

## Un espacio mágico donde transformé la mujer que soy y la profesional que quiero ser: la ESEN



**Conocí la Asociación de Mujeres para la Salud por una de esas maravillosas casualidades que se dan en la vida, gracias al *retuit* de una de las cuentas feministas que seguía en la aplicación del pajarito**

Conocí la Asociación de Mujeres para la Salud por una de esas maravillosas casualidades que se dan en la vida, gracias al *retuit* de una de las cuentas feministas que seguía en la aplicación del pajarito. Su nombre “Mujer y salud” me llamó la atención y entré en su cuenta. Psicólogas con perspectiva feminista, en Madrid. Fui de cabeza a la web.

Por aquel entonces yo estaba preparando mi trabajo de fin de Master en Psicología General Sanitaria, centrado en las consecuencias de la discriminación laboral por cuestión de género sobre la salud mental de las mujeres, y acababa de echar la preinscripción para cursar el grado superior de Integración Social. Por suerte, aquel *tuit* apareció en mi TL.

Cuando comencé Psicología, en el año 2011, lo hice con la firme idea de centrarme en la clínica y especializarme en los trastornos de la conducta alimentaria. Sin embargo, cuando descubrí AMS, me encontraba en un momento de dudas y transición, porque sentía la urgente necesidad de transformar la vida de las personas a través de la intervención comunitaria y social. Mi interés por los procesos sociopolíticos me hizo darme cuenta de que los malestares que las personas padecemos están enormemente influenciados por los factores sociales que nos rodean y afectan. Siguiendo esta senda, había tenido la suerte de encontrarme con el feminismo sin ni siquiera buscarlo, hacía dos o tres años, por lo que entendía que también los malestares de las mujeres (y también los Trastornos de Conductas Alimentarias (TCA) que tanto me interesaban) estaban enormemente influenciados por el sistema patriarcal en el que crecemos y vivimos. Personalmente, había comenzado ya procesos de deconstrucción de mí misma y mis patrones cognitivos, que me habían llevado a hacer cambios en mi manera de concebirme como mujer en el mundo.

“ **Nunca imaginé todo lo que supondría en mi vida la decisión de echar la**

## Solicitud de matrícula para el Posgrado en Malestares de Género que ofertaba AMS

Sin embargo, nunca imaginé todo lo que vendría después, lo que supondría en mi vida la decisión de echar la solicitud de matrícula para el Posgrado en Malestares de Género que ofertaba AMS, casi sin esperanza, pensando que no entraría por mi nula experiencia en la psicología y mi corta edad. Y por eso estoy aquí, escribiendo emocionada estas líneas para contar cómo mi paso como alumna por la ESCUELA Espacio de Salud Entre Nosotras (ESEN) me ha influido y cambiado como profesional pero, sobre todo, cómo me ha cambiado la vida, la forma de mirar al mundo, de entenderlo, de relacionarme, de construirme... cómo he logrado ser la mujer que realmente quería ser.



Estos dos años de formación en la ESEN (completando el Máster de la PEF) han sido el proceso más apasionante de mi vida. Y lo han sido porque no han supuesto únicamente un trabajo sobre la teoría feminista, en la cual ya estaba asentada, sino porque han constituido un trabajo real y factible sobre mi propia vida, basado en esa teoría que tan bien nos sabemos pero que tanto nos cuesta llevar a cabo tantas

veces. Durante el primer año, cada módulo suponía una revisión profunda de aspectos de nuestra vida: no solo me he formado sobre el modo en que se produce nuestra socialización como mujeres y los mecanismos que operan en ella, sino que he analizado y revisado mi propia socialización; no solo hemos hablado sobre la maternidad de las mujeres, sino que he pensado la maternidad desde mí, las presiones que siento para ser madre algún día, la opción que barajo de no serlo, el modelo de maternidad que querría ejercer si decido serlo...; no hemos solo estudiado las dificultades que se dan en las relaciones madre-hija, sino que he repensado la figura de mi madre en tanto que mujer (y no como "mi madre"), comprendiéndola, empatizando con sus opresiones y re-analizando desde ahí mi relación con ella; no solo nos hemos formado sobre cómo la prostitución violenta a las mujeres que se ven obligadas a ejercerla, sino que he analizado cómo un sistema que legitima el acceso de los hombres al cuerpo de las mujeres me violenta como mujer, aunque yo no sea quien directamente la ejerza; no solo hemos hablado de la sexualidad patriarcal, sino que he tenido que reconocerme cuantas veces he cumplido los mandatos de dicha sexualidad sin quererlo y por qué lo he hecho, para desde ahí poder comprender y empoderarme desde la asertividad sexual; no solo hemos condenado y desmontado la teoría del amor romántico, sino que he tenido que revisar todos los daños que llevo encima a consecuencia de sus mandatos, y limar mil aspectos de mi relación actual para construirla como quiero (queremos) hacerlo.

**“ Duele mirarse a una misma y reconocerse todas las veces que se ha creído libre cayendo, una y otra vez, en las trampas del patriarcado ”**

Y ha sido muy duro. Cada trabajo era duro y a veces caían las lágrimas, porque duele mirarse a una misma y reconocerse todas las veces que se ha creído libre cayendo, una y otra vez, en las trampas del patriarcado. ¡Pero ha sido tan necesario! La magnífica formación y temario planteado, la calidez de un espacio seguro con el resto de compañeras, la fuerza de cada

profesora con la que hemos contado, la devolución que nos hacían después de cada trabajo personal y, primordialmente, el esfuerzo, análisis y revisión vitales que esos propios trabajos conllevaban, me han permitido ver las piedras que me impedían seguir el camino hacia la mujer que siempre he querido ser (autónoma, independiente, empoderada, segura de mí misma). Y es que para poder empezar a quitar esas piedras y lanzarlas lejos, primero es necesario verlas en nuestro camino, pues invisibilizarlas es uno de los principales mecanismos que utiliza el patriarcado para seguir operando sobre nuestras vidas. Yo ahora las veo, les pongo nombre, y me siento capaz de lanzarlas lejos. Además, como psicóloga, me siento capaz de acompañar a otras mujeres en el proceso de aprender a verlas también, para que después decidan libremente si alejarlas de ellas y sus caminos vitales. Y creo que ahí reside realmente lo valioso de este posgrado que no me canso de recomendar: en que si realmente queremos poder trabajar con otras mujeres para ayudarlas en el proceso de poner nombre a esos malestares que padecen, primero tenemos que revisarnos nosotras los nuestros y entender de dónde nos vienen y cómo operan, para desde ahí poder desmontarlos.

**“ No he parado de ver mujeres rotas con diferentes problemáticas pero con un factor común: haber abandonado sus propias vidas en nombre del amor, de la maternidad o de la familia**

Este segundo año, durante mis prácticas en las que he hecho entrevistas terapéuticas y he presenciado terapias de grupo y terapias individuales, no he parado de ver mujeres rotas con diferentes problemáticas pero con un factor común: haber abandonado sus propias vidas en nombre del amor, de la maternidad o de la familia. O mujeres que se sentían incompletas por no encontrar el amor que las complementase. O mujeres que cargaban con la



censura social por haber puesto por delante sus propios sueños y necesidades. En cualquiera de los casos, eran mujeres atravesadas por los mandatos que a todas nos atraviesan. Mandatos que nos limitan, bien porque no los rompemos, bien porque si los rompemos cargamos con la culpa y la censura social que ello conlleva. He podido ver cómo cuando llegan a AMS creen que lo que les ocurre es algo de ellas solas, algo individual, para después ver en los talleres de grupo como se desculpabilizan por lo que les pasa cuando vislumbran, por fin, que lo que les ocurre es algo social, que nos pasa a todas, que tiene un origen común.

Así ha sido como AMS me ha abierto las puertas a trabajar en el modo en que tanto ansiaba hacerlo: trabajar individualmente con cada mujer, pero trabajar a la vez desde una perspectiva social, con un objetivo de transformación no solo de la vida individual de las mujeres, sino del mundo en que vivimos. Nunca podré agradecer suficiente a todas las profesionales que componen este maravilloso espacio todo lo que me han enseñado y aportado, mi vida profesional queda enormemente influenciada por ellas, pero mucho más mi vida personal.

El feminismo comenzó a cambiarme la vida hace ya varios años, pero mi paso por la ESEN me la ha cambiado por completo. Me siento enormemente afortunada de haberme topado con el feminismo y con esta formación siendo tan joven, y aunque en el mundo laboral esa juventud y

La falta de experiencia es una pesada carga para encontrar un hueco, ahora tengo claro que quiero dedicar mi vida (personal y profesionalmente) a trabajar con, por y para las mujeres. Me siento orgullosa y feliz de la mujer que soy, y ojalá llegue el día en que todas las mujeres podamos sentir ese orgullo de nosotras mismas por ser quienes somos, las mujeres que queremos ser.

Estamos en el camino, ¡seguimos!

## REFERENCIA CURRICULAR

**Miriam Jiménez Sobrino** es psicóloga, Máster en Psicoterapia de Equidad Feminista (AMS) y Máster en Psicología General Sanitaria (URJC). Como mujer joven ha desempeñado distintos trabajos para costear sus estudios, alternando éstos, y una vez en posesión de su título de psicóloga como psicóloga voluntaria, con tareas de voluntariado en organizaciones sin ánimo de lucro dedicadas a la atención de mujeres afectadas por diferentes problemáticas (prostitución, trata, trastornos alimentarios, adicciones, mayores, ...), formándose, así mismo, en distintos cursos relacionados con sus tareas de voluntariado.

Secciones: [Con las de acá](#), [Opinando con](#)