentí más que bien Me sentí Feliz
me sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito, me divirtió Me sentí bien Gracias por todo

me sentí bien yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ sentí mucha alegría y libertad
me sentí contenta me encontré muy bien Me sentí super bien
me gustó mucho Me sentí super bien Felicitaciones;

que muy hermoso, me divertí mucho MUY FELIZ felicitaciones
I aprendí mucho. - muy bonito Me sentí bien
me sentí más que bien Me sentí Feliz
me sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito, me divirtí Me sentí bien Gracias por todo



Es este, entonces, el primer paso para hacer emerger en el proceso, indicadores de logro en términos de calidad de la intervención. Siendo esto así, es favorable mantener y fortalecer aquello que se realiza bien o de manera eficaz y de esta manera dar el salto a otros niveles de impacto sobre la temática, con el fin de poder teorizar sobre ella y apropiarse de aquellos saberes.

En segundo lugar, el objeto de esta sistematización es la experiencia que los y las participantes de los Grupos de Autoayuda Multifamiliar llevan al Encuentro Regional. Esto, porque el proceso de levantamiento de la Información se realiza durante el Encuentro, en el cual es necesario identificar los siguientes ejes del trabajo del programa;

1.- Los logros sistematizables: El fin de ello es la construcción de indicadores que permitan comunicar y dar cuenta de los éxitos de las experiencias.

2.- Proyecciones del Programa: Planificar el futuro desde el estado actual. Lo cual implica la necesaria renovación de prácticas y avance en el proceso de intervención.

Por último, con respecto a las técnicas de producción de información, se utilizaron entrevistas semi-estructuradas a participantes seleccionados aleatoriamente. Luego, se generaron registros audiovisuales de los momentos en los diferentes simposios y actividades. Finalmente, la información producida fue sometida a un proceso de análisis de contenido categorial.

me sentí bien yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ sentí mucha alegría y libertad
me sentí contenta me encontré muy bien Me sentí super bien
me gustó mucho Me sentí super bien Felicitaciones;

que muy hermoso, me divertí mucho MUY FELIZ felicitaciones
I aprendí mucho. - muy bonito Me sentí bien
me sentí más que bien Me sentí Feliz
me sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito, me divirtí Me sentí bien Gracias por todo

me sentí bien yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ sentí mucha alegría y libertad
me sentí contenta me encontré muy bien Me sentí super bien
me sentí mucho que sentí super bien Felicitaciones;

fue muy hermoso, me divirtí mucho MUY FELIZ felicitaciones
I aprendí mucho. - muy bonito Me sentí bien
me sentí más que bien Me sentí Feliz
me sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito, me divirtió Me sentí bien Gracias por todo

DESCRIPCIÓN DEL ENCUENTRO

El VIII Encuentro Regional de Grupos de Autoayuda Multifamiliar se realizó en la comuna de Ovalle entre los días Viernes 28 y Sábado 29 de Noviembre del año 2014. En dicha ocasión, se realizaron distintas actividades, con el fin de intercalar espacios de reflexión y trabajo.

1.- Día Viernes 28 de Noviembre

- Durante este día, los participantes se inscribieron en los distintos simposios que se trabajarían durante la jornada.
- Posteriormente, se realizó una ceremonia de presentación pública de los nuevos trabajadores y trabajadoras sociosanitarios/as de la Escuela de 1er Nivel del año 2014 y el reconocimiento de familias destacadas por el cambio en su estilo de vida durante su participación en el Programa Ecológico.
- Luego, se dio paso a la cena donde fue el punto de partida de una Fonda Blanca, que es un espacio de distensión entre los y las participantes, el cual es amenizado con presentaciones artísticas y baile.

2.- Día Sábado 29 de Noviembre

- El día comenzó con el desayuno de las distintas delegaciones en el lugar de realización del encuentro.
- Seguido, el Acto Oficial de apertura donde distintas autoridades tanto locales como nacionales, estuvieron presentes. Entre ellos, el Alcalde de la comuna de Ovalle, el Gobernador de la Provincia de Limarí, el Director del Servicio de Salud Coquimbo, representantes de la entonces Ministra de Salud, Helia Molina y el Comité Organizador del encuentro representado por Jefa del Departamento de Salud de Ovalle y funcionarios, además de voluntarios del Equipo Psircutopía.

Posteriormente, un representante de VALNOSUR Consultores entrega el registro de los principales hallazgos de la Sistematización del Encuentro del año anterior, realizado en la comuna de Combarbalá a los y las participantes presentes. Transmitiendo de esta forma los sentidos vivenciados durante dichos encuentros y la emoción de participar tanto en el programa como de su encuentro regional.

me sentí bien yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ sentí mucha alegría y libertad
me sentí contenta me encontré muy bien Me sentí super bien
me sentí mucho que sentí super bien Felicitaciones;

fue muy hermoso, me divirtí mucho MUY FELIZ felicitaciones
I aprendí mucho. - muy bonito Me sentí bien
me sentí más que bien Me sentí Feliz
me sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito, me divirtió Me sentí bien Gracias por todo

me sentí bien yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ sentí mucha alegría y libertad
me sentí contenta me encontré muy bien Me sentí super bien
me gustó mucho Me sentí super bien Felicitaciones;

que muy hermoso, me divirtí mucho MUY FELIZ felicitaciones
I aprendí mucho. - muy bonito Me sentí bien
me sentí más que bien Me sentí Feliz
me sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito, me divirtí Me sentí bien Gracias por todo

Finalmente, se da paso a los distintos simposios y mesas de trabajo durante la Jornada de la mañana, que corresponden a los espacios de reflexión donde se levantan distintos tipos de información relevantes para la implementación del Programa Ecológico.

Los simposios fueron los siguientes:

- Buenas prácticas en los Grupos de Autoayuda Multifamiliares.
- Modificaciones, trasformaciones y cambios en los coordinadores/as de grupos de autoayuda Multifamiliares.
- La importancia de la supervisión y autocuidado en los Trabajadores y Trabajadoras Sociosanitarios/as.
- Los cambios experimentados en las familias al ingresar a los Grupos de autoayuda Multifamiliares.
- Estrategias Familiares para la Prevención de Recaídas en personas con problemas de Salud Mental.
- Espiritualidad en el Programa Ecológico.
- Importancia de la educación continua en el Programa Ecológico y la instalación de escuelas de 1er Nivel en establecimientos de salud.

¹Instancia de preparación para los asistentes orientado al desarrollo de habilidades para el trabajo grupal.

me sentí bien yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ sentí mucha alegría y libertad
me sentí contenta me encontré muy bien Me sentí super bien
me gustó mucho Me sentí super bien Felicitaciones;

que muy hermoso, me divirtí mucho MUY FELIZ felicitaciones
I aprendí mucho. - muy bonito Me sentí bien
me sentí más que bien Me sentí Feliz
me sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito, me divirtí Me sentí bien Gracias por todo

me sentí bien yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ sentí mucha alegría y libertad
me sentí contenta me encontre muy bien Me sentí super bien
me gusto mucho Me sentí super bien Felicitaciones;

fue muy hermoso, me divirtí mucho MUY FELIZ felicitaciones
I aprendí mucho. - muy bonito Me sentí bien
me sentí más que bien Me sentí Feliz
me sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito, me divirtió Me sentí bien Gracias por todo

- Los aportes del modelo ecológico y su importancia en el modelo de salud familiar; de la teoría a la práctica.
- Trabajo con niños y niñas (de más de 5 años).
- Trabajo con niños y niñas (de menos de 5 años).
- Determinantes Sociales en salud.
- Trabajo en Equipo.

En cada simposio participaron entre 10 a 25 personas, generándose la facilitación del espacio por un o una encargado/a y adoptando como secretario/a a alguno/a de los y las participantes. Generalmente, comenzaban con la exposición acerca de cada tema para luego continuar con la reflexión grupal.

Luego del almuerzo de las delegaciones, la Universidad Central hace entrega de su documento de Sistematización sobre el proceso de formación de Trabajadores Sociosanitarios en las comunas de Andacollo, Vicuña, Paihuano y La Serena.

Posteriormente, se da paso a la exposición en plenario de las principales conclusiones de lo trabajado en cada uno de los simposios. Las exposiciones son realizadas por participantes de dichos espacios y serán profundizadas con el análisis de la presente Sistematización.

Finalmente se entregó el diploma de participación a cada una de las delegaciones, para dar cierre al Encuentro con una dinámica conjunta final.



me sentí bien yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ sentí mucha alegría y libertad
me sentí contenta me encontre muy bien Me sentí super bien
me gusto mucho Me sentí super bien Felicitaciones;

fue muy hermoso, me divirtí mucho MUY FELIZ felicitaciones
I aprendí mucho. - muy bonito Me sentí bien
me sentí más que bien Me sentí Feliz
me sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito, me divirtió Me sentí bien Gracias por todo

me sentí bien Yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ Senti Mucha Alegría y Libertad
me sentí contenta me encontre muy bien Me sentí super bien
me gusto mucho Me sentí SUPER bien Felicitaciones;

fue muy hermoso, me diverti mucho MUY FELIZ felicitaciones
I aprendi mucho. - muy bonito Me sentí bien
Me sentí más que bien Me sentí Feliz
me sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito, me diverti Me sentí bien Gracias por todo



me sentí bien Yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ Senti Mucha Alegría y Libertad
me sentí contenta me encontre muy bien Me sentí super bien
me gusto mucho Me sentí SUPER bien Felicitaciones;

fue muy hermoso, me diverti mucho MUY FELIZ felicitaciones
I aprendi mucho. - muy bonito Me sentí bien
Me sentí más que bien Me sentí Feliz
me sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito, me diverti Me sentí bien Gracias por todo

me sentí bien yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ sentí mucha alegría y libertad
me sentí contenta me encontre muy bien Me sentí super bien
me gusto mucho Me sentí super bien Felicitaciones;

fue muy hermoso, me diverti mucho MUY FELIZ felicitaciones
I aprendi mucho. - muy bonito Me sentí bien
me sentí más que bien Me sentí Feliz
me sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito, me diverti Me sentí bien Gracias por todo



me sentí bien yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ sentí mucha alegría y libertad
me sentí contenta me encontre muy bien Me sentí super bien
me gusto mucho Me sentí super bien Felicitaciones;

fue muy hermoso, me diverti mucho MUY FELIZ felicitaciones
I aprendi mucho. - muy bonito Me sentí bien
me sentí más que bien Me sentí Feliz
me sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito, me diverti Me sentí bien Gracias por todo

me sentí bien Yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
 me sentí como en familia MUY FELIZ Senti Mucha Alegría y Libertad
 me sentí contenta one encontre muy bien Me sentí super bien
 one gusto mucho Me sentí super bien Felicitaciones;
 Me sentí super bien

que muy hermoso, me divirtí mucho MUY FELIZ felicitaciones
 y aprendí mucho. - muy bonito Me sentí bien
 me sentí más que bien Me sentí Feliz
 me sentí muy bien porque el encuentro
 que muy bonito, me divirtí Me sentí bien Gracias por todo



me sentí bien Yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
 me sentí como en familia MUY FELIZ Senti Mucha Alegría y Libertad
 me sentí contenta one encontre muy bien Me sentí super bien
 one gusto mucho Me sentí super bien Felicitaciones;
 Me sentí super bien

que muy hermoso, me divirtí mucho MUY FELIZ felicitaciones
 y aprendí mucho. - muy bonito Me sentí bien
 me sentí más que bien Me sentí Feliz
 me sentí muy bien porque el encuentro
 que muy bonito, me divirtí Me sentí bien Gracias por todo

me sentí bien yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ sentí mucha alegría y libertad
me sentí contenta me encontré muy bien Me sentí super bien
me sentí mucho Me sentí super bien Felicitaciones;

que muy hermoso, me divirtieron mucho MUY FELIZ felicitaciones
I aprendí mucho. - muy bonito Me sentí bien
me sentí más que bien Me sentí Feliz
me sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito, me divirtió Me sentí bien Gracias por todo

PRINCIPALES CONCLUSIONES DE LOS SIMPOSIOS REALIZADOS EN EL VIII ENCUENTRO DE GRUPOS MULTIFAMILIARES

En este apartado presentaremos los principales análisis y observaciones de los temas propuestos y realizados por los grupos en cada simposio. Estos análisis y observaciones concluyeron en un plenario al final de la jornada, la cual fue registrada por el equipo de sistematizadores y será expuesta a continuación:

Buenas prácticas en los Grupos de Autoayuda Multifamiliares

En primera instancia, se destaca como una tarea indispensable para el ingreso de nuevas Familias a los Grupos de Autoayuda Multifamiliares la difusión que se hace de estos grupos en cada territorio. Esta labor, según señalan, es ejercida por los integrantes del Grupo de Autoayuda y los Equipos de Salud siendo aquí, donde emerge el funcionamiento autónomo de los y las participantes con sus trabajadores/as sociosanitarios/as.

Por otro lado, la existencia de apoyo profesional en las reuniones de los Comité Autogestor Local (encargado de las planificaciones de las escuelas de primer nivel), adquiere especial importancia para los grupos de autoayuda. Asimismo, refieren que existe la necesidad de postular a proyectos que generen fondos, lo que implicaría adquirir personalidad jurídica, y por consiguiente, mayor supervisión y apoyo de los profesionales en los establecimientos de salud.

Por último reconocen, el respeto a las reglas de oro, como fundamental para el logro de los objetivos de los grupos de autoayuda. Por lo que, “no hablar de quien no esté presente, no hablar de política, religión, ni futbol”, serán la clave para mantener la armonía y la sana convivencia dentro del grupo.

Modificaciones, transformaciones y cambios en los coordinadores de grupos de autoayuda multifamiliares

El grupo a cargo de esta temática es claro en destacar que; los cambios en los coordinadores comienzan a gestarse cuando la persona quiere un cambio en su estilo de vida y se da el tiempo necesario de vivir el dicho proceso. Señalan que el coordinador vive esta transformación participando activamente en el grupo de autoayuda, esto implica participar de los distintos segmentos del Programa Ecológico, poniendo su

me sentí bien yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ sentí mucha alegría y libertad
me sentí contenta me encontré muy bien Me sentí super bien
me sentí mucho Me sentí super bien Felicitaciones;

que muy hermoso, me divirtieron mucho MUY FELIZ felicitaciones
I aprendí mucho. - muy bonito Me sentí bien
me sentí más que bien Me sentí Feliz
me sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito, me divirtió Me sentí bien Gracias por todo

me sentí bien yo me sentí muy bien Me sentí muy bien que muy hermoso, me divirtí mucho muy felíz felicitaciones
me sentí como en familia MUY FELIZ Senti Nucha Alegría y libertad I aprendí mucho. - muy bonito Me sentí bien
me sentí contenta me encontre muy bien Me sentí superbien Me sentí más que bien Me sentí Feliz
me gustó mucho Me sentí SUPER bien Felicitaciones; que sentí muy bien porque el encuentro que muy bonito, me divirtió Me sentí bien Gracias por todo

experiencia al servicio de la afectividad del grupo, aceptando nuevas responsabilidades y desafíos, lo que favorece el desarrollo de conductas nuevas y positivas.

La importancia de la supervisión, la autogestión y autocuidado en los y las Trabajadores/as sociosanitarios/as

La supervisión, puntúa el grupo, es la instancia donde Trabajadores Sociosanitarios junto a Profesionales de los Equipos de Salud se reúnen para supervisar tanto las dificultades como los éxitos en relación a la Coordinación de los Grupos de Autoayuda Multifamiliar. Reconocen además varios niveles e instancias de supervisión, cada una de ellas indispensables para mantener la pureza del Programa Ecológico. Se destacan como instancias de supervisión; Comité Autogestor Local, Comité Autogestor Comunal y Escuela de 2do nivel.

El autocuidado en cambio, aclaran, está centrado en la búsqueda de nuestro bienestar físico, psicológico y espiritual. Se refuerza la idea de No es posible el cambio del otro sino cambiamos primero nosotros. Esto está relacionado con lo que llaman una antropología espiritual, dicho de otro modo, “cómo nos sentimos nosotros, cómo somos por dentro y con las redes que tenemos”. Por tanto, concluyen, cuidarse tanto física, psicológica como espiritualmente, es muy importante en este tipo de programa, pues existen diversas problemáticas o diferentes situaciones en la vida de quienes componen los grupos.

Es entonces que, la supervisión, la autogestión y el autocuidado, aparecen como elementos fundamentales para que el grupo se proyecte hacia el futuro y para esto es necesario reconocerse a sí mismo como sujetos de cambio, con capacidad de lograr un estilo de vida diferente para cada uno, para su familia y su comunidad. Así, valores como el amor, la tolerancia, la humildad, la dedicación y el respeto mutuo, emergen como esenciales en el camino hacia cambio.

Los cambios experimentados en las familias al ingresar a los Grupos de autoayuda Multifamiliares

Para poder dar cuenta de los cambios experimentados por las familias al ingresar a los grupos de autoayuda, el grupo propone cuatro ejes que reflejan dichos cambios, a saber;

a. Los beneficios al ingresar al grupo de Autoayuda Multifamiliar:

Distinguen que al ingresar a un grupo de autoayuda multifamiliar, lo primero es comprender que toda la familia está con problemas. Esto implica asumir una responsabilidad y a su vez un cambio en términos de respeto hacia la familia.

me sentí bien yo me sentí muy bien Me sentí muy bien que muy hermoso, me divirtí mucho muy felíz felicitaciones
me sentí como en familia MUY FELIZ Senti Nucha Alegría y libertad I aprendí mucho. - muy bonito Me sentí bien
me sentí contenta me encontre muy bien Me sentí superbien Me sentí más que bien Me sentí Feliz
me gustó mucho Me sentí SUPER bien Felicitaciones; que sentí muy bien porque el encuentro que muy bonito, me divirtió Me sentí bien Gracias por todo

me sentí bien yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ sentí mucha alegría y libertad
me sentí contenta me encontré muy bien Me sentí super bien
me sentí mucho que sentí super bien Felicitaciones;

que muy hermoso, me divirtí mucho MUY FELIZ felicitaciones
I aprendí mucho. - muy bonito Me sentí bien
me sentí más que bien Me sentí Feliz
que sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito, me divirtí mucho Me sentí bien Gracias por todo

Por otro lado, advierten necesario desarrollar algunas habilidades, como aprender a escuchar a los demás, esto permitirá ampliar la visión del problema, y compartir experiencias, “ver que muchos más viven lo que mi familia vive”. Es así que, comparten la visión respecto a la experiencia del otro, la cual no sólo será escuchada con respeto, sino también contribuirá al cambio de las otras familias.

El desarrollo de estas habilidades, concluyen, promueve la integración de las personas y la familia en su comunidad, promoviendo el respeto, la tolerancia y el amor, así también se promueve la unión familiar, la confianza en sí mismo y en toda la familia.

b. Importancia del amor en la familia y su implicancia en el cambio del estilo de vida:

Desde la perspectiva de los participantes, el amor es el cimiento que permite entender al otro y le da solidez a la familia, el amor nos permite ver y comprender las dificultades que tiene una persona y que finalmente se transforma en el problema de toda la familia. Finalmente, refieren “nos permite crecer lo que motiva el cambio hacia nuevos estilos de vida”.

c. Resultados obtenidos de la tolerancia, la empatía, la comprensión, la solidaridad y el amor al interior de la familia:

Destacan la importancia de estos factores en las relaciones humanas como facilitadores en la resolución de la problemática familiar en armonía y tranquilidad. Sin embargo, dicen, existen familias que por su número y composición, generan dificultades para poder expresar y comunicar afectos. Por lo que, “aprender a cambiar esta forma de interacción, muchas veces agresiva que se tiene al interior de las familias, posibilitará mayor respeto de sí mismas y hacia los otros, por tanto un entorno más armónico y saludable”. Concluyen entonces que; la tolerancia, la empatía, la comprensión, la solidaridad y el amor dan a la familia; armonía, solidez y felicidad.

d. Beneficios para los niños al participar en los grupos de autoayuda:

Referente a este tema, el grupo señala que los niños son muy observadores de su contexto, y en los grupos de autoayuda esto no es diferente. “Pueden estar jugando, pero captan y procesan lo que ocurre en la reunión”. Refieren que su honestidad al hablar, les permite plantear las verdades de la familia y lo que puede que los adultos no dicen. Es así que, gracias a sus observaciones van generando aprendizajes significativos en torno a la comunicación, dirigiéndose con respeto hacia los demás, lo que les permite, a su vez, aprender sobre los temas que hay dentro de la familia y a vivirlos de la mejor manera.

me sentí bien yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ sentí mucha alegría y libertad
me sentí contenta me encontré muy bien Me sentí super bien
me sentí mucho que sentí super bien Felicitaciones;

que muy hermoso, me divirtí mucho MUY FELIZ felicitaciones
I aprendí mucho. - muy bonito Me sentí bien
me sentí más que bien Me sentí Feliz
que sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito, me divirtí mucho Me sentí bien Gracias por todo

me sentí bien yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ sentí mucha alegría y libertad
me sentí contenta me encontré muy bien Me sentí super bien
me gustó mucho Me sentí s PER BIEN Felicitaciones;

que muy hermoso, me divirtí mucho MUY FELIZ felicitaciones
I aprendí mucho. - muy bonito Me sentí bien
me sentí más que bien Me sentí Feliz
me sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito, me divirtió Me sentí bien Gracias por todo

Estrategias Familiares para la Prevención de Recaídas en personas con problemas de Salud Mental

El objetivo de este apartado es, reconocer elementos de la prevención de recaídas y recibidas incorporando a las familias como unidad de trabajo. Desde esta perspectiva ecológica, los participantes distinguen que, en los problemas de salud, hay un fuerte componente al que llaman estilo de vida, donde participa la familia en su conjunto.

En primera instancia, les resulta relevante identificar y diferenciar los dos tipos de recaídas. Por un lado, las recaídas secas y por otro, las recaídas húmedas. Se refieren a la primera cuando, se realiza una conducta (cualquiera sea) que se ha decidido, con anterioridad, cambiar. Recaídas húmedas en cambio, dicen, en el área de las dependencias al alcohol y otras drogas, cuando la conducta actuada implicó consumo.

En segundo lugar, les resulta necesario e importante reconocer las señales cuando se está en recaída, así distinguen los siguientes síntomas como señales de alarma frente a éstas, a saber; inquietud, negación, testarudez, prepotencia con otros y enfascarse en los problemas de los demás, estar a la defensiva, conductas compulsivas, pérdida de la esperanza, insomnio, mentir, pérdida de confianza de sí mismo, resentimiento, soledad, frustración y rabia.

La prevención, por tanto, para ellos es identificar dificultades y aprender estrategias, esto implica reconocer y enfrentar el problema. El grupo de autoayuda, enfatizan, es fundamental en esta tarea, porque entrega el espacio de confianza y contención necesaria. "Aquel que está en crisis será apoyado, acompañado y aceptado, sin juicios. El grupo de autoayuda es el lugar donde este proceso de aprendizaje se lleva a cabo".

Será entonces, según señalan los participantes, la contención y el apoyo, responsabilidad del grupo por lo que sí la familia dejase de asistir a las reuniones, las visitas domiciliarias serán el método para acompañar a las personas en este proceso de aprendizaje. En este sentido, cumplir las reglas de oro y compartir las experiencias, no solamente los problemas, permitirá ampliar la mirada y así poder avanzar. "No agachar los brazos, seguir adelante, tener fuerza, ser tolerante, valiente, y si nos caemos, pararnos... una y otra vez".

me sentí bien yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ sentí mucha alegría y libertad
me sentí contenta me encontré muy bien Me sentí super bien
me gustó mucho Me sentí s PER BIEN Felicitaciones;

que muy hermoso, me divirtí mucho MUY FELIZ felicitaciones
I aprendí mucho. - muy bonito Me sentí bien
me sentí más que bien Me sentí Feliz
me sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito, me divirtió Me sentí bien Gracias por todo

me sentí bien yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ sentí mucha alegría y libertad
me sentí contenta me encontré muy bien Me sentí super bien
me sentí mucho que sentí super bien Felicitaciones;

que muy hermoso, me divirtí mucho MUY FELIZ felicitaciones
I aprendí mucho. - muy bonito Me sentí bien
me sentí más que bien Me sentí Feliz
que sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito, me divirtí Me sentí bien Gracias por todo

Espiritualidad en el Programa Ecológico Multifamiliar

La espiritualidad para los grupos que participan en el Programa Ecológico, "es una invitación al diálogo y al crecimiento personal, es empezar de nuevo a disfrutar y entregarse a las personas que más se quiere, esto permite ver lo más sencillo del corazón". Es una instancia de reflexión, convivencia y aprendizajes, dicen, que invita a vivir de una manera distinta, sin rencores ni actitudes negativas, en el alma y el espíritu.

El grupo entonces concluye que; "La espiritualidad es aprender a dar gracias a la vida por las cosas que se tiene, es volver a nacer y salir del dolor. Permite encontrar la felicidad, así también, en obtener aprendizajes de las cosas que ya han pasado, sin perder la identidad, coherencia y credibilidad".

Importancia de la Educación continua en el Programa Ecológico y la instalación de escuelas de Primer Nivel en establecimientos de salud.

Considerando la importancia de la educación continua y la instalación de escuelas de 1er Nivel, los participantes de este simposio consideran necesario implementar estrategias para que los Trabajadores Socio Sanitarios permanezcan involucrados en el programa ecológico. Por ello, el tener un apoyo consistente y aportativo, así como una evaluación positiva de los Trabajadores Socio Sanitarios en los establecimientos de salud, permitirá una acogida real por parte de los TSS antiguos y los profesionales de la salud.

Así, concluyen, la tolerancia ante las diferencias y los tiempos de cada participante, como también la aceptación frente a las correcciones necesarias, facilitarán el traspaso de la experiencia de los Trabajadores Socio Sanitarios antiguos hacia los nuevos. Por otro lado, "la labor muchas veces teñida de problemas personales, destruye y desmotiva a los nuevos voluntarios del programa, por lo que se hace indispensable mantener una actitud respetuosa y positiva". Un trabajo motivacional entonces, posterior a la escuela, resultará importante para que quienes hacen el primer nivel sigan con el segundo y se mantengan dentro del programa.

Los aportes del Programa Ecológico y su importancia en el modelo de salud familiar; de la teoría a la práctica

El Programa Ecológico ha favorecido el cambio de perspectiva, desde una mirada individual a una donde la salud es familiar y comunitaria. Ha fortalecido la idea de la promoción y la prevención; incorporando el riesgo y la enfermedad, como ejes de trabajo.

me sentí bien yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ sentí mucha alegría y libertad
me sentí contenta me encontré muy bien Me sentí super bien
me sentí mucho que sentí super bien Felicitaciones;

que muy hermoso, me divirtí mucho MUY FELIZ felicitaciones
I aprendí mucho. - muy bonito Me sentí bien
me sentí más que bien Me sentí Feliz
que sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito, me divirtí Me sentí bien Gracias por todo

me sentí bien yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ sentí mucha alegría y libertad
me sentí contenta me encontré muy bien Me sentí superbien
me gustó mucho Me sentí s PER BIEN Felicitaciones;

que muy hermoso, me divirtí mucho MUY FELIZ felicitaciones
I aprendí mucho. - muy bonito Me sentí bien
me sentí más que bien Me sentí Feliz
me sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito, me divirtió Me sentí bien Gracias por todo

Los grupos a través del programa, han instalado como práctica cotidiana, la participación social y la autogestión, incorporando la educación continua, la capacitación y profundización del conocimiento, como elementos indispensables para su permanencia y crecimiento en el programa. De esta manera, el programa ecológico cambia su visión del sujeto, desde una mirada pasiva y sólo receptiva, hacia una donde este es activo y además un recurso disponible para la comunidad.

Resulta relevante considerar también, que esta tarea no ha acabado y debido a que los grupos se van desarrollando es que los participantes de este simposio reconocen nuevas necesidades, las cuales consignan de esta manera;

- Mayor acceso a capacitaciones para los Trabajadores Socio Sanitarios.
- Actividades de difusión en radio y televisión.
- Aumentar grupos de autoayuda en territorios.
- Fortalecer las visitas domiciliares.
- Invitar a profesionales para sensibilizar sobre la importancia del Programa Ecológico y la derivación de familias al Programa y a los grupos de Autoayuda Multifamiliar.
- Participar activamente en los consejos consultivos.
- Autovalidación de los Trabajadores Socio Sanitarios.

Determinantes sociales en salud

La salud es una responsabilidad individual y también social, sin embargo, el grupo a cargo de este simposio reconocen otros factores determinantes de la salud de las personas, así distinguen las condiciones de vida naturales como; la escolaridad, las políticas de empleo y vivienda, la prohibición social, el género y el ambiente en que nos desenvolvemos, es decir las características del entorno, el apoyo psicosocial, en este caso el grupo de autoayuda. “Todo esto nos hace más o menos vulnerables, por lo tanto, la salud no depende sólo del individuo sino del ambiente social en el que vive”.

Para concluir, los participantes dan importancia a distinguir los conceptos de equidad e igualdad, señalando; “Debemos afrontar que equidad no es lo mismo que igualdad en salud, equidad se refiere a mejorar la salud de acuerdo a nuestras necesidades para tener igualdad en salud”.

me sentí bien yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ sentí mucha alegría y libertad
me sentí contenta me encontré muy bien Me sentí superbien
me gustó mucho Me sentí s PER BIEN Felicitaciones;

que muy hermoso, me divirtí mucho MUY FELIZ felicitaciones
I aprendí mucho. - muy bonito Me sentí bien
me sentí más que bien Me sentí Feliz
me sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito, me divirtió Me sentí bien Gracias por todo

me sentí bien yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ sentí mucha alegría y libertad
me sentí contenta me encontré muy bien Me sentí super bien
me sentí mucho Me sentí super bien Felicitaciones;

que muy hermoso, me divirtí mucho MUY FELIZ felicitaciones
I aprendí mucho. - muy bonito Me sentí bien
me sentí más que bien Me sentí Feliz
que sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito, me divirtí Me sentí bien Gracias por todo

Trabajo en equipo

Para comenzar, el grupo plantea como relevante consignar que se entiende cómo trabajo en equipo, por lo que refiere; “El trabajo en equipo es una labor compartida, basada en la colaboración, en los acuerdos, la unión, la comprensión, la difusión, que implica responsabilidad y trabajo. Esto permite alcanzar el objetivo común entre todos”.

Trabajo en equipo entonces, señalan, es adecuarse a los tiempos de cada uno. Para esto, establecen como fundamentales, los siguientes elementos; la confianza, el intercambio de las experiencias, la perseverancia, el fortalecer y creer siempre en el modelo que se está transmitiendo, porque de esta manera se difunde y aprovecha la instancia para convocar una mayor cantidad de participantes.

Consideran además que, la sensibilización, la educación y enseñanza, serán la estrategia para la formación y mantención de los grupos. Así también, reconocen que los grupos de autoayuda son precursores de los procesos de cambio dentro y entre grupos. Aun así, “se hace indispensable romper las barreras de estigmatización de las personas que asisten a ellos”.

En esto, según señalan, los grupos de autoayuda multifamiliares han avanzado al desarrollo de fortalezas como la perseverancia, confianza, el amor como una base, el cariño, la sinceridad, la comunicación, la constancia, la preocupación por el otro, saber escuchar, compañerismo y la crítica constructiva, el lazo familiar que se da entre los grupos. No obstante, y como en cualquier proceso de conformación grupal, se han encontrado con dificultades en la consolidación, la tolerancia y en los distintos niveles de compromiso en las áreas del programa.

En definitiva, el aprendizaje de los grupos y enfrentamiento de las debilidades que se viven en un proceso continuo, emergen como determinantes en el afianzamiento de las fortalezas y la mantención de la unión grupal en base al afecto.

me sentí bien yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ sentí mucha alegría y libertad
me sentí contenta me encontré muy bien Me sentí super bien
me sentí mucho Me sentí super bien Felicitaciones;

que muy hermoso, me divirtí mucho MUY FELIZ felicitaciones
I aprendí mucho. - muy bonito Me sentí bien
me sentí más que bien Me sentí Feliz
que sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito, me divirtí Me sentí bien Gracias por todo

me sentí bien Yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
 me sentí como en familia MUY FELIZ Senti Mucha Alegría y Libertad
 me sentí contenta one encontre muy bien Me sentí super bien
 one gusto mucho Me sentí SUPER bien Felicitaciones;
 que muy bonito, me divierte mucho MUY FELIZ felicitaciones
 I aprendi mucho. - muy bonito Me sentí bien
 me sentí más que bien Me sentí Feliz
 me sentí muy bien porque el encuentro
 que muy bonito, me divierte Me sentí bien Gracias por todo



me sentí bien Yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
 me sentí como en familia MUY FELIZ Senti Mucha Alegría y Libertad
 me sentí contenta one encontre muy bien Me sentí super bien
 one gusto mucho Me sentí SUPER bien Felicitaciones;
 que muy bonito, me divierte mucho MUY FELIZ felicitaciones
 I aprendi mucho. - muy bonito Me sentí bien
 me sentí más que bien Me sentí Feliz
 me sentí muy bien porque el encuentro
 que muy bonito, me divierte Me sentí bien Gracias por todo

me sentí bien yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ sentí mucha alegría y libertad
me sentí contenta me encontre muy bien Me sentí super bien
me sentí mucho Me sentí super bien Felicitaciones;

fue muy hermoso, me divirtí mucho MUY FELIZ felicitaciones
I aprendí mucho. - muy bonito Me sentí bien
me sentí más que bien Me sentí Feliz
me sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito, me divirtió Me sentí bien Gracias por todo



me sentí bien yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ sentí mucha alegría y libertad
me sentí contenta me encontre muy bien Me sentí super bien
me sentí mucho Me sentí super bien Felicitaciones;

fue muy hermoso, me divirtí mucho MUY FELIZ felicitaciones
I aprendí mucho. - muy bonito Me sentí bien
me sentí más que bien Me sentí Feliz
me sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito, me divirtió Me sentí bien Gracias por todo

me sentí bien Yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ Senti Mucha Alegría y Libertad
me sentí contenta me encontre muy bien Me sentí super bien
me gusto mucho Me sentí SUPER BIEN Felicitaciones;

que muy hermoso, me divertí mucho MUY FELIZ felicitaciones
I aprendí mucho. - muy bonito Me sentí bien
me sentí más que bien Me sentí Feliz
me sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito, me diverti Me sentí bien Gracias por todo



me sentí bien Yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ Senti Mucha Alegría y Libertad
me sentí contenta me encontre muy bien Me sentí super bien
me gusto mucho Me sentí SUPER BIEN Felicitaciones;

que muy hermoso, me divertí mucho MUY FELIZ felicitaciones
I aprendí mucho. - muy bonito Me sentí bien
me sentí más que bien Me sentí Feliz
me sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito, me diverti Me sentí bien Gracias por todo

me sentí bien yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ sentí mucha alegría y libertad
me sentí contenta me encontré muy bien Me sentí super bien
me sentí mucho Me sentí super bien Felicitaciones;

fue muy hermoso, me divirtí mucho MUY FELIZ felicitaciones
I aprendí mucho. - MUY BONITO Me sentí bien
me sentí más que bien Me sentí Feliz
me sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito, me divirtió Me sentí bien Gracias por todo

LA EXPERIENCIA: LOGROS Y PROYECCIONES DEL PROGRAMA ECOLOGICO

LOS LOGROS Y ÉXITOS DEL PROGRAMA

De acuerdo a la información levantada en las entrevistas que se realizaron, es que emergen cinco categorías de logros y éxitos. Estas categorías se presentan en forma de análisis y citas textuales de quienes fueron entrevistados.

1. El sufrimiento individual v/s el bienestar grupal; el colectivo como precursor de salud mental y calidad de vida personal

La decisión de llegar a un grupo, siempre lleva consigo inseguridades e ideas preconcebidas de quienes lo componen. Los Grupos de Autoayuda Multifamiliares no están exentos de esto, sin embargo, quienes han ingresado, no han reparado en enfatizar lo provechoso y nutritivo que ha significado esta experiencia.

El participar de los grupos de autoayuda, ha puesto de manifiesto una condición anterior que ha llevado consigo aislamiento y dolor. El reclutamiento domiciliario como estilo de vida naturalizado en la actualidad, ha significado para los participantes de los grupos de autoayuda, un punto de diferenciación con su estado actual, en tanto, han podido observar y vivir una mejora importante en su salud mental y calidad de vida.

“Yo era una persona que vivía de la puerta para adentro, eso me hacia enredarme en mis propios problemas y el círculo de mis problemas, cuando salí me di cuenta de hay problemas más graves”

“Soy una mujer sola, una amiga me invitó y me cambio la vida.”

“El programa es excelente, yo estaba en un hoyo sin salida y ahora estoy muy bien. Sola uno no puede”

me sentí bien yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ sentí mucha alegría y libertad
me sentí contenta me encontré muy bien Me sentí super bien
me sentí mucho Me sentí super bien Felicitaciones;

fue muy hermoso, me divirtí mucho MUY FELIZ felicitaciones
I aprendí mucho. - MUY BONITO Me sentí bien
me sentí más que bien Me sentí Feliz
me sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito, me divirtió Me sentí bien Gracias por todo

me sentí bien yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ sentí mucha alegría y libertad
me sentí contenta me encontré muy bien Me sentí super bien
me gustó mucho Me sentí super bien Felicitaciones;

que muy hermoso, me divirtieron mucho MUY FELIZ felicitaciones
I aprendí mucho. - muy bonito Me sentí bien
me sentí más que bien Me sentí Feliz
me sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito, me divirtió Me sentí bien Gracias por todo

El grupo, por tanto, funciona como motor de cambio hacia una autopercepción positiva, que genera espacios de contención y éste, a su vez, se retroalimenta en tanto los participantes cumplirán recursivamente el rol en la incorporación de nuevas familias.

2. Apertura de una conciencia del otro y su contexto, desde una experiencia humanizante facilitada por el programa

Así, el ingreso a los grupos de autoayuda va implicando un proceso complejo y, a su vez, lleno de transformaciones. El ser parte del grupo, genera necesariamente el conocer al otro y es ésta experiencia la que los participantes señalan como punto de inicio hacia trasformaciones personales y familiares.

“Es la cercanía con la gente, el programa te humaniza mucho, te muestra otras realidades”

“Yo he empezado a conocer a las personas y eso me hace sentir bien”

“Como grupo poder conocernos y saber cuáles son las necesidades”

El reconocimiento y la validación del otro, se transforma entonces en la puerta de entrada de la autovalidación y el bienestar subjetivo, dimensiones que abordaremos a continuación.

3. La participación en el programa como generador de cambios. Hacia un estilo de vida saludable con aumento significativo en la percepción de bienestar subjetivo.

Del total de los sujetos entrevistados, podemos identificar una línea discursiva común y ésta da cuenta de la participación dentro de los grupos de autoayuda, la cual ha significado cambios en distintos niveles y ámbitos. En todos los casos, los cambios son percibidos como positivos y visualizados tanto en su individualidad, como en la relación con un otro y su entorno.

me sentí bien yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ sentí mucha alegría y libertad
me sentí contenta me encontré muy bien Me sentí super bien
me gustó mucho Me sentí super bien Felicitaciones;

que muy hermoso, me divirtieron mucho MUY FELIZ felicitaciones
I aprendí mucho. - muy bonito Me sentí bien
me sentí más que bien Me sentí Feliz
me sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito, me divirtió Me sentí bien Gracias por todo

me sentí bien yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ sentí mucha alegría y libertad
me sentí contenta me encontré muy bien Me sentí super bien
me sentí mucho que sentí super bien Felicitaciones;

que muy hermoso, me divirtí mucho MUY FELIZ felicitaciones
que aprendí mucho - muy bonito Me sentí bien
que sentí más que bien Me sentí Feliz
que sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito y me divirtió Me sentí bien Gracias por todo

“Hay diferentes tipo de cambios como desde reducir el uso de sustancias, estilo de vida de las personas, cambios a nivel conductual, de comunicación, de relaciones interpersonales y la integración e inclusión”.

Los cambios a nivel individual convergen en una percepción subjetiva de bienestar reflejados en una mejora significativa en el estado de ánimo, en un aumento de la autovaloración y motivación vital.

“Una anda más alegre, se levanta con muchas ganas y te falta día”

“Sabía que era inteligente pero no estaba convencida, soy una guerrera, tenía las dos alas rotas, todavía las tengo lastimadas pero todavía estoy en el proceso”

“El grupo me ha servido mucho para poder salir del stress y las angustias a enfrentar las dificultades”

Es así como los cambios vividos en términos personales de los participantes de los Grupos de Autoayuda, se han transformado en los cimientos hacia una experiencia del otro nutritiva y saludable, de la que daremos cuenta en el siguiente apartado.

4. La experiencia grupal como fuente de aprendizaje y realización personal.

En razón de lo anterior, nos referimos a una experiencia nutritiva del otro, cuando de la relación emergen elementos que fortalecen la calidad de vida de las personas.

me sentí bien yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ sentí mucha alegría y libertad
me sentí contenta me encontré muy bien Me sentí super bien
me sentí mucho que sentí super bien Felicitaciones;

que muy hermoso, me divirtí mucho MUY FELIZ felicitaciones
que aprendí mucho - muy bonito Me sentí bien
que sentí más que bien Me sentí Feliz
que sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito y me divirtió Me sentí bien Gracias por todo

me sentí bien yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ sentí mucha alegría y libertad
me sentí contenta me encontré muy bien Me sentí super bien
me gustó mucho Me sentí super bien Felicitaciones;

que muy hermoso, me divirtieron mucho MUY FELIZ felicitaciones
I aprendí mucho. - muy bonito Me sentí bien
me sentí más que bien Me sentí Feliz
me sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito, me divirtió Me sentí bien Gracias por todo

Estos elementos, son parte de un proceso continuo de aprendizajes, los cuales podemos distinguir en el discurso de los entrevistados y separarlos por niveles, a saber;

a) Dentro de la familia: El compartir dificultades, necesariamente implica intercambiar recursos, las familias exponen sus experiencias cargadas no solo de afectos, sino también de estrategias para resolver y mirar el problema.

“Del programa he conocido las dificultades que se presentan a nivel familiar, especialmente en mi familia, he aprendido en grupo que nadie está ajeno a la temática de consumo por ejemplo, en el grupo yo he ido aprendiendo, me he ido realizando”

b) En el individuo como sujeto de cambio: La incorporación valórica del programa, constituye en sí misma una perspectiva alternativa y facilitadora de estrategias sanación.

“Adquirí conocimientos que nadie te enseña, conocimiento de vida y una experiencia de amistad y apoyo que ha generado cambios importantes en mí”

“No era lo que yo buscaba, pero me encantó la idea porque es una nueva forma de mirar la vida con otros ojos, y ahí fue tanto lo que me encantó, que hice mi escuela de primer nivel, de segundo nivel y hoy es nuestro tercer encuentro ya participando de estos inter-clubes regionales”

c) En el sujeto como precursor de cambios en otros: La sanación concluye en la necesidad de compartir el proceso con otros y facilitar así, los cambios en quienes comienzan este camino.

me sentí bien yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ sentí mucha alegría y libertad
me sentí contenta me encontré muy bien Me sentí super bien
me gustó mucho Me sentí super bien Felicitaciones;

que muy hermoso, me divirtieron mucho MUY FELIZ felicitaciones
I aprendí mucho. - muy bonito Me sentí bien
me sentí más que bien Me sentí Feliz
me sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito, me divirtió Me sentí bien Gracias por todo

me sentí bien yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ sentí mucha alegría y libertad
me sentí contenta me encontré muy bien Me sentí super bien
me sentí mucho que sentí super bien Felicitaciones;

que muy hermoso, me divirtí mucho MUY FELIZ felicitaciones
I aprendí mucho. - muy bonito Me sentí bien
me sentí más que bien Me sentí Feliz
que sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito, me divirtió Me sentí bien Gracias por todo

“La experiencia de tener un grupo de autoayuda en orientación a nivel familiar me ha permitido evidenciar los cambios que produce, a mi me ha influenciado mucho, mucho más que teóricamente, me ha permitido practicar, también me certifique de TSS, veo la importancia que tiene trabajar con la gente, de saber acoger ciertas problemáticas, cual es la función que cumplen los grupos de autoayuda”

“Ahora soy alegre, descubrí que me gusta ayudar, me puse a estudiar y ahora estoy dedicada a eso. Soy feliz, soy otra persona”

Se transforma entonces de un grupo contención a un espacio de autoformación y realización personal, donde la salud no se concibe sólo como un bien a recibir, sino también como una temática de la cual es necesario apropiarse.

5. La visibilización, activación y relevancia de una red de apoyo en la comunidad.

Ya hemos visto como la participación dentro de un Grupo de Autoayuda Multifamiliar genera cambios psicosociales relevantes en términos individuales como grupales, en las personas que son parte de ésta experiencia. Por lo que se hace necesario también destacar las transformaciones en el ámbito de lo comunitario que estos grupos han impulsado.

Los Grupos de Autoayuda son reconocidos por los entrevistados como verdaderas redes de apoyo, las cuales son activadas y vividas tanto en momentos de necesidad o conflicto como también en la cotidianidad, la producción de saberes y el disfrute del estar juntos.

“El grupo es una familia, tiene altos y bajos, pero somos una familia más, logramos convertirnos en una red de apoyo”

me sentí bien yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ sentí mucha alegría y libertad
me sentí contenta me encontré muy bien Me sentí super bien
me sentí mucho que sentí super bien Felicitaciones;

que muy hermoso, me divirtí mucho MUY FELIZ felicitaciones
I aprendí mucho. - muy bonito Me sentí bien
me sentí más que bien Me sentí Feliz
que sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito, me divirtió Me sentí bien Gracias por todo

me sentí bien yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ Senti Nucha Alegría y libertad
me sentí contenta me encontre muy bien Me sentí superbien
me gusto mucho Me sentí super bien Felicitaciones;

que muy hermoso, me divierte mucho MUY FELIZ felicitaciones
I apreñdi mucho. - muy bonito Me sentí bien
me sentí más que bien Me sentí Feliz
me sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito, me diverte Me sentí bien Gracias por todo

“Nos hicimos amigas, tenemos conversaciones muy profundas, tenemos confianza para contarnos las cosas, tenemos muchas cosas en común y nos sentimos bien”

“Yo antes estaba solita ahora los días domingo nos juntamos, hacemos artesanía, figuritas de yeso, hacemos canapés, manteles de navidad, compartimos como en familia”

PROYECCIONES DE LOS USUARIOS Y DEL PROGRAMA

Como hemos expuesto en los apartados anteriores, los grupos de Autoayuda Multifamiliares han desarrollado éxitos en distintos niveles y ámbitos, lo que nos permite consignar recursos potenciales del programa. Estos recursos, parecen dar una visión de futuro alentadora a los participantes del VIII Encuentro Regional de Grupos Multifamiliares de la Región de Coquimbo.

A continuación, haremos un reporte de lo recuperado en las entrevistas a propósito de las proyecciones que las personas ven de los grupos y por ende, del programa. Esperamos poder transmitir al lector, no sólo lo explícito sino también aquello experienciado en el encuentro, que de una u otra manera, deja “entre-ver” la motivación y la necesidad de que esta forma de entender la salud siga desarrollándose, pues, parece ser un camino hacia el fortalecimiento de las comunidades.

“Creo que nos estamos proyectando súper bien el grupo está muy cohesionado, está trabajando muy bien”

“Las proyecciones van bien encaminadas porque acogen muy bien a las familias, no discriminan por ser profesional, para ellos todos son iguales, como proyección muchos años más”

me sentí bien yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ Senti Nucha Alegría y libertad
me sentí contenta me encontre muy bien Me sentí superbien
me gusto mucho Me sentí super bien Felicitaciones;

que muy hermoso, me divierte mucho MUY FELIZ felicitaciones
I apreñdi mucho. - muy bonito Me sentí bien
me sentí más que bien Me sentí Feliz
me sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito, me diverte Me sentí bien Gracias por todo

me sentí bien yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ sentí mucha alegría y libertad
me sentí contenta me encontré muy bien Me sentí super bien
me sentí mucho que sentí super bien Felicitaciones;

que muy hermoso, me divirtí mucho MUY FELIZ felicitaciones
I aprendí mucho. - MUY BONITO Me sentí bien
me sentí más que bien Me sentí Feliz
que sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito, me divirtí Me sentí bien Gracias por todo

Esta visión alentadora y positiva que los participante tienen del futuro de los grupos y del programa, lo puntúan en diferentes niveles. El primero apunta hacia el crecimiento en términos de número, resulta relevante fomentar la participación y si bien, el número ha aumentado considerablemente en los últimos años, es necesario seguir en esta línea para fortalecer el desarrollo de micro programas territoriales.

“El programa va de forma ascendente, cada día veo más gente, veo más niños y eso tiene relación con esa ascendencia, yo me acuerdo que el 2010 cuando participe en una jornada de inter-clubes habían unas 200 personas y hoy estamos cerca de las 500”

“Cada día va creciendo, y siendo mejor, mientras siga el programa nosotros estaremos ahí”

“Somos una red de apoyo, que va creciendo día a día”

“Una muy buena proyección porque hay gente comprometida y que es indispensable para que nosotros funcionemos y para que esto siga creciendo”

La mantención en el tiempo no es una proyección cuestionable para los grupos, sino más bien un desafío, pues la incertidumbre tras las posibles modificaciones en las Políticas Públicas en que se encuentra inserto el programa, tienden a generar un clima expectante respecto al “cómo” se mantendrían.

me sentí bien yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ sentí mucha alegría y libertad
me sentí contenta me encontré muy bien Me sentí super bien
me sentí mucho que sentí super bien Felicitaciones;

que muy hermoso, me divirtí mucho MUY FELIZ felicitaciones
I aprendí mucho. - MUY BONITO Me sentí bien
me sentí más que bien Me sentí Feliz
que sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito, me divirtí Me sentí bien Gracias por todo

me sentí bien yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ Senti Mucha Alegría y Libertad
me sentí contenta me encontre muy bien Me sentí super bien
me gusto mucho Me sentí super bien Felicitaciones;
que muy hermoso, me divirti mucho MUY FELIZ felicitaciones
I aprendi mucho. - muy bonito Me sentí bien
me sentí más que bien Me sentí Feliz
me sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito, me divirti Me sentí bien Gracias por todo

“Mientras haya un integrante del grupo que asista el día lunes a las cinco de la tarde o los jueves a las once de la mañana al CESFAM de San Juan va a salir a adelante”

“Yo creo que si va a continuar si el gobierno da un buen apoyo económico para que sigan estos grupos sería muy bueno”

“Yo creo que con bastantes dificultades, por el apoyo que no obtenemos normalmente de las autoridades, este segmento de salud por lo general no percibe fondos de forma más continua de quienes corresponde otorgarlo”

Así todo, las proyecciones de los grupos de autoayuda no sólo aspirar a crecer y mantenerse, sino también a abarcar otras necesidades que van apareciendo en la medida que los grupos se van desarrollando y ampliando su cobertura. Los grupos apuntan hacia una visión inclusiva del programa, lo que significa entre otras cosas, generar espacios de autocuidado, deportes, y toda iniciativa que converja en la idea de una vida más sana y de mayor calidad.

me sentí bien yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ sentí mucha alegría y libertad
me sentí contenta me encontre muy bien Me sentí super bien
me gusto mucho Me sentí super bien Felicitaciones;

fue muy hermoso, me divertí mucho MUY FELIZ felicitaciones
I aprendí mucho. - muy bonito Me sentí bien
me sentí más que bien Me sentí Feliz
me sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito, me divirtió Me sentí bien Gracias por todo



Valnosur Consultores
contacto@valnosur.cl
www.valnosur.cl



me sentí bien yo me sentí muy bien Me sentí muy bien
me sentí como en familia MUY FELIZ sentí mucha alegría y libertad
me sentí contenta me encontre muy bien Me sentí super bien
me gusto mucho Me sentí super bien Felicitaciones;

fue muy hermoso, me divertí mucho MUY FELIZ felicitaciones
I aprendí mucho. - muy bonito Me sentí bien
me sentí más que bien Me sentí Feliz
me sentí muy bien porque el encuentro
que muy bonito, me divirtió Me sentí bien Gracias por todo