



Universidad Veracruzana



CENTRO DE ESTUDIOS
DE LA CULTURA
Y LA COMUNICACIÓN

Especialización en Promoción de la Lectura

Sede Xalapa

Trabajo recepcional

La biblioterapia como herramienta de intervención en un grupo de mujeres en situación de violencia

Presenta:

Magda Ivette Moreno Morales

Con la dirección de:

Dr. Homero Ávila Landa

Xalapa, Veracruz, enero de 2021.

Este trabajo de la Especialización en Promoción de la Lectura ha sido elaborado siguiendo un proceso de diseño y confección de acuerdo con los lineamientos establecidos en el plan de estudios correspondiente, teniendo en cada fase los avales de los órganos colegiados establecidos; por este medio se autoriza a ser defendido ante el sínodo que se ha designado:

Tutor y director: Dr. Homero Ávila Landa. Investigador del Centro de Estudios de la Cultura y la Comunicación de la Universidad Veracruzana.

Sinodal 1: Dra. Antonia Olivia Jarvio Fernández. Coordinadora de la Especialización en Promoción de la Lectura.

Sinodal 2: Dra. Elissa Rashkin. Investigadora del Centro de Estudios de la Cultura y la Comunicación de la Universidad Veracruzana.

Sinodal 3 Dra. María Eugenia Guadarrama Olivera. Coordinadora del Centro de Estudios de Género de la Universidad Veracruzana.

Sobre la autora del documento recepcional

Nació el 22 de enero de 1994, en Xalapa, Veracruz. Es licenciada en Lengua y Literatura Hispánicas por la Universidad Veracruzana. Ha sido docente por vocación, en materias afines a su perfil, en el bachillerato, y es una lectora apasionada de la literatura de viajes.

DEDICATORIAS

A mis padres por creer en mí y apoyarme de forma incondicional.

AGRADECIMIENTOS

Agradezco profundamente al Dr. Homero por su guía y acompañamiento para construir este proyecto; así también por vincularme con el Instituto Municipal de las Mujeres de Xalapa (IMMX). Agradezco al Dr. Mario Miguel Ojeda Ramírez y la Dra. Antonia Olivia Jarvio Fernández, por su dedicación y compromiso docente, por motivarme de principio a fin a seguir el camino de la mejora continua. A la Mtra. Edna Laura Zamora Barragán, por compartir conmigo sus libros y estrategias de promoción de la lectura.

Tabla de contenido

Sobre la autora del documento recepcional	iii
DEDICATORIAS	iv
AGRADECIMIENTOS	v
Lista de tablas y figuras	viii
<i>Figura 1 Relación social que tiene la víctima con la persona agresora</i>	viii
INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO 1. MARCO REFERENCIAL	5
1.1 Marco conceptual	5
1.1.1 La lectura, formas y usos	5
1.1.2 La biblioterapia: concepto y aplicaciones	8
1.1.3 La violencia hacia las mujeres	12
1.1.4 La apropiación lectora	14
1.3 Estado del arte (casos similares)	15
CAPÍTULO 2. DISEÑO METODOLÓGICO	22
2.1 Contexto de la intervención	22
2.2 Delimitación del problema y objetivos	26
2.2.1 Problema concreto de la intervención	26
2.2.1 Objetivo general	28
2.2.2 Objetivos particulares	28
2.2.3 Hipótesis de la intervención	28
2.3 Estrategia de la intervención	¡Error! Marcador no definido.
2.4 Procedimiento de evaluación	31
2.5 Procesamiento de evidencias	32
CAPÍTULO 3. RESULTADOS Y DISCUSIÓN	34
CAPÍTULO 4. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	47
REFERENCIAS	50
Apéndices	57
Apéndice A Diseño de cartel	57
Apéndice B Diseño de cuestionarios	58
Apéndice C Entrevista semiestructurada	60

Apéndice D Cartografía lectora 61

Apéndice E Participantes 68

Apéndice E Fotografías 69

Glosario 73

Lista de tablas y figuras

Figura 1 Relación social que tiene la víctima con la persona agresora

Figura 2 Asistencias de las mujeres participantes a lo largo del taller

Figura 3 Participantes que experimentaron alguno de los componentes fundamentales de la biblioterapia

INTRODUCCIÓN

Cuando una lectura se hace por elección propia se le denomina lectura recreativa, esta puede generar estados de placer y satisfacción; cuando conduce a un proceso cognoscitivo en el cual el lector o lectora es capaz de percibir la belleza generada por el texto, se le conoce como lectura estética (Morales Sánchez, 2019). En esta última se ve involucrada la sensibilidad del lector/a para distinguir aquello que le provoca una reacción sensitiva o emocional, por ende, conlleva la experimentación de emociones y perspectivas de vida. Por el contrario, cuando se trata de una lectura para cumplir con una tarea, para resolver un problema u obtener información, de manera obligatoria o impuesta por la escuela o el trabajo, se le conoce como lectura utilitaria (Jarvio Fernández y Ojeda Ramírez, 2018).

Lo cierto es que cuando leemos por gusto, no solo estamos mejorando la memoria y la capacidad para la comprensión de textos, leer también puede despertar la actividad psíquica, el pensamiento, la narración interior (Petit, 2009). La lectura de ciertos textos, particularmente las obras literarias, pueden proveer un apoyo para los tiempos de angustia, para estados de ánimo o para necesidades de distracción de situaciones dominadas por la apremiante reproducción material y la vida cotidiana. La actividad lectora que me interesa subrayar en este trabajo es aquella que implica la dimensión subjetiva, es decir, el ejercicio de leer que involucra el ámbito de las emociones, de las reflexiones articuladas y detonadas mientras se recorren los textos.

No obstante, en la actualidad, aunque la mayoría de la población es alfabeta, generalmente se leen mensajes en redes sociales o también para cubrir necesidades de la vida cotidiana: leer la ruta del camión, los anuncios publicitarios, el menú del restaurante, etcétera (Garrido, 2014). De este modo, se presenta un problema de escasez de lectores de cierto tipo de

textos (sobretudo de libros) y también de analfabetismo funcional. De acuerdo con La Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO, 2016) los analfabetos funcionales son aquellas personas que ante una información escrita son incapaces de operativizarla en acciones consecuentes y, por lo tanto, no poseen la habilidad de procesarla de una forma esperada por la sociedad a la que pertenecen. La educación se encuentra estrechamente relacionada con la actividad lectora, ya que el porcentaje de lectores incrementa conforme el nivel de escolaridad es más alto. Como el Módulo sobre Lectura (MOLEC) indica, la población mayor de dieciocho años con estudios de nivel superior que lee libros alcanza un 65.7 %, en cambio aquella que no posee educación básica terminada únicamente un 20.5 % son lectores (INEGI, 2020). A pesar de ello, el sistema educativo actual se enfoca en enseñar la lectura como una herramienta (lectura utilitaria) y no en el disfrute de la lectura como actividad en sí (Garrido, 2014).

Para que alguien pueda experimentar la lectura por placer y desarrollar el hábito lector, se requiere de motivaciones y sobre todo de acompañamiento (Argüelles, 2011; Garrido, 2014). Pero sí la escuela y la familia no cumplen con esta labor, se crea un vacío y una profunda necesidad de fomentar la lectura en otros espacios y ámbitos por medio de sectores variados como: bibliotecas públicas, hospitales, centros culturales, instituciones de gobierno, etc. En México esto se constata a partir del amplio número de planes, programas y proyectos sobre fomento de lectura que han surgido en el siglo XXI.

Sin embargo, la mayoría de los proyectos de fomento a la lectura que buscan resarcir esta problemática sobre la lectura, enfocan sus iniciativas en el público infantil y juvenil, así como en el contexto escolar dejando de lado otros grupos etarios de la sociedad mexicana: las estadísticas también denotan una carencia de adultos/as lectores/as. El Módulo sobre Lectura (MOLEC)

menciona que el promedio de libros leídos por la población de 18 años y más en el último año fue de 3.4 ejemplares (INEGI, 2020).

Por su parte, la violencia a la mujer también cuenta con estadísticas alarmantes que indican la urgencia de tomar acciones hacia esta problemática social. La educación puede ser una herramienta, a veces (no siempre), en brindar autonomía y autosuficiencia a las mujeres para salir de situaciones violentas. De las mujeres que han enfrentado violencia por parte de esposo o novio, a lo largo de su relación de pareja (19.1 millones), en el 64.0 % de los casos se trata de violencia severa y muy severa. Se estima que anualmente cada mujer en la situación de violencia mencionada anteriormente perdió 30 días de trabajo remunerado y 28 días de trabajo no remunerado a causa de la violencia por parte de su pareja (INEGI, 2018). Aun cuando conocemos estas cifras, los programas de promoción a la lectura suelen enfocarse a niños y jóvenes. Sin embargo, pocos estudios han enfocado su atención en demostrar los beneficios de esta actividad en grupos vulnerables como el caso de las mujeres en situación de violencia.

La violencia hacia la mujer es una de las manifestaciones de desigualdad entre mujeres y hombres, un problema de gran dimensión y una práctica social ampliamente extendida en todo el país, puesto que 66 de cada 100 mujeres de 15 años y más, han experimentado al menos un acto de violencia ya sea física, psicológica, patrimonial, sexual o económica (ENDIREH, 2016).

Sin duda, en México hay una realidad inhóspita de violencia y desigualdad hacia la mujer, pensando en este contexto, surge mi inquietud de realizar un proyecto de intervención con base en la biblioterapia educativa, con la finalidad de estudiar la experiencia de un taller de lectura de obras literarias en un grupo de mujeres que han estado inmersas en situaciones de violencia.

La intervención se realizó con un grupo de 20 mujeres de la ciudad de Xalapa en colaboración con un programa provisto por una institución pública; El Instituto Municipal de las Mujeres de Xalapa (IMMX) que proporciona orientación jurídica y psicológica a mujeres en estas circunstancias. Asimismo, nace dentro del marco de estudios propuestos por la Especialización en Promoción de la Lectura (EPL), posgrado de la Universidad Veracruzana (UV) en el periodo 2019-2020. En términos generales, este estudio y la intervención muestran el potencial terapéutico de la lectura para el fortalecimiento de los sujetos sociales, en este caso, mujeres en situación de violencia. Asimismo, demuestra la relevancia de la promoción de la lectura para instrumentar estrategias lectoras que reviertan situaciones de desventaja en diferentes sectores de la población desde el ámbito educativo.

El proyecto se organizó con la siguiente estructura: en el primer capítulo se definieron los conceptos clave y las teorías que sustentan la propuesta. Posteriormente, se realizó una breve caracterización de trabajos similares al presente, los cuales giran en torno al uso de la biblioterapia aplicada en diversos grupos. En el capítulo segundo se realizó el planteamiento del problema y el diseño metodológico, los objetivos que se persiguieron en este proyecto, las características específicas del grupo que se atendió y la metodología planteada. En el tercer capítulo se exponen los resultados obtenidos y en el cuarto capítulo se dan las conclusiones y recomendaciones. Finalmente, se anexan las referencias y bibliografía consultada, así como los apéndices, mismos que muestran parte importante del trabajo de campo.

CAPÍTULO 1. MARCO REFERENCIAL

1.1 Marco conceptual

En los siguientes apartados se explican conceptos relacionados con la lectura, en qué consiste la lectura biblioterapéutica, su tipología y características. Asimismo, es necesario delimitar el tema de la violencia hacia la mujer para comprender al grupo con el cual se llevó a cabo la intervención. Conocer estos conceptos es esencial para una correcta contextualización del presente reporte de intervención.

1.1.1 La lectura, formas y usos

Leer constituye una acción lingüística, cognitiva y sociocultural cuya utilidad trasciende al ámbito escolar y académico pues se inserta en las diferentes esferas de la vida de los seres humanos. No obstante, la lectura es más que un proceso mecánico de transferencia de información. El papel primordial en el acto de lectura lo tiene el lector o lectora, ya que es el implicado/da en la comprensión activa de significados adheridos al texto, por lo tanto, se requiere necesariamente de su implicación afectiva e intelectual para que se realice la lectura.

La práctica lectora ideal sería aquella que se presenta como una elección voluntaria fundamentada en el goce producido por el acto de lectura, este hecho refuerza la habilidad lectora y les confiere una disposición positiva hacia el aprendizaje. La lectura placentera se define como aquella que se realiza al margen de las actividades estrictamente obligatorias e impuestas por otras personas, se trata de una elección totalmente libre porque es el lector quien elige los textos de su preferencia, así también gestiona los tiempos que emplea para esta actividad. No obstante, en la escuela el proceso ha derivado en una actividad que se utiliza para aprender contenidos y no se lee para disfrutar. Garrido (2012) denomina a este tipo de lectura

como utilitaria porque los motivos que impulsan a leer se basan en los deberes o tareas que se deben cumplir, es decir, se lee para cubrir necesidades que surgen en la vida cotidiana.

Entonces, para que alguien pueda experimentar la lectura por placer y desarrollar el hábito lector, se requiere de motivaciones y sobre todo de acompañamiento. Las emociones desempeñan un papel significativo en el proceso de lectura, que pueden ser decisivas para que una persona pueda aficionarse o no a la lectura. Este mismo autor afirma que sólo existe una manera efectiva de formar a un lector/a y es ayudándolo(a) a descubrir los placeres de la lectura, los cuales son múltiples; placeres de los sentidos, de la inteligencia, del razonamiento y de la reflexión. Para promover el gusto por la lectura se debe buscar despertar en los lectores alguna emoción que detone en uno de los placeres que brinda esta actividad.

Las reacciones y emociones producidas por los textos brotan de forma inconsciente siempre y cuando exista comprensión lectora de los significados adheridos al texto. De acuerdo con Garrido (2012) la literatura es ideal para formar lectores/as autónomos, ya que los textos literarios tratan de la vida misma; de experiencias, sentimientos, conflictos y pasiones de los seres humanos, que son temas comunes a todos y con los que cualquier persona puede sentirse identificada. Por esta razón la lectura semidirigida de obras literarias se ocupa como terapia, ya que hay un trabajo inconsciente del lector/a sus propias emociones. En palabras de Petit (2009) el acto lector es terapéutico en las siguientes condiciones:

Cuando no se siente como algo impuesto, una historia prestada o una frase pueden muy pronto volverse parte de uno mismo y, al garantizar una distancia que protege, puede permitir evocar la propia historia en particular sus capítulos difíciles. Porque son sobre todo las páginas dolorosas de nuestra vida las que pueden ser leídas de manera indirecta. (p. 112)

El acto de leer integra aprendizaje y experimentación, es encuentro con uno mismo, con los otros y con lo otro, la posibilidad de conocer formas culturales, personales, colectivas e históricas o contemporáneas de la diversidad humana, ya que dispara resortes y sienta bases mediante los cuales los seres humanos nos identificamos con otros, con sus experiencias y situaciones. Para Yunes (2005) leer mejora la autoestima, en tanto que sostiene una visión amplia del mundo y estimula el reconocimiento del otro, lo que conlleva que los lectores/as miren más allá de los límites del “yo”. También mediante la lectura nos configuramos a nosotros mismos, leer es una acción individual pero también una actividad colectiva: se lee lo que otros han vivido, lo que otras/os piensan, sienten, creen, imaginan, comparten, sugieren, etcétera. En palabras de Ouaknin (2016):

Más allá del “placer del texto”, la lectura le ofrece al lector, por identificación y “cooperación textual”, por apropiación y proyección, la posibilidad de descubrir una seguridad emocional, una alternativa para la realidad, una catarsis para los conflictos y la agresividad, una seguridad espiritual, un sentimiento de pertenencia, la apertura hacia las otras culturas, sentimientos de amor, el compromiso en la acción, valores individuales y personales, la solución de dificultades, etcétera. (p. 27)

La lectura nos interpela como humanos, como hombres o mujeres, como seres que viven alegrías y frustraciones, que desean y sueñan; leer nos revela nuestra pertenencia a una humanidad en constante transformación y reconfiguración. Por lo tanto, podemos hallar lecturas que quizá sin proponérselo orientan, abren, acompañan, fortalecen, dignifican. Petit (2001) señala que la lectura puede ser crucial en circunstancias de la vida en la que debemos reconstruirnos; cuando fuimos golpeados por un duelo, una enfermedad, un accidente o una pena de amor, también cuando se pierde el empleo, cuando se vive una depresión. En todos estos

casos denominados por ella como momentos de crisis, la lectura puede operar como un alivio ya que posibilita la reestructuración del pensamiento y permite la visualización de múltiples posibilidades. Desde esta comprensión, estamos cercanos al sentido terapéutico de la lectura.

1.1.2 La biblioterapia: concepto y aplicaciones

Etimológicamente, biblioterapia viene de la unión de las palabras griegas biblio (libro) y terapia (cura o restablecimiento). Entonces la biblioterapia es la terapia a través de los libros. El *Diccionario de Bibliotecología y Ciencias de la Información* (2014) describe a la biblioterapia, concepto que es afín al objetivo perseguido en este proyecto: “el uso de libros, seleccionados con base en su contenido, leídos como parte de un programa diseñado para facilitar la recuperación de pacientes que sufren alguna enfermedad mental o un malestar emocional como consecuencia de su enfermedad” (p. 5).

Aunque existen varias definiciones del concepto, la mayoría de los especialistas coincide en que la biblioterapia es un programa que utiliza la lectura dirigida a partir de materiales seleccionados como coadyuvantes terapéuticos (Castro, 2016; Pérez de Rosell, 2011; Salavertí Pitarch, 1999; Jalongo, 1983). Entonces, en el enfoque de la biblioterapia, la lectura tiene una función terapéutica que posibilita un bienestar emocional en los lectores o lectoras tras una selección previa de las obras basada en el contenido temático. El bienestar emocional es un concepto amplio, que tiene que ver con la experiencia subjetiva de sentirse bien, en armonía y con tranquilidad, lo constituyen el conjunto de sensaciones positivas derivadas de un funcionamiento mental adecuado que nos capacita para hacer frente o adaptarnos a las situaciones y demandas ambientales. (Organización Mundial de la Salud, 2020).

Ouaknin (2016) escribe que en la biblioterapia el acto de lectura conlleva una interpretación de los significados adheridos al texto y desde este enfoque la interpretación es en sí misma una terapia ya que hace que el cerebro adquiera nuevas perspectivas, las cuales quedan contrastadas con las ideas preexistentes. Ette (2001) describe que se trata de un complejo juego interno que se establece por la oposición entre lo conocido y lo desconocido. Es decir, que cuando se leen obras literarias se balancea aquello que ya conocían los lectores o lectoras con lo que todavía no sabían y que adquieren con la lectura del texto. Petit (2009) también afirma que la lectura es terapéutica, no obstante, su explicación se encuentra en las representaciones que ofrece la literatura que despiertan lo que está dormido u ignorado en la mente del lector/a. Desde la perspectiva de esta autora, la literatura ensancha los horizontes de visión y también pone en movimiento nuestras inscripciones traumáticas más oscuras. Entonces, los libros pueden, en términos de su capacidad de transporte imaginario, mover al lector a generar nuevos pensamientos. En este sentido, leer puede expandir los horizontes y posibilitar nuevas perspectivas de pensamiento en los lectores.

Así, interpretar y comprender pueden implicar también la construcción de formas reflexivas de encuentro con uno mismo, pues la lectura comprendida e interpretada pasa a formar parte del lector, de su individualidad, de su situación, sólo que ahora permitiendo maneras de reflexionar crítica y distanciadamente sobre afectaciones y/o emociones propias: “La lectura al suscitar la vida interior, desencadena un proceso terapéutico discreto, del que quizá aún no medimos todo su poder” (Petit, 2009, p.113). Es a través de este ejercicio de autoconocimiento que la biblioterapia puede intervenir de modo favorable, buscando la mejora individual en contextos colectivos. Las obras literarias no sólo producen el goce estético, sino que permiten al lector hacer simulacros de la realidad mediante las neuronas espejo (Volpi, 2018). Siguiendo los

postulados de este autor, la lectura es también un mecanismo para analizar el presente vivido y sirve para enfrentar el futuro de formas inéditas, ya que desvía al lector de las formas tradicionales de resolver sus problemas, situándolo en escenarios de prueba. La literatura posibilita el tener experiencias diversas. No obstante, ha sido poco valorada como herramienta terapéutica, y más comúnmente ceñida a instrumento de entretenimiento, aprendizaje o evasión.

La lectura de obras literarias pone en contacto con una otredad que es indirecta: un personaje y su modo de ver la vida, a veces un marginado, otras un caballero medieval, un don juan o un asesino. La lectura es el laboratorio de lo posible, es diálogo y reflexión. Para Descartes: “la lectura de todos los buenos libros es como una conversación con las personas más nobles de los siglos pasados que fueron sus autores” (citado por Proust 2019, p. 27). A través de las historias escritas por otros, los lectores descubren sentimientos entrañables, o las más oscuras pulsiones del ser humano. Ahora bien, el acto lector desde el enfoque biblioterapéutico es una operación de disseminación que restituye la vida, el movimiento y el tiempo (Ouaknin, 2016).

Las obras que pueden producir bienestar emocional deben de contener alguno de los seis componentes fundamentales de la biblioterapia según Fortkamp (2001) que a continuación se enlistan. El primero es la catarsis que se entiende como un instrumento para pacificar las emociones; aunque, cabe aclarar que al inicio estas se desencadenen de manera intempestiva, en este caso a partir de un estímulo derivado de la lectura. El segundo se trata del humor, que alude a la capacidad de algunos textos para provocar risa, considerada también de carácter terapéutico. El tercero es la identificación que señala la similitud que encuentra el lector entre su vida y la historia narrada en la obra literaria: se basa en que el lector aprecie afinidades entre sí mismo y algún personaje, estas pueden ser conducidas por el biblioterapeuta hacia determinados fines, como la adopción de una actitud más positiva por parte del lector. El cuarto, la introyección, se

trata de un proceso reflexivo en el cual el lector o lectora adopta pensamientos, cualidades o actitudes propias de los personajes, siendo estas positivas y pertinentes para su situación. La proyección se define como la transferencia a otros (personajes o historia de ficción) de ideas, sentimientos, intenciones, expectativas y deseos. La introspección consiste en la autoobservación mediante una actitud reflexiva sobre cualquier aspecto de la propia personalidad y/o conducta, de la propia conciencia o de los estados de ánimo.

Esto hace que, en definitiva, leer de manera guiada y propositiva pueda mejorar el bienestar emocional de las personas con base en los textos y actividades seleccionadas para este propósito. Ello también implica que, en la biblioterapia, el promotor/a de lectura deba tener un conocimiento suficiente para proponer autores, textos y temas, según la situación y los objetivos que den pie a intervenciones y talleres, ya que se encarga de elegir obras literarias que identifica como adecuadas para abordar y manejar las necesidades y situaciones emocionales de cada persona o grupo de intervención.

El promotor/a de lectura debe conocer de forma previa los materiales que utilizará para identificar las potenciales propiedades terapéuticas de las obras literarias. Asimismo, requiere contar con el conocimiento pertinente para elegir las lecturas, su orden y tratamiento, conlleva también el empleo de habilidades didácticas, de modo que leer tenga objetivos y sentidos predeterminados, así como estrategias para alcanzar estos fines.

De acuerdo con lo anterior, tanto el perfil profesional del biblioterapeuta, como el contexto en donde se realiza la intervención han dado como resultado, una tipología de la biblioterapia. Naranjo Mora et al. (2017), siguiendo a Daiva Janavičienė (2010), distinguen dos: la biblioterapia clínica y la biblioterapia educativa. La primera es aplicada por personal médico como un método adicional de tratamiento y se desarrolla en instituciones, hospitales y clínicas en

las que se atiende a pacientes con enfermedades mentales, emocionales y físicas. La segunda, puede ser aplicada por profesionales de los servicios sociales como bibliotecólogos, maestros, psicólogos, trabajadores sociales, promotores de lectura, literatos y se trabaja en centros educativos, bibliotecas, centros juveniles, instituciones gubernamentales dedicadas a ofrecer servicios sociales y en los hogares de los pacientes. Este proyecto de intervención, con las adaptaciones del caso, se basa en la segunda clasificación de biblioterapia, es decir, la del tipo educativo.

1.1.3 La violencia hacia las mujeres

Antes de exponer el caso específico de intervención, se desarrolló el tema de la violencia hacia las mujeres, ya que el perfil de las personas con las cuales se llevó a cabo la intervención fueron mujeres que experimentaron algún tipo de violencia. Para adentrarnos a este tema, cabe hacer algunas precisiones al respecto. El artículo uno de la *Declaración sobre la Eliminación de la Violencia contra la Mujer de las Naciones Unidas* (ONU) define la violencia contra las mujeres como:

Todo acto de violencia perpetrado contra el sexo femenino que tenga o pueda tener como resultado un daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico para las mujeres, inclusive las amenazas de tales actos, la coacción o la privación arbitraria de libertad, tanto si se producen en la vida pública o privada. (párr. 14)

La violencia contra las mujeres surge de la relación de desigualdad entre hombres y mujeres basada en la idea de la superioridad de los hombres sobre las mujeres. De acuerdo con el Informe de Desigualdades en México (Red de Estudios de Desigualdades del Colegio de México, 2018) existen asimetrías contundentes en cuanto al género de las personas con estudios universitarios que se dedican a las labores del hogar:

En este grupo selecto de personas con alta escolaridad, hay 80 veces más mujeres que hombres cuya ocupación principal son los quehaceres de su hogar, razón que aumenta a 89 en las ciudades pequeñas, ello implica que el 20 % no utiliza sus conocimientos en algún trabajo remunerado. Ahora bien, de acuerdo con este informe, dedicarse a las labores del hogar no es una elección libre, ya que si lo fuera un número equivalente de varones con educación universitaria se ocuparía sólo de labores domésticas, pero la proporción es de 0.2 % (13,418) (p.58)

La violencia a la mujer se presenta en todos los ámbitos y por parte de agresores diversos, desde la pareja y familiares hasta desconocidos; constituye un fenómeno extendido y con complejas estructuras de pensamiento impuestas por la familia, las instituciones políticas, educativas, religiosas, y administrativas, así como el medio laboral. Con estos mecanismos la sociedad impulsa a las personas a actuar de forma estereotípica según sea su género. Este reparto de papeles o roles de género ha originado un sistema de jerarquías que se conoce como patriarcado. En este, los hombres han predominado en todas las esferas de la vida, mientras que las mujeres reducen su labor al espacio doméstico de la familia.

La ley general de acceso de las mujeres a una vida libre de violencia (Gobierno del Estado de Veracruz de Ignacio de la Llave, 2010) en su artículo 6, sobre las formas de violencia contra la mujer se identifican una amplia variedad de modalidades y ámbitos en los cuales se desarrolla. A grandes rasgos menciona que la violencia puede ser psicológica, física, sexual, patrimonial, económica, feminicida. Asimismo, hace referencia a los diferentes ámbitos en los cuales se desarrolla: familiar, laboral, escolar, comunitario e institucional.

La información de las encuestas respecto a la violencia hacia la mujer en México señala la gravedad, la información captada por ENDIREH (INEGI, 2016) muestra que la violencia la

violencia contra las mujeres es un problema de gran dimensión y una práctica social ampliamente extendida en todo el país debido a que 30.7 millones de mujeres en México han sido sujetas a actos violentos y discriminatorios alguna vez, a lo largo de su vida.

El problema subyace en todos los ámbitos y regiones del país, la ciudad de Xalapa no es la excepción, lo cual se ve reflejado en el aumento de los casos de violencia hacia las mujeres recibidos a través de la Línea Violeta que atiende el Instituto Municipal de las Mujeres de Xalapa, 65 casos en el periodo del 16 de marzo al 12 de abril del 2020. En este mismo año, en el mes de febrero hubo en la entidad xalapeña un crecimiento de 40 por ciento de los casos de violencia de género, mientras que en marzo fue del 135 por ciento, y en abril un 44 por ciento, estos son únicamente los casos reportados; podemos asumir que hay muchos casos no reportados, y que la incidencia de denuncias podría fluctuar también, sin reflejar con certeza la incidencia de actos violentos. Los datos anteriores fueron proporcionados por la Mtra. Yadira Hidalgo, directora general del IMMEX, en una entrevista realizada por el periódico *El Cuadrantín Veracruz* (Ortega, 2020). El proyecto expuesto más adelante se llevó a cabo en ese contexto institucional y de violencia hacia la mujer. Esto es entre mujeres que acuden al IMMEX, algunas de las cuales asistieron al taller de biblioterapia que dirigí durante este año.

1.1.4 La apropiación lectora

La teoría transaccional de Rosenblatt y la teoría de esquemas son dos teorías literarias que se articulan con el sentido terapéutico del leer ya que afirman que la lectura va más allá de descifrar un código de signos y que más bien se trata de una transacción entre las ideas preconcebidas por el lector y el mundo narrado por la obra literaria. Ahora bien, la teoría de esquemas hace referencia a las concepciones que cualquier persona tiene sobre cualquier tema y aspecto de la vida cotidiana, con los cuales la lectura suele jugar; cuestionándolas o poniéndolas

a prueba. Por eso, tal como señala Rosenblatt (1996), al leer estamos haciendo una autocrítica que nos lleva a repensar sentimientos y pensamientos.

Entonces, en la medida en que los lectores/as analicen esos procesos y los interioricen, su lectura será mucho más completa comparada con aquella que se limita a observar aspectos superficiales del texto. La aplicación de esta teoría como metodología en el fomento a la lectura desde el enfoque biblioterapéutico se puede llevar a cabo mediante estrategias de lectura y escritura que se apropien del texto leído según sus particularidades y situaciones. Para ello, el papel del biblioterapeuta es fundamental, pues es quien guía a la reflexión tanto individual como colectiva haciendo preguntas clave sobre la obra literaria según los objetivos establecidos. Sin duda es importante desde que este identifica una problemática y la población que la padece con la finalidad de formular un programa de intervención para presentarlo a una institución.

El/la biblioterapeuta que es también un tipo de promotor/a de lectura establece los objetivos del proyecto y dibuja estrategias para llegar a ellos. Diseña actividades didácticas y estrategias para estimular las respuestas orales el grupo que interviene. Las respuestas expresadas son formas de apropiarse del texto, es decir, de internalizarlo y comprenderlo a profundidad. Estos elementos también se pueden manifestar a través de la escritura, misma que ayuda a ordenar el pensamiento, a elaborar una lectura crítica y responder preguntas reflexivas o narratológicas. La “respuesta expresada”, permite la activación de ciertos aspectos del proceso que ocurren durante la lectura y la “interpretación expresada”, explicar y analizar la evocación sentida con la ayuda de un marco de referencia (Rosenblatt, 1996, pp.15-16).

1.3 Estado del arte (casos similares)

Las investigaciones en torno a la biblioterapia han aumentado en las últimas dos décadas. El auge de estudiarla se debe a su atractivo modelo educativo y terapéutico, el cual puede

aplicarse a diferentes grupos etarios y en diferentes espacios: bibliotecas públicas, escuelas y hospitales. Los resultados de la biblioterapia han sido registrados por investigadores de diversas áreas del conocimiento, desde educadores, bibliotecarios, literatos, psicólogos hasta pediatras. Los casos similares encontrados buscan resarcir una gama variada de problemáticas relacionadas con tres ámbitos: salud mental, física y emocional. Así como tratar problemas puntuales de índole social como la violencia de género, la drogadicción, el *bullying*, secuelas de las crisis sociopolíticas de un país, los traumas surgidos a raíz de un desastre natural o bien buscan acompañar en temas o etapas difíciles de la vida tales como el duelo o el divorcio. Para fines de esta investigación se presentarán únicamente aquellos textos que contienen tanto teoría como práctica. En otras palabras, que sean estudios de caso, investigaciones aplicadas, que hayan realizado un proyecto de biblioterapia en grupo específico y no solamente una revisión teórica o histórica de la biblioterapia.

Alepuz y Andúgar (2019) identificaron la necesidad de que los universitarios que cursan la asignatura Enseñanza y Aprendizaje de la lengua castellana en el Grado de Educación Infantil de la Universidad Católica de Murcia conocieran y analizaran la literatura infantil desde un punto de vista biblioterapéutico para potenciar el desarrollo socioafectivo de sus futuros alumnos de preescolar. Esta investigación buscó demostrarles a los/las estudiantes universitarios/as la importancia del papel de la literatura infantil dentro del contexto escolar para tratar diferentes problemáticas emocionales en los niños de edad preescolar. Los objetivos que se persiguieron en esta investigación fueron: promover el fomento del disfrute de la lectura a través de la formación de los futuros docentes y la confección de un catálogo de literatura infantil que pueda ser empleado como un recurso educativo para enfrentar temas como: el abandono familiar, el acoso escolar, el nacimiento de hermanos, los terrores nocturnos, y los problemas de adaptación al

colegio, etc. La metodología consistió en dos cuestionarios aplicados a los estudiantes universitarios. El primero al inicio del semestre para conocer sus conocimientos de literatura infantil y el segundo después de finalizar el curso. Los estudiantes llevaron a cabo un trabajo práctico-educativo en el cual aplicaron su catálogo de literatura infantil y midieron las percepciones de sus alumnos. Los resultados obtenidos apuntan a que través de la práctica de biblioterapia se fomentó la competencia comunicativa de los futuros docentes, al mismo tiempo que ampliaron sus conocimientos sobre literatura infantil. Es relevante mencionar que la práctica fue muy bien acogida entre los alumnos, ya que como los datos del cuestionario reflejan, su conocimiento sobre la literatura infantil actual era limitado.

Ruiz Martínez (2019) realizó un proyecto de biblioterapia dentro de la Especialización en Promoción de la Lectura de la Universidad Veracruzana (UV), el cual estuvo enfocado en acercar la literatura a la población de adolescentes en proceso de recuperación de las adicciones de la unidad terapéutica de la Fundación Casa Nueva de Xalapa. Fueron 15 sesiones donde la principal estrategia que se utilizó fue la lectura en voz alta. Esta autora buscó transmitirles la lectura por placer como parte de una terapia ocupacional. La metodología que utilizó implicó el análisis de dos cuestionarios (inicial y de salida) sobre sus prácticas lectoras y un diario de campo. Entre los resultados de la autora, se destaca que algunos participantes cambiaron su percepción al respecto de las motivaciones que tenían para leer, pasando de una visión de lectura obligatoria a una de lectura por gusto. Además, menciona el hecho de que algunos participantes solicitaron con regularidad libros en préstamo, esto con el fin de paliar la ansiedad provocada por la abstinencia del consumo de drogas, y con lo cual “los chicos pudieron comprobar que tomar un libro también puede lograr un efecto de distracción y entretenimiento” (p. 55).

Ramírez Gómez (2017) realizó un proyecto de intervención también dentro del marco de la Especialización en Promoción de la Lectura (EPL) de la UV ubicada en México. El objetivo central de este fue promover la lectura entre las mujeres sobrevivientes del cáncer con la intención de convertirlas en lectoras asiduas y al mismo tiempo, de usar la literatura como una herramienta terapéutica para la recuperación emocional de estas mujeres. El taller también estuvo abierto a los familiares, cuidadores, personal de salud y público en general que se interesara por el tema de la lectura como recurso lúdico en la recuperación de personas sobrevivientes o en tratamiento oncológico. Los espacios en los cuales se llevó a cabo fue el Centro Estatal de Cancerología “Dr. Miguel Dorantes Meza” (CECan) que se encuentra ubicado en la ciudad capital del Estado de Veracruz, y por otro lado, la sala de consulta externa del CECan con las integrantes de la fundación Grupo Reto Xalapa. Los resultados obtenidos en el trabajo de esta autora se basan en la observación de las personas en cada una de las sesiones del círculo de lectura, y de los cuestionarios realizados al inicio y al final de la intervención (uno oral y otro escrito). La autora registró un descenso en los niveles de ansiedad, así como el reemplazo de emociones negativas por otras positivas como la alegría, la paz y la armonía.

Enriquez Benítez (2016) propone un programa de biblioterapia para pacientes pediátricos internados en el Hospital de Ortopedia “Victorio de la Fuente Narváez” del Instituto Mexicano del Seguro Social. Asimismo, explica que las estancias de los menores de edad dentro de este hospital son largas, porque implican rehabilitaciones que pueden ir desde un par de semanas hasta meses, motivo por el cual descuidan los deberes escolares y actividades de recreación e integración social. Este autor buscó integrar la biblioterapia dentro del programa educativo “Sigamos aprendiendo” de este hospital, que es un espacio que cuenta con aulas para que los internados del área de pediatría continúen estudiando. Este proyecto también contempló una

donación de libros para la biblioteca del hospital, la cual no contaba con recursos de literatura infantil y juvenil sino únicamente con libros del área de medicina para los estudiantes de la especialidad en pediatría. Los resultados obtenidos fueron positivos, presentando una mejora en la actitud de los pacientes debido a la ayuda que recibieron durante su proceso de recuperación y de rehabilitación e incluso de adaptación al entorno social. La biblioterapia fungió como un distractor de las rutinas hospitalarias en los pacientes pediátricos, así como complemento a los tratamientos en el 90% de los pacientes, lo que propició una mejoría en la calidad de los servicios ofrecidos dentro de la unidad hospitalaria del IMSS al generar comunicación con el derechohabiente, debido a que de esta forma se pudieron conocer sus dudas, inquietudes e incluso sus quejas surgen en su periodo de hospitalización. También se demostró que es viable adaptar un programa de biblioterapia aplicado a pacientes pediátricos en las unidades hospitalarias del Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS), ya que coadyuva a que la institución mejore su servicio y comunicación con el derechohabiente.

Aráuz, Espinoza y Alcocer (2016) hacen una exploración de la práctica de la biblioterapia en Nicaragua a través de un estudio de caso con pacientes del Hospital Docente de Atención Psicosocial “Dr. José Dolores Fletes Valle”. La finalidad de su estudio fue dar a conocer el funcionamiento del programa de biblioterapia que dirigen los psicólogos y médicos de este hospital. La metodología para el análisis de datos estuvo constituida por la observación de las sesiones de biblioterapia, así como entrevistas a médicos y psicólogos. Las autoras concluyen que la aplicación de la biblioterapia en pacientes con deficiencia mental ha contribuido a la mejoría del estado de ánimo cognitivo – conductual. Por último, este trabajo también tuvo como objetivo reflexionar sobre la importancia de incluir la biblioterapia en el quehacer profesional del gestor de la información (bibliotecólogo).

Stefanizzi (2014) realizó una investigación en Argentina enfocada en el estudio de la función terapéutica que tienen los libros, así como el papel que desempeñan los bibliotecarios y voluntarios en las bibliotecas ambulantes del Hospital de Niños “Sor María Ludovica” y del Hospital Zonal “Noel Sbarra”, quienes tienen como objetivo mejorar la calidad de vida de los niños hospitalizados. En esta investigación se ocuparon tres métodos de recolección: una entrevista con los responsables de cada institución, un estudio de caso en cada hospital y la comparación entre estas instituciones de la ciudad de La Plata con la Asociación PAANET de la ciudad del Mar del Plata. Los resultados de este trabajo apuntan a considerar que es necesario que todos los hospitales cuenten con bibliotecas para pacientes, se pudo demostrar que el bibliotecario cumple una función muy importante dentro del equipo multidisciplinario compuesto por profesionales de la salud y, por último, tanto los pacientes como sus familiares afirmaron que las sesiones de biblioterapia los habían hecho sentirse acompañados.

Arrubla y Ramírez (2012) desarrollaron un proyecto de intervención en Colombia basado en la biblioterapia en el Colegio Colombo Británico para incrementar los índices de disciplina dentro de dicha institución, es decir, mejorar las conductas de los estudiantes a través de la lectura. La metodología utilizada se dividió en 5 fases: diagnóstico, sensibilización, ejecución, evaluación, seguimiento y sostenibilidad. El estudio de caso fue aplicado a tres estudiantes de esta institución del tercer grado de primaria que presentaban problemas de conducta para acatar las reglas del Colegio. Los resultados obtenidos demuestran que dos de los tres estudiantes mejoraron su conducta dentro y fuera de las clases. Sin embargo, en un tercer estudiante la biblioterapia no fue de gran ayuda puesto que durante la intervención su conducta fue introvertida, y una vez terminada continuó con el comportamiento indisciplinado.

Oscariz (2011) realiza una investigación en Chile sobre las percepciones y las reacciones de 10 pacientes mujeres entre 45 y 75 años con diagnóstico de depresión moderada de un Centro de Salud Familiar del Sector Sur de Santiago en relación con la utilización de recursos literarios con fines terapéuticos. La recopilación de datos se llevó a cabo por medio de entrevistas individuales semi-estructuradas. En ellas, las participantes describieron su experiencia grupal y los beneficios obtenidos de las actividades. Los resultados de esta intervención arrojaron que las participantes pudieron desarrollar su creatividad, fortalecer la autoestima y lograr expresar sus emociones a través de la literatura. Además, valoraron la instancia grupal como red de apoyo al compartir y generar una dinámica de compañerismo y complicidad. Esta investigación contribuyó al “Programa de Detección, Diagnóstico y Tratamiento integral de la Depresión” en Atención Primaria de Salud (APS) ya que fue presentada como una alternativa distinta a los talleres que actualmente se imparten en esta instancia de salud.

Alfonso y Colmenares (2004) realizaron un programa de biblioterapia para niños en Cuba, el cual estuvo compuesto de 30 niños con edades entre los 3 y 8 años que se encontraban internados en el área de pediatría en el Hospital Armando E. Cardoso en Guáimaro, durante enero de 2002 y enero de 2003. El programa de Biblioterapia desarrollado se basó en la lectura de cuentos infantiles y fue evaluado por la escala de Wong (utilizada para valorar el dolor y/o la ansiedad en pacientes pediátricos). Los resultados obtenidos fueron comparados con 30 niños a los que no se les aplicó el programa de biblioterapia quienes fueron evaluados con la misma escala. La investigación mostró una disminución significativa de la ansiedad con respecto a la inicial, en el grupo beneficiado por la aplicación de la biblioterapia, con predominio de la Puntuación 0, 1 y 2.

CAPÍTULO 2. DISEÑO METODOLÓGICO

2.1 Contexto de la intervención

El taller de lectura y biblioterapia fue nombrado *Arte (sanas) de la palabra* y se llevó a cabo en el Centro de Documentación del IMMEX (CEDOC), que es la biblioteca del instituto, pero también es un espacio para reuniones. Cada sesión tuvo una duración de 2 horas, impartidas los martes y jueves de 16:00 a 18:00, consiguiendo un total de 16 sesiones y 32 horas de trabajo. Se llevó a cabo del 14 de enero al 5 de marzo de 2020. Se inscribieron 24 mujeres al taller de biblioterapia ya que la convocatoria fue abierta al público y difundida en redes sociales. Asimismo, se les invitó por teléfono y correo electrónico, el IMMEX me proporcionó los datos de las usuarias del trimestre julio-septiembre 2019 y puso como única condición poseer la mayoría de edad para poder formar parte de este. El público objetivo fueron las mujeres usuarias del IMMEX (Las usuarias del IMMEX son todas las mujeres que acuden activamente a esta institución para recibir alguno de sus servicios: orientación jurídica o psicológica, debido a que viven algún tipo y modalidad de violencia) las usuarias pueden ser atendidas en dos modalidades: de forma presencial y telefónica (Línea Violeta).

En los siguientes párrafos se describen las características de las usuarias del IMMEX del trimestre julio-septiembre del 2019, periodo del cual tuve acceso a la base de datos. De acuerdo con INFOMEX (2020) se brindaron en el IMMEX un total de 338 atenciones presenciales en comparación a las 135 atenciones telefónicas. De los servicios ofrecidos, la asesoría jurídica resultó ser la más solicitada con 197 casos, mientras tanto la atención psicológica tuvo 127 casos.

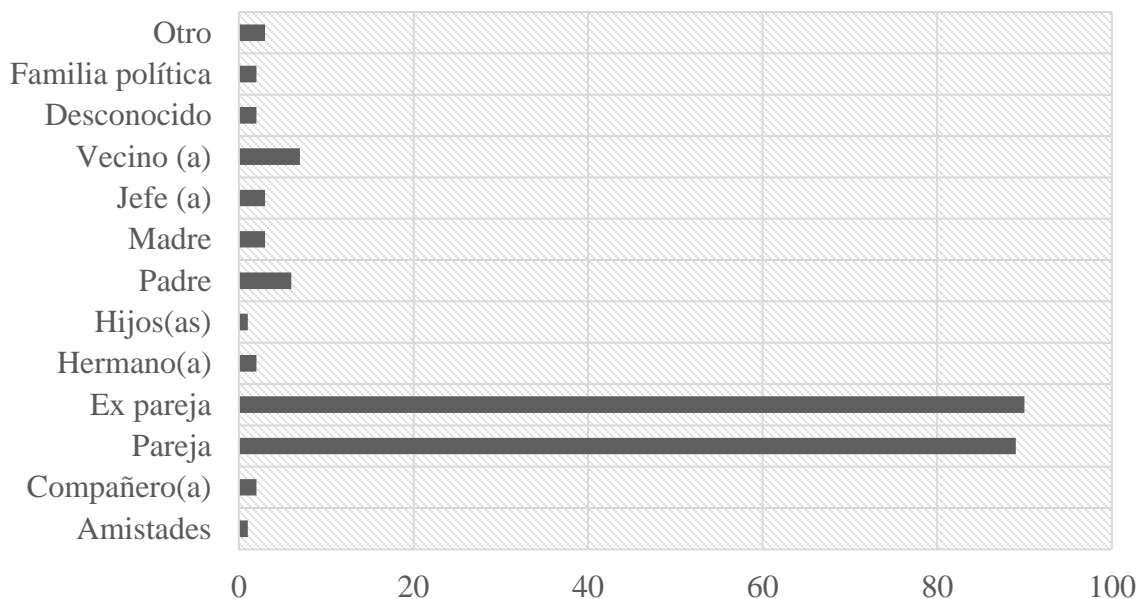
El tipo de violencia reportada en mayor medida entre las víctimas fue la psicológica con 207 casos, seguida de la violencia física con 113 casos, en tercer lugar, la económica que tuvo

97, seguida de la violencia de tipo sexual con 38, la patrimonial con 41 y, por último, 2 casos de violencia obstétrica.

La modalidad de violencia más frecuente se presentó en *el ámbito familiar* con 152 reportes, en seguida de *la familiar equiparada* con 28 casos, luego *la comunitaria* con 12 casos, después *la laboral* con 6 reportes, *la violencia institucional* con 2 casos, *la digital* igualmente con 2 reportes y, por último, *la violencia feminicida* con 1 caso en septiembre. Así como se analizaron los tipos y modalidades de violencia también se estudió el perfil de quien la ejerce, el 92 % de violencia contra las mujeres fue causada por hombres, el rango etario de estos agresores es de 21 a 60 años. Otro aspecto muy importante fue la relación social que tiene la víctima con la persona agresora, durante este trimestre se observa que la violencia se vive por personas cercanas y principalmente en el ámbito familiar, usualmente por parejas o exparejas.

Figura 1

Gráfica de la relación social de la víctima con la persona agresora.



La intervención fue del tipo educativo-terapéutico, ya que se hizo con un propósito doble: la vinculación de mi proyecto a una red de apoyo para mujeres en situación de violencia que brinda el IMMEX y la creación de un taller destinado al fomento de la lectura de obras literarias seleccionadas con la finalidad de favorecer el bienestar emocional de las usuarias, delimitando esto último al planteamiento que ofrece Fortkamp (2001) cuando se refiere a los componentes de la biblioterapia. Cabe aclarar que la intervención no buscó transformar las condiciones de violencia vividas, tampoco medir o analizar tales condiciones sino ofrecer una propuesta de actividad como adyuvante al proceso terapéutico que ya reciben en el IMMEX.

Dentro de los apoyos brindados por el IMMEX y como parte de la vinculación creada de mi proyecto a este Instituto, me proporcionaron el CEDOC, que consistió en una sala de reuniones para veinticinco personas con mesas, sillas y un pizarrón. De igual forma, los materiales de papelería empleados en el taller como hojas blancas, plumones, colores, acuarelas,

lapiceros, etc. Además, se asignaron dos psicólogas como apoyo para las sesiones, cuyas funciones fueron de contención emocional del grupo, intervención en caso de crisis y asesoría externa dentro del contexto del IMMEX dirigida a las asistentes que en ese momento no estaban llevando un proceso terapéutico o no eran usuarias del Instituto. Las psicólogas se turnaban para la asistencia al taller, una acudía todos los martes y la otra todos los jueves.

Del grupo formado a través de la convocatoria, 16 eran usuarias del IMMEX y las 8 restantes no lo eran. Sin embargo, estas últimas estaban interesadas en temas como la perspectiva de género, el feminismo y la lectura de obras literarias, adicionalmente las políticas del IMMEX apuntan a que los talleres estén abiertos al público femenino en general y, por lo tanto, no se le negó la entrada a ninguna mujer que quisiera participar. Del total de inscritas, permanecieron únicamente veinte, que fueron las participantes constantes que respondieron las encuestas.

Respecto a las cuatro que abandonaron la actividad, ninguna era usuaria del IMMEX. Entre los motivos por los cuales dejaron el taller están: dos de ellas explicaron que los horarios y las distancias les dificultaron continuar, que se hubiesen adaptado si las actividades se realizaran una vez por semana. Otra explicó que, por cuestiones de salud, específicamente, recibir un tratamiento contra el cáncer, la debilitaba y no podría concluir el taller. La cuarta argumentó que esperaba más herramientas psicológicas para llevarlas a cabo en su actividad profesional como terapeuta y que, por tanto, el taller no cumplía con sus expectativas.

De acuerdo con los datos recabados, el rango de edad oscilaba entre los 21 y 70 años. En este sentido, el grupo conformado fue muy diverso en cuanto a la edad. No obstante, sólo una de las asistentes contaba con un rango de edad entre 61 y 70 años, tres de ellas se encontraban entre los 41 y 50 años. De 51 y 60 años hubo cinco participantes, la población mayoritaria se hallaba en mujeres de 31 a 40 años que sumaron un total de seis participantes, el resto de la población

que asistió, es decir, un cuarto del total fueron cinco mujeres en un rango de edad entre 21 y 30 años.

De las 20 encuestadas, 13 lograron terminar una licenciatura en diferentes periodos, 4 culminaron el bachillerato, 2 la secundaria y 1 indicó que únicamente tuvo la oportunidad de concluir la primaria. No obstante, esto no mermó su nivel de participación y disponibilidad para aprender y/o apoyar al resto del grupo. Respecto a sus ocupaciones laborales, del total de asistentes, 9 declararon tener autoempleo en el momento de la encuesta, 3 eran estudiantes de licenciatura, 5 empleadas y 3 se dedicaban a las labores del hogar.

2.2 Delimitación del problema y objetivos

2.2.1 Problema concreto de la intervención

Los estudios de caso presentados en el apartado anterior muestran que la biblioterapia es una disciplina nueva y exploratoria en relación con su aplicación en diferentes grupos de personas, ya que hay una escasez evidente de proyectos de lectura con este enfoque. Sumado a esto, nos enfrentamos también a una escasez de lectores y de tiempo dedicado a esta actividad, los resultados del Módulo sobre lectura (INEGI, 2020) muestran que los mexicanos dedicamos sólo 39 minutos de lectura al día. Las razones más frecuentes de este hecho son falta de tiempo (47.9 %) y falta de interés (21.7 %). Ahora bien, los mexicanos en promedio leen 3.4 libros al año. En cuanto al motivo principal de la lectura, para la población de 18 y más años alfabetizada de libros, el más frecuente es por entretenimiento, ya que 38.7 % declararon hacerlo por esta razón.

Este problema también presenta sesgos de acuerdo con el género. Según datos del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) en México las mujeres leen menos que los hombres, ya que de acuerdo con los datos del MOLEC (2020) las mujeres declararon leer un

promedio de 3.2 ejemplares de libros al año a diferencia de los 3.7 registrados por los hombres. Respecto al tipo de textos que frecuentan hombres y mujeres también se presentan sesgos importantes, ya que el 43.8 % las mujeres declararon que en los últimos doce meses leyeron algún libro en contraste al 38.1 % de hombres. Asimismo, ocurrió con las revistas, texto más frecuentado por mujeres en un 34.6 % en contraste del 30 % de revistas que declaran leer los hombres. No sucede lo mismo con los periódicos e historietas, en los cuales el porcentaje es inferior en las mujeres en ambos géneros; el 20.1 % de mujeres lee periódicos frente al 40.6 % de hombres; en cuanto a las historietas las mujeres que leen estos textos son el 4.7 % y los hombres 5.5 %.

En el marco de la intervención educativo-terapéutica que he llevado a cabo, las 20 participantes de mi intervención declararon sentir gusto por la lectura. De ese total, 8 frecuentan textos del género narrativo como cuentos y novelas, y 7 son asiduas lectoras de periódicos y revistas. Mientras tanto y en una proporción menor, se encuentran 4 lectoras de poesía, por último, 1 de ellas declaró su preferencia por libros de superación personal. Del grupo formado a través de la convocatoria, 16 eran usuarias del IMMX, es decir que el 80 % de las participantes además de ser asistentes a mi taller acudían con frecuencia al Instituto por asesoría legal y psicológica por vivir en situaciones de violencia de género. Ahora bien, 12 de las 20 participantes manifestaron no tener experiencia previa con círculos o talleres de lectura.

2.3 Objetivo general

Promover la lectura estética de obras literarias en un grupo de mujeres que han estado en situaciones de violencia con la finalidad de que se apropien de las particularidades y situaciones de los textos leídos y seleccionados con base en los componentes fundamentales de la biblioterapia, vinculando este proyecto a la red de apoyo del IMMX.

2.3.1 Objetivos particulares

1. Fomentar el interés por la lectura como herramienta biblioterapéutica por medio de dinámicas lúdicas, así como ejercicios de escritura y lectura con textos seleccionados para este propósito, con la finalidad de reforzar el gusto por la lectura de obras literarias que coadyuven en su bienestar emocional.
2. Brindar un espacio de acompañamiento en un ambiente seguro y respetuoso para la libre expresión de las emociones partiendo del diálogo y la reflexión tanto individual como grupal.
3. Incentivar a las mujeres a que participen en las actividades vivenciales del taller en un espacio propicio para la reflexión, el compañerismo y la empatía grupal con base en el análisis e interpretación de las obras literarias que componen la cartografía lectora propuesta para este taller.

2.2.3 Hipótesis de la intervención

Las actividades del taller tendrán un impacto notable en el bienestar emocional de las mujeres participantes. Para cumplir con tal propósito se implementaron actividades lúdicas, recreativas y reflexivas con el fin de reforzar el hábito lector, incentivar el análisis, la interpretación y la búsqueda autónoma de obras literarias que auxilien sus procesos terapéuticos.

2.3 Estrategia de intervención

La selección de la cartografía lectora inicial se hizo con base en las consideraciones de pertinencia de la autora de este reporte. Además, se basó en las recomendaciones del libro *Manual de remedios literarios. Cómo curarnos con los libros* (Berthoud y Elderkin, 2017) que es un tratado a modo de diccionario de la A a la Z y dividido en dolencias emocionales, donde se sugieren lecturas de acuerdo con las particularidades y vivencias del lector, basándose también en las propiedades biblioterapéuticas de las obras literarias aconsejadas por las autoras. Sin embargo, esta se fue adecuando a lo largo de las sesiones hasta componer una cartografía final, la cual se construyó por los resultados obtenidos de los cuestionarios aplicados, así como de las observaciones registradas en el diario de campo y las recomendaciones hechas por las psicólogas del IMMX y los comentarios de las participantes al final de las sesiones respecto a las lecturas realizadas. Debido a que no se encontraron investigaciones específicas sobre los efectos que cada una de las lecturas seleccionadas pudieran provocar, la propuesta de la cartografía se construyó partiendo también de mi intuición y experiencia como lectora.

En la intervención se trabajó con cuentos, fragmentos de novelas, y poemas cortos de autores nacionales e internacionales: *María dos Prazeres* de Gabriel García Márquez (2009), *La ridícula idea de no volver a verte* de Rosa Montero (2014), *Una historia sobre peces* de Ajahn Chah (2005), *El lobo Estepario* de Herman Hesse (2008), *El horla* de Guy de Maupassant (2007), *Sea por Dios y venga más* de Laura Esquivel (2010), *Gotas* de Edgar Keret (2009), *La carta* de Amparo Dávila (2016), *No te rindas y ¿Cómo hacerte saber que siempre hay tiempo?* de Mario Benedetti (2020), *La casa de Asterión* de Jorge Luis Borges (2011), *Consejos para la mujer fuerte* de Gioconda Belli (2019), *Mujeres de ojos grandes* de Ángeles Mastretta (2012), *La luna* de Jaime Sabines (1973) y *Poema a Margarita* de Rubén Darío (2020).

Asimismo, se implementó la utilización de cuentos infantiles ilustrados, elegidos por sus contenidos temáticos afines a las necesidades e intereses expresados por el grupo de mujeres en el segundo cuestionario aplicado. Por ejemplo: *El pájaro del alma* de Mijal Snunit (2009), *La gran fábrica de palabras* de Agnès Lestrade (2013), *Todos somos diferentes* de Alicia Molina (2015), *Con la cabeza en otra parte* de André Bouchard (2013), *Lucy y el monstruo* de Ricardo Bernal (2014), *La ardilla miedosa* de Mélanie Watt (2007), *Yo voy conmigo* de Raquel Reguera Díaz (2015), *El cazo de Lorenzo* de Isabelle Carrier (2013), *El corazón y la botella* de Oliver Jeffers (2010), *El libro de los cerdos* de Anthony Browne (1991) y *El abrazo* de David Grossman (2019).

Los temas de las sesiones se comentaban y estaban de modo implícito o explícito en los textos y ejercicios. Cada sesión estuvo aunada a un tema específico: (1) El conocimiento intuitivo de nuestro ser emocional; (2) Los recursos interiores para afrontar la vida y la importancia de las palabras; (3) La construcción de la identidad y el amor propio; (4) Afrontar los miedos y otros monstruos; (5) Los laberintos de la mente; (6) ¿Qué es biblioterapia y como se aplica? (7) La naturaleza y la ecología; (8) Reconstruyendo mi autoestima; (9) Lectura de emociones; (10) El apego y el desapego en los vínculos afectivos; (11) Empoderamiento femenino; (12) Depresión, tristeza y melancolía; (13) Nuevas perspectivas de la soledad; (14) La conciencia sobre la finitud del ser humano; (15) Escritura creativa y poesía; (16) Reflexiones y clausura del taller.

La dinámica de las sesiones a excepción de la sesión 16, que fue la clausura, la sesión 6, que se basó en la teoría de la biblioterapia y la 7 que fue la proyección de un documental, siguieron la siguiente estructura: se realizaron, dos lecturas en voz alta, una grupal, en la cual leían de forma voluntaria las participantes y la otra dirigida por la promotora del taller,

generalmente después de la primera actividad recreativa. Asimismo, se realizaron dos actividades prácticas por día: una dinámica de integración grupal al inicio de la sesión y otra de expresión escrita, después de las dos lecturas en voz alta, casi al final de la sesión.

Las sesiones se estructuraron de la siguiente manera: La actividad inicial fue de integración grupal y tuvo una duración de 20 minutos; seguida de una lectura en voz alta de 10 minutos realizada por la promotora; para comentar sobre esta lectura se les otorgó un espacio de 10 minutos; el receso fue de 10 minutos (consistió en rifas de libros, se les ofreció café y galletas para motivarlas a tomar un respiro e interactuar entre sí); la lectura central con las respectivas participaciones y comentarios del grupo fue de 30 minutos; para la actividad recreativa relacionada con la lectura central se les dieron 25 minutos, que incluyeron las participaciones voluntarias para compartir las creaciones individuales; para el cierre por parte de la promotora y la psicóloga de apoyo que brindó el IMMX, así como cualquier comentario de retroalimentación o mejora por parte de las participantes se brindó un tiempo de 15 minutos. Al finalizar la sesión se les preguntaba alguna de las siguientes cuestiones: ¿cómo se sintieron? ¿Qué les gustó de la sesión? ¿Cuál era su reflexión final o que aprendizaje se llevaban a casa? ¿Qué lectura les gustó y por qué?

2.4 Procedimiento de evaluación

La evaluación se hizo con un enfoque mixto: se recopiló información socioeconómica sobre los asistentes y respuestas sobre preferencias y prácticas lectoras, los estados de ánimo y las emociones vivenciadas con las lecturas. Se realizó por medio de un cuestionario que se aplicó en dos momentos: antes de la intervención y a la mitad del total de las sesiones. El primer cuestionario obtuvo datos personales tales como: sexo, edad, estado civil, ocupación y profesión. El segundo cuestionario obtuvo información sobre actividades cotidianas, pasatiempos y sobre su

acercamiento a la lectura, también consideró un apartado en el cual las participantes propusieran temas a tratar para las siguientes sesiones. De acuerdo con lo solicitado por ellas, se realizaron cambios en la cartografía lectora, así como en la planeación de sesiones.

Las actividades del taller se registraron por medio de un diario de campo que llevé a cabo en mi calidad de coordinadora del taller, sesión tras sesión. Este consideró número de asistentes, objetivos, lecturas utilizadas, las reacciones y actitudes de las participantes, así como los componentes de la biblioterapia vivenciados por ellas, por último, las observaciones y reflexiones para la mejora del taller. Además, se registró la fecha, la cantidad de asistentes, así como el nombre y número de la sesión. Al término de las 16 sesiones se evaluó en qué medida cambió la opinión de las involucradas con respecto a las prácticas de lectura, asimismo se les hicieron preguntas sobre su experiencia con la utilización de la biblioterapia. Para ello se realizó una entrevista voluntaria en audio mediante preguntas semiestructuradas, en la cual solamente seis del total de las participantes aceptaron realizarla. Finalmente, para el desarrollo de la intervención se elaboró una cartografía lectora compuesta por textos literarios, que se consideraron adecuados de acuerdo con los intereses y necesidades del grupo. Además, en este organizador se contemplaron las estrategias u actividades relacionadas con cada lectura y tema (véase Apéndice D ejemplo de cartografía lectora).

2.5 Procesamiento de evidencias

Para evaluar si se cumplieron los objetivos planteados se diseñó un esquema que integró la elaboración y aplicación de dos cuestionarios diagnósticos para conocer la edad, el estado civil, la ocupación profesional, así como las preferencias y prácticas de lectura, la situación emocional y en específico la presencia de los componentes que menciona Fortkamp como la identificación, la introyección, proyección, introspección, etc.

El primer cuestionario permitió conocer las características personales de las asistentes al taller. El segundo cuestionario fue aplicado a la mitad del total de sesiones. Este brindó información sobre actividades cotidianas, pasatiempos y sobre su acercamiento a la lectura; también hubo un apartado en el cual las participantes propusieran temas a tratar para las siguientes sesiones. De acuerdo con lo solicitado por ellas, se realizaron cambios en la cartografía lectora, así como en la planeación de las sesiones. De igual forma se utilizó en cada sesión un diario de campo en el cual se registró el número de asistentes, las reacciones, las actitudes, los objetivos, las lecturas utilizadas, así como las evidencias y las observaciones pertinentes para mí como coordinadora del taller.

Por último, se realizaron entrevistas semiestructuradas para evaluar la experiencia obtenida por las participantes, así como los impactos generados en ellas resultantes de la utilización de la biblioterapia. Se recabaron las evidencias de las entrevistas mediante audios grabados por el celular, posteriormente se transcribieron y recopilaron en Word para su descripción e interpretación. Las respuestas, se analizaron de acuerdo con los objetivos perseguidos mediante análisis del discurso e identificando palabras clave. Con ello se obtuvieron elementos para profundizar en los alcances de la intervención, así como para recibir una retroalimentación del taller realizado.

CAPÍTULO 3. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Respecto al interés mostrado en relación con la lectura como herramienta biblioterapéutica por medio de dinámicas lúdicas, así como ejercicios de escritura y lectura con textos seleccionados.

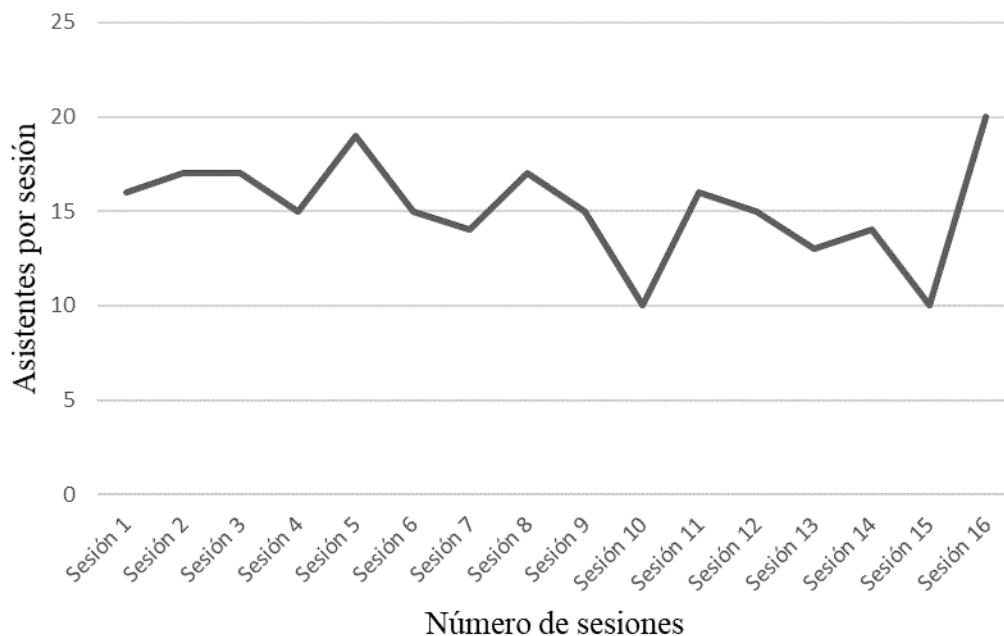
Desde la sesión número tres las participantes mostraron interés por conocer la biblioterapia como herramienta para tratar problemáticas emocionales. En el diario de campo, se registró que al finalizar la sesión tres se acercaron algunas de ellas para pedir a la promotora de lectura algunas recomendaciones de libros que fueran adecuados para ciertas circunstancias descritas por ellas mismas, que eran relativas a familiares o amigos. Por mencionar algunos ejemplos, un libro para una hija adolescente que no le gusta su cuerpo, otro para la prima que ha tenido intentos de suicidio y otro más para una amiga que vive un duelo amoroso debido al divorcio.

La planeación de la sesión número seis surgió a raíz del interés y curiosidad del grupo por conocer el funcionamiento y los beneficios de la biblioterapia. Consistió en proporcionarles teoría y bibliografía sobre el tema, así como una lista de libros que ellas podrían ocupar en diferentes situaciones. Esta sesión no estaba contemplada, se llevó a cabo por petición de las asistentes. Los datos recopilados en el segundo cuestionario confirman el interés experimentado por las veinte mujeres del taller a lo largo de las sesiones; aunque 15 de 20 participantes no tenían ninguna experiencia en círculos o talleres de lectura, al finalizar la intervención el 100% de ellas expresaron que les gustaría participar en otro taller de biblioterapia.

Otra forma en la cual se evaluó el interés del grupo fue mediante el registro de asistencias a lo largo de las dieciséis sesiones. Los resultados de este registro demuestran que el interés permaneció durante toda la intervención, como se confirma en la siguiente gráfica, la cual se mantuvo en un promedio de 15 asistentes.

Figura 2

Gráfica de las asistencias de las mujeres participantes durante el taller.



Respecto a la experimentación de los componentes de la biblioterapia en las lecturas seleccionadas y el bienestar emocional de las asistentes al taller.

Aunque la mayor parte del grupo no conocía la metodología que se utilizaría, gracias a los datos proporcionados en la convocatoria, tenían la certeza de que se trabajaría con la lectura de obras literarias. Por otra parte, el mismo contexto de impartición, el Instituto Municipal de las Mujeres de Xalapa (IMMX), también les dimensionó la esencia del taller; de trabajar con las emociones.

Las mujeres participantes de la intervención educativo-terapéutica tenían expectativas concretas del taller *Arte (sanas) de la palabra*: de las 20 participantes, 6 esperaban sanar emociones, 5 afirmaron que buscaban aprender, compartir y hacer amigas, 3 querían adquirir conocimientos terapéuticos, otras 3 deseaban ampliar sus conocimientos literarios, 1 participante

buscaba adquirir el hábito lector, 1 anhelaba capacitarse para ayudar a otras personas, 1 última afirmó que quería tener un mejor conocimiento de sí misma.

Por otra parte, de las 20 participantes 19 expresaron que desconocían el significado del concepto biblioterapia, así como los beneficios de ésta para la salud mental y emocional. La participante que sí conocía el término tenía algunas nociones ya que había leído artículos sobre el tema en revistas no especializadas.

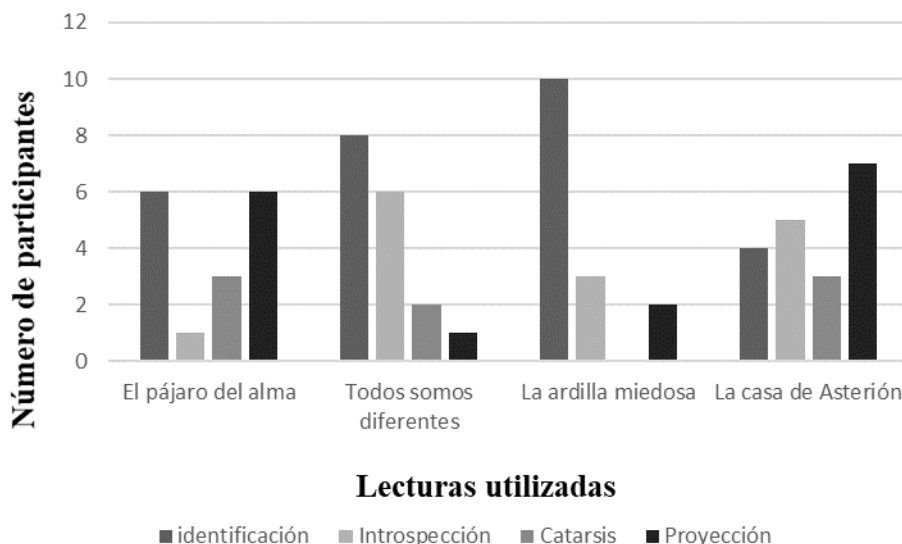
Tras la lectura de varias obras literarias, entre las favoritas destacaron los cuentos: *El pájaro del alma* de Mijal Snunit (2009), *Todos somos diferentes* de Alicia Molina (2015), *La ardilla miedosa* de Mélanie Watt (2007) y *La casa de Asterión* de Jorge Luis Borges (2011). En ellos podemos destacar dos aspectos: lenguaje simple (a excepción del cuento de Borges) pero repleto de metáforas, así como el tratamiento directo de temas afines a las necesidades del grupo (alusivos a la autoestima, el amor propio, el duelo, la inclusión, la expresión de emociones, etc.). Los tres cuentos infantiles *El pájaro del alma* de Mijal Snunit (2009), *Todos somos diferentes* de Alicia Molina (2015) y *La ardilla miedosa* de Mélanie Watt (2007) contenían ilustraciones llamativas y menos páginas, por lo tanto, fueron más comentados y retenidos.

Con base en las cuatro lecturas favoritas de las participantes, se les preguntó lo que experimentaron con cada una de ellas en relación con los seis componentes fundamentales según Fortkamp (2001) que se les explicaron y presentaron en la sesión seis de biblioterapia. Esta evaluación fue realizada a partir del diario de campo y de las evidencias obtenidas a través de los ejercicios prácticos de escritura (véase Apéndice D Cartografía lectora) correspondientes a las lecturas mencionadas: se analizaron estas evidencias y se identificaron los componentes fundamentales experimentados por cada una de las participantes.

Cabe aclarar que no tuve como objetivo explicar cómo una obra literaria detona determinados componentes, sino que me enfoqué en seleccionar obras literarias que en potencia pudiesen presentar estos efectos en las lectoras participantes de este taller. Por mencionar un ejemplo, en un principio se adjudicó al cuento *La ardilla miedosa* el componente de humor ya que pensé que podría producir un efecto cómico pues es un personaje con el cual el autor juega a ridiculizar el miedo a las alturas y a los riesgos, que además posee una exagerada previsión por el futuro. No obstante, la recepción de esta obra no tuvo el efecto de risa esperado, sino que provocó ensimismamiento y reflexión. De forma similar ocurrió con la introyección, la cual se pensó que podría ser experimentada en la lectura de *Todos somos diferentes* ya que en esta historia la protagonista nace con una cola de quetzal que la hace sentirse excluida de los demás, pero después de escuchar las palabras de la abuela, consigue amarla y utilizarla con creatividad. Sin embargo, esta lectura no indujo a que las lectoras adoptaran pensamientos o actitudes positivas del personaje, como sucede cuando se presenta la introyección, sino que recordaron situaciones en las que no se aceptaron a sí mismas y/o sintieron el rechazo de otros.

Figura 3

Participantes que experimentaron alguno de los componentes fundamentales de la biblioterapia.



En la sesión uno, a la cual acudieron 16 participantes, la lectura evaluada con esos componentes fue *El pájaro del alma*. De las cuales 6 se sintieron identificadas con la narración del texto, otras 6 manifestaron una proyección de sus emociones y pensamientos en el protagonista, es decir, en el pájaro del alma, 3 sintieron catarsis con la lectura y una introspección. En la sesión tres se hizo la lectura de *Todos somos diferentes*; en esta sesión acudieron 17 mujeres, de las cuales 8 se sintieron identificadas con la historia, a 6 de ellas la lectura les provocó introspección en torno a sus vivencias y pensamientos, 2 pasaron por la catarsis, y 1 por la proyección. En la sesión cuatro, a la cual asistieron 15 mujeres, la lectura evaluada fue *La ardilla miedosa*. De las participantes, 10 de ellas experimentaron la identificación con la lectura, 3 de ellas la introspección y 2 la proyección. En la sesión cinco en la cual asistieron 19 mujeres, se leyó *La casa de Asterión*; en este caso, 7 personas experimentaron proyección; 5 introspección; 4 de ellas identificación y 2 catarsis.

Aunque solo las cuatro lecturas favoritas fueron evaluadas respecto a la experimentación de los componentes fundamentales de la biblioterapia, eso no implicó que los componentes estuviesen completamente ausentes en otros textos. También la primera y cuarta pregunta del rubro de la entrevista registró la presencia de dos de los componentes fundamentales de la biblioterapia. A continuación, se describen y analizan las respuestas de las participantes que los experimentaron. **Promotora de lectura:** ¿Cuál fue la experiencia más significativa que tuviste en el taller?

Participante AM (27, secretaria): Pues la experiencia más significativa fue una sesión donde salió el tema del acoso, porque era una situación actual en mi vida, y pues relevante para mí, por haberla vivido. Pues pasaron muchas cosas cuando viví eso. Durante esa sesión sentí todo muy intenso, como que ese día procesé la información, que a lo mejor en días anteriores no había tenido la reflexión de lo que había pasado, o sea, sí me sentí muy vulnerable, pero fíjate que me sirvió muchísimo la actividad de reescribir el final del cuento que nos pusiste, porque fue una manera como de escribir mi propio final, de mi propia historia. O sea, primero tuve sentimientos muy abrumadores, porque tocar el tema fue volver a tocar la herida, porque vi la situación sin filtros, pero en el segundo tiempo, cuando escribimos el final de la historia, fue un alivio para mí, una forma de zurcir la herida.

Primero, la participante describe haber tenido “sentimientos muy abrumadores” cuando se analizó y comentó el cuento Lucy y el monstruo, los cuales le crearon dolor, pues como ella dice, “vio la situación sin filtros, fue como volver a tocar la herida”. No, obstante, cuando realizó la actividad de escritura creativa, que trataba de escribir un final diferente al cuento, la participante AM describe que fue como “zurcir la herida, un alivio”. Esto confirma lo escrito por Fortkamp (2001) sobre la catarsis como una de las propiedades de las obras biblioterapéuticas, en

las cuales el lector pasa por un proceso de liberación de las emociones, en el sentido de la catarsis aristotélica. Para Ouaknin (2016) la catarsis se produce por esa alquimia subjetiva de la literatura que consiste en transformar en placer la pena inherente a las emociones como la piedad o el terror. Es decir, que la turbación sentida en la experiencia real de acoso de la participante AM, cuando es experimentada en la lectura de una representación artística, en este caso el cuento citado, deja de ser una emoción violenta como la de la vida; pues está desprovista de su fuerza nociva. Por lo tanto, dan origen a una especie de alivio.

En los siguientes párrafos se muestra la respuesta de otra participante que también experimentó durante las sesiones uno de los componentes de la biblioterapia, del cual hace referencia en la entrevista que se le realizó. Aunque ella no mencionó específicamente qué obra literaria le produjo este efecto, al recordar lo aprendido en el taller, hace la generalización de aquello que obtuvo de los textos seleccionados para el taller, cabe destacar que esta participante no faltó a ninguna de las sesiones. **Promotora de lectura:** ¿De acuerdo con tus vivencias en el taller de biblioterapia consideras que la lectura de obras literarias puede coadyuvar en tu bienestar emocional?

Participante DC (26 años, empleada administrativa): Por supuesto, para empezar, considero que las lecturas despiertan muchos intereses y ganas en abordar temas que no teníamos la oportunidad de abordarlos desde lo individual. También considero que muchas veces el poder leer algo y sentir que ciertas vivencias no solo me han pasado a mí, me hace sentir acompañada, puedo verme reflejada en los personajes que también lo están pasando, y a partir de sus experiencias buscar formas de poder crear acciones al respecto e inclusive tomar decisiones.

La participante DC menciona que la lectura la hace sentir acompañada; en este sentido, ella se siente comprendida al verse reflejada en los personajes. Esto que comenta hace referencia

a una de las características de la biblioterapia: la identificación, en la cual la lectora comprende y reflexiona sobre sí misma por medio de la observación de un personaje, hecho que le recuerda que sus experiencias no son únicas y que les han ocurrido a otras. Recordemos lo que dice Volpi (2018) “la literatura posibilita tener vidas vicarias”, que se resume en la capacidad de la literatura para mostrar a las lectoras los distintos escenarios de un problema humano por medio de los personajes y sus historias. La participante DC dice que las experiencias de los personajes la impulsaron a tomar decisiones importantes (aunque no especifica que decisiones).

Respecto a la participación del grupo en las actividades vivenciales del taller y aprendizajes obtenidos de acuerdo con el dialogo y las reflexiones generadas.

Siguiendo la propuesta y la perspectiva de lectura de Rosenblatt (1996), se analizaron las respuestas expresadas en la entrevista para conocer qué tanto se apropiaron de los textos, es decir, si los contenidos fueron significativos, si pudieron internalizarlos y comprenderlos a profundidad o relacionarlos con sus experiencias de vida. Asimismo, con estas mismas respuestas se describieron que actividades y obras literarias que estimularon el dialogo y la reflexión. **Promotora de lectura:** ¿Qué autores y textos representaron para ti un auxilio psicológico y emocional?

Participante DG (23 años, estudiante universitaria): Todos los textos del taller fueron bastante enriquecedores, sin embargo, los que más recuerdo son la lectura de *Mujeres de ojos grandes* de Angeles Mastretta y *¡Sea por Dios y venga más!* de Laura Esquivel. Les recuerdo perfectamente porque fue impresionante para mí descubrir como tenemos tan arraigado a la cultura del machismo, como la normalizamos, pero cada día somos más mujeres las que nos demos cuenta de que no es lo correcto que no está bien y empezamos a cuestionar las prácticas que tenemos con nosotras mismas y para con el resto de las mujeres.

La participante DG menciona que los textos más provechosos para ella fueron *¡Sea por Dios y venga más!* y *Mujeres de ojos grandes*, en ambos textos las protagonistas son mujeres que dan un giro a su vida desde que deciden por ellas mismas sin seguir los roles de género de cuidar de la familia, casarse y tener hijos. No obstante, de acuerdo con las notas del diario de campo, estas mismas lecturas también generaron inquietud y silencio en la mayoría de las participantes del grupo, excepto en las más jóvenes (DG 23 años, DC 26 años, AM 27 años, KM 23 años y LM 29 años), quienes estuvieron a cargo de la discusión grupal y hablaron sobre temas como los roles de género, el machismo, el feminismo y el heteropatriarcado. Entonces, los textos que contienen tópicos de la lucha de las mujeres si bien generaron reflexión y diálogo, sólo participaron algunas usuarias; las que si tuvieron interés en la lectura o si tenían algunos conocimientos previos que los pudieron utilizar o asociar para darle contexto y significado a las lecturas.

En cambio, con la lectura de *Todos somos diferentes* pude notar el entusiasmo que tenían las usuarias para explicar y comprender la lectura, la mayoría comenzó a participar de diferente forma exponiendo diferentes casos en las cuales ellas habían sido discriminadas o habían sufrido algún desaire; dos señoras compartieron su experiencia siendo estudiantes adultas (CJ 52 años y MH 56 años) ambas coincidieron que sus compañeros e incluso la misma maestra les decían que ya deberían de haber terminado sus estudios. Una de ellas si logró concluir sus estudios y la otra señora platicó entre lágrimas que fue un proceso duro que no pudo sobrellevar debido a las exigencias requeridas sobre todo en el uso de la tecnología, se sentía excluida ya que no tenía la comprensión de compañeros y maestros.

En la encuesta realizada también se les preguntó si habían compartido los textos y los aprendizajes del taller con otras personas ya que es un indicador de qué tan implicadas e

interesadas se sintieron las participantes en las sesiones; cuando un conocimiento es significativo generalmente se busca compartirlo con otras personas, con ello se refuerza el aprendizaje en la persona que lo posee. Este aspecto fue importante para la evaluación del impacto del taller, por consiguiente, se midió de acuerdo con la iniciativa de las participantes por compartir o no sus vivencias y textos con otras personas. Dialogar las experiencias y aprendizajes adquiridos en el taller posibilitó en las participantes: reforzar lo aprendido, ampliar su comprensión (porque para comunicar el mensaje es necesario organizar el pensamiento) y también coadyuvó en la creación de nuevos espacios para reflexionar sobre estos temas con familiares, vecinas/os y amigas/os.

Cuando se les preguntó sí compartieron los textos y los aprendizajes del taller: 17 participantes respondieron que sí, contra 3 participantes que respondieron que no. Es decir que el 85% del grupo decidió compartir lo experimentado en el taller. Se les preguntó también con quienes compartieron los textos y aprendizajes del taller: 12 de ellas manifestaron que, con su familia, 3 de ellas con sus amigas, 2 participantes afirmaron que, con sus vecinos, 2 con sus alumnos a los que les imparten clases, 1 con sus compañeros de trabajo.

Con respecto a los aprendizajes obtenidos: 2 dijeron que aprendieron sobre el autocuidado de su mundo interior; otras 2 hicieron referencia al valor de las palabras y la importancia de analizar textos; 3 sobre conocer sus habilidades y recursos emocionales para afrontar su vida; 6 asimilaron la importancia de vincular las lecturas con las experiencias personales; 4 aprendieron a leer cuentos infantiles desde la óptica terapéutica; 3 a vincular la literatura con la terapia.

En las respuestas dadas por una participante durante la entrevista, también se presenta esta sensación e intención de compartir lo aprendido, ya que la participante MA utilizó y mencionó el concepto “compartir” dos veces. La primera vez haciendo referencia a compartir sus

sentimientos con las otras mujeres del taller, y la segunda respecto utilizar la lectura como herramienta para ayudar a otros. Asimismo, explica que uno de los puntos fuertes del taller de biblioterapia fue el ambiente creado, el cual describe como un soporte de cariño y empatía, pues le permitió sentirse confortada. **Promotora de lectura:** ¿Cuál crees que sea la importancia de la biblioterapia?

Participante MA (36 años, comerciante): Que permite compartir con otras personas los sentimientos y emociones y libros. Me gustó sentirme confortada entre mis compañeras, sentir las como un soporte de cariño y empatía. Después del taller me sentí con una buena herramienta para ayudar a otras personas, así como para compartir experiencias hermosas por medio de la lecto escritura.

Las percepciones del grupo respecto al espacio de acompañamiento y el ambiente ofrecido para la libre expresión de sus emociones.

En la segunda encuesta se les pidió que calificaran qué tan libres se sentían para compartir sus pensamientos, vivencias y emociones con sus compañeras: en otras palabras, si el ambiente creado en el taller les facilitaba abrirse emocionalmente. La escala para calificarlo fue del 1 al 10, tomando el 10 como la máxima calificación positiva, en la que se sienten totalmente libres y cómodas para expresarse, mientras el 1 haría referencia a la mínima calificación negativa, aludiendo a un ambiente de inseguridad e incomodidad. De las veinte mujeres, solamente una participante lo calificó con 7, seis participantes lo calificaron con 8, cinco participantes lo calificaron con 9 y ocho participantes lo calificaron con 10, dando un promedio de 8.9 de calificación. De acuerdo con lo anterior, se cumplió con el propósito de construir un ambiente seguro y respetuoso, pues las participantes que calificaron el ambiente con 9 y 10 suman el 70% del total del grupo.

Del total de las asistentes, únicamente 2 participantes afirmaron sentirse melancólicas y tristes durante las sesiones. Se trataban de emociones que cargaban con ellas antes de integrarse al taller. Por otro lado, 10 participantes manifestaron sentirse contentas y reflexivas, 7 se describieron como interesadas y motivadas, solo 1 de las 20 afirmó haberse sentido distraída y aburrida la mayor parte de las sesiones. La razón que dio fue porque los comentarios de sus compañeras eran muy largos.

El taller de lectura favoreció el conocimiento intrapersonal ya que propició emociones positivas en las participantes; estos elementos también se manifestaron a través de los ejercicios de escritura. Asimismo, coadyuvó en algunas participantes en su bienestar emocional, con ello me refiero a que, a través de sus respuestas otorgadas en la entrevista, manifestaron el sentirse bien para hacer frente a determinadas situaciones, o para evaluar otras (pertenecientes al pasado) con una perspectiva más amplia, derivada de las reflexiones del taller. En los siguientes párrafos se muestran tales ejemplos. **Promotora de lectura:** ¿Cuál fue la experiencia más significativa que tuviste en el taller?

Participante KM (23 años, estudiante universitaria): Recuerdo la sesión donde hablamos sobre el duelo, y leímos *El corazón en la botella*, abordamos las distintas formas de vivir un proceso de pérdida. En mi caso, tenía algunos meses que había salido de una relación tóxica, así que me encontraba concluyendo un duelo e intentando darme la oportunidad de escuchar mi voz de nuevo. Recuerdo que ese día hablamos sobre el apego y lo complejo que se vuelve relacionarse de esta manera, me di cuenta de que eso provocó en mí la sensación de vacío y de sentirme perdida, porque mi apego era tanto que no era capaz de visualizarme sin la persona, pero lo mismo que yo sentía lo comentaron otras compañeras cuando leímos el cuento,

la niña de la botella pierde a alguien que amaba, que es su abuelo y deja de hacer todo lo que le gusta.

Promotor de lectura: ¿De acuerdo con tus vivencias en el taller de biblioterapia ¿Consideras que la lectura de obras literarias puede coadyuvar en tu bienestar emocional?

Participante MH (56 años, labores del hogar): sí, porque los libros nos muestran situaciones y vivencias que abren otras perspectivas y que podemos tomar como referencia y tener más posibilidades de respuestas ante un hecho específico. El taller me ayudó a valorar más la lectura como fuente de conocimientos y como medio para canalizar estrés y emociones negativas. El disfrutar de una lectura comentada y la convivencia con el grupo de compañeras lo hizo más enriquecedor por las aportaciones de cada una desde sus experiencias personales.

CAPÍTULO 4. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

La intervención realizada me permitió descubrir un camino nuevo respecto a los usos y beneficios de la lectura de obras literarias, alcances que no pensé que podrían poseer. Este proyecto buscó revalorizar los usos benéficos de la biblioterapia en un grupo de mujeres que han sido víctimas de violencia, pero sin duda es una metodología que puede ser aplicable a otros grupos y contextos. El taller de biblioterapia fungió como un espacio de acompañamiento para la libre expresión de emociones en un ambiente seguro y respetuoso. Con base en el registro llevado a cabo, el análisis de este y de los avances de cada participante, podemos decir que la intervención biblioterapéutica favoreció los estados emocionales de la mayoría de las participantes. El testimonio de la participante AM, es un ejemplo del efecto catártico de una obra literaria en el lector que se siente identificado con la narrativa. Los análisis de los textos literarios permitieron a las mujeres hacer ejercicios de reflexión y autoconsciencia a través de los componentes fundamentales de la biblioterapia que se presentaron durante las lecturas.

Los resultados del segundo cuestionario aplicado muestran que la intervención produjo en las participantes un interés por continuar leyendo de forma individual y colectiva en espacios como el experimentado y que la lectura seleccionada condujo al diálogo y la reflexión. Asimismo, las integrantes del taller mostraron disposición para interpretar y relacionar los textos literarios con sus experiencias de vida, o bien, ampliar y enriquecer su realidad por medio de la lectura. La mayoría de ellas calificó el ambiente del taller como propicio para expresar sus emociones y pensamientos.

Es relevante mencionar que el grupo continúa activo por medio de *WhatsApp*, después de diez meses de haber finalizado la intervención. Este espacio virtual permite que los diálogos entablados en el taller se sigan enriqueciendo, las participantes tienen la oportunidad de

compartir textos que les resulten pertinentes con los temas tratados, así como hacer recomendaciones de obras literarias que ha leído recientemente. Lo anterior indica que la biblioterapia ha sido una alternativa que se prolongó más allá del taller, de la institución y del programa mismo para pasar a ser un interés activo desplazado a plataformas comunicacionales actuales como lo son las digitales. Ello también está conllevando a la prestación del servicio de modo informal o no institucional.

Se logró incentivarlas para que participaran y se involucraran en las actividades del taller, lo que conllevó a que también compartieran y replicaran los aprendizajes significativos del taller, así como los autores y textos que fueron significativos para ellas entre sus círculos cercanos de amigos y familiares; los libros además de brindarles una distracción y ser un pasatiempo, fueron utilizados como una herramienta terapéutica.

La lectura de las obras seleccionadas estimuló la reflexión individual y también propició la discusión grupal, muestra de ello fueron los ejemplos que se obtuvieron en la entrevista. A través de estrategias de promoción de la lectura y la escritura se buscó que las participantes se apropiaran del texto leído según sus particularidades y situaciones. Para ello, fue clave el papel del biblioterapeuta, pues fue quien guio a la reflexión tanto individual como colectiva haciendo preguntas sobre las obras literarias para conocer los efectos y sensaciones que provocaron los textos en las participantes. Por lo tanto, se insiste en que se requiere de proyectos de biblioterapia a largo plazo, así como de la formación profesional de biblioterapeutas habilitados en diferentes temas humanos y sociales en una continua formación de sus capacidades para ello; igualmente de una constante actualización literaria y pedagógica para la facilitación de los talleres.

Finalmente, se señala la conveniencia de incorporar este tipo de talleres dentro de instituciones públicas y espacios sociales que atienden a personas con necesidades específicas que requieren acompañamiento, para grupos vulnerables, en el caso específico de la propuesta de la biblioterapia, a raíz de la intervención aquí mostrada, se considera que puede ser una actividad coadyuvante a un proceso terapéutico, que partiendo de ejercicios de lectura se alcancen formas de autorreflexión grupal e individual.

REFERENCIAS

Alepuz, L. P., y Andúgar S. A. (2019). Biblioterapia, una disciplina emergente para el fomento de la lectura. *Además de la palabra. Aproximaciones disciplinares a los estudios literarios*, 209-222. Recuperado 18 de noviembre de 2019, de https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/91913/1/Palomo_Andugar_Biblioterapia-una-disciplina-emergente-para-el-fomento-de-la-lectura.pdf

Alfonso, M., y Colmenares, F. (2004). La evolución de las necesidades de la información: la biblioterapia como novedad terapéutica. *Congreso Internacional de Información*, (5). Recuperado 22 de noviembre de 2019, de <http://www.congresoinfo.cu/UserFiles/File/Info/Info2004/Ponencias/057>

Aráuz, P. J., Espinoza Peralta, M., y Alcocer Ríos, G. (2016). *La biblioterapia en el quehacer del gestor de la información. Un estudio de caso en el hospital docente de atención psicosocial "Dr. José Dolores Fletes Valle"*. [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua]. Repositorio UNAN.

Argüelles, J. D. (2008). *Antimanual para lectores y promotores del libro y la lectura*. Océano.

Argüelles, J.D. (2011). *Escribir y leer con los niños, los adolescentes y los jóvenes*. Océano.

Arrubla, V., y Ramírez, G. M. (2012). *Léeme yo escucho y aprendo: El libro como recurso terapéutico*. Recuperado 20 de noviembre de 2019, de http://repository.lasallista.edu.co/dspace/bitstream/10567/886/1/Leeme_yo_escucho_aprendo.p

Berthoud, E., y Elderkin, S. (2017). *Manual de remedios literarios. Cómo curarnos con*

los libros. Siruela.

Castro Santana, A., y Altamirano Bustamante, N. (2018). ¿Leer para estar bien?: prácticas actuales y perspectivas sobre la biblioterapia como estrategia educativo-terapéutica. *Investigación Bibliotecológica*, 32(74), 171-192. Recuperado 23 de noviembre de 2019, de <https://dx.doi.org/10.22201/iibi.24488321xe.2018.74.57918>

Castro Viguera, Y. (2016). La biblioterapia y la selección de fuentes de información: un ámbito de actuación para los profesionales de la bibliotecología y la ciencia de la información. *Bibliotecas. Anales de Investigación*, 13(1), 82-95. Recuperado 10 de septiembre de 2019, de <http://revistas.bnjm.cu/index.php/anales/article/view/3666>

Díaz Morales, G. (2006). Biblioterapia: su aplicación en terapias reparativas a menores víctimas de delitos sexuales. *Serie Bibliotecología y Gestión de Información*, 13(1), 1-52. Recuperado 12 de septiembre de 2019, de <http://eprints.rclis.org/7597/>

El colegio de México [COLMEX]. (2018). *Informe Desigualdades de México*. Recuperado 20 de junio de 2020, de <https://desigualdades.colmex.mx/informe-desigualdades-2018.pdf>

Enriquez Benítez, U. A. (2016). *Propuesta de un programa de biblioterapia para pacientes pediátricos internados en el hospital de ortopedia "Victorio de la Fuente Naváez" del IMSS*. [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Autónoma de México]. Repositorio TESIUNAM.

Ette, O. (2001). *Literatura de viaje: de Humboldt a Baudrillard*. UNAM.

Fortkamp, C. C. (2001). La literatura como función terapéutica. [A leitura como função

terapêutica: biblioterapia]. *Encontros Bibli: Revista Eletrônica de Biblioteconomia y Ciencias de la Información*, 12(6), 22-44. Recuperado 26 de octubre de 2019, de

<https://periodicos.ufsc.br/index.php/eb/article/view/1518-2924.2001v6n12p32/5200>

Garrido, F. (2012). *Manual del buen promotor: Una guía para promover la lectura y la escritura*. Educal.

Garrido, F. (2014). *El buen lector se hace, no nace: reflexiones sobre lectura y formación de lectores*. Paidós.

Gobierno del Estado de Veracruz de Ignacio de la Llave. (2010). *Ley de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia para el Estado de Veracruz de Ignacio de la Llave*.

Recuperado 15 de septiembre de 2019, de

https://www.segobver.gob.mx/juridico/pdf_regla/reglamentosvig/gaceta2.pdf

INFOMEX [IMMX]. (2020). *Reporte trimestral Julio – septiembre de 2020*. Recuperado 12 de noviembre de 2020, de

<https://drive.google.com/file/d/18Nc0BOvayaQGf05OtVvOSZf4zzxOpyw8/view>

Instituto Nacional de Estadística y Geografía de México [INEGI]. (2020). *Módulo sobre lectura (MOLEC)*. Recuperado 20 de agosto de 2020, de

https://www.inegi.org.mx/contenidos/programas/molec/doc/resultados_molec_feb20.pdf

Instituto Nacional de Estadística y Geografía de México [INEGI]. (2016). *Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones en los Hogares (ENDIREH)*. Recuperado 10 de agosto de 2020, de <https://www.inegi.org.mx/programas/endireh/2016/>

Jalongo, M. (1983). *Bibliotherapy: Literature to Promote Socioemotional Growth*

[Biblioterapia: Literatura para promover el crecimiento socioafectivo]. *The Reading Teacher*, 36, 796-803. Recuperado 8 de agosto de 2020, de <https://eric.ed.gov/?id=EJ276258>

Jarvio Fernández, A. O., y Ojeda Ramírez, M. M. (2018). La lectura no utilitaria en la universidad en la era digital. Un análisis multivariante que ubica el texto impreso en la lectura de literatura. *Palabra Clave (La Plata)*, 7(2), 1-16. Recuperado 8 de agosto de 2020, de <https://doi.org/10.24215/18539912e051>

Joan, M. (2014). *ODLIS: Online Dictionary of Library and Information Science* [Diccionario en línea de Bibliotecología y Ciencias de la Información]. Recuperado 8 de julio de 2020, de <https://www.library.ucsb.edu/research/d>

Latorre, A. (2005). *La investigación-acción. Conocer y cambiar la práctica educativa*. Editorial Graó.

Morales Sánchez, M. I. (2019). *La lógica de la lectura: De la lectura estética o “el arte de leer con sentido”*. En *De la lectura académica a la lectura estética*. UNAM.

Naranjo Mora, K., Navarro Araya, G., y Zúñiga Seravalli, T. (2017). La biblioterapia como herramienta de ayuda aplicada en la biblioteca escolar: estudios de caso. *E-Ciencias de la Información*, 7(2), 1-26. Recuperado 5 de septiembre de 2019, de <https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/eciencias/article/view/29259>

Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2020). Recuperado 10 de diciembre de 2020, de https://www.who.int/topics/mental_health/es/

Organización de las Naciones Unidas [ONU]. (1993). *Declaración sobre la Eliminación de la Violencia contra la Mujer*. Recuperado 10 de septiembre de 2019, de

<http://servindi.org/pdf/DecEliminacionViolenciaMujer.pdf>

Ouaknin, M. (2016). *Biblioterapia: leer es sanar*. Océano.

Oscariz, C. (2011). *Percepción de las mujeres entre 45 y 75 años con depresión moderada acerca de su participación en una intervención grupal mediada por recursos literarios en un centro de salud familiar en Santiago*. [Tesis de licenciatura, Universidad Académica de Humanismo Cristiano]. Archivo digital. Universidad Académica de Humanismo Cristiano. Repositorio.uchile.cl

Ortega, S. (2020). Incrementa en Xalapa violencia contra mujeres: IMMEX. *Quadratin Veracruz*, Recuperado 20 de abril de 2020, de <https://veracruz.quadratin.com.mx/incrementa-en-xalapa-violencia-contra-mujeres-immx>

Peralta, C. (2009). Etnografía y métodos etnográficos. Análisis. *Revista Colombiana de Humanidades*, (74), 33-52. ISSN: 0120-8454. Recuperado 17 de mayo de 2020, de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=5155/515551760003>

Petit, M. (2001). *Lecturas: Del Espacio Íntimo Al Espacio Público*. Fondo de Cultura Económica.

Petit, M. (2009). *El arte de la lectura en tiempos de crisis*. Océano.

Pérez de Rosell, M. (2011). Literapia Como Práctica Terapéutica De Los Estudiantes De Autodesarrollo Del DCS En El Hospital Universitario De Pediatría ‘Agustín Zubillaga’ De Barquismeto. Una Experiencia Educativa”. *Boletín Médico de Posgrado*, 28, 109-117. Recuperado 18 de mayo de 2020, de <https://core.ac.uk/download/pdf/71504457.pdf>

Proust, M. (2009). *Sobre la lectura*. Textos de difusión cultural UNAM.

Ramírez Gómez, C. R. (2017). *La lectura como terapia alternativa en las mujeres sobrevivientes del cáncer*. [Trabajo recepcional, Universidad Veracruzana]. Archivo digital. Universidad Veracruzana. Recuperado 20 de octubre de 2019, de <https://www.uv.mx/epl/files/2017/01/REPORTE-OFICIAL-CITLALI-RAMIREZ.pdf>

Rosenblatt, L.M. (1996). La teoría transaccional de la lectura y la escritura. *En Textos en contexto* (1), 1-39. Recuperado 25 de octubre de 2019, de https://issuu.com/cslozano/docs/rosenblatt_la_teor_a_transaccional

Ruiz Martínez, I. G. (2019). *Promoción de la lectura en jóvenes en procesos de recuperación de las adicciones residentes en Fundación Casa Nueva centro Emiliano Zapata, Veracruz*. [Trabajo recepcional, Universidad Veracruzana]. Archivo digital. Universidad Veracruzana. Recuperado 17 de septiembre de 2019, de https://www.uv.mx/epl/files/2017/07/Reporte_Iris-Guadalupe-Ruiz-Martinez-MM.el_.pdf

Sánchez Trejo, M. (2009). *Propuesta de un programa de biblioterapia para pacientes hospitalizados, en la unidad de medicina física y rehabilitación región centro del IMSS*. [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Autónoma de México]. Repositorio TESIUNAM.

Sánchez, L. A., y Colmenares, S. F. (2002). La evolución de las necesidades de la información: La biblioterapia como novedad terapéutica. *Congreso Internacional de Información, [Número especial]* 5. Recuperado 20 de noviembre de 2019, de <http://www.congreso-info.cu/UserFiles/File/Info/Info2004/Ponencias/057.pdf>

Salaverti Pitarch, P. (1999). La Biblioteca De Usuarios Del Hospital Universitario La Fe De Valencia. *Métodos de Información*, 31 (6), 74-76. Recuperado 20 de noviembre de 2019, de <http://eprints.rclis.org/archive/00001575/01/1999-31-74.pdf>

Sequera, M. (2016). Investigación-acción: un método de investigación educativa para la sociedad actual. *Revista Arjé*, 18 (10), 223-229. Recuperado 13 de noviembre de 2019, de <http://arje.bc.uc.edu.ve/arj18/art23.pdf>

Stefanizzi, R. (2014). *La función de la lectura y del bibliotecario en las bibliotecas hospitalarias especializadas en la atención de niños*. [Tesis de licenciatura, Universidad La Plata]. Repositorio FaHCE.

Valencia, C. A., y Ramírez Gómez, M. (2012). *Léeme, yo escucho y aprendo: el libro como recurso terapéutico*. [Tesis de licenciatura, Universidad de Antioquia]. Archivo digital. Universidad de Antioquía. Repository lasallista.

Varela, N. (2019). *Feminismo para principiantes*. B de Bolsillo.

Volpi, J. (2018). *Leer la mente. El cerebro y el arte de la ficción*. Alfaguara.

Yugueros García, A. J. (2014). La violencia contra las mujeres: conceptos y causas. Barataria. *Revista Castellano Manchega de Ciencias Sociales*, (18), 147-159. ISSN: 1575-0825. Recuperado 17 de mayo de 2020, <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=3221/322132553010>

Yunes, E. (2005). *La presencia del otro en la intimidad del yo: aprendiendo con la lectura*. CONACULTA.

Apéndices

Apéndice A Diseño de cartel






XALAPA
 H. AYUNTAMIENTO

INSTITUTO MUNICIPAL DE LAS MUJERES DE XALAPA

Florece Xalapa
 2018-2021

Universidad Veracruzana

Taller de lectura y
 biblioterapia para mujeres

Artesanas de la palabra

*Para mayores de 18 años, cupo limitado.
 Traer ropa cómoda

INFORMES E INSCRIPCIONES
 llama al teléfono 84 14 010
 Materiales incluidos, taza de obsequio y al cumplir el 80% de asistencias se hará entrega de constancia.

MARTES Y JUEVES
 16:00 a 18:00 horas
 del 14 de enero al
 5 de marzo de 2020

Entrada gratuita

Landero y Coss, interior 36 - 42
 zona centro, Xalapa, Ver.

 /InstitutoMujeresXalapa

 @Mujeres_Xalapa

Apéndice B Diseño de cuestionarios

Cuestionario diagnóstico

NOMBRE
EDAD
OCUPACIÓN
NIVEL DE ESTUDIOS

1. ¿Te gusta leer?
2. ¿Qué géneros frecuentas?
 - a) Poesía
 - b) Novelas
 - c) Cuentos
 - d) Periódicos
 - e) Otro _____
3. ¿Qué emociones experimentas cuando lees?
 - a) Contento
 - b) Aburrido
 - c) Tranquilo
 - d) Otra _____
4. ¿Has participado en otros talleres de lectura?
5. ¿Cuáles son tus expectativas del taller?
6. ¿Eres usuaria del Instituto Municipal de las Mujeres de Xalapa?
7. ¿Quién motivó tu gusto por la lectura?
 - a) Familia
 - b) Amigos
 - c) Profesores
 - d) Promotores de lectura

Segundo cuestionario

NOMBRE
EDAD
OCUPACIÓN
NIVEL DE ESTUDIOS

1. ¿Cuáles fue la lectura que más te gustó?
2. ¿Cómo te sentiste en las sesiones?
 - a) Contento y reflexivo
 - b) Melancólico y triste
 - c) Aburrido y platicón
 - d) Muy interesado en la lectura y motivado para seguir asistiendo
3. ¿Te gustaría participar en otro taller de biblioterapia?
4. ¿Compartiste lo textos? ¿Con quién?
 - a) Familia
 - b) Amigos
 - c) Vecinos
5. ¿Qué aprendizaje te dejó el taller de biblioterapia?
6. ¿El ambiente fue propicio para hablar de tus emociones? Calificación del 1 al 10
7. Sugerencias para mejorar el taller
8. ¿Conocías la biblioterapia y sus beneficios?
9. ¿Qué opinas de utilizar literatura infantil (textos dirigidos a los niños) en un taller de lectura para adultos?
10. ¿Qué temas te gustaría o sugieres abordar en las siguientes sesiones?

Apéndice C Entrevista semiestructurada

- 1) De acuerdo con tus vivencias en el taller de biblioterapia ¿Consideras que la lectura de obras literarias puede coadyuvar en tu bienestar emocional? ¿Por qué?
- 2) ¿Cuál era tu definición de lectura antes del taller? ¿Cambió ese concepto al concluir el taller de biblioterapia?
- 3) ¿Qué autores y textos representaron para ti un auxilio psicológico y emocional?
- 4) ¿Cuál fue la experiencia más significativa que tuviste en el taller?
- 5) ¿Cuál crees que sea la importancia de la biblioterapia? ¿Y sus beneficios?
- 6) ¿Crees que existe un puente entre las experiencias de vida y las obras literarias?

Apéndice D Cartografía lectora¹

Sesión 1	14/01/2020
El conocimiento intuitivo de nuestro ser emocional	
<p>Lecturas seleccionadas:</p> <ul style="list-style-type: none"> •Lectura inicial: Cavallo, F. & Favilli, Elena (2017). <i>Cuentos de buenas noches para niñas rebeldes</i>. Planeta. •Lectura central: Snunit, M. (2009). <i>El pájaro del alma</i>. Fondo de Cultura Económica. <p>Dinámica de integración: la lechuga de preguntas para despertar la imaginación y estimular la confianza grupal. Elaborada con papel crepé de color verde. En cada capa de hojas lleva una pregunta.</p> <p>Ejercicio práctico de escritura: describir el pájaro del alma, ¿Qué dice el pájaro que habita en mi alma? ¿cómo es? ¿qué hace? ¿De qué se alimenta? ¿Qué cajones permanecen cerrados?</p>	
Sesión 2	16/01/2020
Los recursos interiores para afrontar la vida y la importancia de las palabras	
<p>Lecturas seleccionadas:</p> <ul style="list-style-type: none"> •Lectura inicial: Sabines, J. (1973). “La luna” en Otros Poemas Suelos. Fondo de Cultura Económica. •Lectura central: Lestrade, A. d. (2013). <i>La gran fábrica de las palabras</i>. Ciudad de México: Editorial impresora Apolo. <p>Dinámica de integración: actividad de memoria y atención, las participantes tenían que mencionar los nombres de sus compañeras que les antecedían en forma de cadena hasta llegar al suyo.</p> <p>Ejercicio práctico de escritura: completar un poema semiestructurado llamado “Mi palabra es”, las participantes llenaron y rimaron con las palabras que ellas quisieron, escribieron la palabra más significativa para ellas en este momento de su vida.</p>	

¹ La estructura temática se basó en la que presenta Guevara del Ángel, I. (2018). *Se regalan historias: Taller de lectura literaria en una escuela de capacitación para el trabajo*. [Trabajo recepcional, Universidad Veracruzana]. Archivo digital. Universidad Veracruzana. Recuperado 20 de octubre de 2019, <https://www.uv.mx/epl/files/2017/07/REPORTE-DE-INTERVENCION-VERSION-FINAL-.pdf>

Sesión 3	21/01/2020
La construcción de la identidad y el amor propio	
<p>Lecturas seleccionadas:</p> <ul style="list-style-type: none"> •Lectura inicial: Mastretta, A. (2012). <i>Mujeres de ojos grandes</i>. Booket. •Lectura central: Molina, A. (2015). <i>Todos somos diferentes</i>. Artes de México. •Lectura de cierre: Belli, G. <i>Consejos para la mujer fuerte</i>. Recuperado 15 de noviembre de 2019, de https://mujerciclica.com/2016/03/23/consejos-para-la-mujer-fuerte/ <p>Dinámica de integración: meditación guiada y pregrabada con música para relajar el cuerpo y mejorar la concentración realizada por la coordinadora del taller.</p> <p>Ejercicio práctico de escritura: actividad de la caja de complejos y palabras de afirmación. Se entregan papeles blancos donde las usuarias escriben una crítica, frase o complejo que las ha obstaculizado el sentirse bien consigo mismas. En otra caja se van a escribir palabras de aliento, elogios y de afirmación que les gustaría decirse a sí mismas en papeles de color rosa. Se sacuden las cajas. Las participantes van sacando un papel de cada caja y leerán el contenido en voz alta en el siguiente orden, por cada papel blanco (frase negativa), otra integrante leerá una frase positiva, de ese modo se sigue en cadena hasta que todas participen. Al final, se queman los papeles de color blanco y las participantes se llevan los de color rosa a casa.</p>	
Sesión 4	23/01/2020
Afrontar los miedos y otros monstruos	
<p>Lecturas seleccionadas:</p> <ul style="list-style-type: none"> •Lectura inicial: Watt, M. (2007). <i>La ardilla miedosa</i>. Ediciones SM. •Lectura central: Bernal, R. (2014). <i>Lucy y el monstruo</i>. SEP. •Lectura de cierre: Bouchard, A. (2013). <i>Con la cabeza en otra parte</i>. Combel. <p>Dinámica de integración: actividad de lluvia de ideas a partir de preguntas generadoras ¿Qué es el miedo? ¿Qué miedos sintieron cuando eran niñas? ¿Cuáles tienen ahora de adultas?</p> <p>Ejercicio práctico de escritura: redacción de una carta para papá como si tuviéramos 8 años, como el personaje del cuento de Bouchard. Se puede tratar el miedo y el monstruo del abandono con esa actividad.</p>	

Sesión 5	28/01/2020
Los laberintos de la mente	
<p>Lecturas seleccionadas:</p> <ul style="list-style-type: none"> •Lectura inicial: Borges, J. L. (2011). <i>La casa de Asterión</i>. Ciudad de México: Random House Mondari •Lectura central: Ramírez, P. (15 de noviembre de 2015). <i>Somos lo que pensamos</i>. El país, págs. 1-6. <p>Dinámica de integración: actividad del estambre. Se lanza una bola de estambre entre las usuarias. Cada una va describiendo los pensamientos que trajeron consigo el día de hoy (los que más rumiaron, los más constantes) y entonces pasa la bola de estambre a cualquier compañera al azar. Se forma una especie de laberinto con el tejido. Para desenrollarlo cada una debe mencionar algo por lo cual se siente agradecida el día de hoy, puede ser algo muy simple, así hasta llegar a la primera que lo lanzó.</p> <p>Actividad recreativa: se brindan fotocopias de un laberinto de juego, las usuarias deben decorarlo, diseñar su propio laberinto interior, y resolverlo. (Tal cual lo imaginan que es, con los colores, palabras, etc.) Deben escribir en las paredes las frases, palabras o sentimientos que las hacen sentir atrapadas y luego dibujar un hilo de Ariadna, que les permita salir de ahí, el cual tendrán que nombrar con algún recurso emocional, de los que se han platicado en las sesiones (por ejemplo, paciencia, resiliencia, fuerza de voluntad, etc).</p>	

Sesión 6	30/01/2020
¿Qué es biblioterapia y como se aplica?	
<p>Lecturas seleccionadas:</p> <ul style="list-style-type: none"> •Lectura inicial: Elderkin, S. & Berthoud, E. (2017). <i>The Novel Cure. An A-Z of Literary Remedies</i>. [Manual de remedios literarios]. Editorial Siruela. •Lectura central: Petit, M. (2009). <i>El arte de la lectura en tiempos de crisis</i>. Océano. •Lectura de cierre: Ouaknin, M. (2016). <i>Biblioterapia: leer es sanar</i>. Océano 	

Sesión 7	4/02/2020
La naturaleza y la ecología	
<p>Lecturas seleccionadas:</p> <ul style="list-style-type: none"> •Lectura inicial: Thoreau, H. D. (2005). <i>Desobediencia Civil y Otros Textos</i>. Cátedra. •Documental: Cuesta, R. (2009). Rehje. CONACULTA. 	

Sesión 8	6/02/2020
Reconstruyendo mi autoestima	
<p>Lecturas seleccionadas:</p> <ul style="list-style-type: none"> •Lectura central: Reguera Díaz, R. (2015). <i>Yo voy conmigo</i>. Thule Ediciones. •Lectura de cierre: Riso, W. (2016). <i>Enamórate de ti mismo: el valor imprescindible de la autoestima</i>. Editorial Océano. <p>Dinámica de integración: las usuarias forman un círculo. Se les otorgan unas lunetas de chocolate al azar. Por cada color que tengan deben relatar o decir lo que les corresponde: Blanca: Un obstáculo o reto superado. Rosa: Un defecto que me han apuntado otras personas. Naranja: Una cualidad que percibo en mí</p> <p>Actividad recreativa: creación de autorretrato. Se reparten materiales diversos para las usuarias elaboren un autorretrato de la forma más creativa posible. Las usuarias deberán escribir alrededor de su autorretrato algunos adjetivos que las describan. La actividad es a contrarreloj. Se les brindará un minuto para finalizar esta acción, ya que se busca una escritura espontánea. Cuando finalicen, comparten su representación al grupo. Las mediadoras harán algunas preguntas para guiarlas a la introspección sobre lo esquemas bajo los cuales construyen su autoestima.</p>	
Sesión 9	11/02/2020
Lectura de emociones	
<p>Lecturas seleccionadas:</p> <ul style="list-style-type: none"> •Lectura inicial: Núñez, C. & Valcárcel, R. <i>Emocionario</i> (2013). Palabras Aladas •Lectura central: Carrier, I. (2013). <i>El caso de Lorenzo</i>. SEP •Lecturas de cierre: Benedetti, M. “¿Cómo hacerte saber que siempre hay tiempo?” El 5 de febrero de 2020 de www.poemasdelalma.com/Benedetti Benedetti, M. “No te rindas”. El 5 de febrero de 2020 de www.poemasdelalma.com/Benedetti <p>Dinámica de integración: las sillas acomodadas en semicírculo. A través de una presentación de PPT, las usuarias realizarán interpretación y reconocimiento de emociones por medio de una actividad de lectura de imágenes. Primero con las percepciones que reciben de una serie de obras de arte. Luego con la lectura de rostros y situaciones. Las usuarias anotarán en una hoja blanca, la emoción que perciben.</p> <p>Actividad recreativa: la mediadora asigna el nombre de una emoción a cada usuaria, la cual tiene que pensar en la definición de esa emoción y la forma en la cual reacciona cada vez que se manifiesta tal en su vida. Si hay dudas o confusiones a cerca del significado de las emociones, para ayudarlas a nombrarlas, se leerá el emocionario.</p>	

Sesión 10	13/02/2020
El apego y el desapego en los vínculos afectivos	
<p>Lecturas seleccionadas:</p> <ul style="list-style-type: none"> •Lectura inicial: Keret, E. (2009). <i>Gotas</i>. En extrañando a Kissinger. Sexto Piso. •Lectura central: Jeffers (2010). <i>El corazón y la botella</i>. SEP. •Lectura de cierre: Dávila, A. (2016). <i>La carta</i>. En Árboles petrificados. Secretaria de Cultura. <p>Dinámica de integración: las sillas acomodadas en semicírculo. Las usuarias jugaran memorama de escritores y sus frases. Las tres que tengan más pares recibirán un pequeño premio. Esta actividad será realizada de manera puntual, las usuarias se pueden unir conformen van llegando.</p> <p>Ejercicio práctico de expresión escrita: se escribe en un papel: una persona, una emoción, sentimiento o situación que haya causado sufrimiento en nuestras vidas y se quema en un platón como un símbolo de liberación del apego.</p>	
Sesión 11	18/02/2020
Empoderamiento femenino	
<p>Lecturas seleccionadas:</p> <ul style="list-style-type: none"> •Lectura inicial: Browne, A. (1991). <i>El libro de los cerdos</i>. Fondo de cultura económica. •Lectura central: Esquivel, L. (2010). <i>Sea por Dios y venga más</i>. Recuperado el 18 de febrero de 2020 de https://mujeresylasextaorg.com/2008/02/12/un-cuento-de-laura-esquivel/ <p>Dinámica de integración: Actividad de completar refranes que contienen estereotipos de género. Se realizará en parejas. Reflexión sobre el lenguaje coloquial sexista, sobre la sabiduría popular y el colectivo imaginario en la construcción de la mujer.</p> <p>Actividad recreativa: Se harán cuatro equipos, a cada uno le toca desarrollar un tema el cual dibujarán y escribirán en papel bond y con diversos materiales. El tema surge a partir de dar respuesta y reflexionar sobre cuatro preguntas que surjan durante la sesión.</p>	

Sesión 12	20/02/2020
Depresión, tristeza y melancolía	
<p>Lecturas seleccionadas:</p> <ul style="list-style-type: none"> •Lectura central: Maupassant, G. (2007). “El horla” en <i>Bola de Cebo y otros cuentos</i>. Editorial Universidad Veracruzana. <p>Dinámica de integración: caras y gestos con títulos de películas con temas sobre ansiedad, tristeza o depresión para ser representadas por las usuarias. Se formarán dos equipos. Cada equipo selecciona a la usuaria que va a representar con mímica, el título de la película. El otro equipo tiene que adivinar.</p> <p>Ejercicio práctico de expresión escrita: las usuarias van a escribir de forma anónima en un papel, situaciones que estén viviendo, preguntas o dudas en torno a la ansiedad, tristeza, depresión o melancolía. La psicóloga toma un papel al azar, va leyendo y respondiendo. La idea es que todas puedan expresar y abrirse sobre cómo se sienten sin que influya la vergüenza.</p>	
Sesión 13	25/02/2020
Nuevas perspectivas de la soledad	
<p>Lecturas seleccionadas:</p> <ul style="list-style-type: none"> •Lectura inicial: Hesse, H. (2008). <i>El lobo estepario</i>. Colofón S.A. •Lectura de cierre: Grossman, D. (2019). <i>El abrazo</i>. Ciudad de México: Sexto piso. <p>Dinámica de integración: la papa caliente de las confesiones. Se puede llevar a cabo con una pelota, peluche o bola de estambre. Cada una de las usuarias debe describir cómo reacciona o que hace cuando siente mucha soledad. ¿Qué hago cuando me siento sola? Después de responder esta pregunta con mucha sinceridad lanza la pelota a una compañera, así sucesivamente hasta que todas participen.</p> <p>Ejercicio práctico de escritura: Se entregan las fotocopias sobre el poema “La vida” de Serrat. Se hacen comentarios sobre la estructura de este poema. Cada usuaria tiene que escribir un poema similar de acuerdo con su edad y a los aprendizajes que ha tenido hasta el momento. Al finalizar, todas las usuarias compartirán su texto.</p>	

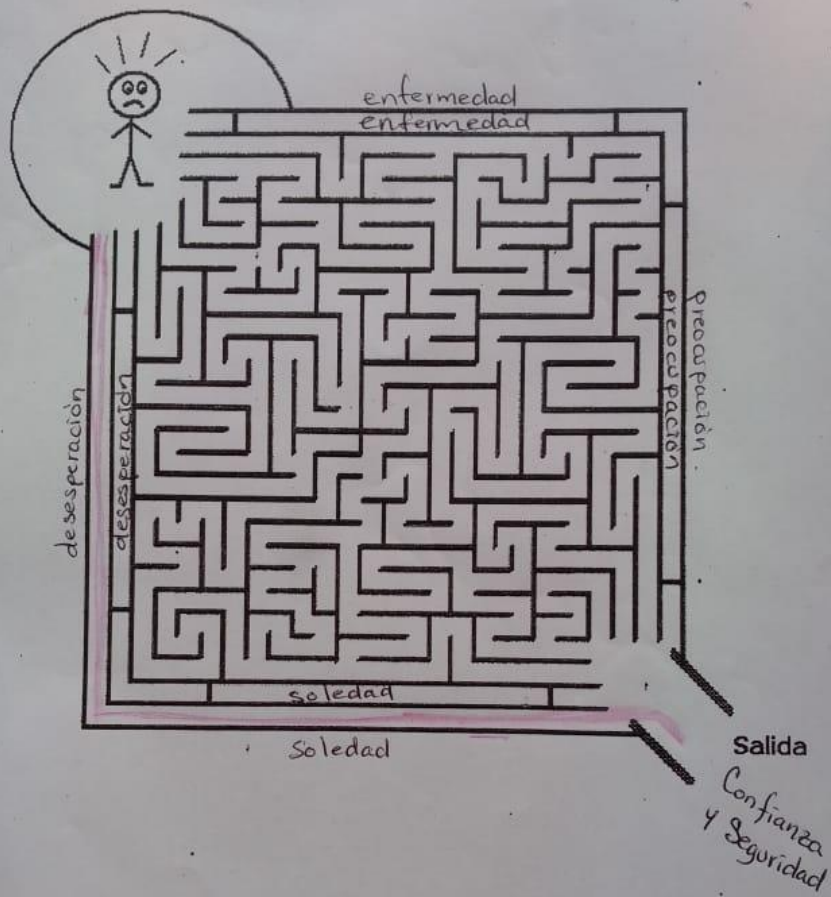
Sesión 14	27/02/2020
La conciencia sobre la finitud del ser humano	
<p>Lecturas seleccionadas:</p> <ul style="list-style-type: none"> •Lectura central: Montero, R. (2014). <i>La ridícula idea de no volver a verte</i>. Editorial Booket. •Lectura de cierre: Ajahn, Chah (2005). “Una historia sobre peces” en <i>Todo llega, todo pasa: enseñanzas sobre la cesación del sufrimiento</i>. Págs. 72-79. Editorial Ontro. <p>Dinámica de integración: lluvia de ideas en un círculo formado por las integrantes que estarán sentadas en tapetes de colores. Cuando sea vieja y llegue el momento de partir como me gustaría que me recuerden mis seres queridos. Todas las usuarias comparten.</p> <p>Ejercicio práctico de escritura: actividad antes de partir. Escribir una lista de diez cosas que quiero realizar en mi vida también conocida como la lista de cosas por hacer antes de morir. (20 minutos).</p>	
Sesión 15	03/03/2020
Escritura creativa y poesía	
<p>Lecturas seleccionadas:</p> <ul style="list-style-type: none"> •Lectura central: Márquez García, G. (2009). “María dos Prazeres” en <i>Doce cuentos peregrinos</i>. Editorial Diana. •Lectura de cierre: Darío, R. Poema a Margarita. Revisado el 01 de marzo de 2020 en https://www.poemas-del-alma.com/a-margarita-debayle.htm <p>Dinámica de integración: actividad de ilustrar un poema. Lectura del poema Margarita de Rubén Darío. Esta actividad será realizada en voz alta por la mediadora. Luego se divide al grupo en dos equipos y se entrega el material, la idea es recrear el poema, pero con material reciclable en papel craft, puede ser una interpretación o una versión de este. Se trata de demostrar con creatividad la comprensión del poema.</p> <p>Ejercicio práctico de escritura: el cadáver exquisito, se trata de una dinámica de escritura espontánea y automática. La idea es que una persona coge un trozo de papel y comienza a escribir un cuento o vivencia personal. Cuando termina, dobla la hoja para que el siguiente participante sólo pueda ver la última línea. A partir de esa base, tiene que seguir escribiendo, repitiendo el proceso tantas veces como gente esté jugando. Al finalizar la participación de todas. Se leerán los resultados de los cadáveres exquisitos.</p>	
Sesión 16	05/03/2020
Reflexiones y clausura del taller	
<p>Lecturas seleccionadas:</p> <p>Las participantes del taller llevaron sus textos favoritos de forma voluntaria, para compartir con sus compañeras el día de la clausura. La selección no tuvo filtro específico, fueron textos de géneros y temáticas diversas.</p>	

Apéndice E Participantes

Participantes	Edad	Ocupación	Nivel de estudios
LP	60	Pedagoga	Licenciatura
YV	40	Cantante	Licenciatura
OP	69	Psicoterapeuta	Licenciatura
MA	36	Comerciante	Bachillerato
EL	31	Asesora educativa	Bachillerato
ID	53	Psicóloga	Licenciatura
RM	45	Psicoterapeuta	Licenciatura
NO	45	Arquitecta	Licenciatura
CJ	52	Comerciante	Bachillerato
AR	27	Labores del hogar	Bachillerato
KM	23	Estudiante	Bachillerato
AM	27	Secretaria	Bachillerato
DC	26	Empleada administrativa	Licenciatura
AS	40	Desempleada	Licenciatura
MH	56	Labores del hogar	Licenciatura
DG	23	Estudiante universitaria	Bachillerato
KP	39	Empleada de gobierno	Bachillerato
LM	29	Labores del hogar	Secundaria
NR	56	Labores del hogar	Secundaria
AA	38	Comerciante	Licenciatura

Apéndice E Fotografías





El pájaro que hay en mi alma abre diversos cajones al mismo tiempo, por ello a veces me resulta tan difícil identificar lo que siento. Por ejemplo, al final del 2019 abrió el cajón del estrés, pues estaba redactando mi trabajo recepcional. De igual forma abrió el cajón de la amistad y con el poco tiempo libre me di el espacio de visitar amigas de la infancia y adolescencia.

Iniciando el 2020 el pajarillo enloqueció y se puso a abrir el cajón de la curiosidad, así que no paré de investigar sobre astrología, luego se emocionó y abrió el cajón de los sueños y metas. Entonces busqué convocatorias de financiamiento para proyectos culturales. El cajón de la emoción explotó cuando imaginé mi futuro taller de mediación de la lectura. Luego el de la tristeza rechinó al abrirse y anunció los obstáculos que existen para dicho taller. Sin embargo, el cajón de la tenacidad se abrió y halló pronta solución. El pajarillo me susurró la venta de platos de porcelana y con ello estoy más tranquila.

De pronto, al iniciar esta semana el pajarillo abrió un cajón dudado, uno que según yo ya habría cerrado por siempre. Me recordó una vivencia terrible y el hecho de concretar correctamente dicho ciclo. El cajón del miedo quiso abrirse pero el pájaro no lo dejó, decidió abrir el de la fortaleza y entonces pude decidir ir a hacer una denuncia aunque eso implica abrir el cajón de la incertidumbre y el del pasado.

Finalmente el cajón del amor se abrió con el apoyo de mis amigas

16-01-2020
Raquel Moreno

TALLER DE LECTURA Y BIBLIOTERAPIA

"MI PALABRA"

Mi palabra es...	Perdón
Habita en...	Me ser y en el de diversas personas
Lo que hace es...	Liberar a las personas de cargas emocionales o espirituales.
Le gustaría...	Ser elegido día con día en diversas contextos por personas
Oculto en su interior...	Libertad, amor, paz, tolerancia, felicidad
Quiere ser oída por...	Kelly
Pero teme...	No lograr deshacerse de su opuesta que es /ira/ rencor /
La palabra espera como respuesta...	Estar en paz y armonía con el ser humano que la presta o con el que carece de ella.
Por eso mi palabra es...	autoperdón liberadora pero difícil de pronunciar para muchos.

16 enero 2020
Kelly Moreno.

Glosario

Un lector(a) autónomo (a): es alguien que, además de realizar todas las lecturas utilitarias que necesite y deba hacer, dedica un tiempo, día por día, a leer por su propia voluntad, por el interés en la lectura misma y el gusto de leer” (Garrido 2012, 20).

Promoción de la lectura: Creación de acciones que permitan la formación de hábitos de lectura, estas pueden ser desde implantación de programas académicos e institucionales, hasta aperturas de espacios que promuevan el fomento del libro.

Lectura gratuita: Textos leídos que son recitados en voz alta a un grupo con la intención de atrapar a los lectores en potencia. Esta lectura se denomina gratuita porque no pide nada a cambio, ni comentarios, tareas o respuestas.

Cartografía lectora: Término que la promoción de la lectura retoma de la geografía y la cartografía. Se refiere a un itinerario de obras literarias que comparten características y que están anclados a las necesidades del grupo, así como a una temática en común.