

## TRABAJO DE PROCESOS

El Trabajo de Procesos o la Psicología Orientada a Procesos (POP) es un método que proporciona un modelo que integra y utiliza las contribuciones de diversas disciplinas para facilitar la transformación y el crecimiento individual y colectivo. Esta metodología se aplica en diferentes ámbitos: desarrollo comunitario y organizativo, capacitación en diversidad y liderazgo, psicoterapia individual y relaciones familiares, asesoramiento y facilitación de grupos. El Trabajo de Procesos se centra principalmente en el desarrollo de un estado de conciencia ayudando a los individuos y grupos a darse cuenta de cómo perciben y viven sus experiencias, a aprender a cambiar su enfoque y a encontrar la información que no se percibe o que se marginaliza y, por lo tanto, limita la capacidad de reacción de una persona. Mucha de la información que necesitamos para transformarnos y crecer desafía nuestra conciencia ordinaria. Sin darnos cuenta, marginamos ciertos aspectos de nuestra experiencia diaria: emociones, deseos, sueños, intuiciones, fantasías, estados de ánimo, etc., porque entran en conflicto con nuestro sistema básico de creencias o con la cultura dominante a la que pertenecemos. Así que no nos damos permiso para oír o hablar de experiencias que están fuera del alcance de nuestra conciencia ordinaria y para recibir señales e información de una realidad no ordinaria. El Trabajo de Procesos nos enseña a conectar con nuestro ser más profundo y aprender a ser creativos/as y a fluir en medio de circunstancias extremas. El Trabajo de Procesos utiliza varias herramientas como los Foros Abiertos, la Facilitación de Grupos y los Procesos Orientados a los Foros.

Una herramienta utilizada dentro del Trabajo de Procesos es la Facilitación de Grupos. Se trata de un conjunto de herramientas técnicas y de metodologías para crear las condiciones que favorezcan un desarrollo exitoso de los procesos que viven dentro de los grupos. La Facilitación de Grupos puede contribuir a:

- Mejorar la calidad de los procesos de grupo.
- Ahorrar tiempo en términos de eficiencia y eficacia de los procesos.
- Transformar el conflicto en espacio de reflexión y acción.
- Reconsiderar las formas de organizarse para lograr la igualdad en el grupo y asegurar la equidad y el equilibrio de poder.
- Fomentar la participación y el compromiso de todas las personas involucradas teniendo en cuenta la diversidad presente en grupo.

Esta herramienta está dirigida a diferentes grupos, organizaciones y organismos públicos y privados, de todos los tamaños, con el fin abordar los conflictos humanos, encontrar nuevas formas de entender a los seres sociales y formar comunidades más sostenibles basadas en los principios de la coexistencia en la diversidad.

### **LECTURAS RECOMENDADAS**

- Boal, A. (1992) *Games For Actors and Non-Actors*. Routledge: London.
- Boal, A. (1995) *The Rainbow of Desire: The Boal Method of Theatre and Therapy*. Routledge: London.
- Mindell, A. (1992) *The Dreambody in Relationships*. Penguin Books Ltd: New York.