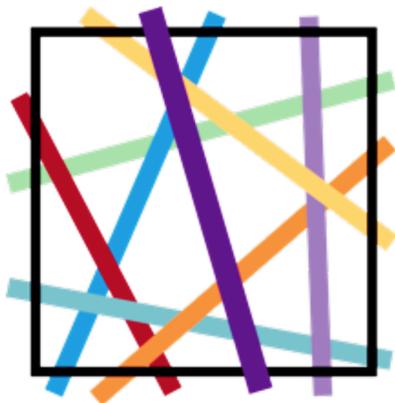




Mandala de la vida

GUÍA DE TALLER PARA LA
NARRACIÓN DE
HISTORIAS





GenUrb

Urbanization, gender, and the global south:
A transformative knowledge network



CETM
Centro de Estudios y
Trabajo de la Mujer

PROYECTO

Urbanización, género, y el Sur global: Una red de conocimiento transformador
www.genurb.apps01.yorku.ca
@GenUrbNetwork

AUTHOR

Nasya S. Razavi
The City Institute at York University
@NasyaRazavi

Traducción por Eleanor Douglas

ACERCA ESTA GUÍA

Esta guía (2020) fue desarrollada en base a la experiencia de un taller de investigación-acción participativa organizado en Cochabamba, Bolivia, a través del proyecto de investigación “Urbanización, género, y el Sur global: Una red de conocimiento transformador” o GenUrb. Dicho proyecto explora cómo la urbanización rápida transforma la relación entre pobreza y desigualdad y reconstituye las relaciones de género y derechos de las mujeres a la ciudad.

Esta actividad fue organizada y facilitada por la Dra. Nasya Razavi (Asociada Postdoctoral, York University) y Sonia Pardo Burgoa (Directora, Centro de estudios y trabajo de la mujer—CETM). Katie Bueno (Voluntaria, CETM) tomó fotografías durante la actividad, con el consentimiento previo e informado de las participantes.

Esta guía forma parte de una investigación financiada por SSHRC (Social Sciences and Humanities Research Council).



Social Sciences and Humanities
Research Council of Canada

Conseil de recherches en
sciences humaines du Canada

Canada



Apenas que salía de la escuela íbamos a recoger los animales, a ayudar a la cosecha y ahí me sentía feliz y allá había un ambiente bien sano, reía con mis animales y tenía también compañeros, mis vecinos, mis primos. Cuando primera vez vine a Cochabamba, para mí era una novedad ¿no? Como he venido en tren la ciudad he visto como unas estrellas y yo me he sentido muy feliz.

Allí hice sexto grado y cuando vienes del campo siempre hay discriminación, y yo vine con una pollerita y unas trenzas y entonces todos se reían de mí. Bueno eso me hacía sentir menos ¿no? Y por eso yo he puesto una blusita porque yo me quería escapar de dónde he venido y bueno así poco a poco me he habituado, he aprendido a compartir y hablar castellano.

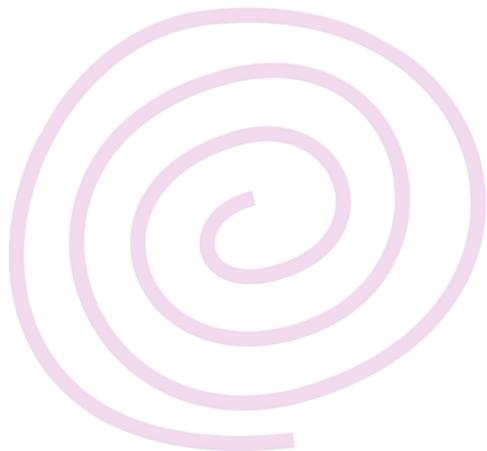
Selección de la historia de vida de una participante



INTRODUCCIÓN

Narración de historias de vida como método de investigación

Hacia finales de agosto de 2019, el Equipo de Investigación de la Ciudad de Cochabamba organizó un taller de narración de historias de vida, utilizando las imágenes de mandala como guía visual para compartir esas historias. Cada vez más, se reconoce la narración de historias como método de investigación que permite un enfoque creativo y poderoso durante la interacción con comunidades diversas. Al caer bajo el paraguas de la investigación-acción participativa (IAP), este método de emplear historias de vida permite que salgan narrativas, o historias, múltiples y alternativas. Nuestro proyecto de investigación, por ejemplo, explora la intersección de desigualdades y prácticas excluyentes en la ciudad de Cochabamba, Bolivia. Involucrar a las mujeres campesinas (español y quechua hablantes) para que compartan sus historias ayuda a aterrizar nuestra investigación, la cual se interesa por la construcción de lugares urbanos, en las experiencias personales, como lo ilustra la cita anterior.



La narración de historias permite que salgan narrativas múltiples y aterriza la investigación en experiencias personales

Al organizar un taller de narración de historias de vida, el objetivo de nuestro equipo iba más allá de la recopilación de datos, pues la IAP se trata de construir conexiones y comunidad. Para nosotras, como investigadoras, esto implica crear espacios de aprendizaje mutuo a través de conversaciones abiertas. Las entrevistas en profundidad que sostuvimos con las interlocutoras antes del taller revelaron estigmas sociales en torno a ciertos temas difíciles, pero también un deseo entre las mujeres de tener espacios para interconectarse, para compartir y nutrir amistades.



Como equipo, organizamos una lluvia de ideas y recurrimos a nuestras propias experiencias con la IAP, con el objeto de crear un ejercicio que pensábamos iba a funcionar bien en Cochabamba. La guía, delineada paso a paso, del método usado para la Narración Visual del Mándala de la Vida, que se incluye a continuación, puede ser útil para otros y otras investigadoras que utilizan la metodología de la IAP, anotando, sin embargo, que ésta debe adaptarse al contexto en el que se utiliza. El taller es una actividad de investigación de bajos costos económicos que requiere un espacio para reuniones y unos pocos materiales (por ejemplo, papel, bolígrafos, pegamento).

Nosotras elegimos el mandala como guía visual por su simbolismo del círculo de la vida. Utilizando recortes de periódicos y revistas, marcadores, pintura y papel cuadriculado, creamos nuestros mandalas de la vida que demuestran los eventos más importantes en nuestras vidas; los momentos felices y también los tristes, desde la niñez hasta el presente, concluyendo con nuestras esperanzas para el futuro. Las historias ricas capturan sentimientos y perspectivas que no necesariamente se evidencian durante las entrevistas en profundidad.

Es importante destacar que, como investigadoras y facilitadoras, el equipo participó en el ejercicio con la idea de mantenerse abierto y vulnerable y de esa manera reducir la distancia entre "entrevistadora" y "entrevistada". Personalmente, encontré que la actividad del mandala fue una práctica útil para reflexionar sobre mi propia "posicionalidad" y privilegio como investigadora del Norte global. El taller fue una oportunidad para conectarnos con las interlocutoras y para que la comunidad se conectara con el equipo, por fuera de nuestros roles como investigadoras; la confianza mutua establecida a través de este ejercicio facilitó un paso hacia una mejor colaboración durante la investigación. Igualmente, nos permitió reafirmar los objetivos del proyecto como grupo, responder a preguntas y recibir retroalimentación, y así facilitar mayor involucramiento con las interlocutoras a lo largo del proceso de investigación, en cuanto a sus propias ideas y conocimientos.



Las sesiones de IAP no siempre proceden sin contratiempos o según lo planeado, y eso está bien.

Recuerde, el elemento clave del taller de narración de historias de vidas es el de desarrollar una actividad de aprendizaje mutuo con los y las interlocutoras de la investigación. A continuación, se presentan algunas consideraciones importantes al facilitar un taller:

- Como grupo, al comienzo de la sesión, establecer las pautas y los límites; y tener sesiones de evaluación sobre el taller a lo largo del proceso de investigación;
- Los y las facilitadoras deben participar activamente en el ejercicio para generar confianza, apertura y horizontalidad;
- Reconocer las cosas en su momento y nombrarlas de inmediato (por ejemplo, "esto es incómodo" o "yo soy la gringa de Canadá");
- Los y las participantes deben salir de la sesión sintiéndose bien y conectados a otros y otras, en lugar de tristes o preocupadas. Cierre la actividad de una manera positiva (por ejemplo, una fortaleza personal; esperanzas de cara al futuro);
- Algunas actividades de la IAP pueden generar fuertes emociones o conflictos. Se debe tomar en consideración las implicaciones para la salud mental (¿cuál es el impacto de este ejercicio?) y poner a disposición de los participantes recursos apropiados desde el punto de vista cultural y contextual.



GUÍA DE ACTIVIDADES PARA LA NARRACIÓN VISUAL DE HISTORIAS DE VIDA

Reseña

En este taller de narración de historias, se pide a los y las participantes que creen mándalas personales de vida. Haciendo uso de materiales de collage, ellos y ellas representan visualmente diferentes momentos importantes de sus propias historias de vida, desde la infancia, la adolescencia, la juventud hasta la edad adulta. Se proporcionan preguntas de orientación para ayudar a los y las participantes a reflexionar sobre los sentimientos, las personas y los espacios asociados con sus recuerdos. Para concluir con un ambiente alentador, también se les pide que incluyan sus deseos o sueños para el futuro. Se muestran los mándalas y cada participante tiene la oportunidad de compartir su mándala y su historia con el grupo.

Objetivos

- Facilitar la conexión y el intercambio al proporcionar un espacio para el aprendizaje mutuo de las historias y formas de conocimiento múltiples;
- Construir herramientas de narración para amplificar las voces de los y las interlocutoras.

Tiempo

Aproximadamente 2-3 horas dependiendo del número de participantes. El rango ideal de participantes es 10-12, con 2-3 facilitadores/as.

Materiales

- Marcadores (u otros: crayones, lápices de colores, pintura)
- Papel de rotafolio (u otro papel de gran tamaño)
- Materiales de collage (revistas, recortes de periódicos)
- Tijeras
- Etiquetas de identificación
- Pegamento
- Cinta

Consideraciones Importantes

- Proporcionar un honorario adecuado como reconocimiento del tiempo de los y las participantes y cubrir completamente cualquier otro costo (viaje, cuidado de niños, etc.);
- Ofrecer cuidado de la niñez en situ, o actividades para niños y niñas (por ejemplo, materiales para el arte y el juego durante la sesión);
- Proporcionar refrigerios y bebidas;
- Esta actividad puede generar fuertes emociones o conflictos. Se debe considerar implicaciones para la salud mental (¿cuál es el impacto de este ejercicio?) y poner a fácil disposición de los y las participantes los recursos apropiados desde el punto de vista cultural y contextual.

01

Los y las facilitadores hacen una introducción al taller, anotando el contexto del proyecto de investigación, según sea pertinente. Como grupo, se establecen las reglas básicas de la sesión (por ejemplo, no juzgar, escuchar, compartir, respetar). Después de las presentaciones, se realiza una actividad de calentamiento corta y divertida.



02

Cada participante recibe una hoja de papel para crear su propio mándala utilizando los materiales de collage proporcionados. La espiral del mándala marca diferentes períodos de la vida del o de la participante: infancia, adolescencia, juventud y adultez.

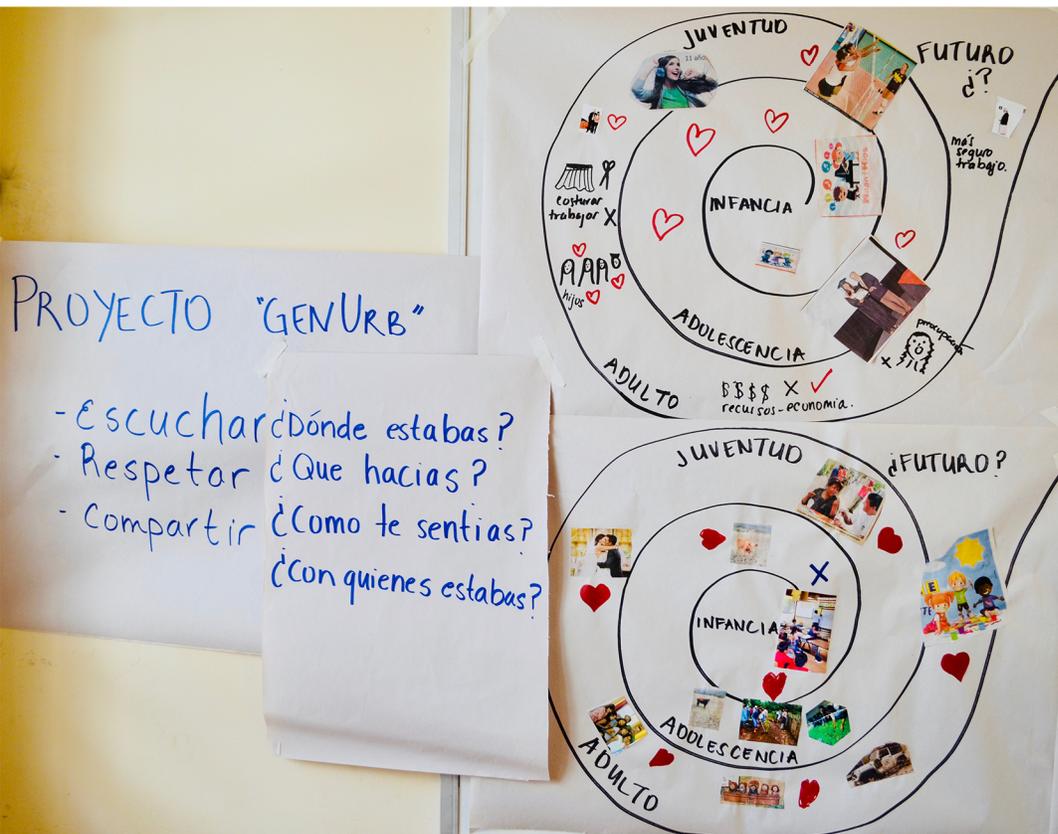
Los y las participantes crearán representaciones visuales de los momentos y los recuerdos que les marcaron en cada período de su vida, marcando el recuerdo con una X para indicar un momento difícil y con un <3 (símbolo del corazón) para indicar un momento feliz.

Los y las facilitadores circulan para ayudar a los participantes durante el proceso de elaboración del mándala.

Para cada momento importante de su vida, se pide a los y las participantes que reflexionen sobre las siguientes preguntas (es útil tener estas preguntas por escrito, colgadas en el espacio del taller):

- ¿Dónde estabas?
- ¿Qué estabas haciendo?
- ¿Con quién(es) estabas?
- ¿Cómo te sentiste?

La espiral del mándala termina con un concepto abierto de "¿futuro?" donde el o la participante puede indicar sus esperanzas y sueños para el futuro.



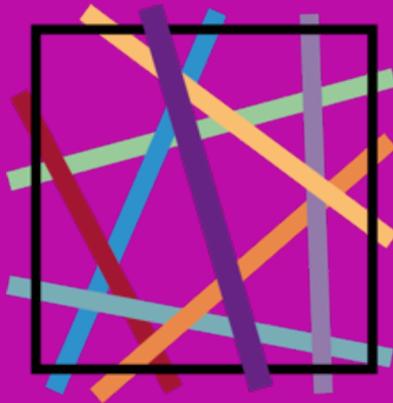
03

Una vez que se hayan terminado los mandalas, colóquelos en las paredes. Teniendo en cuenta las preguntas anteriores, se invita a cada participante a compartir con el grupo tanto o tan poco de su historia como desee.

04

Invite a los y las participantes a evaluar y compartir sus reflexiones sobre el ejercicio. Termine el taller con un ambiente inspirador (por ejemplo, otra actividad corta y divertida).





GenUrb

Urbanization, gender, and the global south:
A transformative knowledge network