

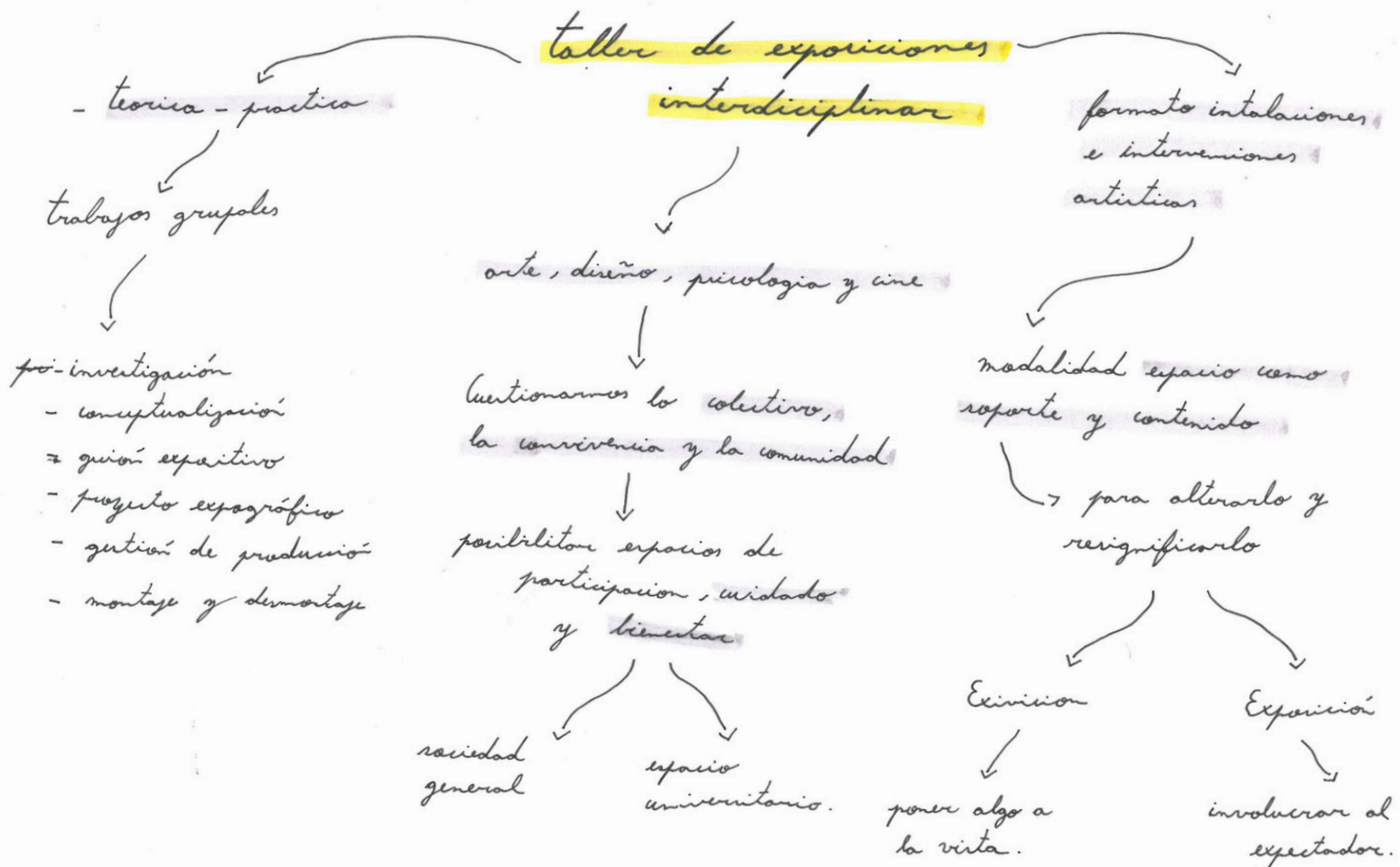
Carpeta Base

Taller de Exposiciones Interdisciplinarias / Segundo semestre, 2025

Bernardita Lobo / Estudiante de Diseño

1- ¿A quién te tocó presentar el 1er día de clases?

- Benjamín Jofré Echaiz, 22 años
- Psicología, cuarto año
- Le interesa la rama de la psicología comunitaria, ya que le permite estar en contacto con las personas, identificar sus necesidades y aportar al fortalecimiento de las comunidades y sus territorios. Actualmente, ha estado colaborando y gestionando el grupo de disidencias sexogenéricas de la universidad, con el objetivo de generar una red de estudiantes pertenecientes a la comunidad LGBTIQANB+ y compartir experiencias.
- Tomó este curso con la intención de aprender a trabajar en conjunto con otras disciplinas, además de desarrollar una mirada distinta, como la que ofrecen las carreras artísticas.



Carla Alvarez
Bernardita Lobo

2- Graficar el pensamiento que divaga

audifonos /
marcarillas

separación de quien eres,
según donde estás

esto nos gusta,
con esto nos identifica-
mos y esto somos.

Cuando comencé a vivir
experiencias en conjunto con
mis compañeros

Salas de clase /
puertas /

- Contratos sociales
- bien común
- transporte público

límites

- escucha activa
- acuerdos
- resolución de conflictos
- espacios y áreas comunes

comunitario
lo colectivo

la convivencia

lo colectivo se
arropa a un lugar y
desaparece no. /

lo colectivo habla de la
cantidad

colectivo \neq individual.

lo comunitario

- existe un interés
genuino por ser parte.
pañolines / merchandising

- la comunidad
y el sentido de
pertenencia
- tradición y
historia
colectiva

para ser parte y
sentirte parte de
una comunidad,
debes como mínimo
creer en la
existencia de sus valores,
creer en sus discursos,
tener fe.

hay una diferencia
entre comunidad y
institución

¿hasta dónde llega la comunidad?
sistemas dentro de sistemas

añoranza suspendida, querer
ser parte de algo.

Como los **espacios**
seguros traspasan
lo físico y se transforman
en un sentir.

Creo que la comunidad y ser parte de una
comunidad **requiere intención**, requiere límites
y convivencia / se trabaja en la confianza
y en la identidad.

Creer en la existencia de una
comunidad.

3- Gabinete de curiosidades. Trabajo en grupo.

Bernardita Lobo, June Maffioletti, Sofía Hernández, Vania Paredes.

A partir del ejercicio grupal Gabinete de Curiosidades que realizaron en clase, describa ¿Cuál fue la metodología para ponerse de acuerdo para realizar el ejercicio?

Comenzamos vinculando los objetos con las categorías a las que los habíamos asociado inicialmente, para luego conectarlos con palabras, frases o ideas relacionadas. En un primer momento lo hicimos de manera intuitiva, y después fuimos observando qué disposición funcionaba mejor en nuestra puesta en escena. El proceso fue pasando desde asociaciones semánticas, luego cromáticas, hasta finalmente relacionar los objetos con elementos del hogar. A partir de esa idea, comenzamos a reorganizarlos como si fueran parte de una mesa de comedor, dándoles movimiento y acciones para generar mayor dinamismo.

Posteriormente, llegamos a la conclusión de que lo más efectivo sería colocar primero solo los conceptos sobre la mesa, a modo de mapa guía. Esto nos permitió visualizar de mejor manera las conexiones entre categorías y, a partir de ahí, decidir dónde ubicar los objetos y cómo agruparlos para que tuvieran mayor coherencia. Durante todo el proceso fuimos conversando y evaluando las disposiciones que nos hacían más sentido, llegando a acuerdos colectivos sobre qué elementos debían ir juntos.

Luego de la lectura y análisis colectivo de su ejercicio, resuma ¿Cuáles creen que fueron los aciertos conceptuales y formales de su ejercicio y que mejorarían?

Nos gustó cómo la idea fue evolucionando desde algo más concreto e individual hacia una propuesta colectiva, donde los objetos se conectaban entre sí y parecían estar siendo utilizados. Logramos transformar la disposición en una escena activa, destacando especialmente la taza, la mandarina y las cartas, lo que consideramos un acierto. En cierto punto, la conjugación de los objetos transmitió un aspecto hogareño (tal como lo confirmaron luego nuestros receptores), por lo que nos centramos en reorganizarlos de manera que ese carácter cotidiano se hiciera evidente. También valoramos el hecho de que el nombre elegido reforzará y le diera sentido a la propuesta, lo que resultó satisfactorio.

Sin embargo, reconocemos que nos faltó tiempo para madurar y expandir más la escena. Por ejemplo, podríamos haber dispuesto las cartas en distintos lados de la mesa, simulando un juego entre varias personas, o bien explorar formas de darle mayor dimensión y dinamismo a los elementos. Además, si bien los objetos utilizados evocaban la idea de una mesa (con la taza y la mandarina como referentes), no supimos aprovechar plenamente la mesa en sí como un objeto más del gabinete de curiosidades. Creemos que darle ese protagonismo nos habría permitido potenciar la narrativa visual y enriquecer la experiencia.



4- Ampliando la investigación con el Círculo de Historias. Trabajo en grupo

Bernardita Lobo, June Maffioletti, Sofía Hernández, Vania Paredes.

¿Puedes relatar una situación concreta donde te encontrabas en un momento difícil (crisis, ansiedad, estrés, etc) dentro de la Universidad? ¿Alguien te sostuvo o acompañó en dicha situación?

Relatos

1- Después de dar un examen de oral en epistemología, me tocaron dos preguntas justo de los temas que no sabía mucho, me sentí tonto, humillado por la profesora, y sentí que no servía para mi carrera, fue un momento súper difícil, salí llorando del examen, estuve mucho rato angustiado pensando en que me había echado el ramo, recuerdo que algunas amistades estaban fuera de la facultad y me contuve en esas personas, pero la verdad solo recuerdo con angustia ese momento.

2- Claro yo viví un momento en donde tuve que congelar un semestre en la universidad, obviamente eso me causo muchos problemas de ansiedad y estrés, ya que fue algo que yo no tenía planeado (yo creo que nadie) y quedar en un "vacío" me causaba mucha ansiedad, debió a eso tuve que acudir a una psicóloga que fue como la persona que me acompañó en ese momento

3- Recuerdo esos tiempos con mucha ansiedad, entre vivir un duelo, el cambio de casa reciente, era mi primer semestre como ayudante y tenía mucho pánico con hablar frente a tantas personas, me disociaba al punto de tener la sensación de solo ser palabras sin cuerpo. También recuerdo que para la primera solemne de (asignatura) estudié 3 semanas con anticipación y el día anterior a la prueba estaba estudiando en grupo en la u, y con el cansancio arrastrado de esas semanas. Me tome sin receta una pastilla para la concentración y comencé a tener rumiaciones obsesivas horribles, pensamientos intrusivos que se sentían como un laberinto imposible de salir. Todos pararon de estudiar y me acompañaron fumando por un buen rato, y comprendí que el estudio sin pausas o descansos era inútil. La calma y el reposo son fundamentales para proveerse de la memoria, donde el aprendizaje exige esa condición.

4- Para mí, siempre han sido los profesores quienes me han sostenido. Los conocí en tercer año, justo cuando mi mamá tuvo que ser operada de urgencia. En ese momento decidí no acercarme demasiado a mis compañeros, al menos no para confiarles esto, pero encontré en mis docentes un espacio de apoyo y contención que me acompañó en medio de la crisis.

5- Mi última experiencia fue en un taller, justo antes de congelar. Venía de una pésima vivencia en el trabajo en equipo: me culparon y responsabilizaron por la falta de avance, lo que me dejó sin ánimo para seguir. Me costaba adaptarme a un nuevo grupo, sobre todo en la comunicación y en sentirme acompañada. Finalmente no pude completar una entrega a tiempo y tomé la decisión de congelar. Recuerdo estar en la cafetería, escribiendo por WhatsApp a mi equipo, compartiendo el avance que ya no alcancé a hacer. Ellos me respondieron que estaba bien, pero que me había faltado comunicar más. La verdad no tenía a nadie en quien apoyarme.

6- Era el primer semestre de segundo año y debía entregar la solemne a las 12. Me dijeron que tenía que rehacer todo de nuevo y, además, quedarme en la sala trabajando sin parar. El profesor no ofrecía soluciones, solo agregaba problemas. En medio de la presión, fui al baño a llorar y luego volví a trabajar. No había nadie allí para acompañarme; me sentí completamente sola.

7- Fue una situación bastante reciente donde estaba padeciendo de pensamientos sobre autolesiones, por suerte mi círculo de amistades me contuvieron y me apoyaron junto a mi familia, lamentablemente la institución académica no hizo nada porque no se encontraba nadie de las autoridades en el momento en el que yo quería poner una constancia sobre mi salud mental.

8- Me pasó hace un año que, me dio una crisis en la sala de pintura de la FAAD, me contuvieron mis amigos hasta que llegó la paramédico, y luego una psicóloga que se demoró mucho en llegar, mi hermana logró tranquilizarme, que llegó luego de un rato gracias a mis amigos porque ellos la llamaron. Ya pasado el rato, la psicóloga que me vio en la Facultad me derivó al hospital Horwitz, el equipo de salud mental pagó el viaje de ida.

9- Recuerdo en una ocasión que estaba en clases y comencé a sentir un ataque de ansiedad. Tuve que correr al baño y tratar de calmarme. En ese momento, hace poco había regresado a la universidad (después de congelar) y no tenía la red que tengo hoy. No pude pedir ayuda a nadie y recuerdo mucho esa sensación de soledad. Y no poder encajar. Me sentía muy sola porque no sabía cómo adaptarme e integrarme a los grupos.

10- Me ha generado mucho estrés el no haberme preparado o estudiar para alguna prueba (solemne) y presentarme de igual manera sabiendo que me iría mal. No busque ayuda de nadie para dicha situación, solo la afronte.

11- Hubo un momento del semestre pasado donde tuve muchas evaluaciones y problemas con mis amistades y mientras almorzaba un amigo me hablo de una manera mas fuerte de lo normal y me puse a llorar y me dio como una crisis de ansiedad, y sii mi amiga me ayudo y el amigo q me gritó también.

12- El momento de mis primeras solemnes en la universidad estuvieron llenos de estrés y ansiedad, el no saber si sería capaz de terminar las pruebas por completo me generaban una ansiedad inmensa y esto al momento de estudiar me desconcentraba demasiado. La primera vez que entré a la sala a realizar la prueba me quede en blanco y no pude resolver todos los ejercicios, a raíz de eso mis nervios incrementaron demasiado hasta el momento que me dieron mi nota; en ese momento mi mejor amiga estuvo a mi lado dando ánimos y me ayudó a darme cuenta que los nervios me habían jugado una mala, ya que ella se sentía igual que yo en ese momento, no era el hecho de que no supiéramos realizar los ejercicios, si no que ambas estuvimos con mucho estrés previo a las evaluaciones y con nervios durante rendimos estas pruebas; desde ahí ambas empezamos a estudiar juntas y motivarnos una a la otra en todo momento y cuando rendimos nuestras segundas solemnes fue todo muy distinto, ya que ambas terminamos dichas.

Rescate una o dos frases de cada texto y organízalas en un listado a modo de poema o manifiesto.

Poema tejido de relatos

Poema tejido de relatos

Sentí que no servía para mi carrera.

Quedar en un vacío me causaba mucha ansiedad.

Ser palabras sin cuerpo,

un laberinto imposible de salir.

Pésima vivencia en el trabajo en equipo,

no tenía a nadie en quien apoyarme.

No ofrecía soluciones, solo agregaba problemas.

Fui al baño a llorar y luego volví a trabajar.

Quería poner una constancia sobre mi salud mental.

Me puse a llorar, me dio una crisis de ansiedad.

El no saber si sería capaz,

me dejó en blanco.

Encontré en mis docentes un espacio de apoyo.

Mi hermana logró tranquilizarme.

La calma y el reposo son fundamentales

para sostener la memoria y el aprendizaje.

No sabía cómo adaptarme e integrarme.

No busqué ayuda: la afronté.

5- La institucionalidad UDP y la convivencia.

Dirección de Género

La irrupción del feminismo en la universidad

Video revisado en clase "Ola Feminista de mayo de 2018"

Ola feminista de mayo del 2018, se exige una educación no sexista, la importancia de que perdure una memoria colectiva, historia de las generaciones feministas, que se masifiquen las voces.

El feminismo es la práctica histórica del movimiento de mujeres contra la discriminación sexual, reinterpretar las bases epistemológicas, cuestionar la imparcialidad.

Demandas feministas y su institucionalidad: erradicar la violencia sexual y discriminación, con normativas y políticas; una educación no sexista y ver si existe una paridad estructural, paridad en los roles de decisión.

La cultura de la cancelación. Se busca controlar, sancionar y excluir. No se logran resolver conflictos, solo se reproducen desigualdades.

¿Qué impacto ha tenido en nuestras experiencias cotidianas el feminismo, género en relación a universidad?

En mi caso, mi experiencia con la comunidad universitaria y el feminismo ha sido bastante variada. Por un lado, con mis compañeres siempre me he sentido cómoda en los espacios que habito dentro de la universidad, incluso libre. Ha sido un entorno donde puedo expresarme sin sentirme juzgada, lo cual valoro profundamente. En particular, en la comunidad de la FAAD, las personas que coexistimos somos muy diversas, y creo que, rescatando lo hablado en clases anteriores, esto se debe a que hemos aprendido a convivir marcando límites y comunicándonos.

Sin embargo, también he vivido experiencias menos positivas, especialmente con algunos profesores que claramente no están familiarizados con el feminismo. En ocasiones, han hecho comentarios incómodos y cosificadores, marcando una fuerte diferencia entre profesor y alumno o han interrumpido conversaciones de manera inapropiada.

Más que una simple diferencia de roles, que considero válida y necesaria en ciertos contextos, lo que percibía en sus discursos era una tendencia a encasillarnos, ya fuera por género o por nivel socioeconómico. Esta forma de relacionarse generaba una sensación de deshumanización, donde no había empatía hacia quienes ocupábamos otras posiciones dentro de la universidad. Esa falta de reconocimiento del otro como sujeto generaba una sensación de distancia, haciendo difícil sentirme parte de una verdadera comunidad universitaria. parecía que esa misma comunidad que debería incluirnos, en realidad nos estaba excluyendo.

¿Qué es un lugar seguro?

Un lugar seguro tiene que ser como un colchón en donde puedas caer. Ser vulnerable, ya que sentirse seguro es un acto de confianza. Un lugar seguro puede ser físico o una construcción emocional; es un vínculo. Sentirse seguro es un acto consciente que parte del reconocimiento.

Departamento de Salud Mental

Misión: Contribuir al bienestar psicológico de la comunidad universitaria mediante la prevención y la promoción del autocuidado.

Líneas de acción

Grupos de acompañamiento.
Acompañamiento psicológico individual.
Atención en casos de urgencia.

Datos generales - Informe 2024

Participación total: 12% del estudiantado.
35% corresponde a estudiantes de primer año.
El menor porcentaje de solicitudes fueron atenciones clínicas individuales.
Casi 77% de las atenciones corresponden a modalidades grupales.
Las facultades con mayor participación: Salud y Odontología.
Las facultades con mayor matrícula femenina presentan más alta participación.

Principales motivos de consulta

Ansiedad y preocupación.

Convivencia universitaria (charlas más solicitadas).

Ejes de Convivencia Estudiantil

La convivencia se entiende como el proceso de aprender a vivir con los demás, donde se da el descubrimiento del otro y se reconoce que todos somos distintos pero también valiosos.

Juego de la lana

Se realizó una dinámica grupal donde los participantes se lanzaban un ovillo de lana. Quien lo recibía debía responder una pregunta relacionada con la comunidad universitaria y las distintas áreas de la convivencia. A través de esta actividad se hicieron notar nuestras diferentes perspectivas, todos participaron activamente y al final, trazamos una ruta de lana donde nuestras respuestas se entrelazan.

Dimensiones de la Convivencia Estudiantil

- Subjetiva: procesos emocionales individuales y su impacto en la vida universitaria.
- Socio-relacional: socialización y construcción de valores personales compartidos.
- Comunicacional: lo colectivo, las interacciones y la construcción de vínculos.
- Académica: desarrollo formativo, dinámicas del aprendizaje y exigencias académicas.
- Institucional: políticas universitarias, normativas y participación en la toma de decisiones.
- Ciudadana: formación de sujetos críticos, participativos y conscientes de su rol en la sociedad.

El conflicto es una parte natural de la convivencia. Dependiendo del ámbito (comunitario-territorial, académico o institucional), el conflicto adquiere distintas formas, pero siempre constituye una oportunidad de crecimiento y transformación colectiva.

En torno al segundo informe: relación entre convivencia y conflicto

Dentro de los focos con mayores conflictos tenemos la desconfianza entre estudiantes, el bullying y los desencuentros. Esto surge, en su mayoría, por la falta de mecanismos de mediación y comunicación.

Es importante entender que la convivencia no es opuesta al conflicto, requiere regulación y resolución.

El conflicto es tensión, y la tensión genera atención. Hay que observarlo y aprovechar esa tensión. Es difícil convivir con ideas opuestas, y muchas veces hay personas que no están dispuestas a trabajar con otro que piense diferente.

Claves para la convivencia y la salud mental

existen nudos críticos, o más bien desafíos, puntos sin resolver. Por ejemplo, dificultades en la gestión positiva y preventiva dentro de la universidad, la alta demanda hacia estas instituciones para atender problemas de salud mental y el descenso de la participación y organización estudiantil.

Convivencia y salud mental son dimensiones que deberían trabajarse en conjunto, entendiendo la salud mental desde lo comunitario. La psicología hoy está mercantilizada, por lo que hay que buscar otras formas, sobre todo considerando que las universidades están en crisis.

También se observa una baja en la participación estudiantil. Ser estudiante es un acto político y comunitario.

Hay que generar mecanismos efectivos de mediación y comunicación.

Habilidades socioemocionales

- Comprensión de sí mismo: Reconocer las propias emociones, intereses, valores y habilidades. Identificar en qué se es bueno y fortalecer la autoestima.
- Autorregulación: Manejo y expresión adecuada de las emociones, manteniendo el control en situaciones difíciles.
- Comprensión del otro: Desarrollar la empatía y la capacidad de tomar la perspectiva de los demás.
- Relación interpersonal: Construir relaciones sanas, promover el diálogo y la participación activa.
- Discernimiento moral: Tomar decisiones responsables basadas en valores y en la consideración de las consecuencias.

Con todo esto sacamos ideas para poner en intención algo para una exposición, levantar focos e intereses en asuntos para trabajar problemáticas en una exposición artística.