

PROYECTO “NOMBRES”. SUMARIZACIÓN A DOS MESES DEL TORNADO QUE AZOTÓ A LA HABANA.

Alianys Bejerano Bonilla
Ana Laura Escalona Díaz
Carolina Barber Caso
Fany Gesto Mallo
Guido Bertoni Estanque
Iliet Rodríguez García
Estudiantes de la Facultad de Psicología.
Universidad de La Habana, Cuba.



Resumen

El 27 de enero de 2019 azotó a La Habana un tornado categoría EF-4 que produjo severas afectaciones materiales y pérdidas humanas. Los municipios 10 de Octubre, Regla y Guanabacoa fueron los más impactados. A partir de este momento, en la capital se vivenció un movimiento de ayuda a las víctimas desde el gobierno y la sociedad civil. Este artículo expone las causas, acciones, vivencias y aprendizajes de un proyecto comunitario creado, de manera voluntaria, por estudiantes de Psicología de la Universidad de La Habana que se sumó a dicha movilización. El proyecto “Nombres”, con origen en el consejo popular Jesús del Monte, municipio de 10 de Octubre, se ha propuesto un año de trabajo con el objetivo de contribuir al restablecimiento del equilibrio emocional de las personas que vivenciaron el tornado desde el acompañamiento psicológico.

Palabras claves: voluntariado, estudiantes, Psicología, tornado, acompañamiento psicológico.

Abstract

On January 27th, 2019 Havana was hit by an EF-4 category tornado, which produced several material damages and the loss of humans lives. 10 de Octubre, Regla and Guanabacoa municipalities were the most affected areas. Since that moment, a movement for helping the victims started in the capital, involving the government and the civil society. This paper expose the causes, activities, experiences and learnings of a community project developed, as volunteers, by psychology students of the University of Havana, for the psychological support of the victims. The project called “Nombres”, started in Jesús del Monte, 10 de Octubre municipality, with the aim of working together for a year in order to contribute to the emotional balance of the people who had suffered the tornado.

Key words: volunteering, students, Psychology, tornado, psychological support.

Nombres, por Zulema, por Dylan, por Kely, por Lenuan, por Mayumi, por Lorena... Nombres porque dos días después del tornado, no sabíamos en qué podíamos ayudar, pero sabíamos que queríamos conocer sus historias, conocer sus miedos, sus necesidades reales y particulares, queríamos que tomaran café y volvieran a una sensación familiar en un escenario hostil, queríamos abrazar y estar, queríamos regresar a nuestras casas con nombres grabados en nuestro corazón. Nombres por Kevin, por Raúl, por Keren, por Sofía, por Skarlette, por Melody, por Yotuel, por Pirita. Nombres porque entramos en casas y quisimos ponerle nombre a las lágrimas, nos sentamos, fuimos parte del dolor, pero también de la esperanza. Nombres

porque de pronto un día llegamos a Mangos y Delicias y alguien nos saludó desde un balcón preguntando cuándo iríamos a su escuela. Nombres porque un niño de tres años se aprendió nuestro nombre. Nombres porque ahora preguntan por nosotros en un lugar en el que hemos decidido poner a caminar el corazón. Nombres porque nos brindaron su hogar. Nombres porque cada uno de ellos, desde la esquina de lo que quedaba de su casa, desde un balcón, desde una escalera, bajo una casa sin techo, entre lágrimas y deseos de abrazar, de existir más allá de las donaciones, de existir su nombre en bocas de seis estudiantes de psicología, que no saben mucho de desastres, pero saben mucho de corazones, cada uno de ellos nos dio todo lo que necesitábamos para seguir caminando entre escombros. Nombres porque pasó casi un mes antes de que pensáramos un nombre para nuestro proyecto, porque siempre nos pareció más importante saber los nombres de ellos. A ellos que también dan valor a nuestro nombre, cuando nos invitan a sus nuevas casas, cuando nos llaman al pasar, cuando nos dan “un quiero”, cuando nos miran y dicen “gracias”, cuando nos miran y dicen “vuelvan pronto”. Y volvemos, día tras día, porque ya son más que damnificados, son nombres en nuestras vidas, y por eso, por ellos, nuestro proyecto por fin tiene nombre.

¿Por qué fuimos?

Llegamos a Luyanó el 31 de enero de 2019, tres días después del paso del tornado. Fuimos porque creíamos que podíamos, además de cargar escombros y hacer donaciones, contribuir desde nuestros estudios, desde nuestra ciencia, desde la psicología. Percibíamos que había mucha disposición y esfuerzo para comenzar las tareas de saneamiento y recuperación de lo material lo más rápido posible pero nos preocupaba qué pasaba con todo aquello que no se ve, con lo que llevamos dentro. Pensamos que acompañar psicológicamente, escuchar, conversar y abrazar, podía ser nuestra contribución más específica a las personas que habían vivenciado ese inesperado fenómeno natural. Las niñas y los niños fueron nuestro primer contacto con la comunidad, cuando las escuelas no estaban abiertas aún, porque tanto las edificaciones como su personal también habían sufrido afectaciones. Creímos apremiante brindarles a las niñas y los niños un espacio para jugar y procesar poco a poco lo que pasaba a su alrededor, más allá de los escombros, del desespero de sus familiares y la ansiedad por las donaciones que llegaban. Descubrimos que para las propias madres, padres y familiares el espacio que ofrecíamos también era un respiro, una pausa para conversar, para ver a sus hijos e hijas hacer, para reír.

Esa fue nuestra primera racionalización sobre por qué estábamos yendo, pero hablando con los propios vecinos de la zona y otros voluntarios nos dimos cuenta que había más. Íbamos porque era allí donde sentíamos había que estar. Más allá de poder brindar ciertas herramientas que la carrera nos ha ofrecido para ayudar a que los individuos puedan salir adelante ante situaciones difíciles, fuimos porque teníamos que conocer a esas personas, porque teníamos que saber realmente cómo son esas circunstancias que trascienden un libro, un aula o lo que dicta la academia. Teníamos que estar acompañando a los que viven en carne propia tales realidades, y no desde una consulta de psicología, sino en su propio escenario que solo queda a “unas cuadras” del nuestro. Debíamos sentir y conocer la mirada de una persona valiente, de una persona que lo ha perdido todo, de una persona que no sabe cómo podrá levantar su casa, de una persona que a pesar de todo no se detiene. Debíamos vivenciar qué es la “resiliencia” en carne y hueso, “la restructuración del campo”, “la flexibilidad cognitiva”, “la depresión”, “el autocontrol”, la desesperanza, el humor y la gratitud.

Llegamos a Luyanó porque somos estudiantes de psicología convencidos que a un profesional de nuestra ciencia ninguna realidad humana le debe ser extraña, lejana o indiferente, porque

la pasión por el ser humano, por su funcionamiento y bienestar debe trascender el discurso. Llegamos y nos quedamos. Luego de dos meses de andar no tenemos duda, nuestra movilización ante el tornado ha sido una oportunidad de crecimiento personal y profesional.

¿Qué hemos hecho?

Los primeros días trabajamos con las niñas y los niños de Mangos y Delicias y sus alrededores, en casa de vecinos y en uno de los consultorios del médico de la familia. Café en mano nos acercamos a los padres y vecinos para comentarle sobre lo que haríamos, e invitarlos a que llevaran a los infantes. Contábamos con un diseño de sesión grupal flexible viable para diferentes edades. Una vez que conocíamos cuales serían los y las participantes formábamos grupos que respondieran a semejantes grupos etarios. Estábamos ante una situación de crisis que demandaba intervención de emergencia. Al andar por el barrio y durante las sesiones grupales nos percatamos que no eran solo los niños y las niñas quienes necesitaban un espacio para conversar.

Pasado los primeros días, en donde las ganas de hacer eran grandes pero aún primaba esa sensación de urgencia y se vivía un ambiente todavía caótico, fuimos procesando y estructurando las experiencias, en aras de que todas nuestras pretensiones se materializaran en acciones cada vez más concretas, seguras y efectivas. Para ello, nos propusimos extender nuestro trabajo por el período de un año, guiado por un objetivo fundamental: contribuir desde el acompañamiento psicológico al restablecimiento del equilibrio emocional de las personas que vivenciaron el tornado.

Partiendo de esta premisa y de la información que íbamos recibiendo, dividimos nuestro trabajo en tres espacios fundamentales de actuación: las escuelas y círculos infantiles, los albergues (casas de tránsito) y la comunidad.

Las escuelas y los círculos infantiles, una vez abiertos eran espacios físicos seguros para el trabajo con los niños y las niñas, debido a que las labores de reconstrucción del barrio implicaban riesgos y desestructuración. Luego de regresar estas a sus rutinas escolares continúan siendo un espacio ideal para la intervención. Para trabajar en ellos pensamos en sesiones grupales, a desarrollar con cada grupo y año de vida. Se trataría de dos encuentros con una frecuencia semanal. El objetivo era desmontar creencias erróneas sobre el tornado y los fenómenos naturales, ventilar emociones relacionadas con el paso del tornado, trabajar con las vivencias de las reacciones de los familiares tras el paso del fenómeno natural; así como destacar y reforzar la capacidad de resiliencia. Para esto nos apoyamos en técnicas proyectivas como el juego y el dibujo; echando mano, además, a instrumentos como los títeres, el “cubo de emociones”, la música y los sonidos de la naturaleza, entre otros. El diseño de cada una de las sesiones se ajustó a la edad del desarrollo en la que se encontraban los niños y las niñas. Al mismo tiempo, al ser identificada la necesidad seguimiento y atención individualizada de que algún niño o niña se realiza la gestión para remitirlo/a a consulta, tras conversarlo con la familia.

Esta acción en la escuela se acompaña de otras en la comunidad. En el propio caminar por el barrio, realizamos visitas de seguimiento a los integrantes de la comunidad, los padres, familiares y vecinos de los niños y niñas con los que trabajábamos, donde a partir del establecimiento de relaciones profesionales eventuales se propicia la ventilación de emociones y necesidades. Aportamos el apoyo emocional necesario, les hicimos saber que estábamos allí, tanto a los que lo demandan expresamente como a los que no. De igual manera brindábamos determinadas herramientas desde la orientación psicológica fundamentalmente (utilizamos instrumentos de influencia, de información y de elaboración) para afrontar todas

aquellas situaciones que han vivido y van viviendo en el proceso de recuperación, intentando destacar sus fortalezas y recursos personales. Los recursos que adoptamos se acomodan a la persona, la familia y sus necesidades específicas, para que se sientan cómodos. Al mismo tiempo, al igual que en la escuela, si durante las visitas identificamos algún caso que necesita seguimiento y atención a profundidad se le propone a la persona la posibilidad de gestionar una consulta especializada en los servicios de salud existentes.

No menos importante para nosotros era llegar a los albergues, acompañar a las personas que están lejos de su espacio, de su vecindario y que afrontan una nueva situación de convivencia. Después de un primer encuentro con esas familias, de acercamiento y diagnóstico de sus necesidades psicológicas, nos planteamos propiciar actividades grupales (cines debates, Teatro Espontáneo de La Habana) con la intención de que pudieran expresar sus emociones, conversar sus ansiedades y miedos, compartir y construir un espacio colectivo propio. Igualmente, al identificar necesidades materiales emergentes (como medicamentos, ropa, utensilios de cocina, entre otros) gestionamos su satisfacción por nuestras propias vías o por vías secundarias –redes de apoyo surgidas ante el desastre. Vale apuntar, que a través de estas últimas, se articulan y suman los esfuerzos de otras tantas personas que como nosotros han tendido su mano a estas personas.

En los tres espacios hemos querido funcionar como puente de contacto entre las personas afectadas por el paso del tornado y las organizaciones especializadas en la atención a las problemáticas específicas de cada caso; así como, conocer sobre las instituciones gubernamentales que prestan servicios a los damnificados y servir de informantes claves para otros proyectos que tienen la intención de actuar con diferentes objetivos (entregar donaciones, realizar trabajos periodísticos, hacer actividades culturales, entre otros) en las zonas donde trabajamos.

¿Cómo fue la acogida por parte de las personas que vivenciaron el tornado?

Al llegar como estudiantes de psicología nuestro aporte no era material, no cubríamos espacios arruinados a simple vista, se requería de un trato más pausado y estrecho con las personas para lograr ver esos vacíos y afectaciones. La forma de relacionarnos era distinta, no asistíamos a un llamado oficialmente declarado, y nos impresionó como, así todo, las personas aceptaban desde donde veníamos, nuestros deseos e intenciones. Nos sorprendió como entraban en confianza y no reparaban en los estereotipos de “atiende locos” que comúnmente se le asigna a nuestra ciencia.

Las personas con quienes interactuamos comprendieron nuestro objetivo, lo que teníamos para ofrecerles y abrieron la posibilidad de un vínculo que antes les era desconocido; sin pretensión de curas ni saneamientos, solo los hemos acompañado. Pero nuestro acompañamiento coincide con una vida cotidiana que ya era bien complicada. Requerimos un espacio y un tiempo que vale cemento, tanques de agua, comida, atención a los niños y muchas otras cosas valiosas después de un tornado. Sin embargo, nos han hecho partícipes de sus vidas. Perciben nuestro acompañamiento, la psicología, como una de las cosas que requieren. Nos esperan y cuentan con nosotros, establecen una comunicación segura, confían en que los escuchamos y nos hacen depositarios de las tensiones que genera su día a día, nuestra asistencia comienza a ser parte de su retorno a la normalidad. Pasa que, en el proceso se hace difícil enmarcar los vínculos y cuidar los límites, debido al propio contexto donde se establece la relación, en su barrio y en sus casas, y en alguno de los casos está explícita en la demanda un alto grado de dependencia.

Nos llevamos con nosotros las vivencias emocionales, tomamos parte en sus vidas y se comprometen las sensibilidades. Por esto se ha hecho necesario reajustar las distancias óptimas, buscamos que construyan con sus herramientas y juntos visualizamos el andar por sus medios. Así todo, el “dejar ir”, los momentos de despedirnos, constituyen una fase compleja para ambas partes. Existe una carga emotiva siempre en juego, que nos ha movido y que condiciona nuestra práctica. Abrimos y cerramos paréntesis en la vida de otras personas y en las nuestras; no son paréntesis comunes. Cada semana conocemos nuevas personas, historias muy diversas que nos hacen reconfigurar nuestro acercamiento, pero todas tienen en común que nos impulsan siempre a buscar mejores versiones de nosotros mismos.

En general, el trato con los niños es especial y muy gratificante, los jóvenes nos aceptan en su reconfiguración de las circunstancias; los adultos y mayores intentan devolver de muchas formas todo lo bueno que creen les entregamos, y en el intento nos entregan muchísimo más. Todos juntos le otorgan un sentido a nuestro trabajo que no se encuentra en bibliografía.

¿Qué experiencia vivimos como estudiantes?

Como estudiantes fue una experiencia totalmente nueva. Nunca antes habíamos tenido la autonomía suficiente para llegar a un lugar con la única potestad de los conocimientos que habíamos adquirido durante los años académicos y de la solidaridad humana, que va más allá de cualquier saber.

Durante la carrera, con frecuencia sentíamos que los trabajos realizados en las instituciones muchas veces no respondían a demandas reales de ayuda y encarnaban demasiada burocracia para permitir nuestra entrada. Además, en esos momentos se sentía una sensación de fragmentación del conocimiento respondiendo a los objetivos de una asignatura, en la que en ocasiones se perdía el sujeto de investigación. La mayoría de las veces nos quedábamos en el diagnóstico de disímiles cuestiones, sin llegar realmente a un tratamiento o a intentar encontrar la solución del “problema”.

Esta vez las personas demandaban de ayuda no solo médica, no solo para reconstruir lo perdido, sino de un acompañamiento psicológico en el proceso de recuperación de sus casas y sus vidas. Concentramos las nociones básicas en una verdadera e integrada comprensión de los seres humanos.

Por supuesto, a la par de este proceso emergieron muchas ansiedades al no tener una visión clara de una teoría ajustada a la praxis que estábamos llevando a cabo. Confiando en la preparación recibida hasta el momento, fuimos notando que aunque no contábamos, quizás en ese momento, con el concepto específico comprendíamos la realidad de esas personas y actuábamos consecuentemente.

Este proceso trajo consigo estudio individual, noches de insomnio y horas de trabajo de mesa, además de la indiscutible ayuda que recibimos de algunos de nuestros profesores y profesoras que fueron depositarios de angustias y guía segura.

Alguno de nosotros, a las puertas de la vida como profesionales de la psicología; y otros aún como estudiantes construyendo el camino, tomamos esta experiencia como un aprendizaje necesario y certero de lo que nuestra profesión aporta a la sociedad, a los individuos; así como de la importancia que acarrea realizarla de manera ética y consciente.