



## PROPUESTA METODOLÓGICA MINI JORNADA DE ANÁLISIS Y CONTENCIÓN DE LA EXPERIENCIA DE TERREMOTO DE FUNCIONARIOS/AS ACADÉMICOS Y NO ACADÉMICOS DE FACSO UNIVERSIDAD DE CHILE

### **Objetivos:**

- 1.- Desarrollar un espacio de conversación que permita compartir la experiencias y efectos que ha tenido el terremoto en los/as trabajadores/as de FACSO.
- 2.- Compartir y proponer ideas que permitan a los/as participantes colectivamente definir criterios para entender la experiencia de terremoto, las reacciones a éste, y enfrentamientos futuros a situaciones de emergencia.

### **Actividad 1:**

Constitución de grupos de trabajo, en la sala o fuera de ella se distribuye en entre cinco y ocho personas grupos según afinidad de los/as presentes. Cada grupo contará con un/a facilitador/a que apoye la expresión y escucha entre los/as participantes.

El o la facilitadota deberá pedir a los/as participantes que compartan con sus compañeros sus experiencias personales con el terremoto: donde se encontraban, qué pensaron, qué sintieron, cómo vivieron esta experiencia. Cada persona debe hablar de sí mismo/a y en primera persona: "Yo estaba, Yo me encontraba..."

El facilitador/a u otra persona del grupo debe tomar nota de los aspectos más relevantes.

Duración de la actividad: 40 minutos.

### **Actividad 2:**

Exposición de los comentarios grupales en plenario. Las notas registradas durante el momento anterior como aspectos relevantes o conclusiones, son expuestas en el plenario, compartiendo aquellos aspectos comunes en los relatos o las diferencias más importantes, por ejemplo, "Bueno, a todos nos tomó por sorpresa, estábamos durmiendo, nos dio susto, etc".

El o la coordinadora general de la actividad o los/as otros/as facilitadores/as o las personas presentes recogen estas experiencias y aportan comentarios y destacan los elementos más relevantes de la crisis desde el punto de vista psicológico, así como el valor terapéutico de la catarsis.<sup>1</sup>

Duración: 30 minutos.

**Actividad 3:**

En los mismos grupos comienza la lectura individual o grupal del texto "Crisis: terremoto".

Duración 18 minutos.

**Actividad 4:**

Una vez terminada la lectura individual, cada participante comparte con el grupo aquello que le resultó más interesante o destacable del texto que acaban de leer.

El o la facilitadora va tomando notas.

Duración 20 minutos.

**Actividad 4:**

Exposición al plenario de las conclusiones grupales: se recogen los comentarios grupales, se destacan los aportes terapéuticos y las acciones resilientes y organizativas de los grupos.

Duración: 20 minutos.

---

<sup>1</sup> Debiese algún psicólogo/a coordinar en general esta actividad de tal forma que pueda reforzar, destacar y comentar las presentaciones de los grupos en le plenario.