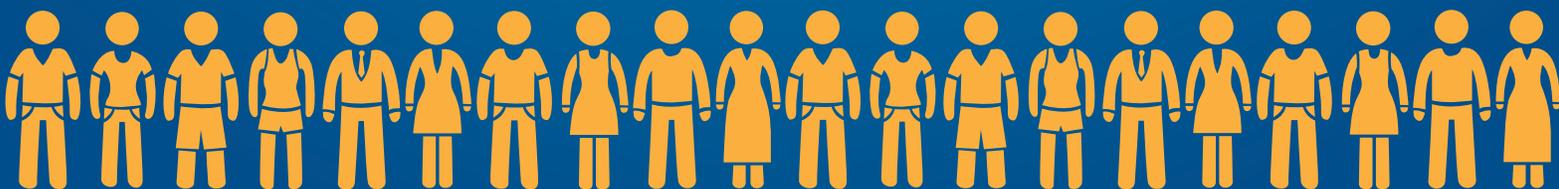


Guía Metodológica para
la Implementación de Procesos

de **EQUIDAD**
DE GÉNERO



Un instrumento de apoyo para
facilitadoras y facilitadores que
acompañan a mujeres y hombres
en la construcción de relaciones justas.



CRÉDITOS

Dirección General:

Anabel Torres

Contenido:

Anabel Torres

Carmen Baltodano

Juan Carlos Arce

Ramón González Palencia

Rosario Castañeda

Vinicio Buitrago

Aportes teórico-prácticos:

Red por la Promoción de la Equidad
e Igualdad de Género (RPEIG)

Edición:

Carmen Baltodano

Rosario Castañeda

Marcelino Guzmán Villagra

Vinicio Buitrago

Aportes:

María Verónica Tórrez

Revisión de texto:

Fide Ávalos

Diseño y diagramación:

Marcelino Guzmán Villagra

Comunicaciones CANTERA

CANTERA con esta herramienta busca estimular las habilidades metodológicas de trabajo para la promoción de relaciones justas y equitativas entre hombres y mujeres en comunidades del sector rural.

Los contenidos de esta publicación pueden ser reproducidos por cualquier medio siempre y cuando se cite la fuente y no se saquen de contexto.

CANTERA

Centro de Comunicación y Educación Popular

Plaza El Sol 2 c. al Sur, 1 c. arriba. Casa No.8.

Reparto Pancasán - Managua, Nicaragua.

Tel.: (505) 2277-5329 Fax: (505) 2278-0103

comunicacionescantera@gmail.com

www.canteranicaragua.org

Nicaragua. Octubre, 2017.

de **EQUIDAD**
DE GÉNERO

ÍNDICE

1. Presentación	3
1.1 Nuestro punto de partida	4
1.2 El objetivo de la guía	5
1.3 ¿A quien está dirigida la guía?	5
1.4 Organización de la guía	6
1.5 ¿Cómo utilizar esta guía?	6
2. El primer contacto con la comunidad	7
3. Antes de la facilitación	10
3.1 La facilitación de procesos de género desde el enfoque de la educación popular	10
3.2 Perfil de la facilitadora o facilitador	12
3.3 El diseño metodológico	14
3.4 Ejemplo del diseño metodológico	16
3.5 Otros aspectos a tomar en cuenta	17
3.6 El uso de láminas y videos	17
3.7 Tener un Plan B	18
4. Técnicas participativas y educación popular	19
4.1 Elementos a tomar en cuenta en la utilización de las técnicas	21
5. Pautas para la facilitación	23
5.1 Antes del taller	23
5.2 Durante el taller	24
5.3 Después del taller	25
5.4 Pedagogías para promover la reflexión	25
6. Caja de herramientas	27
Tema 1: Técnicas para la integración grupal	28
Tema 2: Técnicas para el análisis de la realidad	36
Tema 3: Técnicas para trabajar la identidad de género	39
Tema 4: Técnicas para trabajar las desigualdades de género	45
Tema 5. Técnicas para la identificación de la violencia	50
Tema 6. Técnicas para cierre de talleres	78
7. Glosario	85



1. PRESENTACIÓN

La presente guía tiene como objetivo ofrecer una propuesta metodológica para facilitadoras y facilitadores que buscan generar procesos locales que contribuyan a crear relaciones de equidad entre mujeres y hombres.

La guía ofrece pautas para acercarse a los grupos o comunidades que intentan generar procesos de reflexión y cambio en las relaciones de género. De igual manera ofrece diferentes metodologías que faciliten la reflexión crítica de la realidad, promuevan la vivencia y contribuyan a motivar la creatividad y la integración, lo cual implica cuestionar mandatos de la cultura patriarcal.

La guía ofrece técnicas para generar procesos de cambio en las relaciones de género. Plantea igualmente sugerencias metodológicas para iniciar procesos de acercamiento a las comunidades o grupos, de manera que la facilitadora o el facilitador puedan conocer el pensar y actuar de las personas como una manera de iniciar, de manera conjunta, reflexiones para repensar y transformar esa realidad. Además de ofrecer pautas conceptuales y metodológicas para desarrollar el proceso, ofrece técnicas que distintas organizaciones integrantes de la Red por la Promoción de la Equidad e Igualdad de Género (RPEIG), han utilizado y validado en talleres que buscan transformar las relaciones de género.

En el desarrollo de procesos educativos que intentan cambiar las relaciones de género, es muy importante retomar el planteamiento que nos ofrece Pablo Freire en relación a la importancia de “reconocer el contexto cultural, ideológico, político y social de los/as educandos/as”. El propiciar procesos educativos implica facilitar espacios estructurados de reflexión, donde tanto mujeres como hombres puedan salir de su rutina cotidiana para reflexionar críticamente su realidad y elaborar propuestas de cambio. Estos espacios deben, a la vez, propiciar la creación de enlaces de solidaridad y sororidad, que posibiliten los cambios personales y la organización de expresiones grupales que busquen transformar la realidad del entorno.

La guía puede ser un instrumento de trabajo, partiendo de la idea de que lo que estamos presentando son solamente propuestas. Lo demás, será el resultado de la labor conjunta y creativa de quienes faciliten los procesos y los hombres y mujeres involucrados en los mismos.

CANTERA



1.1 Nuestro punto de partida

Esta guía pretende aportar algunas pautas metodológicas para fortalecer el trabajo con mujeres y hombres de comunidades rurales. La guía considera las siguientes premisas como PUNTO DE PARTIDA:

- La existencia de relaciones desiguales de poder entre hombres y mujeres que afecta especialmente la calidad de vida de las mujeres y sus derechos fundamentales, así como su capacidad para incidir en la toma de decisiones.
- La existencia de concepciones y prácticas (formas de ser, pensar, sentir y hacer) que privilegian la “superioridad” masculina y el ejercicio de la violencia como mecanismo de control hacia las mujeres.
- La existencia de un modelo social basado en la desvalorización del aporte socioeconómico de las mujeres, de su tiempo y de su cuerpo y en consecuencia la ausencia de igualdad de oportunidades y derechos para las mismas.
- La existencia de familias cuyos integrantes basan sus relaciones en la violencia, siendo las principales víctimas aquellos con menos poder: mujeres, niñas/os y adolescentes.



1.2 El objetivo de la guía

En este contexto adverso para la equidad entre los géneros el PUNTO AL QUE QUEREMOS LLEGAR ES:

- Hombres más conscientes de su realidad, de sus privilegios de género, pero también de sus pérdidas, incluyendo las dificultades de los hombres para expresar sus emociones producto de los mandatos de género.
- Mujeres más conscientes de sus derechos y participando activamente en la comunidad desde un rol protagónico.
- Hombres más conscientes de los efectos negativos que su manera de ser tiene en los demás y en ellos mismos.
- Mujeres con mayor autonomía física, económica y política.
- Hombres más conscientes de su ejercicio de violencia y de la violencia sufrida asumiendo nuevas concepciones y prácticas.
- Mujeres más conscientes de la violencia sufrida.
- Hombres comprometidos con la equidad y aliados de las mujeres.
- Relaciones de género justas y equitativas basadas en la corresponsabilidad de los hombres.
- Mujeres y hombres comprometidos con la equidad y el derecho a vivir libres de violencia.

1.3 ¿A quién está dirigida la guía?

La “Guía metodológica para la implementación de procesos de equidad de género” está dirigida a hombres y mujeres que facilitan procesos de reflexión en los que participan mujeres y hombres de zonas rurales. Su finalidad es generar relaciones de género más justas y equitativas a partir de la transformación de las identidades masculinas y femeninas basadas en los modelos tradicionales de la identidad de género.

Está dirigida a personas con motivación y compromiso en la constitución de espacios de cuestionamiento del sistema patriarcal y en la superación de las concepciones y prácticas sexistas.

En síntesis, está dirigida a hombres y mujeres facilitadores/as de procesos de género en comunidades rurales. Su propósito es la transformación de la realidad de violencia y desigualdad de género.



1.4 Organización de la Guía

Esta guía metodológica pretende ser un aporte para las personas y organizaciones que creen en la necesidad de que todas y todos participemos en la toma de decisiones que afectan nuestras vidas. Presentamos instrumentos que han sido de utilidad a nuestra organización y a otras organizaciones en los procesos de acompañamiento para implementar y desarrollar la participación consciente de las personas. No son recetas, son aprendizajes que pueden ayudarnos si los reconocemos creativamente.

La guía está articulada en las siguientes secciones:

1. Introducción y presentación con un planteamiento general de la metodología que se propone.
2. Reflexión y recomendaciones sobre el uso de las técnicas en el marco de la Concepción Metodológica de la Educación Popular.
3. Organización de seis temas y un glosario para que cada facilitador/a pueda articular procesos de acompañamiento a partir de su propia realidad.

1.5 ¿Cómo utilizar esta guía?

Los contenidos están agrupados por temas. La propuesta es que cada una de las personas o equipos que faciliten un proceso concreto, puedan escoger uno u otro tema según las necesidades reales del grupo con el que trabajan y el entorno local en que lo hacen. Queremos evitar, en lo posible, la tentación de la receta. Lo importante son los procesos, no son las técnicas, ni siquiera articuladas en un determinado orden; son las personas creciendo desde su interior y manifestando ese crecimiento con su participación en la información compartida, en el análisis individual de su realidad y el análisis elaborado colectivamente, y sobre todo en su participación en las decisiones que cada persona y el grupo tomen para transformar la realidad en la que viven.

Esto es lo que intentamos entregar: un instrumento para apoyar los procesos personales y colectivos para que las personas, asumiendo su rol de protagonistas, analicen su realidad, propongan estrategias, tácticas, objetivos, metas, ... y transformen su realidad personal y social.





2. EL PRIMER CONTACTO CON LA COMUNIDAD

El proceso en una comunidad no inicia con el taller, el video foro, teatro foro o cualquiera de las técnicas elegidas. El proceso de reflexión inicia desde la entrada del equipo de facilitación a la comunidad, inicia desde el primer contacto. Esta primera interacción será fundamental para determinar el éxito del proceso de aprendizaje.

En este primer contacto es importante una reflexión previa y la definición de acciones para motivar la participación comprometida de hombres y mujeres. La reflexión alrededor de las siguientes preguntas puede aportar insumos interesantes: ¿Cómo motivar la participación comprometida? ¿Cómo generar entusiasmo? ¿Quiénes serán nuestros aliados y aliadas en la comunidad? ¿Por dónde entrar para plantear la propuesta? ¿Será conveniente utilizar un lenguaje directo en nuestros planteamientos?

Para contestar estas preguntas es muy importante considerar las siguientes condiciones:

- a) *¿Es una comunidad donde ha habido un trabajo previo con otras organizaciones o instituciones, o es la primera vez?* Si ya hubo un trabajo previo es preciso conocer cómo fue la experiencia, qué ideas y emociones generó en la comunidad. En ese sentido, si la experiencia no fue exitosa, habrá que deconstruir esas ideas. Cabe preguntarse de forma específica si ha habido algún proceso de reflexión sobre el tema de género, hasta dónde se ha llegado y cuál ha sido la apertura de la gente o su nivel de resistencia con respecto al tema.
- b) *¿Existen personas y organizaciones con reconocimiento social que puedan ser aliadas?* Será importante conocer quiénes trabajan o han trabajado en esa comunidad y cuál ha sido su enfoque. Un mapeo previo de actores/as y entrevistas a actores/as claves puede arrojar información interesante al respecto.
- c) *¿Es conveniente conocer la realidad de la comunidad más allá de los intereses y objetivos del facilitador o facilitadora?* Analizar la realidad de la comunidad permitirá no solo prepararse mejor, sino, sobre todo, generar un ambiente de confianza y alianza. Demostrar un interés auténtico en los problemas de esa comunidad puede inclusive derribar las resistencias que puedan existir en la misma.
- d) *Sin embargo, siempre es importante dejar claro el objetivo y rol de la facilitación para no generar falsas expectativas.* Para ello conocer las principales problemáticas y sueños de las personas puede ser un buen punto de partida. Un diagnóstico rápido puede arrojar información interesante. El facilitador o facilitadora no puede perder de vista que su principal objetivo es propiciar que las personas de la comunidad desarrollen y fortalezcan sus propias capacidades para que las mismas no dependan de la institución u organización que ejecuta el proyecto.



- e) *¿Cuáles son los niveles de auto gestión comunitaria?* Es importante saber qué tanto la comunidad está organizada, qué nivel de empoderamiento tiene en la auto-gestión de sus problemáticas. Una herramienta útil en los proyectos para determinar lo anterior es la técnica de “la escalera de participación”, la cual permite reflexionar sobre el nivel de participación. Esta escalera tiene ocho peldaños, siendo el nivel más bajo la falta total de participación significativa, al subir la escalera el papel de la población en los proyectos se vuelve participativo de forma gradual.
- f) *¿Cuáles son las condiciones de infraestructura de la comunidad?* Saber si se cuenta con un local adecuado, agua y energía eléctrica es una información importante para conocer de previo la factibilidad de algunas técnicas. Cuando se cuente con recursos para refrigerios y alimentación, saber si existe quién pueda proveer estos servicios o si habrá que llevarlos, lo que permitirá menos distracción durante el desarrollo del taller, ya que los aspectos logísticos pueden resultar desgastantes.
- g) *¿Qué aportes puede hacer la comunidad al proceso?* El último, pero no menos importante, es identificar los aportes de la comunidad, que de concretarse permitirían alcanzar un mayor nivel de compromiso por parte de los y las participantes.

Es imprescindible que la persona que facilita el proceso comprenda qué es una comunidad rural. Al respecto, Joao Bosco Pinto¹ hace una interesante conceptualización que considera los valores comunes, normas, prácticas e ideologías como un importante punto de partida a considerar al entrar en una comunidad rural.

Según Pinto el concepto de comunidad más utilizado es aquel que la entiende como un grupo humano que habita en un lugar geográficamente señalado por un nombre, con el cual se identifica; este grupo humano tiene objetivos (cultura) y fines más o menos comunes, tiene un cierto sentido de solidaridad y ejecuta ciertas acciones comunes para el logro de aquellos objetivos. La convivencia diaria llega a formar percepciones compartidas, valores y normas, generalmente aceptadas por los miembros de la comunidad rural.

¹ Tomado del ensayo: un caso típico del trabajo de extensión o de promoción, resultado de un proceso de recreación colectiva de conocimientos. En base a un trabajo de JOAO BOSCO PINTO reformando, adaptando y recreado por el equipo metodológico de CANTERA.



Una vez que se cuenta con la información suficiente sobre la comunidad y especialmente aquella referida a su experiencia en el trabajo de género, es preciso tejer los lazos que permitan desarrollar nuestro plan de acción o capacitación. Es necesario entonces, el apoyo de los grupos sociales o referentes comunitarios ya presentes para que su acción no quede limitada a influenciar personas aisladas, sino a personas que puedan influenciar a otras.

Esta etapa de información sobre la propuesta se puede lograr a través de varios mecanismos:

1. *La organización de grupos de hombres, mujeres y jóvenes*, a través de la cual, por la misma acción de los grupos, es más fácil producir el cambio de actitudes y valores, y elevar aspiraciones y motivaciones.
2. *Las relaciones interpersonales*, utilizando la visita a la finca o a la casa, busca sensibilizar a la gente de la necesidad de participar en el proceso de formación. Este mismo mecanismo puede utilizarse para acompañar el proceso de cambio.
3. No obstante, lo más importante es *hacer “clic” con la comunidad*, ello significa encontrar el punto de interés y motivación colectiva. Es fundamental que las personas sientan suya la propuesta, que la asuman como propia, por eso la importancia de construir juntas y juntos el plan, y para ello se necesita partir de un punto de interés común. Si se percibe la propuesta como algo impuesto, el proceso que se desarrollará no será genuino.

Por ejemplo, dada la resistencia que los hombres tienen al tema, un buen punto de entrada puede ser el deporte. El patrocinio de una liga de béisbol o de fútbol en los más jóvenes puede ser el puente que nos permita avanzar al proceso de reflexión.

En el caso de las mujeres, una puerta de entrada es a través de la problemática del agua, la cual en las comunidades rurales es asumida generalmente por las mujeres. En este caso, en reuniones o espacios de reflexión donde se discuta el tema, se puede abrir el diálogo a otras dimensiones como la de género. Una vez movilizada y motivada la comunidad, el proceso puede avanzar.





3. ANTES DE LA FACILITACIÓN

“Descubrí que nadie enseña nada a nadie, la gente ayuda a las personas a aprender...”

Paulo Freire

Paulo Freire planteó una nueva forma de aprendizaje a través de la cual todas las personas aprendemos de todos y todas. Sin embargo, ello no es absoluto e implica para el facilitador y/o facilitadora un nivel de responsabilidad y preparación previa que permita “facilitar” el proceso y que finalmente les lleve a generar nuevos conocimientos y prácticas.

A continuación algunos elementos esenciales que debemos considerar...

3.1 La facilitación de procesos de género desde el enfoque de la educación popular

EN **PRIMER LUGAR** es vital **creer en lo que hacemos**, creer en la posibilidad de nuevas relaciones de género justas y equitativas. Es decir, vivir un proceso interno de cuestionamiento de nuestra realidad. De lo contrario tendremos a lo sumo un bonito discurso, pero carente de vinculación con nuestra vida. La coherencia entre lo que decimos, hacemos y pensamos es de suma relevancia.

EN **SEGUNDO LUGAR**, es muy importante **manejar elementos básicos de la teoría de género**: Sistema sexo-género, roles de género, poder, violencia de género, machismo, patriarcado, masculinidad. Pero sobre todo, tener claridad de cómo el modelo patriarcal impide la existencia de relaciones equitativas entre hombres y mujeres.



EN **TERCER LUGAR**, **dominar aspectos básicos de la educación popular**, especialmente de su importancia política para la transformación de la realidad. Por su relevancia señalamos algunos aspectos básicos del enfoque metodológico de la educación popular, íntimamente vinculada a los aportes de Paulo Freire:

1. Pedagogía volcada a la práctica, volcada a la acción transformadora, lo que implica el **RECHAZO A LA IDEA DE NEUTRALIDAD**. En el tema de género debemos estar conscientes de que este sistema machista violenta los derechos humanos de las mujeres. En esto no puede haber neutralidad posible.
2. Pedagogía basada en la **ÉTICA**, pues tal y como expresaba el Padre Fernando Cardenal: “Siempre habrá alguna jerarquía de valores en cualquier acto educativo profundo; siempre habrá una persona humana que está transmitiendo valores. Esto se da en la educación formal y en la no formal, en todo acto educativo”.
3. El **CAMBIO** es el punto de salida y de llegada. La metodología parte de la idea, de la posibilidad de transformar la realidad, pero iniciando con la transformación personal.
4. Da cabida a una mejor lectura del contexto de la persona. Se opone a la visión fatalista que presenta la realidad como terminada (“las cosas son así, siempre han sido así”). Propone ante dicha posición la esperanza en una **UTOPIA TRANSFORMADORA Y POSIBLE** de alcanzar.
5. Destaca la solidaridad, la autonomía y el reconocimiento de la diversidad. Se inclina hacia una construcción democrática, una práctica educativa democrática que respete profundamente la **DIVERSIDAD CULTURAL, LA EXISTENCIA DEL OTRO Y LA OTRA, EL RESPETO A LAS DIFERENCIAS**. Como diría el subcomandante Zapatista Marcos, apunta a un mundo donde alcancemos todas y todos.
6. El diálogo y el conflicto son factores constitutivos de un proceso de construcción democrática. Transformar **EL CONFLICTO EN UN ESPACIO DE RECONOCIMIENTO** recíproco de confrontación, pero también de negociación.
7. **PROCESO DE CONSTRUCCIÓN** de una ciudadanía activa. En la educación popular las personas son el centro del debate, pero no como sujetos/as de estudio, sino como protagonistas del proceso.
8. Estimula en toda la práctica educativa el gusto por la curiosidad. La curiosidad como el motor fundamental del proceso de construcción de conocimiento. Un conocimiento que nunca está acabado y que se construye colectivamente. La pregunta es un elemento central, siendo fundamental para un educador que pretende generar un proceso de construcción colectiva de conocimiento: **SABER PREGUNTAR**, estimular el hábito de preguntar sobre la realidad será determinante para el proceso de aprendizaje.



La propuesta de la concepción metodológica de la educación popular apunta a una educación basada en procesos. Este modelo se centra en las personas y pone énfasis en la transformación de la realidad, por lo que también se le llama “educación liberadora” o “transformadora”. Tiene su base en la reflexión y acción. Ya no se trata, pues, de una educación para informar sino que busca **formar**; su objetivo es que las personas piensen y que ese pensar las lleve a actuar para **transformar** su realidad.

No es una educación individual, sino también **GRUPAL**, comunitaria. Nadie se educa “por su cuenta”, sino a través de la experiencia compartida, de la inter-relación con las demás personas. *“El grupo es la célula educativa básica”* (Freire).

El eje aquí no es quien enseña, sino el grupo educando. El educador/la educadora está ahí para estimular, para **FACILITAR** el proceso de búsqueda, para problematizar, para hacer preguntas, para escuchar, para ayudar al grupo a que se exprese y aportarle la información que necesita para que avance en el proceso.

Este tipo de educación exalta los valores comunitarios, la solidaridad, la cooperación; exalta asimismo la creatividad, el valor y la capacidad potencial de todo individuo. Si la educación es un proceso, es un proceso permanente. No se limita a unos momentos en la vida, a unas instancias educativas, a un curso escolar de equis meses. La educación se hace en la vida, en la praxis reflexionada.

3.2 Perfil de la facilitadora o facilitador

Previo a plantear algunas características de un facilitador o facilitadora es preciso definir quién es el/la facilitador(a): “se define como una persona que facilita y conduce procesos de aprendizaje sobre distintas temáticas, construyéndolas en conjunto con los y las participantes, partiendo de sus experiencias vivenciales y de los diferentes contextos a fin de reflexionar y cuestionar la propia realidad, identificando elementos generadores de desigualdad, inequidad e injusticia y generando el compromiso individual y colectivo de incidir en la transformación de esa realidad mediante acciones que tengan impacto y que ofrezcan la posibilidad de generar cambios²”.



La facilitación debe poseer las siguientes características:

- Estar sensibilizada y comprometida con el tema.
- Ser coherente, no solo a nivel de discurso, sino sobre todo en su práctica de vida.
- Saber preguntar (“pedagogía de la pregunta”)
- Dominar los aspectos básicos de la temática y el contexto.
- Ser dinámica y creativa.
- Tener dominio básico de la concepción metodológica de la educación popular.
- Ser capaz de generar un ambiente de confianza propicio para la reflexión. Nunca debe caer en los señalamientos personales.
- Ser capaz de partir de la vivencia y la práctica de las personas, evitar los discursos.
- Ser capaz de construir consensos colectivamente, pero resaltar las diferencias.
- Ser capaz de hacer síntesis, que más allá de repetir ideas resalta aquellas ideas fuerza, los consensos, los disensos y las interrogantes por responder.
- Respetar las ideas de las demás personas.
- Ser clara, precisa y humilde. La facilitación NO debe imponer su criterio.

Sería conveniente, aunque no indispensable, que la facilitación domine diferentes herramientas metodológicas tales como: técnicas lúdicas, técnicas de la educación biocéntrica (biodanza), técnicas de visualización guiada entre otras.

Objetivos de la facilitación:

- Facilitar la interacción entre todas las personas involucradas.
- Fortalecer la identidad y la autonomía.
- Estimular las capacidades individuales.
- Estimular un ambiente en el que cada persona sienta que aprende formas de relacionarse y conocerse que le permiten incrementar su poder de decisión.
- Estimular la participación de las y los participantes dirigida más que a la búsqueda de respuestas, a las preguntas y cuestionamientos de su realidad.



3.3 El diseño metodológico

El diseño metodológico es una pieza clave para la facilitación. El mismo da orden y sentido lógico al proceso educativo. De ahí que tenerlo listo días previos a la implementación del método a utilizar es conveniente. En este caso el método que elegiremos es el taller, de ahí que las pautas metodológicas brindadas responderán al diseño de un taller.

Pero, ¿qué es un taller?³

Uno de los métodos utilizados en educación popular es el taller. Todas/os hacemos talleres. A veces hacemos una charla o una conferencia, pero decimos que hacemos talleres. Está de moda. En educación popular utilizamos técnicas para facilitar la participación de las personas que comparten el proceso educativo, pero no es el uso de técnicas lo que define un proceso de educación popular. Son las relaciones que se establecen las que definen si estamos haciendo educación popular, si estamos haciendo educación bancaria, o educación con énfasis en los procesos de las personas.

Un taller es un espacio donde un grupo de personas produce, crea o recrea algo a partir de ciertos insumos o de ciertos materiales. Puede ser un taller de ebanistería, de mecánica, de electricidad, de cerámica, etc. Hay talleres en los que sólo se reproduce el modelo de un original, se hacen copias. Pero también hay talleres donde se crea, se hacen innovaciones, o se adapta aquello que tenía determinado uso, para otro uso.

En educación popular, un taller lo entendemos como un espacio de creación, de re-creación, de innovación de actitudes, conocimientos y/o acciones, etc. Y todo esto, hecho por el colectivo de las personas participantes en el taller.

Por eso, un taller de educación popular en el que participamos, no es adecuado reproducirlo exactamente a como lo recibimos. Lo lógico, dentro de esta concepción metodológica, es adaptarlo, recrearlo a partir de las distintas condiciones y participantes diferentes con quienes queremos volver a trabajar el tema.

En caso de que decidamos volver a usar el mismo diseño, debemos tener claro que los productos seguramente tendrán diferencias con los del primer taller, porque las personas participantes son distintas, o sus condiciones de vida son distintas o ambas condiciones son diferentes.

³ El presente eje temático es un resumen del texto: La Educación Popular y Educación Formal del Libro no publicado: Las enseñanzas y los aprendizajes con la Dra. Charlotte Blanche, de González Palencia, Ramón.



Un taller de educación popular no es para explicar y convencer a un grupo de qué debe pensar o qué debe hacer. Es para descubrir, o redescubrir conjuntamente qué pensar y cómo actuar ante la realidad que vivimos y que queremos transformar. Incluye a todas las personas, tanto a facilitadores/as como a participantes, porque no podemos olvidar que somos sujetas de nuestros procesos personales de aprendizaje, aunque tengamos distintos roles en cada una de las situaciones educativas.

El diseño del taller lo puede plantear la facilitación (es parte de su aporte), pero el producto del taller es responsabilidad de todas las personas involucradas en el proceso. Los conocimientos que se generan de un taller son un producto colectivo. Unos los aportan los/las participantes, otros los/as facilitadores/as y otros pueden ser conocimientos de personas que no participan en el taller (documentos, bibliografía, videos, etc.), pero todos esos conocimientos son insumos para crear nuevos conocimiento, o para reordenarlos en función de la propia realidad que viven sus protagonistas y con la visión que de esa realidad tienen.

Por tanto, los momentos más importantes del taller no pueden ser los momentos en que se entregan conocimientos sino los momentos en que se crean o se recrean. Por eso el taller no se estructura a través de espacios de estudio para memorización, sino fundamentalmente a través de espacios de reflexión y discusión para superar en grupo los conocimientos individuales.

Por eso mismo, las técnicas que se usen en un taller tampoco son para convencer al auditorio de mi mensaje y de mi verdad, sino para facilitar que el grupo pueda sacar, externar, su pensamiento y su práctica alrededor del tema, para articularlo, cuestionarlo con los conocimientos y prácticas de las otras personas del grupo e integrar y desarrollar nuevos conocimientos, que serán personales (cada persona los integra de diversa manera a su vida) y a la vez serán colectivos, ya que nacieron en un proceso colectivo de teorización.

Así pues, partiendo de los objetivos que se pretenden lograr con las personas concretas participantes que viven una determinada realidad, se estructura el taller de manera que favorezca la participación de todos y de todas en el análisis de la información y en la generación de nuevos conocimientos.



3.4 Ejemplo de Diseño Metodológico

A continuación un ejemplo de diseño, pero reducido al desarrollo de una actividad de aprendizaje en un proceso de carácter mixto.

Tema	Contenido	Objetivos	Técnica o procedimiento	Duración	Materiales	Responsable
Relaciones justas entre hombres y mujeres en la comunidad	Mi proyecto personal y comunitario para alcanzar la equidad de género	Identificar obstáculos y fortalezas para lograr la equidad de género en mi hogar y en la comunidad	1. Ejercicio de prospección Cómo soñamos nuestras relaciones de género en dos años.	40 minutos	Música suave de fondo Guión del ejercicio	Paulo y Dora
			2. Plenaria Compartir los sueños	30 minutos	Papelógrafo	
			3. FODA Se explica cómo usar una matriz elaborada para la reflexión individual sobre Fortalezas, Obstáculos, Debilidades y Amenazas para la equidad de género.	35 minutos	Matriz	Ana y Claudio
			4. Grupos Compartir los FODAs individuales y crear un FODA colectivo	40 minutos	Papelógrafos Marcadores Masking tape	
			5. Plenaria Exposiciones por grupo. Síntesis del proceso.	1 hora		



3.5 Otros aspectos a tomar en cuenta

En el ejemplo se desarrollan ideas sobre los aprendizajes de un proceso o una actividad concreta. El punto de partida son las concepciones generales. No obstante, el énfasis también puede estar en las concepciones personales y/o familiares.

- Se parte de una actividad personal, pero puede también partirse de una plenaria. Es recomendable siempre propiciar un espacio previo de reflexión individual, para ello pueden usarse diferentes técnicas: el dibujo, una visualización, o un breve espacio de reflexión alrededor de una pregunta o un eje temático.
- La reflexión puede realizarse a través del uso de tarjetas de colores en las que en cada una de ellas se escriben los aprendizajes y pistas de cambio para cada ámbito de la realidad.
- También se puede utilizar el “Mapa Mental” o la lluvia de ideas en la que los y las participantes comparten sus ideas alrededor de las pistas de cambio.
- Se podría también usar en un video corto o testimonial para incentivar la reflexión.

Podríamos seguir planteando diferentes métodos para desarrollar la reflexión. Ello depende del grupo, del contexto y de las posibilidades reales. Es decir, no sería viable el uso del video foro si en la comunidad se carece de luz eléctrica. El punto aquí es abrir los sentidos a las diferentes maneras en que puede desarrollarse la reflexión.

3.6 El uso de láminas y videos

En las comunidades rurales el aporte de los videos, en especial aquellos con enfoque rural, son importantes para la reflexión, sobre todo los más cercanos a la realidad nicaragüense. Existen esfuerzos interesantes en ese sentido, por ejemplo, “Loma Verde” es el título de una telenovela que se desarrolla en el ámbito rural, producida por *Alba films y Luciérnaga*. Está compuesta de 10 capítulos que abordan diferentes temáticas como violencia de género, ruta de la denuncia, derechos sexuales y reproductivos, VIH y sida, entre otros, y es una herramienta sumamente útil para la reflexión.

Asimismo, videos como: “Ya no más” de *Luciérnaga*, o de carácter testimonial como “Cambiando vidas” de *La Lupa/Trocaire* (historias de hombres rurales en procesos de género) son esfuerzos audiovisuales de suma relevancia para el proceso de aprendizaje. No se pueden omitir distintas obras teatrales nicaragüenses grabadas en video, obras como aquellas del grupo “Las Hijas de la Luna” o de grupos de teatro conformados por jóvenes de organizaciones como CANTERA, los cuales han grabado obras sobre violencia de género y abuso sexual. Se recomienda el uso de videos con tramas sencillas, de ser posible, con enfoque rural y con mensajes simples y contundentes.

Como complemento a la presentación de estos materiales, el uso de láminas sobre estereotipos de género o de nuevas prácticas de género (en positivo), constituye un elemento invaluable para la reflexión.



Ejemplos⁴:



3.7 Tener un Plan B

Siempre es conveniente contar con un “Plan B”, es decir, imaginar diferentes nudos en el desarrollo del taller, así como diferentes salidas que sean prácticas y posibles. Por ejemplo, en caso de que no lleguen las suficientes personas previstas para el desarrollo de las actividades, quizás lo más adecuado sea sustituir el taller por una charla educativa. Ello implica la preparación previa y adicional de los ejes temáticos y eventualmente la elaboración de una presentación en PowerPoint o láminas que aporten a un desarrollo exitoso del proceso. Para el desarrollo del taller o para los diferentes planes emergentes, siempre se debe considerar si las condiciones de la comunidad permiten su puesta en práctica, por ejemplo, si el taller se desarrolla al aire libre, lo más conveniente es realizar una dinámica educativa de apoyo y no una presentación en PowerPoint.

El Diseño no es una camisa de fuerza, tampoco las técnicas que lo configuran. Su adaptación es siempre posible e imprescindible, ello dependerá del grupo y de nuestras capacidades para repensar y recrear la metodología. Sin embargo, es importante no caer en la improvisación, pues puede afectar la coherencia lógica del diseño y el logro de los objetivos propuestos.

⁴ Ejemplos tomados del kits metodológico: pautas para facilitadores de talleres de masculinidad en América Central. Así Aprendimos a Ser Hombres/Álvaro Campos Guadamuz, 1º ed. San José Costa Rica: Oficina de Seguimiento y Asesoría de proyectos OSA, S.C., 2007.





4. TÉCNICAS PARTICIPATIVAS Y EDUCACIÓN POPULAR

...hay quien se pasa la vida entera leyendo sin conseguir nunca ir más allá de la lectura, se quedan pegados a la página, no entienden que las palabras son sólo piedras puestas atravesando la corriente de un río, si están allí es para que podamos llegar a la otra margen, la otra margen es lo que importa, ...

José Saramago, "La caverna".

Presentamos esta guía bajo la forma de temas articulados, cada uno alrededor de una técnica para facilitar la reflexión colectiva. Por esta razón queremos recordar algunas ideas planteadas al inicio sobre las técnicas en el contexto de la educación popular.

Las técnicas en educación popular no son para convencer con más facilidad a las personas, no son para hacer más digerible el mensaje que "yo les traigo". No es el uso de técnicas lo que define un proceso como de educación popular. Podemos utilizar lo que acostumbramos a llamar "técnicas" y estar manipulando la participación para que el grupo concuerde con mi discurso.

Las técnicas son herramientas, incluso necesarias, pero lo que define si es o no educación popular son sobre todo las relaciones que desarrollemos en el grupo, de manera que todas las personas participemos en el proceso colectivo de educación/ aprendizaje.

Las técnicas en educación popular son para facilitar la construcción personal y colectiva de nuevos conocimientos y nuevas prácticas, a partir de las concepciones y de la práctica que cada persona o cada grupo tiene.

Las técnicas y dinámicas grupales ayudan de modo especial para que personas, grupos y comunidades:

- entren en contacto subjetivo y objetivo con su realidad, la realidad de las personas y de los ambientes.
- cuestionen dichas realidades, ya sea tal como se presentan, o en su desarrollo.
- desencadenen un auténtico proceso de aprendizaje, mucho más existencial y colectivo.



Así es como aprendemos: en contacto con las personas, con el mundo exterior; así aprendemos más y con más rapidez que en un ambiente de transmisión de conocimientos en la escuela, en clases o con manuales. Porque la enseñanza no es lo que una persona dice desconectado de su vida, *la enseñanza es la persona*.

Los encuentros humanos están llenos de energía y de informaciones diversas, insistentes y simultáneas. Esas informaciones hay que captarlas, clasificarlas, integrarlas en el mundo conceptual y afectivo de cada persona. Porque la emoción, el sentimiento, la vivencia es otro modo de aprender en relación directa con la realidad...

- más que observar la realidad es vivir la realidad.
- cada vez está más claro que es imposible ligar la educación y el aprendizaje.
- sólo a la memorización. Esta tiene su valor, pero colocada como proceso básico de aprendizaje, provoca atraso de la inteligencia. El desafío es el proceso didáctico para el desarrollo intelectual.
- a la metodología de la competencia y competición. Las personas nos complementamos y multiplicamos nuestras capacidades cuando actuamos en cooperación solidaria.

Cuanto menos hábitos intelectuales fijos y cuanto más capacidad de adaptación a las nuevas situaciones desarrollemos, las personas estaremos mejor preparadas para participar activamente en la vida. Compartir desde dinámicas integradas a la vida, puede proporcionar la alegría de aprender a partir de cualquier persona y de cualquier situación en que estemos.

Es cierto que toda dinámica es un mero método y como tal debe ser tomada. Ella no tiene nada de milagroso, sólo puede hacer más rápido y más libre un proceso de relaciones auténticas.

Un auténtico proceso de educación popular no puede terminar en el individuo y su grupo, sino que debe alcanzar la misma realidad social global, cuestionándola y buscando transformarla en función de la realización de todas las personas y de cada persona completamente. Entonces, una dinámica de grupo completa debe abrir los grupos hacia todo el conjunto de la vida y no cerrarlos hacia lo interno del mismo grupo.



La dinámica no es (aunque en ciertos casos lo sea por su orientación concreta, por mal uso, por inhabilidad del equipo de facilitación, o por instrumentalización del mismo) un instrumento de dominación cultural, ni anestesia de las potencialidades críticas de las personas, desviándolas para un ineficaz reformismo de las instituciones. Al contrario, la dinámica es un ejercicio liberador...

- que ayuda a las personas a superar sus bloqueos, sus barreras, sus miedos.
- que les facilita la integración en los grupos, de modo consciente, efectivo y crítico.
- que no se contenta con mejorar las relaciones de las personas, sino que cuestiona objetivos, ideales, métodos, proyectos, tácticas, etc.
- que a corto o largo plazo pide una cosmovisión, una práctica existencial y colectiva.
- que intenta crear una sociedad y una historia nueva, más humana y humanizante.

Siempre que se usen dinámicas se debe tener en cuenta...

- a las personas en su realidad individual: el reconocimiento de mi realidad personal, familiar concreta, es el primer paso para comprenderme como miembro de una sociedad, como ser social, pero también como persona libre y creadora de una sociedad.
- a la comunidad o cooperativa o grupo concreto con quien se trabajará.
- la realidad socio política, económica, cultural... (sus valores, ambigüedades, aspiraciones, etc.)

4.1 Elementos a tomar en cuenta en la utilización de las técnicas

Para que la aplicación de una técnica sea efectiva en su sentido pedagógico, es imprescindible que el equipo de facilitación:

1. Antes de escoger la técnica se haya contestado las siguientes preguntas claramente:

- ¿Qué tema vamos a trabajar?
- ¿Cuál es el objetivo que se quiere lograr? (¿Para qué?)
- ¿Con quiénes se va a trabajar? (características de las personas participantes)

Cuando elegimos una técnica debemos tener claro qué objetivo queremos lograr con ella.



Por lo tanto, las dinámicas deben ser seleccionadas en función de los objetivos que se desee alcanzar y su elección debe responder a un programa ordenado, en el que cada dinámica y cada actividad tenga su momento adecuado y su lugar correspondiente para profundizar.

2. Una vez contestadas esas tres preguntas, debemos plantearnos qué técnica es la más adecuada para tratar ese tema, para lograr esos objetivos propuestos con esos participantes específicos. Hay que tener cuidado de no usar una dinámica de grupo de cualquier manera o dirigida por personas inexpertas. No se puede jugar con las personas, ni dar la impresión de que se está experimentando con ellas. Debemos dedicar el tiempo necesario a prepararla por muy sencilla que nos parezca. Prepararla bien es un signo de respeto a las personas con quienes vamos a compartirla.

Debemos tener en cuenta el nivel en que se halla el grupo con el que vamos a usar las dinámicas. No todos los ejercicios se pueden realizar en cualquier grupo, pues el éxito de algunos depende de la madurez del mismo grupo.

*Toda técnica debemos:
conocerla bien,
saberla utilizar en el momento oportuno
y saberla conducir correctamente.*

3. Un tercer paso que todo facilitador o facilitadora debe precisar una vez resueltos los otros dos, es cómo va a implementar la técnica: detallar el procedimiento que va a seguir en su aplicación. Debemos asegurar que todas y cada una de las personas participantes comprendan cabalmente en qué consiste cada ejercicio y las reglas del juego, luego verificar que las orientaciones fueron entendidas por todas las personas en relación a “qué vamos a hacer” y “cómo lo vamos a hacer”.

No debemos descalificar los aportes de nadie, más bien escuchar a cada persona, y escuchar no sólo lo que dice materialmente, sino también lo que quiere decir, lo que intenta expresar, y valorar la experiencia de quien hace ese aporte. Descalificar su aporte, es descalificar a esa persona. Jamás debe forzarse a una persona a participar mas allá de lo que ella desea.

Una vez precisado esto, es importante calcular y ajustar el procedimiento de acuerdo al tiempo disponible. Debemos dar el tiempo necesario y suficiente para la realización del ejercicio. No hacerlo precipitadamente.

*Es importante saber ubicar las características
particulares de cada técnica:
sus posibilidades y límites.*



4. Un elemento imprescindible es que la facilitación conozca el tema que se está tratando, para poder conducir correctamente el proceso de formación y enriquecerlo con todos los elementos que surjan de la participación de la gente.

*Una sola técnica por lo general,
no es suficiente para trabajar un tema.*

Finalmente, siempre hay que hacer la evaluación con el grupo sobre el ejercicio que se ha empleado. Debemos estar convencidas/os de que las dinámicas son medios y no fines. Por consiguiente, no hay que abusar de ellas ni hay que absolutizarlas. Recordemos que las dinámicas son necesarias, pero no son lo único ni lo más importante, lo importante son los procesos de las personas y del grupo.

*Las técnicas deben ponerse al alcance de todas las personas
para que puedan utilizarlas creativamente.*

5. PAUTAS PARA LA FACILITACIÓN

5.1 Antes del taller

Verificación de las condiciones logísticas: Es muy importante tener información sobre el lugar donde se realizará la capacitación, ello evitará cambios en el desarrollo de las actividades de aprendizaje; conocer las condiciones del local: ventilación, luminosidad, acceso a agua potable y energía eléctrica. Si bien la falta de condiciones no es determinante del proceso educativo será un elemento que condicionará el éxito de cada técnica.

Revisión de diseño de taller y verificación de requerimientos: El equipo de facilitación deberá revisar el objetivo de cada etapa del proceso, las actividades propuestas y distribuirse responsabilidades en su ejecución. No es conveniente la segmentación del diseño, pero tampoco lo es dejarlo demasiado abierto. Aunque su desarrollo efectivo y eficiente es una responsabilidad de todo el equipo, la distribución de responsabilidades es una manera de asegurar ese objetivo.



Lecturas de apoyo para la reflexión: Será de mucha importancia la preparación de un material de apoyo que complemente las reflexiones generadas a partir de las actividades propuestas en el diseño, por ejemplo, si el tema es “Poder y Violencia”, será necesaria la preparación de un material que explique aspectos básicos del mismo tema. Este material, no solo debe versar sobre aspectos teóricos, sino también de vivencias y testimonios de otros grupos de mujeres y hombres. Es recomendable en el caso de las zonas rurales preparar un material con un lenguaje sencillo, es decir, una versión más popular y amigable, adaptada al lenguaje local. Es importante además encontrar fuentes actuales y por respeto al autor/a, citar siempre las fuentes es un acto de ética.

Preparación de material didáctico: con diseño en mano es conveniente pasar revista del material didáctico necesario para el desarrollo del taller.

5.2 Durante el taller

Crear un ambiente de confianza: Es de suma importancia crear un ambiente de confianza que permita el encuentro entre los y las participantes. Para ello será necesario crear normas de convivencia que garanticen, además de la participación respetuosa, democrática y asertiva, la confidencialidad. En la medida que éstos confíen en el espacio de encuentro, en esa medida saldrán los temores y el auténtico discurso sobre el tema, es decir, lo que en verdad piensan y sienten en relación a su vivencia como hombres o mujeres.

Atención a las/os participantes: El equipo de facilitación debe estar atento a las dudas e incomodidades que se van generando durante el taller, en el pasillo (el corredor), el almuerzo, el refrigerio, etc. El compartir de las y los participantes al terminar la jornada arrojará elementos muy interesantes para saber cómo se sienten. En procesos con duración de más de un día es conveniente crear *comisiones* que den seguimiento a esta situación. No se debe perder de vista que hay temas tabú que pueden generar incomodidades que no siempre se van a manifestar durante el taller. Esta incomodidad mal manejada puede ser un obstáculo que impida a algún/a participante avanzar en su proceso y que incida en el ánimo de todo el grupo.

Revisión diaria del diseño y logro de objetivos: En caso de talleres con una duración de varios días es conveniente la revisión del diseño al finalizar las jornadas diarias para monitorear la reacción de las y los participantes y el logro de los objetivos, lo que permitirá plantear posibles cambios.

Participación protagónica de las y los participantes: Es importante involucrar a las/os participantes en el desarrollo del taller, mediante la facilitación de algunos espacios, no solo los lúdicos (normalmente se les pide que realicen una dinámica de animación para salir del aburrimiento y/o recuperar energías), sino en técnicas con contenido y con vinculación al tema de reflexión. Es impresionante lo que algunas/os participantes pueden aportar en ese sentido.



Reflexión y compromiso: En todo momento del taller se debe promover la reflexión crítica, no obstante al final de cada bloque se debe ir configurando un ambiente propicio para el compromiso personal. Al finalizar el taller cada participante debe estar preparado para comprometerse con el cambio. Es este espacio el que permitirá monitorear los cambios de los/as participantes durante las sesiones o talleres posteriores.

La evaluación: Este es un espacio imprescindible del proceso de aprendizaje, pues arrojará insumos que permitirán mejorar el diseño, repensarlo y revalorar las expectativas de todas las personas involucradas. Si es posible hacerla por escrito, ello permitirá recoger tal cual los aportes de cada participante, otra alternativa es la evaluación oral y voluntaria. En el mejor de los casos se debe favorecer una evaluación de tipo mixta. Ésta debe versar sobre: los contenidos (aprendizajes o conocimientos adquiridos), el método o metodología, las condiciones de tipo logística, el material de apoyo, el equipo de facilitación, el grupo participante y el nivel de participación y compromiso del grupo.

5.3 Después del taller

Elaboración de memoria: La memoria es una herramienta básica para la sistematización y para el seguimiento del proceso de cambio. La inclusión en la memoria de la descripción del proceso, las técnicas, los aportes de las y los participantes y de sus compromisos, puede dar cabida a un material de apoyo que reafirme los compromisos y facilite la elaboración de una guía para la multiplicación de procesos.

Acompañamiento a las y los participantes: Las visitas, las llamadas telefónicas, la creación de grupos de auto ayuda o auto superación, gestiones más fáciles y prácticas de realizar cuando el grupo está en una misma región, constituyen acciones efectivas de seguimiento y acompañamiento. En el caso de organizaciones que ejecutan diversos proyectos, estas acciones se facilitan considerando su presencia continua en la comunidad. Es importante llevar una bitácora que permita sistematizar las particularidades del proceso de cambio: obstáculos familiares y personales, resistencias, elementos facilitadores. Dichos hallazgos permitirán retroalimentar el proceso de reflexión.

5.4 Pedagogías para promover la reflexión

Abordar a las personas de manera integral a través del uso de diferentes técnicas facilita la apertura de las y los participantes. Desde la experiencia de CANTERA la implementación de diferentes herramientas metodológicas que incluyen, además de la mente, el cuerpo y las emociones, ha permitido un análisis multidimensional de los ejes temáticos que se abordan. Este tipo de reflexión más inclusiva, toca áreas que el modelo patriarcal ha aislado y que son normalmente excluidas de los métodos de aprendizaje en temas de género, sobre todo cuando los integrantes del proceso son hombres.



En tal sentido, es pertinente la inclusión de los siguientes enfoques:

La educación biocéntrica

Permite que las personas hagan contacto con sus emociones y memorias a partir de su cuerpo. En biodanza existen cuatro tipos de líneas: afectividad, sexualidad, trascendencia y vitalidad. Cualquiera de ellas que se elija para comenzar debe ser propuesta de manera progresiva y a partir de ejercicios individuales que permitan a la persona ir conociendo y vivenciando su realidad. Su introducción brusca puede generar incomodidad, sobre todo en los hombres, para quienes el movimiento corporal y tocamiento a otras personas pueden ser percibidas como acciones no adecuadas.

El enfoque lúdico

Es una herramienta poderosa que de algún modo reivindica la risa y la alegría como elementos del proceso de aprendizaje. En tal sentido, el mensaje es que la reflexión no precisa ser un proceso marcado por la reverencia y la seriedad. El punto a reivindicar es que se puede aprender jugando como se hace en la vida misma, donde las reglas más importantes se aprenden de los juegos infantiles y por ende en la niñez y la adolescencia. Existen numerosos juegos cooperativos que facilitan la reflexión, en los cuales es muy importante la introducción del término "cooperativo", en contraposición al término "competitivo" de los juegos tradicionales, en los que se nos enseña a descalificar a otros en aras de demostrar nuestras competencias y habilidades. Este enfoque es amplio e incluye el teatro, sobre todo el invisible y el espontáneo, que en su dinámica involucran a las y los participantes como sujetos/as activos/as.

Visualización guiada (regresión/prospección)

Aunque no es un enfoque propiamente dicho, su práctica es siempre provechosa ya que permite ponernos en contacto con nuestras emociones y recuerdos a partir de la visualización de escenarios pasados (regresión) y futuros (prospección). Su uso es siempre provechoso debido a que recuperan momentos vividos, así como también alimentan la utopía de un futuro soñado, por lo que enriquecen la reflexión individual y colectiva.





6. CAJA DE HERRAMIENTAS

La Caja de Herramientas contiene una oferta de técnicas organizadas por temas con la finalidad de ofrecer distintas alternativas para cumplir con distintos objetivos. No pretende ser una camisa de fuerza sino más bien alternativas metodológicas para el trabajo educativo. Las técnicas que se presentan a continuación son independientes unas de otras, por lo que no necesariamente deben desarrollarse en el mismo orden expuesto en la presente guía.



TEMA 1: TÉCNICAS PARA LA INTEGRACIÓN GRUPAL

- A. Ejercicios de iniciación

Descripción de técnica: Explorando nuestra naturaleza

Objetivo:

Iniciar el taller a partir del conocimiento entre los y las participantes y la facilitación a fin de generar un espacio de confianza.



Total de tiempo: 40´

Realización del ciclo de ejercicios 30´
Reflexión plenaria 10´



Materiales necesarios

Papel blanco, crayolas, masking tape, música, marcadores y papelógrafos (para sistematizar aportes de los/as participantes).

Cabuya o lana de diferentes colores.

Se entrega a cada participante una hoja blanca y crayolas y se les indica que dibujen un animal de la tierra, del mar o del aire con el cual se identifiquen. Para ello se les brinda un tiempo de diez minutos.

Una vez finalizado el dibujo se les pide que escriban su nombre y edad en la hoja, la coloquen en su pecho y caminen por el salón observando los trabajos realizados por las demás personas participantes.

En un tercer momento se hace un breve plenario donde comparten su nombre, de dónde vienen, cómo se sintieron, qué les llamó la atención del ejercicio y explican por qué se identifican con ese animal.



Descripción de técnica: La telaraña

Objetivo:

Crear un ambiente de confianza para que las y los participantes se conozcan entre sí.



Tiempo total: 30´



Materiales necesarios

Una bola de cabuya de diferentes colores.

Se pide al grupo que hagan un círculo, la facilitación lanza a un/a participante una bola de cabuya preferiblemente de diferentes colores para resaltar la diversidad, pide que se presente, que diga su nombre, de dónde viene y cómo se siente. Luego lanza la bola a otra persona sin soltar el extremo del mecate. Esto se repite hasta que todas las personas participantes se hayan presentado. Al finalizar, una vez conformada la telaraña iniciando del último se pide que compartan que reflexiones les deja el ejercicio y qué tiene que ver con el taller, luego de compartir lanza la bola al participante que antes se la lanzó y así sucesivamente hasta enrollarla nuevamente.

Descripción de técnica: El rompecabezas

Objetivos:

Presentación personal y por grupos.
Introducir el concepto de sistema.



Total de tiempo: 1 h. y 15´

Presentación personal 35´

Presentación grupal 30´

Evaluación 10´



Materiales necesarios

Dibujo grande, o afiche y masking tape.

Con anticipación se prepara un dibujo, litografía, afiche, etc., que se corta en secciones y cada sección en partes más pequeñas que se entregarán a cada persona participante. En el reverso de cada parte se coloca una contraseña para identificar las secciones.

La coordinación explica que deben buscar y formar grupos quienes tienen la misma contraseña, para presentarse y armar un rompecabezas.



Primer momento: Presentación personal

Una vez que se encuentran en los grupos, cada persona se presenta ante el grupo y el grupo pregunta otros rasgos de su identidad sobre los que tengan interés. Una vez que se han presentado, arman su rompecabezas con las piezas que tienen.

Segundo momento: Presentación grupal

En el plenario cada grupo presenta a sus miembros y después ubica su parte del rompecabezas en el pizarrón o en un mural.

A medida que se presentan los distintos grupos se les pide que vayan articulando las diversas secciones buscando reconstruir un solo rompecabezas, hasta terminar la presentación de los grupos y completar el rompecabezas.

Tercer momento: Evaluación

La coordinación orienta la reflexión preguntando cómo se sintieron al formar los rompecabezas en cada grupo, y el rompecabezas total; cómo fueron descubriendo la lógica interna del rompecabezas parcial y del total; relación entre las partes y el todo.

A partir de los aportes del grupo la coordinación complementa señalando los ejes de la realidad que nos ayudan a descubrir la articulación de unos elementos con otros; y sobre todo resalta cómo las partes construyen el todo, pero al mismo tiempo es el todo el que le da sentido a las partes. Lo relaciona con el enfoque de sistema.



Descripción de la técnica: Presentación desde los sueños



Total de tiempo: 1 h. y 5'

Indicaciones 5'

Desarrollo 30'

Complementación 30'

Indicaciones:

La coordinación explica que “vamos a presentarnos a partir de nuestros sueños”. Pueden ser los sueños sobre “cómo me gustaría que fuese mi familia”, o sobre “cómo me gustaría que fuese mi vida”.

Según vaya a ser el tema se entrega a cada persona una hoja de papel y lapicero, o una hoja grande para que pueda expresar gráficamente sus sueños... se trata de facilitar la expresión de sus íntimos deseos.

Si la presentación es alrededor de los sueños sobre la familia, la facilitación puede orientar que cada persona escriba en la hoja cómo le gustaría que fuesen las relaciones afectivas en su familia, cómo le gustaría que se compartiera el espacio del trabajo doméstico, los espacios de diversión o entretenimiento, los trabajos, estudios o aprendizajes que cada cual realiza fuera de la casa.

Desarrollo:

Cada persona tiene un tiempo de reflexión sobre su familia y sobre qué cosas le gustaría que fueran diferentes. Las refleja en una hoja de papel para compartirlas después con otras personas participantes. Puede calcularse un tiempo de 10 minutos.

En parejas o en pequeños grupos de tres o cuatro personas (a discreción de la facilitación, comparten sus sueños). No se trata de decirle a la persona que comparte qué o cómo lo tiene que hacer, sólo se trata de escuchar con atención los íntimos deseos de cada participante y sentir solidaridad con cada una de las personas que se expresa. Pueden calcularse unos quince minutos si son grupos de tres o cuatro personas, o un máximo de diez minutos si se hace en parejas.

Después, en plenario, cada grupo presenta brevemente a sus integrantes.

Objetivos:

Presentación personal.
Introducir el tema de las utopías.



Materiales necesarios

Hoja grande de papel
y un lapicero.



Complementación:

La facilitación pregunta cómo se sintieron al pensar en cómo les gustaría que fuera su familia; cómo se sintieron al compartir sus sueños con las otras personas y al escuchar los sueños de las otras personas.

Complementa sobre la importancia de exteriorizar nuestros sentimientos, sobre la importancia de darnos a conocer, no sólo a partir de los datos del nombre, lo que hacemos y de dónde venimos, sino también de dar a conocer nuestros sueños y anhelos de una vida mejor, con mejores relaciones humanas y familiares, darnos a conocer desde el centro de nuestra persona porque es en el interior de cada cual que mantenemos y damos forma a los sueños que dan sentido a nuestra vida y que, muchas veces, nos ayudan a soportar las dificultades de la vida cotidiana.

Esto nos permite también conocer a las personas no sólo por lo que fueron o lo que son, sino también por lo que quieren ser, que es otro aspecto integrante de nuestras identidades.

• B. Ejercicios corporales

Las dinámicas corporales apuntan no solo a la animación del grupo, sino también a establecer contacto con nuestro cuerpo. Normalmente el cuerpo es a lo que menos atención prestamos ya que nos centramos en la mente (palabra-conceptos). Los siguientes ejercicios parten de lo individual a lo colectivo y a través de ellos se puede generar un ambiente de confianza y afectividad entre las y los participantes.

En este tipo de ejercicios es muy importante tomar en cuenta la sensibilidad del grupo con el que se trabaja en relación a su aceptación o resistencia a los acercamientos corporales, especialmente cuando se trabaja en comunidades rurales. En el caso de los hombres, pueden prevalecer los prejuicios que cuestionan su masculinidad. En el caso de las mujeres, especialmente aquellas que han sufrido abusos y violencia, se obligan a poner resistencia, pues el acercamiento corporal las lleva a revivir estas situaciones. Es recomendable que estos ejercicios se realicen entre personas del mismo sexo.



Descripción de la técnica: Caminata individual y en parejas



Total de tiempo: 1 h.

Realización del ciclo de ejercicios 45'
Reflexión plenaria 15'



Materiales necesarios

Música (preferiblemente sin letra y de relajación), marcadores y papelógrafos (para sistematizar aportes de los/as participantes).

Objetivo:

Generar un ambiente de confianza a partir de ejercicios de integración.

El ejercicio inicia con una caminata individual hacia cualquier sentido y a la velocidad y ritmo que la persona desee. Se realiza sin hablar e intentando encontrar nuestro propio ritmo.

En un segundo momento la facilitación orienta buscar una persona para caminar junto a ella construyendo un ritmo propio basado en el reconocimiento y el respeto al otro. En diferentes momentos de la caminata la facilitación invita a cambiar de pareja. Esto se repite al menos tres veces.

Descripción de técnica: El baile de las cintas



Total del tiempo: 20'

Dos tiempos de 5 cada uno
Reflexión en plenaria 10'



Materiales necesarios

Cintas de color, diferentes tipos de música, papelógrafo para anotar reacciones.

Objetivo:

Generar un ambiente de confianza y acercamientos entre las y los participantes.

El grupo se divide en parejas. A cada pareja se le entrega una cinta. A lo interno de cada pareja, deben decidir quién es "A" y quien es "B".

La facilitación hace sonar diferentes tipos de música por intervalos cortos de manera sucesiva, sin pausa durante unos 5 minutos. En ese tiempo, a lo interno de cada pareja, la persona designada como "A" imita -con la mayor fidelidad posible- los movimientos que la persona "B" realiza con la cinta. La facilitación orienta a quienes son "B" que traten con respeto y consideración a su cinta, de modo que no sometan a las personas designadas como "A" a movimientos muy bruscos o que los expongan a algún peligro físico.

Pasado unos 5 minutos, se cambian los roles, de manera que las personas que son "A" comienzan a mover la cinta, y quienes son "B" imitarán sus movimientos. Al final del ejercicio, "A" y "B" se despiden con un gesto amable.



Descripción de técnica: Toques de contención



Total del tiempo: 30'

Ejercicios de respiración 5'
Dos tiempos de 5' para toques
Plenaria 15'



Materiales necesarios

Música suave de fondo,
petates, papelógrafo para
anotar reacciones.

Objetivo:

Generar un ambiente de confianza y acercamientos entre las y los participantes.

Se organizan en parejas del mismo sexo y cada una decide quien es (A) y quien es (B). Una vez hecha la elección, (A) se tiende en el piso, de ser posible sobre un petate, cierra sus ojos mientras la facilitación orienta inhalar y exhalar lentamente. Por su parte (B) se coloca sentado o sentada a su lado y cuando está lista/o da toques de contención en diferentes partes del cuerpo de (A) (cabeza, rostro, brazos, piernas, estómago, etc.).

Estos toques consisten en que (B) coloque la palma de su mano (puede ser una o las dos) sobre el cuerpo de (A), realizando una leve presión y transmitiendo en cada toque buenos deseos y pensamientos positivos, haciéndole sentir a (A) su presencia. Al terminar esta fase, (B) ayuda a (A) a incorporarse de manera muy lenta. En un segundo momento se invierten los roles y (B) se tiende en el piso. Al finalizar se despiden con un gesto de afecto⁵.

Este ciclo de ejercicios culmina con una plenaria en la que las y los participantes comparten sus reflexiones. La pregunta de punto de partida es cómo se sintieron, qué sintieron al ser tocados por otra persona del mismo sexo; en el caso de los hombres, qué significa el rechazo a las caricias masculinas, en caso que se haya expresado algún tipo de rechazo.

⁵ El ejercicio se hizo al final de la expresión de los compromisos con la finalidad de transmitirnos energía y ánimos en la aplicación de éstos.



C. Técnicas para trabajar conceptos

Descripción de la técnica: Mapa mental



Total del Tiempo: 45'

Objetivo:

Construir conceptos a partir de las vivencias y los conocimientos de las y los participantes.



Materiales necesarios

Concepto impreso o escrito en una hoja, papelógrafo, masking tape y marcadores de al menos dos colores diferentes.

La facilitación invita a las y los participantes a expresar la primera palabra o frase que se les venga a la mente cuando escuchan la palabra cuyo concepto se pretende trabajar según el eje temático, por ejemplo: PODER. Mientras los y las participantes presentan sus aportes, la facilitación escribe en un pizarrón o papelógrafo, con la palabra elegida en el centro (PODER), las palabras o frases expresadas. Después de la elaboración del mapa mental, la facilitación genera un debate sobre las diferencias y coincidencias surgidas, rescatando las palabras y frases clave para facilitar la construcción del concepto colectivamente, el cual se escribe y cuenta con la anuencia y consenso de la plenaria.

Descripción de la técnica: Socializando conceptos



Total del tiempo: En dependencia del Número de conceptos a trabajar

Trabajo en grupos 45'
Trabajo en plenaria por 20' para cada concepto trabajado

Objetivo:

Trabajar simultáneamente varios conceptos.



Materiales necesarios

Concepto impreso o escrito en una hoja, papelógrafo, masking tape y marcadores de al menos dos colores diferentes.

Se conforma el número de grupos en relación al número de conceptos a trabajar. La facilitación asigna un concepto diferente a cada uno, les solicita compartir cómo viven ese concepto y que construyan su definición anotándola en un papelógrafo. Posteriormente se realiza una plenaria en la que se invita a enriquecer cada concepto, compartiendo también cómo viven esas realidades relacionadas al mismo. Para finalizar cada momento, la facilitación completa la definición de cada uno de los conceptos tomando en cuenta todos los aportes.



2: TÉCNICAS PARA EL ANÁLISIS DE LA REALIDAD

Descripción de técnica: El FODA-MECA individual y colectivo

Objetivo:

Conocer desde un enfoque de género la realidad que nos rodea, nuestra propia realidad así como también el contexto comunitario y nacional para transformar las desigualdades de género.



Tiempo total: 2 h. y 20´

Trabajo individual 20´

Trabajo grupal 40´

Plenaria FODA 40´

Plenaria MECA 40´



Materiales necesarios

Hojas preparadas para guiar el ejercicio individual y el trabajo en grupos, lapiceros, papelógrafos, marcador.

Previo al taller, la facilitación ha preparado para cada participante “la escalera hacia las relaciones justas”, que consiste en una hoja de papel con el dibujo de una escalera en el centro y que en su cúspide dice: “Relaciones justas entre hombres y mujeres”. A la izquierda dice “fortalezas”, a la derecha “debilidades”, en la parte superior “amenazas” y en su parte inferior “oportunidades” (el orden adecuado de estas palabras conforman la sigla FODA).

Primer momento: Trabajo individual. Se entrega a cada participante “la escalera hacia las relaciones justas” y se les pide que ubiquen en qué peldaño de la escalera se encuentran para lograr la igualdad de género en sus vidas y que dibujen en el lugar su silueta. A continuación se les solicita que escriban en la parte izquierda de la hoja cuáles son sus fortalezas para llegar a la cima, a la derecha sus debilidades, en la parte superior las amenazas que tienen del entorno para lograrlo y en la parte inferior que escriban las oportunidades que les ofrece ese mismo entorno.

Segundo momento: Trabajo en grupos. Se reparten confites de distintos sabores para formar grupos según su sabor. Se entrega a cada grupo una hoja dividida en cuatro espacios a través de dos líneas perpendiculares que forman una cruz. En el cuadro superior izquierdo dice “fortalezas”, en el cuadro superior derecho “oportunidades”, en el cuadro inferior izquierdo “debilidades” y en el cuadro inferior derecho “amenazas”. Se pide a las y los participantes que compartan en un primer momento sobre sus FODAs individuales. En un segundo momento se solicita a cada grupo que seleccione 3 fortalezas, 3 debilidades, 3 oportunidades y 3 amenazas, y las escriban en el lugar correspondiente de la hoja que se les entregó.



Tercer momento: *Plenaria FODA.* Los grupos presentan sus FODAs colectivos mientras la facilitación va anotando coincidencias y diferencias, presentando al final una breve síntesis

Cuarto momento. *Plenaria MECA:* Al finalizar el ejercicio del FODA, la facilitación presenta un papelón también dividido en cuatro espacios por dos líneas perpendiculares que forman una cruz y que contienen los siguientes títulos:

- **M**antener las fortalezas, en su parte superior izquierda
- **E**xplotar las oportunidades, en su parte superior derecha
- **C**onfrontar las debilidades, en su parte inferior izquierda
- **A**frontar las amenazas, en su parte inferior derecha

La facilitación lanza al aire las preguntas, una por una, mientras alguien del equipo va anotando en el papelógrafo las respuestas:

1. ¿Qué acciones o estrategias podemos implementar para mantener nuestras fortalezas?
2. ¿Qué podemos hacer para explotar las oportunidades que se nos presentan en el camino?
3. ¿Cómo hemos pensado confrontar nuestras debilidades?
4. ¿Qué vamos a hacer para afrontar las amenazas del contexto?

Al finalizar, la facilitación presenta una síntesis de las pistas arrojadas en la plenaria.



Descripción de técnica: Los círculos concéntricos

Objetivo:

Analizar el contexto familiar, organizacional, comunitario y nacional con un enfoque de género.



Tiempo total: 1 h.



Materiales necesarios

Hojas preparadas para guiar el ejercicio individual y el trabajo en grupos, lapiceros, papelógrafos, marcador.

Previo al taller la facilitación ha preparado un papelógrafo grande con 4 círculos concéntricos y tarjetas de dos colores: amarillo y verde.

Se ofrece a las y los participantes tarjetas de dos colores, las de color verde para que en ellas anoten con un marcador y letra clara, aspectos del contexto que son favorables para lograr la igualdad de género; en las tarjetas de color amarillo anotarán de la misma forma los factores desfavorables para lograr la igualdad de género.

La facilitación explica que el primer círculo interno representa la familia, el segundo la organización, el tercero la comunidad y el cuarto el ámbito nacional, por lo que en cada uno de esos espacios pegarán las tarjetas según corresponde.

Al finalizar el ejercicio, se invita a las y los participantes que se acerquen al círculo para leer el contenido de las tarjetas.

En plenaria, se invita al debate y la reflexión sobre los aspectos planteados en el ejercicio. Al finalizar, la facilitación cierra con una síntesis de los resultados.



TEMA 3: TÉCNICAS PARA TRABAJAR LA IDENTIDAD DE GÉNERO

A. Técnica para el trabajo de género entre hombres

Descripción de técnica: Caracterización de la identidad masculina

Esta técnica se puede desarrollar en dos momentos diferentes: un primer momento con un carácter diagnóstico (el hombre que somos) y posteriormente con carácter prospectivo (el hombre que queremos ser).

Objetivos:

Reflexionar sobre las características de la identidad patriarcal presentes en nuestra manera de ser hombres.

Reflexionar alrededor de las características del hombre que queremos ser.



Total de Tiempo: 2 h. y 10´

Discusión grupal y determinación de la lista de las características a mostrar en un muñeco tridimensional –que se sostenga solo– 25´

Construcción del muñeco 45´

Plenaria 60´

(Se puede otorgar de 5 a 10 minutos a cada grupo para su exposición y unos 30 minutos para la discusión plenaria).

Materiales necesarios para 1^{er.} y 2^{do.} momento



Periódicos, revistas, cartulinas, papel satinado, pegamento, tijeras, masking tape, cinta adhesiva. Ello según número de grupos que se pretende conformar, marcadores y papelógrafos (para sistematizar aportes de los/as participantes).

Primer momento

Con el propósito de reflexionar sobre la construcción social de la masculinidad la facilitación orienta la discusión, por grupos, para la creación de un muñeco tridimensional.

Este muñeco debe representar al hombre actual, es decir, el hombre que la sociedad tiene como modelo. Cada grupo le crea a su muñeco una historia de vida y un perfil de su identidad: cómo se llama, cuál es su estado civil, qué edad tiene, dónde trabaja, cómo es su relación con las mujeres, etc. El resultado de este trabajo se presenta al plenario.



Segundo momento: El hombre nuevo que quiero ser

Tomar en cuenta: NO es recomendable realizar el muñeco del hombre que queremos ser inmediatamente después del primer momento. Es más efectivo dejarlo al final de la aplicación de una serie de técnicas que profundicen en nuestra manera de ser hombres. Esta parte es de mayor utilidad si se deja como cierre de un proceso y como previa a la reflexión personal del hombre que queremos ser.

Total de Tiempo: 1 h. y 30´

En este caso se puede reducir el tiempo destinado a la construcción del muñeco, considerando que se parte del muñeco ya construido por lo que el tiempo para su transformación será siempre menor. 45´

Plenaria. 45´

Con el propósito de reflexionar sobre la construcción social de la masculinidad la facilitación orienta la elaboración por grupos de un muñeco tridimensional. El cual debe representar al hombre que queremos ser. Cada grupo le crea a su muñeco una nueva historia de vida y un perfil de su identidad que refleje sus cambios, las nuevas concepciones y prácticas. Al finalizar su re-construcción cada grupo presenta su nuevo muñeco e historia de vida. La facilitación pregunta: cómo se sintieron trabajando nuevamente el muñeco, qué aprendieron y qué reflexiones les deja en relación a sus propios procesos de transformación.

Descripción de la técnica: El río de la vida

Objetivo:

Recuperar momentos del ciclo de nuestra vida que permita entender las bases de nuestras concepciones y prácticas.



Total de Tiempo: 2 h. y 05´

Visualización guiada 15´

Trabajo personal 20´

Trabajos de grupo 45´

Reflexión plenaria 45´



Materiales necesarios

Petates, música (preferiblemente sin letra y de relajación), hojas de tamaño carta color blanca, lápices de colores y crayolas, guía de preguntas para el trabajo de grupo, marcadores y papelógrafos (para sistematizar aportes de los/as participantes).

Teniendo como punto de partida el rescate de las experiencias, para iniciar el taller la facilitación guía un ejercicio de visualización a fin de rescatar emociones, aprendizajes, experiencias de la vida de cada uno. La facilitación conecta a los participantes con su cuerpo y en todo momento les orienta que se concentren y respiren profundamente.



Durante el ejercicio cada uno se contacta con cada parte de su cuerpo a la vez que va visualizando la historia de su vida e intenta reconocer etapas, características de esas etapas, personas influyentes y principales influencias en su vida⁶. Luego de la visualización para efectos del trabajo grupal la coordinación facilita la conformación de grupos por edad⁷ los que trabajarán en la identificación de las etapas más importantes, características de esas etapas y las personas más influyentes en la vida de cada uno.

Lectura para guiar la visualización:

Lentamente vamos a recorrer poco a poco nuestro cuerpo, visualizando en primer lugar los pies, los tobillos, las piernas, las rodillas.... Nos sentimos y respiramos profundamente relajados. Mientras vamos relajándonos y desechando cualquier preocupación del pasado y del futuro. Con los ojos cerrados y tomando conciencia del cuerpo, el cual es testigo de la historia personal vivida como hijos, trabajadores, hermanos, nietos, sobrinos, primos, amigos, amantes, padres, novios, líderes, etc., les solicito que se vayan al pasado a buscar un primer recuerdo de cómo eran cuando niños, este recuerdo puede ser una fotografía o algún momento vivido, pero tomando conciencia de ese momento en el que reconocieron por primera vez su cuerpo, su identidad y dijeron este soy yo.

Avanzamos en el tiempo hasta llegar al momento cuando tenían 12 años ¿Cómo se recuerdan? ¿Dónde vivían y con quién? ¿Qué hacían a esa edad? ¿Qué experiencias importantes recuerdan? ¿Qué pasó en los años siguientes? ¿Cómo cambiaron? ¿Cuándo comenzaron a cambiar de tamaño, estatura, de voz...? ¿Cómo eran en ese momento? ¿Cómo se vestían?

¿Cómo eran a los 16 años, a los 17...? ¿Qué pasó en nuestra vida? ¿Cómo fueron nuestros primeros amoríos? ¿Cómo nos comportábamos en los diferentes ámbitos? ¿Qué pasó después cuando crecimos? ¿Cómo eran a los 25 años? ¿Qué hicieron de su vida en ese tiempo? ¿Cómo eran sus relaciones afectivas con las demás personas? ¿Cuándo tuve el deseo de ser papá? ¿Qué pasó en esos años en el trabajo? ¿Qué influencias he tenido positivas o negativas en mi forma de pensar, hacer y sentir? ¿Mi cuerpo refleja esos cambios a lo largo de la vida? ¿Cómo me he cuidado yo mismo?

Analizando mi trayectoria de vida ¿Qué elementos puedo reconocer? ¿Cuáles me ayudan o representan obstáculos para construir ese hombre nuevo? Reflexiono sobre mi trayectoria en la vida ¿Cómo la he venido asimilando? ¿Quiénes me han apoyado? ¿He buscado apoyos? ¿Qué expectativas tengo para los próximos 5 años? ¿Qué me gustaría que pasara de bueno e importante para mí en los próximos cinco años?

6 El ejercicio se articula con la estimulación de los sentidos, es decir, con un ambiente con poca luz, con olores (para lo cual se puede usar incienso) y con música preferiblemente de relajación o meditación.

7 Se conformaron grupos preferiblemente por edad.



Trabajo individual y grupal:

La facilitación orienta graficar en una hoja de papel las principales etapas de nuestra vida, las características de esas etapas, personas importantes e influyentes en esas etapas. En grupos se orienta que cada quien comparta sus gráficos, sus emociones al realizar el ejercicio y reflexiones sobre las implicancias de esos momentos en la configuración de su manera de ser hombre.

En plenario:

Cada grupo comparte sus aportes. La facilitación sintetiza las diferencias y semejanzas en las vivencias expuestas, así como los principales nudos de la discusión.



B. Técnica para el trabajo de género entre mujeres

Descripción de la técnica: Reconociendo quién soy



Total del tiempo: 1 h. y 20'

Primer momento 15'

Segundo momento 15'

Tercer momento 20'

Cuarto momento 30'

En dependencia del número de participantes

Objetivos:

Reflexionar acerca de cómo definimos nuestras identidades de mujeres.
Crear un ambiente de confianza en el grupo.



Materiales necesarios

Música de relajación, hojas $\frac{1}{4}$ de tamaño carta color blanca, marcadores de agua y crayolas, poema, masking tape.

Primer momento: Se invita a las participantes a cerrar sus ojos, se inicia con un ejercicio de respiración y reconocimiento de las partes del cuerpo. A continuación, se lee el poema de *Antoni de Melo* "¿Quién eres?":

Una mujer estaba muy enferma, casi agonizando. De pronto... .. tuvo la sensación de que era llevada al cielo y presentada ante el Tribunal.

"¿Quién eres?" - dijo una voz. "Soy la mujer del alcalde", respondió ella. "Te he preguntado quién eres, no con quién estás casada".

"Soy la madre de cuatro hijos". "Te he preguntado quién eres, no cuántos hijos tienes".

"Soy una maestra de escuela". "Te he preguntado quién eres, no cuál es tu profesión".

Y así sucesivamente. Respondiera lo que respondiera, no parecía poder dar una respuesta satisfactoria a la pregunta...

"¿Quién eres?" "Soy... soy una cristiana". "Te he preguntado quién eres, no cuál es tu religión".

"Soy una persona que iba todos los días a la iglesia, yo ayudaba a los pobres y necesitados, yo..." "Te he preguntado quién eres, no lo que hacías".

Y como la mujer no logró responder la pregunta, fue enviada nuevamente a la tierra. Cuando se recuperó de su enfermedad, tomó la determinación de averiguar quién era... Y todo fue diferente.



Segundo Momento: Trabajo individual. Se entrega a cada participante una copia del poema y un cuarto de hoja de papel bond tamaño carta. Se les indica que dibujen un símbolo que represente: *¿Quién Soy?* Se explica que es un dibujo sencillo y se dan algunos ejemplos (una planta, un animal, un garabato, etc.). Una vez que hayan hecho el dibujo, se les pide que lo peguen en su pecho.

Tercer momento: Caminata en silencio, con música suave de fondo, observando los dibujos de sus compañeras. A continuación se les indica detenerse con una pareja y compartir sobre sus dibujos, continuar la caminata y compartir con otra pareja, y así sucesivamente dos veces más.

Cuarto momento: Sentadas en círculo se invita a las participantes a compartir voluntariamente sobre el significado de sus dibujos o sobre las reflexiones que les generó el poema.

Al finalizar, la facilitación les pide tomarse de las manos y agradece a todas aquellas que compartieron y abrieron sus corazones al grupo, recordando que las une el hecho de ser mujeres, pero a su vez diversas y diferentes entre ellas, provenientes de distintos puntos del país, unas de las zonas rurales, otras de la ciudad, algunas de otros países, de distintas edades y colores de piel, así como también con distintas experiencias de vida para compartir y enriquecer el desarrollo del taller.



TEMA 4: TÉCNICAS PARA TRABAJAR LAS DESIGUALDADES DE GÉNERO

A. Técnica para el trabajo de género entre hombres o entre mujeres

Descripción de la técnica: El uso del tiempo en hombres y mujeres



Objetivo:

Reflexionar sobre la división genérica del trabajo y sobre los privilegios masculinos en cuanto al uso del tiempo.

Total de Tiempo: 1 h. y 30'

Realización del ejercicio individual y del trabajo de grupos 45'

Reflexión plenaria 45'



Materiales necesarios

Hojas impresas con cuadro del tiempo y lápiz para cada participante, marcadores y papelógrafos (para sistematizar aportes de los participantes).

Primer momento: Trabajo individual

A cada participante se le entrega una hoja impresa con un cuadro donde puede anotar al detalle actividades que se realizan a lo largo de un día. Se le pide que en la primera columna, bajo el título “yo” anote actividades que él o ella realizan en un día cualquiera; y en la siguiente columna, bajo el título “persona significativa y contemporánea del otro sexo” anote lo que ésta realiza en el mismo tipo de día. Se explica que la persona significativa y contemporánea el otro sexo puede ser una hermana/o, un/a prima/o o cualquier otra persona de la misma edad que convive en el hogar, en caso que aun no tenga una relación conyugal estable. Si quien llena la encuesta es hombre, en esa columna anota las actividades de una mujer, si, al contrario, quien llena la encuesta es una mujer, en esa casilla anota las actividades que realiza un hombre. Si ya tiene una relación conyugal estable, anota las actividades que realiza su pareja.

Segundo momento: Trabajo en grupos

Se divide a las y los participantes por sexos y grupos de edad. Pueden ser mujeres adolescentes (hasta 18 años), mujeres adultas, hombres adolescentes y hombres adultos, u otra desagregación según las necesidades que se planteen.

A cada grupo se le da un tiempo para que hagan un consolidado y en un papelógrafo anoten sus reflexiones acerca de cómo los hombres y las mujeres usan el tiempo, a qué áreas de sus vidas dedican más tiempo (el ocio, el trabajo remunerado, el trabajo reproductivo, la vida social, tareas reproductivas y autocuidado), a qué dedican menos tiempo.



Plenario momento: *Plenario*

Cada grupo presenta su consolidado y las reflexiones anotadas en el papelógrafo.

Una vez que todos los grupos expusieron, la facilitación anima a las y los participantes a discutir sobre la base de semejanzas y diferencias encontradas en los diferentes grupos.

Uso del tiempo

Llene la agenda anotando en bajo la columna “yo” las actividades que usted hace en diferentes momentos de un día cualquiera. En la columna de la par anote las que hace una mujer significativa para usted, contemporánea suya y que viva en el mismo hogar (cónyugue, hermana o prima de más o menos la misma edad).



	Yo	Persona significativa y contemporánea del otro sexo
3:00 – 3:30 AM		
3:30 – 4:00 AM		
4:00 – 4:30 AM		
4:30 – 5:00 AM		
5:00 – 5:30 AM		
5:30 – 6:00 AM		
6:00 – 6:30 AM		
6:30 – 7:00 AM		
7:00 – 7:30 AM		
7:30 – 8:00 AM		
8:00 – 8:30 AM		
8:30 – 9:00 AM		
9:00 – 9:30 AM		
9:30 – 10:00 AM		
10:00 – 10:30 AM		
10:30 – 11:00 AM		
11:00 – 11:30 AM		
11:30 – 12:00 AM		





	Yo	Persona significativa y contemporánea del otro sexo
12:00 - 12:30 PM		
12:30 - 1:00 PM		
1:00 - 1:30 PM		
1:30 - 2:00 PM		
2:00 - 2:30 PM		
2:30 - 3:00 PM		
3:00 - 3:30 PM		
3:30 - 4:00 PM		
4:00 - 4:30 PM		
4:30 - 5:00 PM		
5:00 - 5:30 PM		
5:30 - 6:00 PM		
6:00 - 6:30 PM		
6:30 - 7:00 PM		
7:00 - 7:30 PM		
7:30 - 8:00 PM		
8:00 - 8:30 PM		
8:30 - 9:00 PM		
9:00 - 9:30 PM		
9:30 - 10:00 PM		
10:00 - 10:30 PM		
10:30 - 11:00 PM		
11:00 - 11:30 PM		
11:30 - 12:00 PM		



B. Técnica para el trabajo de género entre mujeres

Descripción de la técnica: Identificando el mensaje simbólico del patriarcado

Objetivo:



Tiempo total: 1 h. y 30'

Formación de grupos 10'

Trabajo en grupos 40'

Plenaria 40'

Identificar el discurso discriminatorio del patriarcado en la vida cotidiana de las mujeres



Materiales necesarios

Materiales de análisis, tarjetas de color, papelógrafos, marcadores y papelógrafo para sistematizar aportes de las participantes.

Primer momento: *Formación de grupos:* Cada participante toma de un recipiente un papelito que contendrá el nombre del texto o material que se utilizará para la reflexión y se les pide que busquen a las compañeras que tienen el mismo nombre para formar grupos. Se entrega a cada grupo el material de reflexión y análisis, y 12 tarjetas color lila.

Segundo momento: *Reflexión en grupos*

Materiales para la reflexión y análisis (Se pueden utilizar otros materiales de reflexión):

- Canción: Eres Mía, de Romeo Santos
- Video comedia: Palabras de una madre
- Cuento: La Bella Princesa
- Anuncios Publicitarios que denigran a la mujer
- Memes sexistas

Nota: La canción, el video y el cuento se pueden encontrar en Internet.



Guía de trabajo para los grupos:

1. Leer, ver y analizar el material que le tocó a su grupo
2. Anotar de forma individual en la tarjeta color lila dos sentimientos que les generó el mensaje
3. Compartir cómo se refleja el poder patriarcal en el texto, o material que les tocó
4. Compartir: ¿Cómo relacionamos el mensaje con nuestras vidas?

La facilitación ha colocado en las paredes papelones con el mensaje entregado a cada grupo, para que las participantes peguen en ellos sus tarjetas color lila en las que expresan sus sentimientos.

Tercer momento: *Plenaria.* Cada grupo comparte información sobre el material que le tocó y sobre la reflexión grupal.

Se recomienda al finalizar este ejercicio una dinámica de relajación.

Nota: Este ejercicio está también relacionado a la violencia simbólica



TEMA 5. TÉCNICAS PARA LA IDENTIFICACIÓN DE LA VIOLENCIA

A. Técnicas para el trabajo de género entre hombres

Descripción de la técnica: Socialización de la violencia

Objetivo:

Reconocer la violencia sufrida y su impacto en nuestras vidas.



Total de Tiempo: 1 h. y 30´

Realización del ejercicio 45´
Reflexión plenaria 45´



Materiales necesarios

Música (preferiblemente sin letra y de relajación), velas e incienso, marcadores y papelógrafos (para sistematizar aportes de los/as participantes).

Primer momento: *El círculo de la violencia sufrida*

La facilitación invita a los participantes a conformar un círculo al centro del salón. Una vez integrado desde la facilitación se realizan varias afirmaciones vinculadas a situaciones de violencia vividas por cada uno. Por ejemplo, que de un paso al frente aquel que haya sufrido violencia en su hogar (cada uno de los enunciados está elaborado en función de la violencia sufrida). Ante cada una de las aseveraciones el participante da un paso al frente o simplemente se queda en su lugar, según lo estimen⁸. Luego, como parte del proceso reflexivo al finalizar el ejercicio los participantes expresaron cómo se sienten frente a todas las formas de violencia mencionadas.

Ejemplos de afirmaciones:

- Que pasen al interior del círculo aquellos hombres que en algún momento de su vida se han sentido dominados, reflexionan un momento de esas situaciones, en qué circunstancias se dio, qué sintieron, cómo les impactó, qué efectos tuvo en su vida.
- ...han sido discriminados por ser hombres, se reconocen, quiénes, en qué circunstancias, qué recuerdan, qué les dijeron, qué sintieron, cómo les impactó en su vida, cómo me siento hoy, qué efectos tuvo en su vida.
- ...han sido discriminados por su opción sexual, se reconocen, quiénes, en qué circunstancias, qué recuerdan, qué les dijeron, qué sintieron, cómo les impactó, cómo me siento hoy, qué efectos tuvo en su vida.
- ...han sufrido explotación económica en la infancia, se reconocen, quiénes, en qué circunstancias, qué recuerdan, cómo, qué sintieron, cómo les impactó, cómo me siento hoy, qué efectos tuvo en su vida.

⁸ Posteriormente cada uno regresa a sus lugares y la facilitación propicia un espacio de reflexión para que cada quien exprese cómo se siente en relación a esa violencia sufrida.



Reflexión plenaria:

Luego de la dinámica de la violencia sufrida en la que nos reconocimos víctimas de algún tipo de violencia ¿Qué emociones surgieron al reconocerse víctima y reconocer a otros compañeros en la misma situación?

Descripción de la técnica: El círculo de la violencia ejercida

Objetivo:

Reconocer la violencia ejercida, su impacto en nuestras vidas y en la vida de los demás, especialmente en las mujeres de nuestras vidas.



Total de Tiempo: 1 h. y 30'

Realización del ejercicio 45'
Reflexión plenaria 45'



Materiales necesarios

Música (preferiblemente sin letra y de relajación), velas e incienso, marcadores y papelógrafos (para sistematizar aportes de los/as participantes).

Descripción del ejercicio: *El círculo de la violencia ejercida*

La facilitación invita a los participantes a conformar un círculo. Una vez integrado desde la facilitación se realizan varias afirmaciones vinculadas a situaciones de violencia vividas por cada uno. Por ejemplo, que dé un paso al frente aquel que haya ejercido algún tipo de violencia en su hogar (cada uno de los enunciados está elaborado en función de la violencia ejercida). Ante cada una de las aseveraciones el participante da un paso al frente o simplemente se queda en su lugar, según lo estime⁹.

- Que pasen al interior del círculo aquellos hombres que alguna vez han abusado del poder que le confiere su posición de autoridad como papá, como jefe, como trabajador. Piensen a quién, qué dijeron, cómo, dónde, cuándo, en que consistió ese abuso de poder, cómo se sintieron, cómo se siente la otra persona.
- ...aquellos hombres que alguna vez han reaccionado con cólera, odio o ira. Recordemos las situaciones, cómo manifestamos la ira, cómo nos sentimos, cómo creen se sintió la persona agredida.
- ...aquellos que alguna vez han ejercido control y dominio sobre otras personas. Pensemos en algo del pasado o que todavía se sigue dando, cómo hemos ejercido control, qué estrategias o acciones, por qué, cómo creen se siente la otra persona, qué daños ocasionamos.

⁹ Posteriormente cada uno regresa a sus lugares y la facilitación propicia un espacio de reflexión para que cada quien exprese cómo se siente en relación a esa violencia ejercida.



- ...aquellos que alguna vez han ejercido algún tipo de violencia para vengarse: física, psicológica, económica, sexual, por ejemplo. Recordemos la situación en que se dio, de qué nos queríamos vengar, qué nos habían hecho, qué hicimos para vengarnos, qué habrá sentido las otras personas.
- ...aquellos que alguna vez han discriminado a una mujer por su condición de género, negándoles el acceso a un puesto o a la participación plena, etc. Recordemos qué hicimos o dijimos, pensemos qué habrá sentido la otra persona.
- ...aquellos que alguna vez ha discriminado a otra persona por su opción sexual, con palabras, gestos y acciones, qué dijimos o hicimos, qué habrá sentido la otra persona.
- ...aquellos que alguna vez hayan agredido físicamente a su pareja. Recordemos la situación, por qué lo hicimos, cómo nos sentimos, cómo se sintió la otra persona.
- ...aquellos que ejercen algún tipo de control sobre la libertad de su esposa, hijos o hermanos. Recordemos la situación, por qué lo hacemos, cómo nos sentimos, cómo se sintió la otra persona.
- ...aquellos que alguna vez hayan obligado a su compañera a tener relaciones sexuales en contra de su voluntad. Recordemos la situación, por qué lo hicimos, cómo nos sentimos, cómo creen se sintió la otra persona.
- ...aquellos que ejerzan algún tipo de control sobre el dinero que devenga su compañera.
- ...aquellos que le hayan dicho a su compañera que esta vieja, gorda o floja o alguna expresión para bajar su autoestima. Recordemos la situación, qué le dijimos, por qué dijimos eso, cómo nos sentimos, cómo se sintió la otra persona.

En cada afirmación se solicita que hagan contacto visual con las personas que les acompañan en el círculo

Con este ejercicio se trata de partir de las realidades sentidas, vividas y pensadas.

Las técnicas son para sacar lo que está adentro y que con esos insumos cada uno construya su propio proceso.



Descripción de la técnica: La masculinidad como factor de riesgo

Objetivo:

Reconocer la violencia auto infligida y su impacto en nuestras vidas.



Total de Tiempo: 1 h. y 15'

*Realización del ejercicio 30'
Reflexión plenaria 45'*



Materiales necesarios

Música (preferiblemente sin letra y de relajación), documento de listado de formas de autoviolencia, marcadores, papelógrafos (para sistematizar aportes de los/as participantes).

Primer momento: *Descubrir formas de auto-violencia*

A fin de facilitar la reflexión sobre formas de auto-violencia la facilitación proporciona un listado con este tipo de violencias, luego facilitó un espacio para compartir los aprendizajes generados con esta herramienta.





LISTADO DE FORMAS DE AUTOVIOLENCIA

Hacia sí mismo, hacia otras personas.

Marca según corresponda: Sí A veces Rara vez No

1. ¿Rechazás tener sentimientos que nos parecen “femeninos” o suaves: ternura, compasión, empatía?
Sí___ A veces___ Rara vez___ No___
2. ¿Evitás que los otros / otras se den cuenta de tu dolor, sufrimiento o tristeza?
Sí___ A veces___ Rara vez___ No___
3. ¿Trabajás (estudiás) en exceso para sobresalir, para ser el mejor?
Sí___ A veces___ Rara vez___ No___
4. ¿Tomás licor en exceso para demostrar que aguantás?
Sí___ A veces___ Rara vez___ No___
5. ¿Cuándo te enfermás, minimizás la enfermedad? (Por ej. No tomando los medicamentos prescritos, actuando en contra de las prescripciones médicas, no reposando)
Sí___ A veces___ Rara vez___ No___
6. ¿Actuás para “dar gusto” a los amigos? Ej. Tomar licor sin desear, fumar, tener relaciones sexuales sin desearlas, etc.
Sí___ A veces___ Rara vez___ No___
7. ¿Actuar de forma riesgosa para demostrar hombría, valentía?
Sí___ A veces___ Rara vez___ No___
8. ¿Querer estar siempre arriba... en lo alto, delante de las otras personas?
Sí___ A veces___ Rara vez___ No___
9. ¿Tenés diferentes parejas sexuales sin protección?
Sí___ A veces___ Rara vez___ No___
10. ¿Tenés una dieta nociva: alimentos en exceso, alimentos grasos, exceso de carbohidratos, pocas frutas y legumbres?
Sí___ A veces___ Rara vez___ No___



Descripción de la técnica: Diagnóstico de la violencia ejercida en la relación de pareja



Total de Tiempo: 1 h. y 15'

Realización del ejercicio 30'
Reflexión plenaria 45'



Objetivo:

Reconocer los niveles de violencia de género en nuestra relación de pareja.

Materiales necesarios

Música (preferiblemente sin letra y de relajación), documento ejercicios violencia en tu relación de pareja, marcadores y papelógrafos (para sistematizar aportes de los/as participantes).

Descripción: ¿Ejerces violencia con tu pareja?

Con el propósito de fomentar la reflexión sobre la violencia física, verbal y psicológica en las relaciones de pareja la coordinación facilitó un formulario en el que se encuentran más de cien formas de violencia y se establece una forma de cálculo para determinar el grado de violencia en la relación.

Este cuestionario puede ayudar a evaluar si vives una situación de violencia intrafamiliar con tu pareja. Hay distintas formas de maltrato contra una mujer. Después de contestar cada pregunta, suma el puntaje total y compáralo con el Índice de Abuso; podrás saber si estás viviendo una situación potencialmente violenta, si hay maltrato hacia la pareja o estimar cuán peligrosa es esta relación. A continuación a manera de muestra se detallan VEINTISIETE formas de violencia.





DIAGNÓSTICO DE LA VIOLENCIA EJERCIDA EN LA RELACIÓN DE PAREJA

Marca según corresponda: **Sí** **A veces** **Rara vez** **No**

Intimidación:

1. ¿Atemorizas a tu compañera por medio de miradas, acciones y gestos?
Sí___ A veces___ Rara vez___ No___
2. ¿Le levantas la voz?
Sí___ A veces___ Rara vez___ No___
3. ¿Has destruido cosas de su propiedad?
Sí___ A veces___ Rara vez___ No___
4. ¿Te has acercado de manera intimidante acusándola con el dedo frente a los ojos para reclamarle?
Sí___ A veces___ Rara vez___ No___

Aislamiento y control:

5. Controlas constantemente a tu pareja, qué hace, a quién ve y a quién habla?
Sí___ A veces___ Rara vez___ No___
6. ¿Ella ha perdido contacto con amigas, familiares, compañeras/os de trabajo para evitar que te moleste? Posiblemente te lo ha dicho o lo ha mostrado.
Sí___ A veces___ Rara vez___ No___
7. ¿Acusas a tu pareja de infidelidad o de que actúa en forma sospechosa? ¿Utilizas los celos para justificar tus acciones?
Sí___ A veces___ Rara vez___ No___





Abuso emocional:

8. ¿Le gritás y le das órdenes?
Sí___ A veces___ Rara vez___ No___
9. ¿Criticás y encontrás defectos a todo lo que hace?
Sí___ A veces___ Rara vez___ No___
10. ¿La culpás por todo lo que sucede, aun de cosas absurdas (mala suerte por ejemplo)?
Sí___ A veces___ Rara vez___ No___
11. ¿No tomás en cuenta sus gustos, sus opiniones ni sus sentimientos?
Sí___ A veces___ Rara vez___ No___
12. ¿La heces sentir tonta, inútil, débil, ignorante, incompetente, inferior?
Sí___ A veces___ Rara vez___ No___
13. ¿La rebajás recordándole sucesos de su pasado?
Sí___ A veces___ Rara vez___ No___
14. ¿Manifiestás sus celos y sospechas continuamente?
Sí___ A veces___ Rara vez___ No___
15. Después de un episodio violento te mostrás cariñoso y atento, le regalás cosas y le prometés que nunca más volverás a golpearle o insultarle y que «todo cambiará»?
Sí___ A veces___ Rara vez___ No___
16. ¿Amenazás con quitarle los hijos?
Sí___ A veces___ Rara vez___ No___





Abuso económico y privilegio de ser hombre

17. ¿Tratás de evitar que tu compañera consiga trabajo o mantenga el que tiene?
Sí___ A veces___ Rara vez___ No___
18. ¿Controlás estrictamente sus ingresos o el dinero que le entregás, originando discusiones?
Sí___ A veces___ Rara vez___ No___
19. ¿Tratás a la mujer como sirvienta? ¿Actuás como el “rey” de la casa?
Sí___ A veces___ Rara vez___ No___
20. ¿Tomás las decisiones importantes vos solo sin consultarle a ella?
Sí___ A veces___ Rara vez___ No___

Violencia

21. ¿Le has golpeado con tus manos, con un objeto o le has lanzado cosas cuando te enojas o discuten?
Sí___ A veces___ Rara vez___ No___
22. ¿La has empujado, sacudido, levantado en el aire o puesto el pie para que se caiga?
Sí___ A veces___ Rara vez___ No___
23. ¿Le has arrancado la ropa cuando discuten?
Sí___ A veces___ Rara vez___ No___
24. ¿La has perseguido por la casa para agredirla físicamente?
Sí___ A veces___ Rara vez___ No___
25. ¿Exigís a tu compañera llevar a cabo actos sexuales sin su consentimiento?
Sí___ A veces___ Rara vez___ No___
26. ¿Nunca aceptas un NO por respuesta?
Sí___ A veces___ Rara vez___ No___
27. ¿La culpás a ella de causar tu comportamiento abusivo?
Sí___ A veces___ Rara vez___ No___



Resultados “Índice de abuso”

Cálculo del Puntaje:

- Por cada respuesta SI anota 3 puntos;
- Por cada respuesta A VECES anota 2 puntos;
- Por cada respuesta RARA VEZ anota 1 punto;
- Las respuestas NO tienen 0 punto.

Para obtener tu puntaje, simplemente suma todos los puntos asignados a tus respuestas. La suma total es tu «Índice de Abuso».

0 a 20: RELACIÓN NO ABUSIVA. Tal vez existen algunos problemas que se presentan comúnmente en los hogares, pero se resuelven sin violencia.

21 a 40: PRIMER GRADO DE ABUSO. La violencia en la relación está comenzando. Es una situación de ALERTA y un indicador de que la violencia puede aumentar en el futuro.

41 a 60: ABUSO SEVERO. Una mujer, en este punto de la escala, necesita considerar seriamente la búsqueda de ayuda institucional o personal; y dejar la casa provisoriamente.

61 a 81: ¡ABUSO PELIGROSO! Ella necesita considerar de forma URGENTE la posibilidad de dejar la relación (de forma temporal o no) y obtener apoyo externo (policial, legal). El problema de violencia no se resuelve por sí mismo o con sólo desearlo ambos. Su vida puede llegar a estar en peligro de muerte en más de una ocasión o su salud física o mental, quedar permanentemente dañada.

Alternativas de Apoyo

Si al contestar el cuestionario te has dado cuenta de que vives algún grado de abuso y que tu pareja sufre la violencia que usas como una forma de resolver conflictos, te recomendamos algunas alternativas de apoyo:

- Responsabilizarnos de nuestros actos y expresiones
- Estar conscientes de que NO HAY JUSTIFICACIÓN PARA LA VIOLENCIA.
- Cuando identifiques los momentos críticos de violencia respira profundamente y sale a caminar o hacer ejercicios. Escuchar música puede ayudar.
- Escuchar, conversar y negociar sobre las posiciones que tienden a desembocar en episodios de violencia.
- Pedir ayuda profesional (hay servicios públicos y privados).
- Acudir a la Red de Hombres contra la Violencia, u organismos similares que en tu localidad se este conformando para enfrentar problemáticas familiares.

Recuerda, para tener ayuda hay que pedirla.



Reflexión plenaria:

La facilitación promueve la reflexión alrededor del formulario a partir de la pregunta cómo se sintieron llenándolo. De forma voluntaria solicita que compartan su puntaje en relación a la violencia ejercida, así como sus compromisos de cara a erradicar esas prácticas violentas de su vidas.

Descripción de la técnica: Análisis de casos

Objetivo:

Reconocer distintas situaciones generadoras de inequidad y violencia en las relaciones de género mediante el análisis de casos.



Total de Tiempo: 1 h. y 45´

Realización del ejercicio mediante el trabajo de grupos 45´

Reflexión plenaria 60´



Materiales necesarios

Hoja con el estudio de caso; marcadores y papelógrafos (para sistematizar aportes de los/as participantes) y demás requerimientos del grupo para la presentación creativa de los resultados.

La facilitación estructura este espacio alrededor de la metodología de análisis de casos a través de la cual en grupos se reflexiona, desde una mirada de género sobre distintos temas, frente a los cuales en grupo se buscan alternativas de solución.

Luego de constituir los grupos la facilitación solicita que previo al análisis, cada persona se ponga en situación, es decir, asuma como propia la problemática planteada en el caso. Las preguntas clave se plantearon alrededor de los sentimientos generados con el caso y las alternativas de cambio identificadas. En un segundo momento cada grupo comparte sus reflexiones en la plenaria, esta parte puede hacerse mediante la presentación de una resumen de la reflexión y de contar con el tiempo suficiente, mediante una presentación creativa.



EXPOSICIÓN DE CASOS:

EL PADRE JULIAN Y SUS PUPILOS

La llegada del padre Julián significó el progreso para el pueblo, no solamente reconstruyó la iglesia e hizo una escuela, sino también gracias a sus vínculos con países extranjeros consiguió dinero para ofrecer micro-créditos, lo que mejoró el bienestar de todos y todas. Además, de eso se preocupó siempre por darle a los/as jóvenes la posibilidad de estudiar. El padre se llevó a vivir a la casa cural a varios pre-adolescentes y adolescentes para ayudarles a completar sus estudios de secundaria y a algunos, estudios universitarios.

Hace 15 días uno de sus pupilos amaneció colgado dentro de la casa cural y la Policía encontró una carta en la que el chaval de 16 años decía que desde su llegada el padre lo había sometido a todo tipo de amenazas, intimidación y abuso sexual y como ya no soportó esa situación decidió quitarse la vida. La carta también decía que la mayor parte de los muchachos habían sufrido estos abusos. Cuando se supo el contenido de la carta, la gente del pueblo comentó que eso ya se sabía, pero que sobre todas las cosas el padre Julián había sido un buen benefactor.

LA MARÍA Y SU DILEMA

El día sábado María visita a su madre, la acompañan sus hijos de 6, 8 y 10 años. Doña Luisa la nota triste, llorosa, con un ojo morado y moretones en los brazos y piensa “ya pasó otra vez” ¿Qué puedo hacer? En eso llega Francisco, marido de María y Doña Luisa le ofrece algo de comer y beber. Cuando termina de comer, el marido le ordena a María que lo siga con sus hijos de regreso a casa. Doña Luisa con los ojos llorosos se despide de su hija diciéndole: “Que Dios te bendiga y te proteja”.

EL NOVIAZGO DE SILVIA Y JUAN

Silvia tiene 15 años, estudia 3er año de secundaria. Es muy linda, popular, comunicativa y alegre. Todos/as le auguran muchos éxitos en su vida. Tiene muchas capacidades para ser lideresa. Hace poco ella conoció en una fiesta de 15 años a Juan, él tiene 20 años y estudia derecho en la capital. El padre de Juan es ganadero y su mamá es ama de casa.

Juan es el mayor de 3 hijos, es una persona callada y ha sufrido la violencia de su padre hacia su madre. Juan se enamora profundamente de Silvia, pero como la mayor parte de la semana la pasa en Managua comienza a temer que Silvia frecuente a otros jóvenes, por lo que comienza a imponer algunas limitantes a la conducta de Silvia, como por ejemplo: Que no salga de la casa después que regrese de clase; le establece una lista de amigos/as a quien frecuentar; le prohíbe usar pantalones y falda corta; le prohíbe cortarse el cabello. Además Juan se alía con unos amigos para que la vigilen. Como es un pueblo pequeño muchos/as se dan cuenta de las normas de Juan y comienzan a participar de esa vigilancia.



MARTHA Y SUS HIJOS

Cuando Martha fue abandonada por su marido se quedó con sus dos hijos de 14 y 12 años. Entre las muchas cosas que pensó es que criar a sus hijos hombres sin un padre sería difícil porque son más duros de criar y controlar. Este pensamiento fue reafirmado por su madre y su padre, lo que llevó a Martha a imaginar que sus hijos podrían perderse volviéndose drogadictos, pandilleros o delincuentes. Se sintió totalmente sola y confundida.

Los hijos de Martha hasta el momento del abandono, eran buenos estudiantes, muy llevaderos y tranquilos. Desde que el padre los abandonó ellos estaban tristes e inseguros, mirando con preocupación a la mamá a la que notaban muy insegura, lo que aumentaba su incertidumbre. Cuando estaban juntos casi no se hablaban y se sentían cada vez más alejados.

De pronto el rendimiento escolar de los muchachos comenzó a decaer y Martha sintió que las peores profecías comenzaban a cumplirse, llena de pánico estableció medidas de disciplina respecto a los estudios utilizando castigos físicos cuando sus hijos actuaban de manera diferente a lo que ella esperaba. Por su parte, éstos se sentían injustamente tratados y comenzaron a no respetar las reglas impuestas por la madre, iniciándose entre la madre y los hijos una espiral de violencia y resentimiento.

¿MUJERES MALAS O BUENAS?

Las tres hermanas Ruíz quedaron huérfanas de madre a los 17 años, 15 y 13 años respectivamente. El padre, un finquero, pasaba mucho tiempo tierra adentro por lo que estas quedaban solas, asumió la responsabilidad de la casa la hermana mayor. La gente del barrio comenzó a criticar al padre diciendo que era un irresponsable, desobligado, desamorado, etc., pues decían que las chavalas corrían peligro al pasar solas mucho tiempo.

Según los chismes del barrio no había nadie que les pusiera límite, haciendo lo que les daba la gana y exponiéndose a los hombres. Algunos de los hombres del barrio se acercaban a exponerles los peligros a los que se enfrentaban y a prevenirles que fueran más recatadas, que no abrieran la puerta, que no se les ocurriera salir solas, que no se maquillaran ni arreglaran y que mucho menos se les ocurriera ponerse ropas chingas provocativas.

Las mujeres jóvenes del barrio comenzaron a comentar que las tres jóvenes estaban solas y empezaron a visitarles. Los hombres del pueblo por su parte empezaron a apostar sobre quien de ellas sería la primera en sostener una relación sexual con uno de los hombres que las frecuentaban. En este contexto uno de los muchachos intentó violar a una de las jóvenes.

Cuando las jóvenes pidieron ayuda a su comunidad los mayores dijeron ¿Por qué se quejan? Si ustedes se lo han buscado, pues su actitud calentaba a los hombres, demostrando siempre ser mujeres fáciles que más bien acarrearán problemas a los hogares de la comunidad. Al cabo de un tiempo las tres hermanas se fueron a otro pueblo.



ROBERTO Y LAS BURLAS DE SUS AMIGOS

Roberto es un hombre con mucha iniciativa, muy sociable con capacidad de interacción y participativo, con entusiasmo en todas las tareas de su casa y en la escuela, manifestándose siempre como una persona amigable, abierta y servicial.

Roberto vivía con su abuela materna y tres tías. Si bien en la escuela era muy competente en todos los ámbitos de estudio, era torpe en los deportes y los compañeros y maestros comenzaron a decirle que era muy delicado, que parecía una niña, que era diferente y comenzaron a ponerles sobre-nombres que acentuaban su supuesta feminidad.

Él no comprendía bien lo que pasaba y estaba triste y avergonzado. Al entrar en la adolescencia las bromas se acentuaron. Los compañeros le tocaban las nalgas y le decían que llegaría el momento que las entregaría. Todo esto generó confusión y aunque deseaba compartir con alguien lo que le pasaba no se sentía en confianza ni con su familia ni con ninguna otra persona adulta.

Un día uno de sus compañeros lo trato de homosexual y se fue a buscar al diccionario el significado de esta palabra lo cual le provocó más confusión. A sus 14 años decidió tener novia para dejar de llamar la atención de sus compañeros. La información obtenida y las actitudes de sus compañeros influyó mucho en él y comenzó a preguntarse ¿Seré yo un homosexual? A medida que pasaba el tiempo sus compañeros acentuaban las bromas y Roberto se sentía avergonzado y triste, por lo que poco a poco se fue aislando y evitando situaciones públicas.



Descripción de la técnica: Video Foro “Poniéndome en los zapatos de las mujeres”



Objetivo:

Promover la empatía en los hombres a partir de un ejercicio de cambio de roles.

Total de Tiempo: 1 h. y 10´

Presentación de video (con la inclusión de la pausa a media película) 25´

Reflexión plenaria 45´



Materiales necesarios

Marcadores y papelógrafos (para sistematizar aportes de los/as participantes), guía de preguntas.

Presentación de video “Despierta Raimundo, despierta!”

Con el propósito de reflexionar sobre los roles tradicionales y sus efectos en nuestras vidas, se presenta el video “*Despierta Raimundo, despierta!*”. (El video se puede encontrar y descargar en Youtube). Asimismo, se les invita a prestar mucha atención en la letra de la canción con la que inicia y finaliza la película.

Letra inicial de la canción:

*Amaneció la gallina cantó
despierta la doña me toca
Raimundo despierta a Martita
un día más de trabajo, una rutina
amaneció la gallina cantó
amaneció...
amaneció la gallina cantó
Raimundo despierta a Martita
un día más de trabajo una rutina
la Martha se disgusta con Raimundo
están los niños llorando quiero leche con pan
vida de bohemia todo bar es un lindo placer
llega a casa sin tener nada que comer*

En el video se describe una relación de pareja en la que los roles tradicionales están invertidos, cada género asume los tareas, funciones, características (físicas, psicológicas y biológicas) del otro. Martha trabaja en un taller de mecánica, es de carácter violento e irresponsable para con la familia. Ella es quien lleva el ingreso económico y se divierte con sus amigas en las cantinas por la noche.



En cambio, Raimundo es quien se queda en la casa. Prepara la comida para su esposa y sus hijos e hijas, cocina, lava, plancha, en fin, realiza todas las labores domésticas. Asimismo, administra el poco dinero que Martha le deja para los gastos de la casa.

El conflicto de la trama se recrudece cuando Raimundo sale nuevamente “embarazado”, y aun con el miedo por la reacción de su esposa le cuenta sobre su estado. Al saberlo, ella reacciona de forma violenta y culpa a Raimundo por haberse descuidado. Acto seguido sale a emborracharse con sus amigas y regresa ebria maltratando a Raimundo por lo sucedido, llevándolo a la cama a empujones donde empieza a darle golpes.

La coordinación detiene el video cuando en medio del conflicto Raimundo intenta ahogar con una almohada a Martha.

¿Cómo se sienten?

Luego de la expresión de sentimientos la coordinación invita a los participantes a imaginar posibles finales.

¿Cómo termina la película?

El video termina cuando Raimundo se despierta y se da cuenta que todo había sido un sueño, por lo que reacciona de forma violenta contra Martha a la que de forma agresiva le da órdenes a la vez que suspira aliviado al despertar de su pesadilla.

Letra final de la canción:

*Amaneció el gallo ya cantó
amaneció...
el gallo ya cantó
despierta la doña me toca
Raimundo despierta a Martita
un día más de trabajo, una rutina
Raimundo descubrió que tuvo un sueño
y grita a Martita ponme ya el café
Raimundo se siente feliz porque el sueño ya se acabó
voy a golpear la puerta y luego me voy...*

La coordinación invita a los participantes a expresar nuevamente sus sentimientos y emociones. Esta vez tras el final de la película.



B. Técnica para trabajar el género entre hombres o entre mujeres

Descripción de la técnica: Video foro sobre la violencia de género

Objetivo:

Promover la reflexión sobre la violencia de género y generar conciencia y empatía con las mujeres que sufren violencia.



Total de Tiempo: 1 h. y 30´

Presentación del video 45´
Reflexión plenaria 45´



Materiales necesarios

Video, DVD y/o computadora, audio, marcadores y papelógrafos (para sistematizar aportes de los/as participantes).

Presentación de video “Ya no más”.

La facilitación presenta el documental “Ya no más” con el propósito de reflexionar sobre la violencia intrafamiliar en la realidad nacional y en nuestra propia vida.

Sinopsis

La violencia contra las mujeres, según la Organización de las Naciones Unidas, es la violación de derechos humanos más ocultada y más extendida en el mundo. Representa la primera causa de mortalidad e invalidez entre las mujeres de 15 a 45 años y provoca más muertes que los accidentes de tráfico, que el cáncer o que las mismas guerras.

Nicaragua no escapa de esa pandemia: ante la indiferencia y la insensibilidad generalizada, cada año mueren más de cincuenta mujeres a manos de sus parejas o parientes cercanos. La violencia contra la mujer se ha convertido en un drama humano de grandes proporciones, pero también es un drama social que genera pobreza e impide el desarrollo.

Este documental muestra la cruda realidad de la violencia machista reflejada en el testimonio de varias mujeres, que rompiendo el miedo y el silencio ofrecen sus voces para denunciar el drama oculto de muchas otras y gritar: ¡Ya no más!

La reflexión plenaria se puede desarrollar a partir de las siguientes preguntas: ¿Cómo se sintieron? ¿Qué escenas e historias le llamaron más la atención y por qué? ¿Qué reflexiones les generó el video? ¿Cómo los hombres y las mujeres podemos contribuir a la erradicación de la violencia de género? ¿Cómo los hombres pueden ser aliados de las mujeres?



C. Técnicas para el trabajo de género entre mujeres

Descripción de la técnica: Test de auto-violencia



Tiempo total: 40´

Objetivo:

Identificar y reconocer la violencia ejercida por nosotras mismas sobre nuestros cuerpos e integridad emocional. Promover la reflexión colectiva sobre la violencia en nuestras vidas.



Materiales necesarios

Test impreso.





¿EJERZO VIOLENCIA CONMIGO MISMA?

Edad: _____ Sector: *Rural* _____ *Urbano* _____ *Semi-Urbano* _____

Este cuestionario te puede ayudar a evaluar tu nivel de auto-estima y la forma en que te aprecias a vos misma, pues te ayuda a conocer expresiones de violencia que las mujeres utilizamos, que nos hacen daño y que nos afectan, incluso en nuestra salud. A veces lo hacemos o sentimos involuntariamente, otras veces conscientemente; por lo general, las mujeres queremos ser heroínas y sacrificarnos por los/as demás. ¿Qué tanta violencia puedes usar en tu contra? Ahora lo sabrás.

Instrucciones: Lee cada frase. Si lo que dice la frase se aproxima a tu realidad, favor marca con una X en la casilla de **“Con frecuencia”**. Si la frase no se corresponde con tu actuación, marca la casilla que dice **“Casi nunca”**.

1. Evito que las otras personas se den cuenta de mi dolor o sufrimiento.

a. Con frecuencia _____	b. Casi nunca _____
-------------------------	---------------------
2. Descuido mi aspecto físico.

a. Con frecuencia _____	b. Casi nunca _____
-------------------------	---------------------
3. Dejo de último las cosas que me gusta hacer.

a. Con frecuencia _____	b. Casi nunca _____
-------------------------	---------------------
4. Me avergüenzo de mis problemas y no quiero ver a nadie.

a. Con frecuencia _____	b. Casi nunca _____
-------------------------	---------------------
5. Si me enfermo no acostumbro reposar, ni tomar medicinas, mucho menos decir que estoy enferma.

a. Con frecuencia _____	b. Casi nunca _____
-------------------------	---------------------
6. Hago algunas cosas que no me gustan para agradar a las demás personas.
Ejemplos: Tengo relaciones sexuales sin desearlo; atiendo a las demás personas de la casa; dejo lo más rico de la comida para otros/as.

a. Con frecuencia _____	b. Casi nunca _____
-------------------------	---------------------
7. Me siento culpable cuando las cosas no me salen bien.

a. Con frecuencia _____	b. Casi nunca _____
-------------------------	---------------------
8. Me digo a mí misma frases negativas, por ejemplo: “soy una burra” ; “me tenía que pasar a mí”; “soy un desastre”; “qué pendeja que soy”; “que fea soy”.

a. Con frecuencia _____	b. Casi nunca _____
-------------------------	---------------------
9. Me cuesta mucho dejar que me mimen, que me cuiden y que me atiendan.

a. Con frecuencia _____	b. Casi nunca _____
-------------------------	---------------------





10. Me quedo callada al ser agredida física o psicológicamente.
a. Con frecuencia_____ b. Casi nunca_____
11. Trabajo o estudio en exceso.
a. Con frecuencia_____ b. Casi nunca_____
12. Tomo licor y/o fumo.
a. Con frecuencia_____ b. Casi nunca_____
13. Consumo drogas o fármacos sin prescripción médica.
a. Con frecuencia_____ b. Casi nunca_____
14. Respondo a los halagos y reconocimientos como si no los mereciera.
a. Con frecuencia_____ b. Casi nunca_____
15. Me siento incómoda con algunas partes de mi cuerpo.
a. Con frecuencia_____ b. Casi nunca_____
16. Me arriesgo a las enfermedades de transmisión sexual por no protegerme.
a. Con frecuencia_____ b. Casi nunca_____
17. Como todo lo que me gusta, aunque no sea saludable.
a. Con frecuencia_____ b. Casi nunca_____
18. Duermo poco y me levanto cansada.
a. Con frecuencia_____ b. Casi nunca_____
19. Soy la última en servirme y comer.
a. Con frecuencia_____ b. Casi nunca_____
20. Consumo mis alimentos de pie.
a. Con frecuencia_____ b. Casi nunca_____
21. Me como las sobras de comida que deja cualquier miembro de mi familia.
a. Con frecuencia_____ b. Casi nunca_____
22. Tengo dificultad para pedir y aceptar ayuda.
a. Con frecuencia_____ b. Casi nunca_____
23. Me siento culpable cuando invierto dinero en gustos y antojos personales.
a. Con frecuencia_____ b. Casi nunca_____
24. Me cuesta aceptar el afecto o cariño de otras personas hacia mí.
a. Con frecuencia_____ b. Casi nunca_____



CÁLCULO DEL PUNTAJE:

Anotá un punto por cada respuesta “Con frecuencia”. Si la suma de ellas es mayor a 11 puntos, es posible que estés ejerciendo mucha violencia hacia vos misma y debés revisar y transformar esa condición lo antes posible.

Si la suma de los puntos es igual o menor a 12, podés hacer lo siguiente: Anotá en una hoja lo contrario de cada frase que marcaste “Con frecuencia” y agrégala a tu lista de compromisos para el cambio. Por ejemplo, si anotaste “Con frecuencia” en la frase No. 24, escribirás: “Voy a aceptar el afecto y cariño de las otras personas hacia mí”, y así sucesivamente.

Descripción de la técnica: Test sobre violencia recibida en la relación de noviazgo

Objetivo:

Identificar y reconocer la violencia sufrida “por amor” en la etapa de noviazgo y sus consecuencias en el cuerpo e integridad emocional en las mujeres adolescentes y jóvenes.

Promover la reflexión colectiva sobre la violencia en nuestras vidas.



Tiempo total: 40'



Materiales necesarios

Test impreso.





¿VIVO VIOLENCIA EN MI RELACIÓN DE NOVIAZGO?

Fecha: _____ Edad: _____

Sector: *Rural* _____ *Urbano* _____ *Semi-Urbano* _____

Este ejercicio puede ayudarte a evaluar si existe una situación de riesgo en tu relación de noviazgo. Hay distintas formas de control y maltrato contra una mujer y a veces confundimos estas actitudes con el amor. Al terminar el ejercicio lee con cuidado las instrucciones que aparecen al final del texto para conocer tu Índice de Alerta: así podrás saber si vivís violencia en tu noviazgo.

Marca según corresponda: Siempre A veces Rara vez Nunca

1. Mi novio me controla a través del celular
Siempre___ A veces____ Rara vez____ Nunca____
2. Mi novio quiere decidir quiénes deben ser mis amistades.
Siempre___ A veces____ Rara vez____ Nunca____
3. Mi novio controla la ropa que uso, la música que escucho, cómo bailo y con quién bailo.
Siempre___ A veces____ Rara vez____ Nunca____
4. Me pregunta con insistencia si lo quiero y cuánto lo quiero.
Siempre___ A veces____ Rara vez____ Nunca____
5. Mi novio quiere saber con detalles lo que hago en mi tiempo libre.
Siempre___ A veces____ Rara vez____ Nunca____
6. Me presiona para tener relaciones sexuales.
Siempre___ A veces____ Rara vez____ Nunca____
7. Controla mi peso y mi aspecto físico.
Siempre___ A veces____ Rara vez____ Nunca____
8. Me calla.
Siempre___ A veces____ Rara vez____ Nunca____
9. Me levanta la voz.
Siempre___ A veces____ Rara vez____ Nunca____
10. Me aprieta el brazo, me jala o me machuca.
Siempre___ A veces____ Rara vez____ Nunca____





11. Me pide las contraseñas de mi correo electrónico y demás redes sociales.
Siempre___ A veces____ Rara vez____ Nunca____
12. Me revisa el celular.
Siempre___ A veces____ Rara vez____ Nunca____
13. Me prohíbe salir sin él.
Siempre___ A veces____ Rara vez____ Nunca____
14. Mi novio quiere saber lo que platico con mis amigos y amigas.
Siempre___ A veces____ Rara vez____ Nunca____
15. Mi novio me exige no guardar secretos para él.
Siempre___ A veces____ Rara vez____ Nunca____
16. Me revisa o huele para saber si he estado con alguien más.
Siempre___ A veces____ Rara vez____ Nunca____
17. Tener novio me hace sentir más segura.
Siempre___ A veces____ Rara vez____ Nunca____
18. Pienso con miedo en la soledad si mi novio me dejara.
Siempre___ A veces____ Rara vez____ Nunca____
19. Mi novio ejerce algún tipo de violencia sobre mí.
Siempre___ A veces____ Rara vez____ Nunca____
20. Por amor a mi novio acepto sus expresiones de violencia.
Siempre___ A veces____ Rara vez____ Nunca____



“ÍNDICE DE ALERTA”

Para obtener tu puntaje, simplemente suma todos los puntos según el valor asignado a cada respuesta en la tabla a continuación. La suma total indicará tu «Índice de Alerta».

SIEMPRE	A VECES	RARA VEZ	NUNCA	TOTAL
3 puntos	2 puntos	1 punto	0 puntos	

0 a 15 puntos: *RELACIÓN CONSIDERADA ESTABLE BAJO LAS CONDICIONES DE UN SISTEMA PATRIARCAL.* Evitá que en tu relación de pareja se den situaciones que dañen tu dignidad y autoestima. Es importante establecer los límites y acuerdos para una relación sana y exitosa.

16 a 30 puntos: *RELACIÓN DE CONTROL.* Tenés que estar ALERTA porque del control al abuso hay un paso. Buscá cómo establecer una comunicación más franca y horizontal con tu novio. Ambos son responsables de sostener en esta relación el respeto y la confianza en igualdad de derechos y obligaciones.

31 a 40: *RELACIÓN DE ALTO RIESGO.* Revisá bien esta relación que vislumbra altos riesgos de violencia. Ya estás viviendo situaciones que perjudican tu integridad física y psicológica.

41 a más: *RELACIÓN VIOLENTA.* Terminá con esta relación que no te conviene. Si decidís continuar con él te espera una vida de dolor y sufrimiento, e incluso el riesgo de perder tu vida.



Descripción de la técnica: Test de la violencia recibida en la relación de pareja

Objetivo:

Identificar y reconocer la violencia sufrida “por amor” en la relación de pareja y sus consecuencias en el cuerpo e integridad emocional en las mujeres.
Promover la reflexión colectiva sobre la violencia en nuestras vidas.



Tiempo total: 40'



Materiales necesarios

Test impreso.





¿VIVO VIOLENCIA EN MI RELACIÓN DE PAREJA?

Fecha: _____ Edad: _____

Sector: *Rural* _____ *Urbano* _____ *Semi-Urbano* _____

Este cuestionario puede ayudar a evaluar si vives una situación de violencia intrafamiliar con tu pareja pues hay distintas formas de maltrato contra una mujer. Después de contestarte cada pregunta, suma el puntaje total y compáralo con el Índice de Abuso; podrás saber si estás viviendo una situación potencialmente violenta, si estás sufriendo maltrato o estimar cuán peligrosa es esta relación.

Marca según corresponda: Siempre A veces Rara vez Nunca

1. La relación con mi pareja me ha alejado de mis amistades y familiares cercanos.
Siempre___ A veces_____ Rara vez_____ Nunca_____
2. Mi pareja me controla a través del celular, ya sea con llamadas insistentes o revisando mis llamadas y chats.
Siempre___ A veces_____ Rara vez_____ Nunca_____
3. Actúa con desconfianza, como si le estuviera siendo infiel.
Siempre___ A veces_____ Rara vez_____ Nunca_____
4. Me revisa o huele para saber si he estado con alguien más.
Siempre___ A veces_____ Rara vez_____ Nunca_____
5. Mi pareja critica mi apariencia física y mi forma de vestir, pues dice que desea que yo sea su mujer ideal.
Siempre___ A veces_____ Rara vez_____ Nunca_____
6. Expresa insatisfacción sobre las tareas que realizo en la casa, por ejemplo, la comida, la limpieza o el orden.
Siempre___ A veces_____ Rara vez_____ Nunca_____
7. Expresa que no soy, o que no seré capaz de educar bien a nuestros hijos/as.
Siempre___ A veces_____ Rara vez_____ Nunca_____
8. Mi pareja controla mis ingresos para garantizar su buen uso en los gastos del hogar.
Siempre___ A veces_____ Rara vez_____ Nunca_____





9. Mi pareja, cuando se enoja conmigo, me castiga con el silencio o la indiferencia
Siempre___ A veces_____ Rara vez_____ Nunca_____
10. Cuando mi pareja está muy enojada, me grita.
Siempre___ A veces_____ Rara vez_____ Nunca_____
11. Mi pareja me trata mejor cuando estamos acompañados de otras personas, que cuando estamos solos.
Siempre___ A veces_____ Rara vez_____ Nunca_____
12. Pienso que yo soy la culpable de los problemas, ya sea en la relación de pareja o la relación con los hijos/as.
Siempre___ A veces_____ Rara vez_____ Nunca_____
13. Mi pareja me ha golpeado, empujado o pellizcado.
Siempre___ A veces_____ Rara vez_____ Nunca_____
14. Me ha amenazado con hacerme daño.
Siempre___ A veces_____ Rara vez_____ Nunca_____
15. Me he visto forzada por mi pareja a tener relaciones sexuales.
Siempre___ A veces_____ Rara vez_____ Nunca_____
16. Mi pareja me ha amenazado de hacer daño a personas cercanas.
Siempre___ A veces_____ Rara vez_____ Nunca_____
17. He recibido ayuda o atención por lesiones que mi pareja me ha causado.
Siempre___ A veces_____ Rara vez_____ Nunca_____
18. Mi pareja me exige no guardar secretos para él.
Siempre___ A veces_____ Rara vez_____ Nunca_____
19. Pienso con miedo en la soledad si mi pareja me dejara.
Siempre___ A veces_____ Rara vez_____ Nunca_____
20. Por amor a mi pareja acepto sus expresiones de violencia.
Siempre___ A veces_____ Rara vez_____ Nunca_____



“ÍNDICE DE ALERTA”

Para obtener tu puntaje, simplemente suma todos los puntos según el valor asignado a cada respuesta en la tabla a continuación. La suma total indicará tu «Índice de Alerta».

SIEMPRE	A VECES	RARA VEZ	NUNCA	TOTAL
3 puntos	2 puntos	1 punto	0 puntos	

0 a 15 puntos: *RELACIÓN CONSIDERADA ESTABLE BAJO LAS CONDICIONES DE UN SISTEMA PATRIARCAL.* Evitá que en tu relación de pareja se den situaciones que dañen tu dignidad y autoestima. Es importante establecer los límites y acuerdos para una relación sana y exitosa.

16 a 30 puntos: *RELACIÓN DE CONTROL.* Tenés que estar ALERTA porque del control al abuso hay un paso. Buscá cómo establecer una comunicación más franca y horizontal con tu pareja. Ambos son responsables de sostener en esta relación el respeto y la confianza en igualdad de derechos y obligaciones.

31 a 40: *RELACIÓN DE ALTO RIESGO.* Revisá bien esta relación que vislumbra altos riesgos de violencia. Ya estás viviendo situaciones que perjudican tu integridad física y psicológica.

41 a más: *RELACIÓN VIOLENTA.* Terminá con esta relación que no te conviene. Si decidís continuar con él te espera una vida de dolor y sufrimiento, e incluso el riesgo de perder tu vida.



TEMA 6. TÉCNICAS PARA CIERRE DE TALLERES

A. Técnica para trabajar el género entre hombres o entre mujeres

Descripción de técnica: En la búsqueda de soluciones colectivas “El nudo”



Total de Tiempo: 1 h. y 10´

Realización del ejercicio 25´
Reflexión plenaria 45´

Objetivo:

Encontrar pistas personales y colectivas para la búsqueda de la equidad de género.



Materiales necesarios

Test impreso.

La facilitación invita a las y los participantes a formar un solo grupo (molote) y solicita que levanten las manos hacia arriba y tomen la mano de un compañero/a (condición esencial es que no tomemos nuestra propia mano). Luego, les solicita estirarse sin soltarse.

El producto final será un nudo que el grupo tendrá la misión de desenredar sin soltarse de las manos. La facilitación da un tiempo máximo de 25 minutos para dicha tarea. Al final, habiéndose desenredado el nudo o no, la facilitación promueve el rescate de los aprendizajes generados con la dinámica.

Las preguntas generadoras del debate pueden ser: ¿Cuál era el problema? ¿Cómo lo resolvieron o por qué no lo resolvieron? En caso afirmativo ¿Cuáles fueron las claves para su solución? ¿Qué tiene que ver el ejercicio con nuestras relaciones de género? ¿Qué papel juega el colectivo para la solución de los problemas?



B. Técnicas para trabajar el género entre hombres

Descripción de técnica: En busca del hombre que quiero ser

Objetivo:

Preparar las bases para el planteamiento de nuevas prácticas masculinas.



Total de Tiempo: 1 h. y 20'

Realización del ejercicio de visualización guiada (prospección) 20'

Trabajo personal 15'

Reflexión plenaria 45'



Materiales necesarios

Música (preferiblemente sin letra y de relajación), marcadores y papelógrafos (para sistematizar aportes de los/as participantes).

Reconstruyendo nuestra masculinidad (visualización guiada)

En la búsqueda de pistas de cambio que fortalezcan los procesos de transformación de la identidad masculina se facilita una prospección sobre cómo queremos ser.

Vamos a irnos de este lugar a la casa donde vivimos para encontrarnos con la gente con quien vivimos. Estamos ahí frente a la esposa, hijos, sobrinos, abuelos, etc., y los vemos a la cara. Mientras los observamos reflexionemos ¿Cómo hemos venido actuando y cómo nos gustaría actuar en adelante? ¿Qué actitudes y conductas me gustaría cambiar hacia cada una de estas personas? ¿Al cambiar los conflictos, dolores y problemas qué efectos positivos espero generar?

Reflexiono y las veo nuevamente ¿Qué expresión tienen? ¿Cómo vamos a ser en adelante? Ahora salgo de mi casa de habitación y me encuentro con las personas con quien trabajo y las veo a los ojos y me pregunto ¿Qué me gustaría cambiar con mi equipo de trabajo? ¿Cómo impactaría en la calidad y productividad de mi trabajo ese cambio? Ahora vamos a pasar al espacio de la comunidad (barrio y/o comunidad) ¿Cuáles son mis conductas prevalecientes en relación a ellos/as? ¿Qué quisiera cambiar?

Trabajo personal

Ahora regresamos al salón y a partir de las reflexiones generadas en este taller vamos a escribir qué es lo queremos cambiar en el ámbito familiar, laboral y comunitario.

Reflexión plenaria

Finalmente, la facilitación promueve que cada persona de manera voluntaria comparta sus reflexiones.



Descripción de técnica: La carta compromiso

Objetivo:

Crear una plataforma afectiva que permita concluir un proceso mediante el establecimiento de compromisos de cambio.



Total de Tiempo: 1 h. y 5'

Realización del ejercicio 20'
Reflexión plenaria 45'



Materiales necesarios

Música (preferiblemente sin letra y de relajación), papel tamaño carta color blanco, lapicero, marcadores y papelógrafos (para sistematizar aportes de los/as participantes).

Los compromisos constituyen una parte importante del taller, pues aterrizan a los participantes en su práctica cotidiana sirviéndoles de brújula en su proceso de transformación. Al final del taller la facilitación invita a los participantes a plantearse desde su propia realidad acuerdos dirigidos a transformar las relaciones de género en su vida.

La facilitación enfatiza en cosas concretas que se deciden cambiar, son trabajados de forma personal, de ahí que los mismos deben de ser lo más concretos posibles y no quedarse en lo general. Son compromisos encaminados a transformar la vida de cada uno, asumidos para transformar las relaciones de género en nuestras vidas. Son metas concretas que podemos hacer y que vamos a trabajar a partir de hoy en la cotidianidad.

Los compromisos se plantearán en forma de carta dirigida a una persona querida a la que contamos los descubrimientos (aprendizajes) generados a nivel personal, qué queremos cambiar, qué apoyos necesitamos y a quiénes le pedimos ese apoyo. Luego, en un segundo momento le describimos los aprendizajes surgidos a nivel comunitario, lo que quiero cambiar en ese nivel y los apoyos que necesito¹⁰.

Finalmente, la facilitación promueve que cada persona de manera voluntaria comparta sus compromisos de cambio como una forma de comprometerse con el colectivo.

¹⁰ La facilitación propició un ambiente de intimidad y de proximidad entre los participantes. Para ello, los invitó a que se sentaran en el suelo (formando un círculo) procurando estar lo más cerca posible del compañero a su lado.



C. Técnicas para trabajar el género entre mujeres

Descripción de la técnica: Transformando nuestras relaciones a través de los colores



Tiempo total: 2 h.

Primer momento 20'
Segundo momento 30'
Cuarto momento 30'
Quinto momento 40'



Objetivo:

Hacer uso del arte y la creatividad para conectarnos con nuestras emociones y transformar nuestras relaciones de género.

Materiales necesarios

Música de relajación, papel tamaño carta color blanco, papel tamaño doble carta color blanco, lapicero, marcadores de agua, acuarelas, pinturas de dedo, Crayolas.
Letra y música de “Color de Esperanza” de Diego Torres puede encontrarse en Internet.

Tema: Transformando nuestras relaciones

Se indica a las participantes que busquen un espacio dentro del salón donde se sientan cómodas para hacer una reflexión individual.

Primer momento: Se entrega a cada participante una hoja de papel. Se les pide pensar en tres relaciones (de carácter familiar, laboral, social, etc.) sobre las que reflexionaron en el taller, ya sea por ser conflictivas, armoniosas, o retadoras, y escribir las brevemente en el papel.

Segundo momento: Asociar un color a cada relación y escribir el nombre del color al lado de la situación expresada en el papel.

Tercer momento: Formar tríos libremente, buscar un espacio dentro del salón para compartir por qué el color que seleccionaron se asocia a cada relación.

Mientras comparten, la facilitación va colocando los papeles tamaño doble carta, pinturas de dedo y acuarelas, crayolas y marcadores de agua cerca de donde están ubicadas las participantes.

Cuarto momento: Se les explica que a partir de las relaciones y los colores que seleccionaron, van a realizar una obra de arte que muestre cómo sueñan esas mismas relaciones en el futuro.

Quinto momento: Ritual. Las participantes comparten acerca de su experiencia en el ejercicio. Para finalizar, se canta la canción “Color Esperanza” y se invita a las participantes a colgar sus obras de arte en un cordón previamente preparado para tal fin.



Descripción de la técnica: La flor de los aprendizajes

Objetivo:

Rescatar los aprendizajes y conocimientos adquiridos en el proceso del taller.



Tiempo total: 40'



Materiales necesarios

Música de relajación, marcadores de agua punta fina, cartulinas de color en forma de pétalos, cartulina de color cortada en círculo para simular el centro de la flor.

Se coloca el centro de la flor en la pared. Se colocan los pétalos y marcadores en el centro del salón y se ponen a disposición de las participantes para que anoten en cada pétalo un aprendizaje del taller, en pocas palabras y en letra grande para que todas los puedan leer. En un segundo momento se les solicita pegar los pétalos en la pared, alrededor del centro de la flor.

Para finalizar, se pide la colaboración de una voluntaria para que lea los aprendizajes expresados en la flor y se da un espacio de tiempo para aclaraciones y para que algunas participantes, si lo desean, puedan ampliar verbalmente sobre lo que escribieron de sus aprendizajes.

Nota: Esta técnica se puede también utilizar para evaluar el taller, utilizando distintos colores de pétalos para distinguir los distintos aspectos sobre los que se desea puntualizar.



D. EVALUACIÓN DEL TALLER

La evaluación de cada taller puede hacerse de manera verbal, o a través de dinámicas lúdicas. Independiente de la técnica que se emplee, es importante evaluar la percepción de los participantes acerca de los contenidos abordados, acerca de la metodología, de la logística y de la propia participación.

A continuación se presenta una propuesta de encuesta que recoge estos aspectos:

Descripción de la técnica: Encuesta de puntajes

EVALUACIÓN DEL TALLER

Taller No: _____ Fecha: _____



Califique del 1 al 10

<i>Aspectos a Evaluar</i>		<i>Puntaje</i>
1.	Importancia de este taller para usted	
2.	Papel de la facilitación	
3.	La metodología del taller	
4.	Tiempos asignados para cada tema	
5.	Calidad y organización de los módulos (materiales, logística, etc.)	
6.	Efectividad de los tiempos para opinar, compartir, preguntar	
7.	Nivel de comunicación entre participantes del taller	
8.	Responsabilidad y compromisos de participantes	
9.	Oportunidad de intercambiar con otras/os compañeros/as	
10.	Condiciones del local (espacio, limpieza, etc.	
11.	Calidad de alimentación y refrigerios	

Favor responder a las siguientes preguntas (se deja el espacio para la respuesta):

- ¿Qué es lo que más me gustó del taller?
- ¿Qué me llevo (aprendizajes, conocimientos, etc.) del taller?
- ¿Qué información recibida podré aplicar en mi vida?
- ¿Qué se podría mejorar en un próximo taller?



Descripción de la técnica: El repollo



Tiempo total: 40¹¹

Se prepara una pelota formada de hojas de papel, colocadas unas sobre las otras, simulando un repollo. En cada hoja la facilitación ha escrito una pregunta evaluativa sobre el desarrollo del taller, incluyendo además otras indicaciones que den animación al ejercicio, como por ejemplo, “acércate a la persona con quien menos te has relacionado en el taller y dale un abrazo”, o “dile unas palabras de ánimo a la persona que tienes al lado” “cántame tu canción favorita”. Las preguntas sobre el taller deben estar relacionadas a: Lo que más me gustó, lo que puede mejorar, la metodología, la participación, la logística, la relación entre las participantes, el aprendizaje más significativo.

En círculo y con músicaailable de fondo, las y los participantes pasan de mano en mano el repollo. Cuando la música se detiene, quien sostiene el repollo desprende la hoja externa, lee la pregunta y la responde. La dinámica continúa hasta leer todas las hojas que forman el repollo.



7. GLOSARIO



A

ANÁLISIS DE GÉNERO

Es una herramienta sistemáticas para estudiar las diferencias sociales y económicas entre las mujeres y los hombres. Se examinan las actividades, la situación, las necesidades, el acceso a los recursos y el control sobre ellos, así como su acceso a las oportunidades para progresar profesionalmente y a los niveles de dirección. Se estudian estos vínculos y otros factores en el contexto social, económico, político y el ambiente más amplio.

AGENTES DE SOCIALIZACIÓN

Conjunto de instituciones que sirven a las sociedades para orientar nuestra conducta de forma activa transmitiendo modos de actuar, de pensar o sentir así como valores morales propios de las sociedades, y son utilizados para asegurar la permanencia y perpetuación de sus estructuras: la familia, la escuela, la iglesia, el grupo de amigos, el partido político o los grupos de edad y, por supuesto, los medios de comunicación, entre otros.

B

BRECHAS DE GÉNERO

En la mayoría de las sociedades, las mujeres sufren desventajas sociales y económicas debido a la diferencia en la valoración de lo que supone “masculino”. Esos diferenciales en el acceso, participación, acceso y control de recursos, servicios, las oportunidades y los beneficios del desarrollo se conocen como brechas de género. El análisis de las brechas de género permite ver el alcance de las desigualdades en todos los ámbitos.

C

CORRESPONSABILIDAD DOMÉSTICA

Se refiere al reparto de las responsabilidades domésticas entre mujeres y hombres, es decir a favorecer la participación total de las mujeres en la vida pública potenciando la corresponsabilidad de los hombres en las actividades de ámbito familiar. Para ello es necesario cambiar la relación que existe entre lo público y lo privado, considerando que ambos espacios, interdependientes y complementarios en la vida, tienen la misma importancia.



D

DIVISIÓN SEXUAL DEL TRABAJO

Es la división del trabajo remunerado y no remunerado entre hombres y mujeres respectivamente, tanto en la vida privada como en la pública, en función de los roles de género tradicionalmente asignados. Este reparto tradicional de las tareas ha producido aprendizajes diferentes para hombres y mujeres, que se valoran de manera desigual dentro de la sociedad.

E

EMPODERAMIENTO

“Proceso por medio del cual las mujeres incrementan su capacidad de configurar sus propias vidas y su entorno, una evolución en la concientización de las mujeres sobre sí mismas, en su estatus y en su eficacia en las interacciones sociales” (Margaret Shuler).

El empoderamiento es un concepto complejo, multidimensional y de múltiples niveles, que abarca diferentes aspectos, además es un concepto que está en desarrollo. En su sentido más general, el empoderamiento se define como un proceso de cambio mediante el cual las mujeres aumentan su acceso a los mecanismos de poder en orden a actuar para mejorar su situación.

El concepto de empoderamiento también es específico al contexto y a la población, es decir, no significa lo mismo para todas las personas y en todos los sitios. Cuando hablamos de empoderamiento en género, se está hablando de algo más que de la apertura de los accesos a la toma de decisiones; también debe incluir los procesos que llevan a las personas a percibirse a sí mismas con la capacidad y el derecho a ocupar ese espacio decisorio.

EQUIDAD DE GÉNERO

El término equidad alude a una cuestión de justicia: es la distribución justa de los recursos y del poder social en la sociedad; se refiere a la justicia en el tratamiento de hombres y mujeres, según sus necesidades respectivas. En el ámbito laboral el objetivo de equidad de género suele incorporar medidas diseñadas para compensar las desventajas de las mujeres.

ESTEREOTIPOS

Son conjuntos de creencias o imágenes mentales muy simplificadas y con pocos detalles acerca de un grupo determinado de gente que son generalizados a la totalidad de los miembros del grupo. El término suele usarse en sentido peyorativo, puesto que se considera que los estereotipos son creencias ilógicas que sólo pueden ser desmontadas mediante la sensibilización, la reflexión y sobre todo la educación.



G

GÉNERO

Construcción cultural mediante la que se adscriben roles sociales, actitudes y aptitudes diferenciados para hombres y mujeres en función de su sexo biológico. Este concepto hace referencia a las diferencias sociales que, por oposición a las particularidades biológicas, han sido aprendidas, cambian con el tiempo y presentan multitud de variantes. Se utiliza para demarcar estas diferencias socioculturales entre mujeres y hombres que son impuestas por los sistemas políticos, económicos, culturales y sociales a través de los agentes de socialización y que son modificables.

I

IGUALDAD DE GÉNERO

Situación en la cual todos los seres humanos son libres para desarrollar sus capacidades personales y dueños de sus decisiones, sin ningún tipo de limitación impuesta por los roles tradicionales. En dicha situación se tienen en cuenta, se ponen en valor y se potencian las diferentes conductas, aspiraciones y necesidades de las mujeres y de los hombres, de manera igualitaria.

M

MACHISMO

Actitud y comportamiento de prepotencia ejercida generalmente por los hombres que impone como valor preponderante los rasgos diferenciales atribuidos al hombre y se expresa mediante actitudes discriminatorias, silenciadoras o despreciativas dirigidas contra las mujeres.

MISOGINIA

La misoginia ha sido considerada como un atraso cultural arraigado al concepto de superioridad masculina, en el cual el rol de la mujer es dedicarse exclusivamente al hogar y la reproducción. En la teoría feminista la misoginia está reconocida como una ideología política similar al racismo o el antisemitismo, existente para justificar y reproducir la subordinación de las mujeres por los hombres.



N

NUEVAS MASCULINIDADES/MASCULINIDADES IGUALITARIAS

Propuesta cuestionadora frente a los patrones culturales del patriarcado, no sólo en la dimensión personal, por ejemplo propiciando entre los hombres más y mejores modos de expresión emocional, sino en la dimensión estructural, comprometiéndose con la transformación del sistema mismo de las relaciones de género en sus dimensiones económica, política y cultural en un camino hacia la equidad.

P

PATRIARCADO

La antropología ha definido el patriarcado como un sistema de organización social en el cuál los puestos clave de poder, tanto político como religioso, social y militar, se encuentran, de forma exclusiva y generalizada, en manos de los hombres. El concepto de patriarcado resulta un eje fundamental en la lucha de todo el movimiento feminista, el cuál define el patriarcado como “el poder de los padres: un sistema familiar y social, ideológico y político con el que los hombres –a través de la fuerza, la presión directa, los rituales, la tradición, la ley o el lenguaje, las costumbres, la etiqueta, la educación y la división del trabajo– determinan cuál es o no el papel que las mujeres deben interpretar con el fin de estar en toda circunstancia sometidas a los hombres.”

R

RELACIONES DE GÉNERO

Son relaciones de poder que implican el dominio de unos y la subordinación de otras. Tal relación está sostenida por un sistema social y cultural patriarcal que lo justifica y reproduce a través de la asignación de características, roles y atribuciones a cada uno de los géneros, y que se expresa en la posibilidad diferenciada de control y acceso a recursos, espacios, información, conocimientos, etc.



T

TRABAJO REPRODUCTIVO

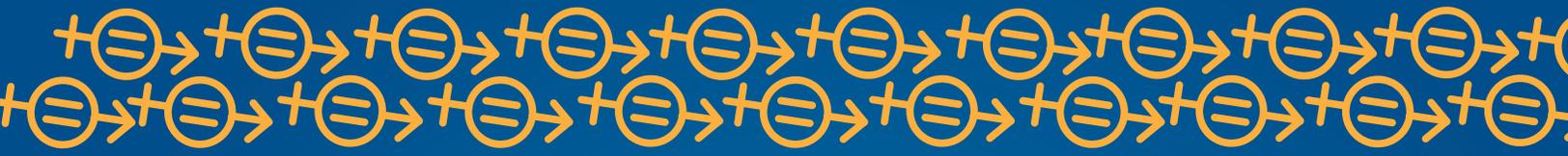
El desempeño generalmente en el ámbito doméstico, no retribuido, cuyo objetivo es garantizar el bienestar físico y psíquico de los miembros del grupo familiar. Comprende las tareas de cuidado del entorno y de las personas, incluidas las personas dependientes.

V

VIOLENCIA DE GÉNERO

Cualquier tipo de violencia, ya sea verbal, psicológica, física o sexual que se ejerce contra una persona en razón de su género y/o en razón de su identidad sexual. Dentro de este concepto se contiene el de violencia contra la mujer el cuál se define a su vez como todo acto de violencia basado en la pertenencia al sexo femenino que tenga o pueda tener como resultado un daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico para la mujer, tanto en el ámbito público como en el privado.





CANTERA

Centro de Comunicación y Educación Popular

