

Una experiencia de cambio...

Por: Yoana Batista Jiménez

¿Qué hace que una experiencia en la vida sea trascendente, inolvidable? Quizás la calidad de los vínculos humanos, o la vivencia de un aprendizaje significativo, o simplemente la alegría que nos produce, que nos hace desear volver a revivirla, aunque sea solo a través del pensamiento. Una de esas experiencias fue para mí, el Taller Empoderamiento y Comunicación, que organiza el Grupo Cambio Humano del CIPS, afortunadamente mi grupo de trabajo. Siento que fue además una experiencia trascendente para el resto de las personas que participaron.

Este viaje comenzó un lunes 13 de mayo del 2013 donde nos reunimos en el hotel Atlántico Villa Los Pinos. Conformamos un grupo de 24 personas, las cuales, salvo algunas excepciones, no se conocían de antes. Rápidamente llamó mi atención la diversidad del grupo: había personas de distintas provincias del país, diferente color de la piel, diferentes profesiones (psicólogos, directivos, gerentes, comunicadores), hombres, mujeres, jóvenes, adultos...la diversidad es siempre buena, y este caso no fue la excepción. Desde el primer día el grupo empezó a producir y a crear una atmosfera de alegría con la cual era imposible no contagiarse.

Con la realización de la primera actividad grupal, se dejó en claro la forma en que funcionaba el taller: a través de ejercicios vivenciales que ponían a los participantes a interactuar entre sí, ya sea en parejas, en grupos pequeños, en plenaria e incluso de manera individual. Uno de los principales aciertos del taller, es sin lugar a dudas la manera en que rompe con la forma tradicional del aprendizaje, ya que se aprende desde la vivencia, a través de la interacción con los otros en situaciones diseñadas para que afloren tus mejores potencialidades, muchas de ellas incluso las vas descubriendo en la medida que pasan los días y en situaciones sumamente inesperadas. Eso sí, no hay tarea, por más difícil o incomprensible que en un principio pueda parecer, de la cual, al final del proceso no se lleve uno un aprendizaje sobre sí mismo; no hay ejercicio que no fortalezca la autoestima o que no brinde recursos personales que luego se puedan aplicar en la vida privada o en una organización laboral.

Hay factores que permiten que todos estos procesos se desarrollen de forma favorable, como lo son: el diseño original y bien intencionado de cada una de las sesiones de trabajo (las cuales son bien intensas y concentradas en el tiempo, pues se trabaja en la mañana, en la tarde y algunas noches), la empatía, interés y profesionalismo de las integrantes del staff, el hecho de que esta experiencia tenga lugar en un ambiente de sosiego, agradable y alejado de la cotidianidad de los participantes, lo cual permite que la experiencia se viva de forma más pura e intensa, y finalmente, la manera en que el grupo de participantes crea un

ambiente de confianza, respeto, inclusión y cooperación, lo cual favorece el crecimiento individual de cada persona y permite que se creen fuertes lazos de amistad.

No hay manera de vivir esta experiencia sin empezar a reconocer un cambio personal, y la magia del taller es que las demás personas también notan este cambio. Particularmente siento que tuve aprendizajes disímiles, entre ellos que el empoderamiento es una potencialidad a desarrollar en todos los seres humanos, pero es necesaria la acción de un “otro” y la existencia de una atmósfera que englobe las condiciones necesarias para que estos procesos ocurran. Es igualmente importante tener una visión clara de tus metas para poder enfocarte en ellas, pues el empoderamiento es maximizar los talentos, lo mejor de uno mismo, sentimiento que inevitablemente se irradia y beneficia también a las personas con las que uno se relaciona. Aprendí además que es importante escuchar de forma empática, silenciando esa voz interior con la que hablamos con nosotros mismos y que es a veces tan persistente que no nos deja escuchar realmente lo que otras personas nos dicen. Asimismo redescubrí la importancia de la indagación, del fortalecimiento diario de la autoestima y de los beneficios de trabajar en un clima de confianza y amistad. Siento además que las organizaciones que enviaron personas al taller se verán sumamente beneficiadas con la participación de las mismas, y podrán reconocer un cambio importante en ellas.

Es típico que las personas identifiquen a lo largo de su vida experiencias significativas, precisamente por el sentido personal que le otorgan, por la manera particular en que esa experiencia cambia sus vidas, yo confieso que el Taller *Empoderamiento y Comunicación* es una de esas experiencias significativas. Sueñen una semana donde convivan con un grupo de personas desconocidas con las cuales en muy poco tiempo comiencen a crear vínculos y que al final sientan añoranza en la despedida, sueñen una semana en un lugar bien agradable donde se quedan atrás aquellas cosas que más nos preocupan y ocupan en la cotidianidad, sueñen un taller donde pasarla bien también es un objetivo a cumplir, sueñen una semana aprendiendo a ser mejores seres humanos a través de ejercicios vivenciales intensos, eso es el Taller *Empoderamiento y Comunicación*, una experiencia única, que solo se comprende bien cuando se vive, y que es de esas experiencias inusuales que siempre que pienses en ella descubrirás en ti, inevitablemente, una sonrisa.