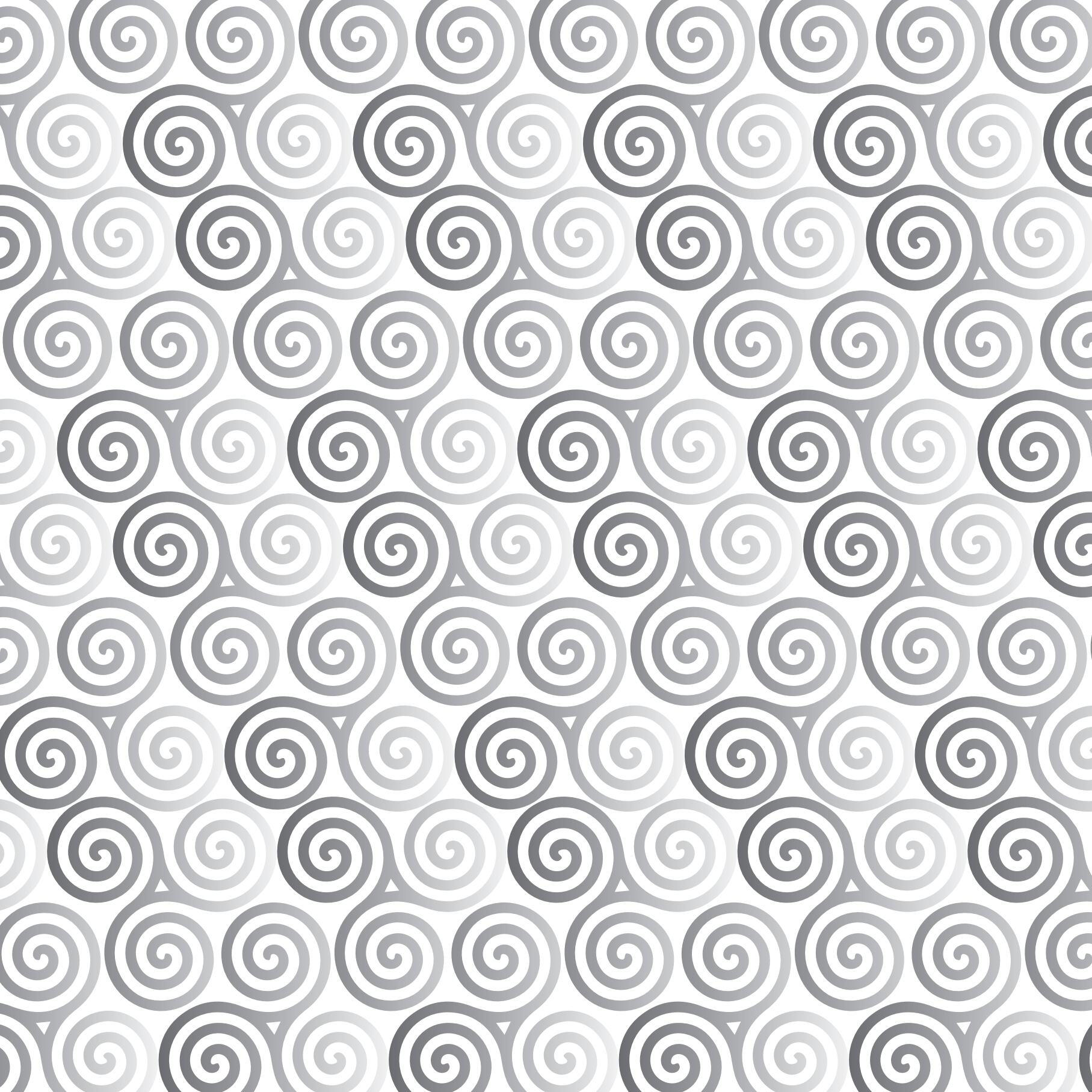
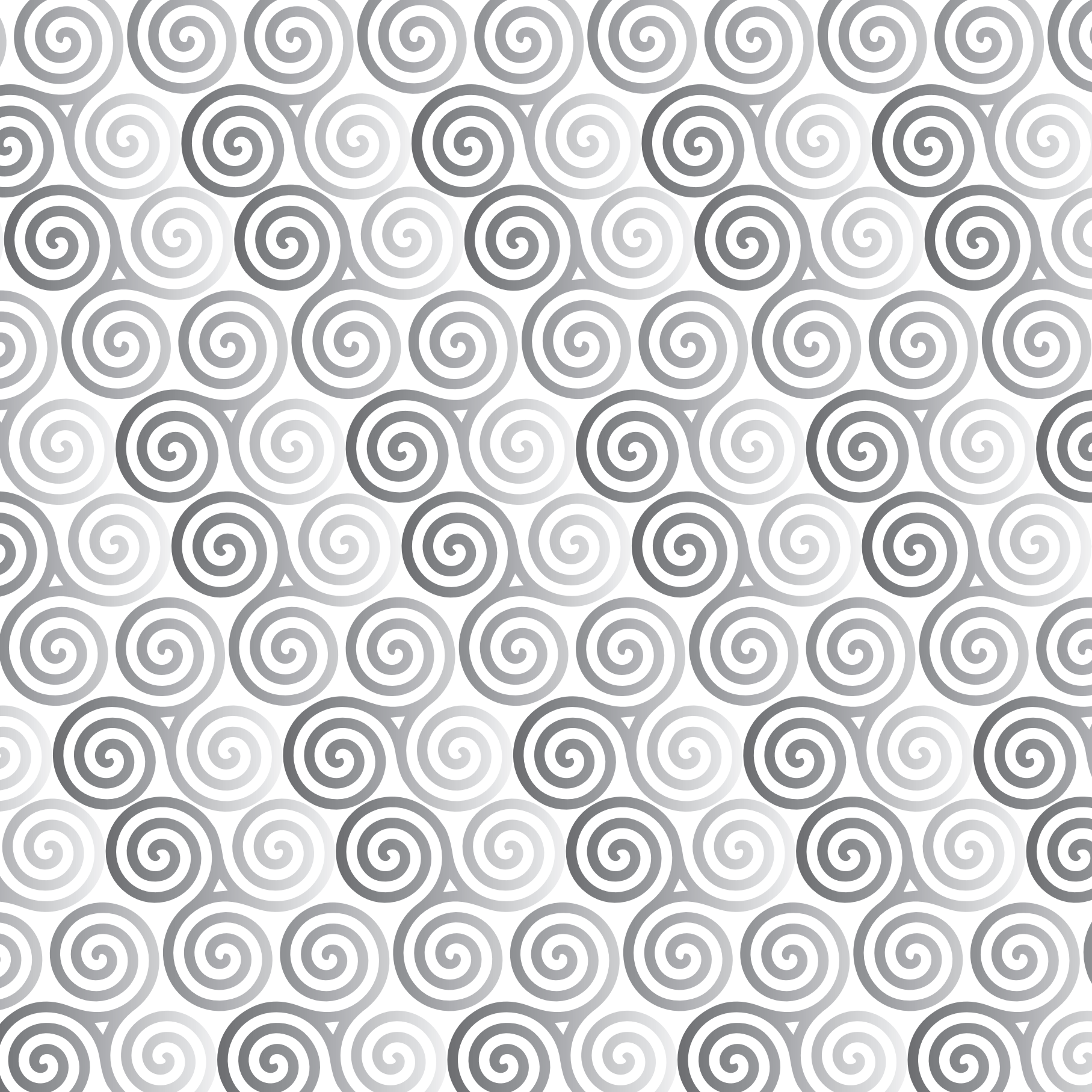
Travesía por la Paz





Travesía por la Paz

Contenido

INTRODUCCIÓN 7

¿QUÉ ES LA ESCUELA POLÍTICA? 10

¿A QUIÉN VA DIRIGIDA LA ESCUELA POLÍTICA? 10

¿CUÁLES SON LOS OBJETIVOS DE LA ESCUELA POLÍTICA? 11

¿CUÁL ES LA FINALIDAD LA ESCUELA POLÍTICA? 11

FUNDAMENTOS POLÍTICOS PEDAGÓGICOS Y SUS CARACTERÍSTICAS 12

GUÍA METODOLÓGICA: 14

ORIENTACIONES METODOLÓGICAS PARA CADA SESIÓN O ENCUENTRO 15

ESTRUCTURA Y RUTA TEMÁTICA Y METODOLÓGICA 18

METODOLOGÍA DE LA TRIPLE ESPIRAL 19

PIEL ADENTRO: LA INTERSECCIÓN DEL TRISKEL O LA POTENCIA DE LA FUERZA INTERIOR 20

ESPIRAL DE LAS RELACIONES 24

ESPIRAL DE LAS CONSTRUCCIONES POLÍTICAS 27

ESPIRAL DE LA ACCIÓN TRANSFORMADORA 30

DISEÑO PLANEACIÓN E INFORME POR SESIÓN (anexo 1 Y 2) 34

1. LANZAMIENTO DE LA ESCUELA Y RITUAL DE INICIO. 35

2. DIÁLOGO DE SABERES. 37

3. AUTOCONOCIMIENTO 39

4. CUERPO, CORPORALIDAD Y TERRITORIO 43

5. AMOR, EROTISMO, Y DIVERSIDAD SEXUAL 48

6. POETIZANDO LA VIDA Y SANANDO HERIDAS PATRIARCALES 50

7. CULTURA PATRIARCAL, CAPITALISMO Y NEOLIBERALISMO. 53

8. DEMOCRACIA, CIUDADANÍA, Y FEMINISMOS 57

9. DERECHOS HUMANOS. 60

10. ACUERDOS DE PAZ Y GÉNERO 64

11. MASCULINIDADES NO PATRIARCALES 68

12. NO VIOLENCIAS CONTRA LAS MUJERES 74

13. EMPODERAMIENTO 78

14. ENCUENTRO DE EXPERIENCIAS DE ARTIVISMO 80

15. CONSPIRACIÓN DE ACCIONES COLECTIVAS 82

16. MENSAJES, MODOS Y MEDIOS PARA LA MOVILIZACIÓN 84

17. TOKIO: COMUNICACIÓN PARA EL CAMBIO 87

18.AUTOCUIDADO 89

19. LABORATORIO-TALLER DE CREACIÓN NARRATIVA PARA LA MEMORIA Y LA PAZ 93

20. LABORATORIO-TALLER DE FOTOGRAFÍA PARA LA MEMORIA Y LA PAZ 96

21. AUTOCUIDADO 98

Las opiniones y hechos consignados en cada texto de esta obra son de exclusiva responsabilidad de sus autores. Solidaridad Práctica y ForumSYD no se hacen responsables, en ningún caso, de las opiniones de los autores.

7 de 2008
vida libre de
contra las
ieres
SEÑOR PRESIDENTE
CESAR ELIOT FORERO.
SEDE COMUNAL EL TRON
COMUNA 8: NO ALMALTRATO
PSICOLOGICO-VERBAL Y FISICO
A LA MUJER
BASTA YA
NI UNA MAS:

INTRODUCCIÓN

La Escuela Política: “Travesía por la Paz y la Equidad de Género”, se enmarca en el proyecto “Construcción de la Paz con un enfoque de género: Por una cultura de Paz y respeto por los Derechos Humanos de todos y todas”. Este proyecto, se realiza en la ciudad de Santiago de Cali, y es implementado por la Corporación para el Desarrollo Regional (CDR), en alianza con el Colectivo de Mujeres Pazíficas, con apoyo de Solidaridad Práctica y fondos de la Agencia de Cooperación Sueca (ASDI).

La Corporación para el Desarrollo Regional (CDR), instancia ejecutante del proyecto, es una organización de la sociedad civil sin ánimo de lucro, que nace en el año 2003 con el propósito de promover iniciativas locales que respetando los derechos humanos incentiven: la organización comunitaria, la participación social y política de las comunidades, la convivencia pacífica y el desarrollo local. La corporación trabaja con diversos grupos poblacionales, especialmente, con niñas, niños, jóvenes y mujeres. A su vez, cuenta con experiencia de acompañamiento a procesos con comunidades indígenas, afrodescendientes, campesinas y familiares de víctimas de desaparición forzada y desplazamiento.

Por su parte, Mujeres Pazíficas, es una colectiva que surge el año 2000 en la ciudad de Cali, con el objetivo de agenciar propuestas feministas de construcción de paz con justicia social para la sociedad colombiana, en donde se visibilice la importancia del papel de las mujeres en este proceso, y la necesidad de denunciar y transformar las condiciones y los determinantes de las violencias contra las mujeres en todos los ámbitos.

Producto del análisis de cómo las violencias afectan la vida y la felicidad de las mujeres, surgió entre mujeres académicas, activistas de Derechos Humanos de las mujeres y lideresas de procesos populares, la idea central que confirma la necesidad de crear un espacio de formación, reflexión e intercambio de saberes entre defensoras y defensores de Derechos Humanos, que además promueva su salud emocional y la capacidad para transformar su propia realidad y la de su contexto, lo cual llevó a retomar o reconstruir la propuesta de Escuela Política de Mujeres Pazíficas, enfocada a la equidad de género y construcción de paz.

Para ello, definimos como clave la implementación de esta Escuela de formación política, que permite el desarrollo del pensamiento político feminista y el fortalecimiento de los movimientos de mujeres, feministas, defensores y defensoras de Derechos Humanos, que gracias a esta apuesta política, filosófica y epistemológica, la conciben como un proceso que busca la equidad y el respeto por la dignidad de todos y todas, y el rechazo absoluto a todas las formas de opresión contra cualquier ser humano, en razón de su sexo, género, etnia, clase, nivel educativo, creencias religiosas, orientación sexual, identidad de género, etc., en especial de mujeres y niñas.

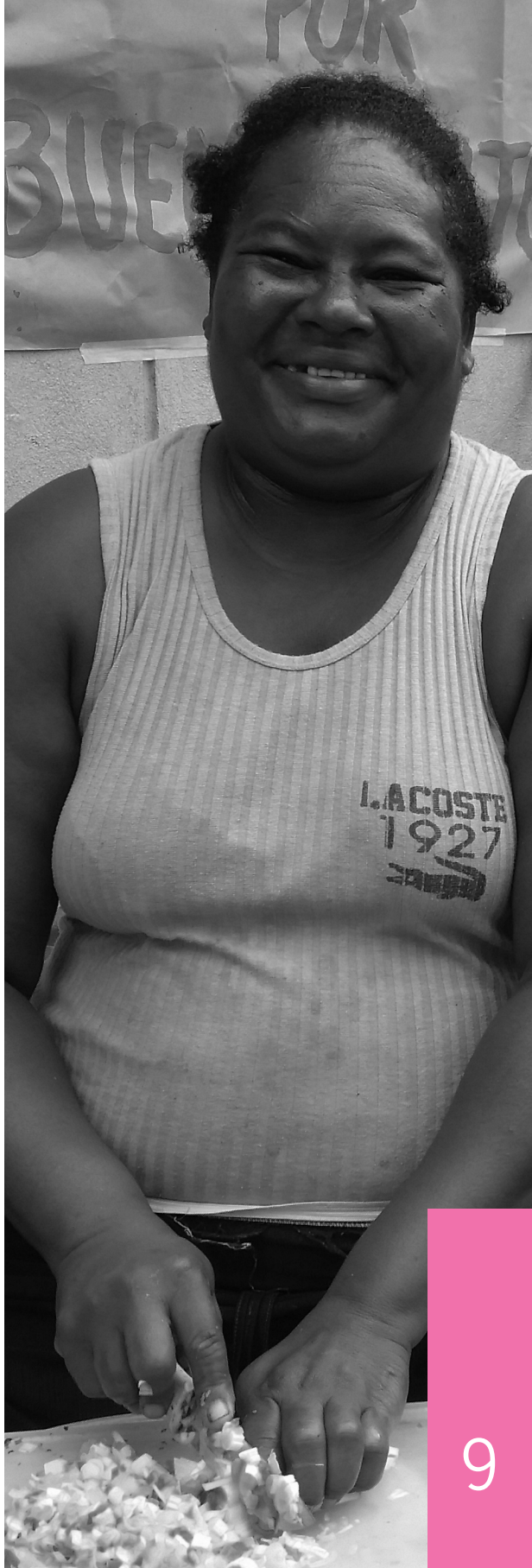
Para lograrlo, inicialmente se realizó una exploración de otras experiencias formativas feministas y no feministas, que permitió revisar aprendizajes y experiencias significativas, temas y desarrollos teóricos y metodológicos para priorizar y definir, que fueron llevados a espacios de socialización y decisión, especialmente con el Comité Académico de la Escuela (conformado por algunas integrantes de la colectiva Mujeres Pazíficas), creado para tal fin. Por otro lado, durante todo su desarrollo se mantuvo de parte de la Coordinación de la Escuela, la valoración de cada diseño, sesión por sesión, para que se cumplieran con los mínimos esperados por cada espiral y cada tema.
Con la entrega de esta cartilla, el proyecto, pretende aportar a las personas y organizaciones, una herramienta que promueva la vitalidad emocional desde el enfoque de género y permita a las y los participantes la réplica y/o el ajuste de todo lo necesario para su realización.

Se pretende, con la entrega de este material, que el ejercicio de la Escuela encuentre alternativas para continuar llevando el mensaje de la equidad y la igualdad por la ciudad, creando o afianzando junto con los y las participantes, otros mundos posibles, recuperando y fortaleciendo la vitalidad emocional que requerimos para seguir luchando desde nuestros territorios y nuestros propios cuidados

En el presente documento se encuentran los diseños que contienen la guía metodológica de los talleres. Dicha guía, incluye momentos paso a paso de la sesión, con sugerencias de técnicas y actividades para ser ajustados de acuerdo a las características particulares de los grupos con los que se trabajará. Las técnicas incluyen momentos individuales, grupales y plenarios. Cada uno de estos momentos es valioso en sí mismo y solicitamos darle su valor y tiempo necesario en el marco del proceso formativo. Además, se incluyen las sugerencias de documentos bibliográficos anexos, reflexiones, videos, imágenes, canciones o poemas.

Todo lo anterior con miras a promover el análisis crítico de la realidad individual y colectiva, la reflexión ética sobre los liderazgos, la participación, las prácticas políticas pedagógicas y organizativas, la vida "privada", las relaciones, el amor y la sexualidad, entre otros.

Queremos resaltar el valor y la importancia de la participación y el intercambio de saberes permanente que propone esta Escuela, a través del encuentro y transmisión de experiencias, pensamientos, aprendizajes, reflexiones, dudas, incertidumbres y emociones, que pueden ser expresados a través de múltiples formas y que dan cuenta de la diversidad y el respeto por la diferencia que acompaña el ejercicio de la Escuela. Lo que nos lleva a reconocer en cada una y cada uno un ser diverso, heterogéneo y diferente, teniendo a la educación popular y el feminismo como sures.



¿QUÉ ES LA ESCUELA POLÍTICA?

Es una herramienta política para promover las capacidades críticas (individuales y colectivas) de transformación de sí mismos y de la sociedad.

Mediante el desarrollo de la Escuela se avanza en la toma de conciencia de las múltiples formas de opresión y se construye o fortalece un accionar estratégico, a través del encuentro y la palabra.

La Escuela se propone por un lado, fortalecer la vitalidad emocional de los y las defensoras de Derechos Humanos, y por otro, fortalecer su organización y su accionar a partir de dinamizar su propuesta política desde una perspectiva feminista. Este accionar, se da desde las cotidianidades y los contextos propios de las personas en sus territorios, buscando la coherencia entre lo que se dice y se hace; desde la organización, donde se articulan y desarrollan estrategias comunes construidas para la transformación personal y social

¿A QUIÉN VA DIRIGIDA LA ESCUELA POLÍTICA?

- Ciudad de Cali, sector de ladera, comunas 1, 18 y 20.
- 30 organizaciones sociales de mujeres y defensoras/es de derechos humanos.
- Defensoras y defensores de DDHH, mujeres (80%) y hombres (20%)

¿CUÁLES SON LOS OBJETIVOS DE LA ESCUELA POLÍTICA?

- Fortalecer la perspectiva de género y la vitalidad emocional en personas defensoras de Derechos Humanos como base fundamental para la construcción de una paz sostenible en el territorio para todos y todas.
- Potenciar las capacidades políticas y metodológicas de los y las participantes, creando un espacio colectivo para el encuentro y el intercambio de ideas y experiencias, que permita construir planes locales y territoriales para mejorar su posición como defensores y defensoras de Derechos Humanos, y sus habilidades organizativas para el accionar colectivo desde la perspectiva de género.
- Aumentar la capacidad de las organizaciones locales en DDHH, en el manejo del estrés emocional, generado por el trabajo en relación a la construcción de la paz.

¿CUÁL ES LA FINALIDAD LA ESCUELA POLÍTICA?

Contribuir a la construcción de la paz con una clara perspectiva local y de género, para garantizar una paz duradera basada en el respeto al derecho de hombres y mujeres a vivir una vida libre de violencias. Todo esto, particularmente en tres comunas de la ciudad de Cali (Colombia).

FUNDAMENTOS POLÍTICOS PEDAGÓGICOS Y SUS CARACTERÍSTICAS

Como parte de su fundamento político pedagógico, esta Escuela retoma la Educación Popular, entendida como: "un proceso colectivo de aprendizaje que busca la transformación social", lo cual nos ha llevado a pensar en cómo fortalecer la acción política de las organizaciones y de las personas, especialmente de las mujeres, desde la construcción permanente de pensamiento crítico.

La formación de la Escuela, desde la **Educación Popular**, es participativa con carácter diferencial. Parte de la vida cotidianidad de las mujeres y los hombres que defienden los Derechos Humanos y que buscan a diario resolver los problemas de su propia existencia y los problemas sociales que surgen en nuestros contextos. Esta estrategia, brinda además la posibilidad de recrear, de construir desde el artivismo nuevas maneras de encontrarnos y de expresarnos en otros lenguajes como el teatro, la poesía, la pintura y el juego. Todas estas, son estrategias que instalan símbolos y saberes para ir resignificando prácticas y discursos.

Por su parte, la Escuela tiene una clara orientación desde y hacia el fortalecimiento del **Feminismo** como teoría y práctica de transformación social, orientación individual y colectiva, deliberada y estratégicamente pensada para generar acciones políticas a favor de las propuestas feministas y la construcción de este colectivo como sujeto social ante las pertinaces y múltiples desigualdades sociales que vivimos las mujeres, y en rechazo a fuentes de discriminación, como el género, la etnia, clase, edad, orientación sexual, identidad de género, creencias religiosas, etc.

El **feminismo** constituye una forma de entender y vivir la vida cotidiana, una práctica que cuestiona y transforma la vida pública y nuestras experiencias en la esfera de lo privado. Implica un proceso de cambio personal, de revisión de la propia vida, nuestra forma de verla, de entenderla, de vivirla. Una decisión consciente, una posición política y una filosofía de vida. Es un paradigma o marco interpretativo que ayuda a visibilizar hechos que no han sido de interés para el sistema dominante, y a reconocer al sistema patriarcal imperante. Trata de poner en evidencia la ceguera del patriarcado que obvia o distorsiona lo concerniente a la otra mitad de la especie humana: las mujeres, a quienes refiere "incluir" cuando nombra a los hombres como medida de lo humano.

Por esa razón, de las **pedagogías de género y diversidad** retomamos la apuesta por construir la experiencia a partir de la vivencia de la democracia, por evidenciar las inequidades, las desigualdades, la discriminación, y todas las formas de opresión por razones de clase, raza, orientación sexual, entre otros. Y además, por introducir intencionalmente reflexiones y prácticas que traten de equiparar oportunidades y corregir asimetrías en un sistema patriarcal que sin ver a las mujeres, norma y condiciona su ser y estar en el mundo.

La Escuela de Formación Política Feminista está diseñada para mujeres en su mayoría (80%) diversas desde el punto de vista del nivel educativo, edad, orientación sexual, oficio u ocupación y trayectoria político-organizativa, que hacen parte de organizaciones defensoras de Derechos Humanos y que viven o tienen actividad como organización en la ladera de la ciudad de Cali. La ladera es el territorio donde la Escuela se desarrolla y tiene su arraigo, reconociendo su realidad con herramientas como la cartografía social, para que cada grupo re-cree su escenario y lo comprenda como una realidad compleja y dinámica, como un sistema vivo que se mueve cotidianamente al ritmo de los saberes, sentires y actitudes de sus habitantes y de sistemas mayores que lo contienen.

Otro de los aportes de los **enfoques de género y diferencial** que se retoma, es el de concebir y explicitar el cuerpo como una presencia activa en el proceso, partiendo de que el extrañamiento del cuerpo en la cultura ha generado gran parte de los dolores y las crueldades que marcan nuestras historias personales y colectivas. En este proceso por tanto, **el cuerpo es el primer territorio reconocido** y uno de los abordados con una cartografía amorosa y reconocedora.

GUÍA METODOLÓGICA:

Orientaciones técnicas para el desarrollo de las sesiones

La metáfora central que guiará este proceso es la del **espiral**, que simboliza el proceso de crecimiento y evolución que puede implicar múltiples idas y venidas, pero cada vez desde lugares diferentes, como constantes declaratorias de realidades que se viven de manera compleja sobre las que vamos transformándonos desde adentro y hacia afuera, siempre en movimiento y como símbolo de fuerza, continuidad, emancipación y cambio. Desde esta estrategia, esperamos la creación de lugares sanadores y de una ética del cuidado de sí mismas y de nuestras comunidades, con la participación y los liderazgos resignificados con el afecto y la sororidad. Esperamos, trascender el dolor de las heridas patriarcales y guerreristas, las heridas de la violencia y el conflicto, la transformación de los daños sobre nuestros cuerpos y nuestros territorios, para construir entornos amorosos con nosotras mismas y con nuestro planeta.

La Triple Espiral o Triskel, la retomamos como un símbolo de movimiento y cambio perpetuo, así como entendemos la propia vida y la fuerza interior que fluye desde adentro y que puede ir y venir, rotando para proteger y arropar la vida como el ejercicio que se juegan los y las defensoras de derechos que van a caminar la Escuela. Representa el perpetuo aprendizaje y la vibración que se sincroniza para alcanzarlo amorosamente, sanando y abriendo puertas para entrar en otros mundos posibles sin daño.

La Escuela se desarrolló en tres módulos pensados como espirales, entre 5 y 7 sesiones cada uno, para una duración de 96 horas en total, 76 horas presenciales y 20 horas de práctica en incidencia política de acuerdo a lo pactado. Cada sesión tiene una duración de 4 horas.

ORIENTACIONES METODOLÓGICAS PARA CADA SESIÓN O ENCUENTRO:

1 DIMENSIÓN DE LA METODOLOGÍA Y LA PRODUCCIÓN DE CONOCIMIENTO:

La Escuela busca generar escenarios para aprender a pensar y elaborar aprendizaje colectivo desde un punto de vista crítico. Esta manera implica deconstruir formas de pensamiento lineales y cronológicas que jerarquicen las categorías e invisibilicen otras claves como la subjetividad y la afectividad. Los momentos presenciales no son temáticos en sentido estricto, siempre intentan producir un encuentro dialógico a partir de un pensamiento o una situación; también a partir de dimensiones concretas de la vida de las mujeres como la violencia, la pobreza, el patriarcado, el neoliberalismo, la sexualidad, entre otros.

2 COMPRENSIÓN CRÍTICA:

La apuesta es construir pensamiento crítico que logre captar y comprender la realidad que vivimos tanto en lo personal como en lo social

3 LA PALABRA:

Como elemento clave, se propone aprender a tomar la palabra, permitir que circule y sea un elemento de expresión de la propia voz y las de otros y otras que en la dominación han sido silenciados.

4 PEDAGOGÍA DE LA PREGUNTA:

En el ejercicio que se propone para la Escuela, es clave saber preguntarse y construir preguntas que den cuenta de las reflexiones y de las diferentes miradas que pueden orientar el propio proceso de aprendizaje. En ese sentido, desde el inicio, la Escuela se propone la continua construcción de preguntas sobre la propia vida y sobre la realidad contextual como un mecanismo que pueda guiar cada momento de recorrido de las espirales.

5 DIMENSIÓN DE LO PERSONAL COMO POLÍTICO:

Se retoma dentro de la Escuela la premisa, como eje trasversal, de que lo personal es político y desde allí se reconocen puntos de partida que acompañan todo momento presencial. Con respeto y delicadeza por la persona, se visualiza lo privado, lo íntimo, lo subjetivo, lo afectivo y lo corporal, para permitir que las y los participantes se reconozcan y habiliten el carácter dialógico con las otras personas.

6 LA PRÁCTICA POLÍTICA, LA INCIDENCIA:

Reconoce la importancia de la reflexión sobre la práctica personal o colectiva para identificar que es necesario reconstruir, potenciar o transformar, desde acciones concretas. Para tejer conexiones entre el sentir, el pensar y el hacer. De tal forma que el partir de la práctica requiera una interiorización y comprensión profunda de lo personal y que se pueda "descubrir" lo que se quiere cuestionar, iluminar o transformar. Propone tener consecuencias prácticas sobre la vida personal y colectiva y sobre las decisiones que con autonomía se tomen desde el territorio. Genera nuevos interrogantes y retos a la planeación de movilizaciones sociales que busquen interpelar imaginarios, discursos y prácticas que perpetúen las violencias sexuales. También busca potenciar los liderazgos desde nuevas miradas y prácticas que los arropen y no los perpetúen, convirtiendo a las representantes en una casta aparte de quienes dicen representar. Por el contrario, desde una mirada de reconocimiento y amor, se busca que se asuman de manera colectiva, flexible y móvil los roles y representaciones, multiplicando las vocerías, abogacías y capacidades de representación colectiva de intereses y disfrute de los logros.

7 LA MEMORIA:

Elemento simbólico propuesto para circular de manera permanente en todas las sesiones, que dignifica a las víctimas de violencias, promueve el reconocimiento de su pasado y posibilita la no repetición de los hechos que vulneran sus derechos fundamentales. El trabajo sobre la memoria rompe la circularidad y continuidades de las violencias, y permite trazar líneas de fuga y de escape a esta lógica.

8 LOS CONTENIDOS FUNDAMENTALES:

Son los ejes temáticos que guían cada sesión, sustentados y ampliados a través de la entrega de documentos bibliográficos, audiovisuales, entre otros. Todos estos, como apoyo pedagógico que sustenta cada módulo. Expresa un proceso de reflexión teórico-metodológico de la Escuela, con los objetivos de cada actividad presencial.

9 REGISTROS:

El registro en el diario de formación: como herramienta política, requiere un tiempo propuesto deliberadamente dentro de la escuela, por fuera de las sesiones presenciales, para la recuperación de la escritura guiada por la pregunta y el interés personal y colectivo, que logra retomar la cotidianidad y el contexto propio para escribir un texto paralelo al proceso de la Escuela. Dicho texto, registra y sigue el proceso de aprendizaje desde la reflexión y experiencias, para desarrollar la capacidad creativa, crítica y autocrítica, ampliar la riqueza expresivo-comunicativa (la palabra o el dibujo) y reflexionar sobre nuestra propia experiencia y conectar “lo percibido, lo sentido y lo vivido” a lo largo del proceso de aprendizaje.

10 EVALUACIÓN:

La evaluación de cada sesión, tanto de la facilitadora como de las participantes, para la retroalimentación, el seguimiento y los ajustes permanentes del proceso.

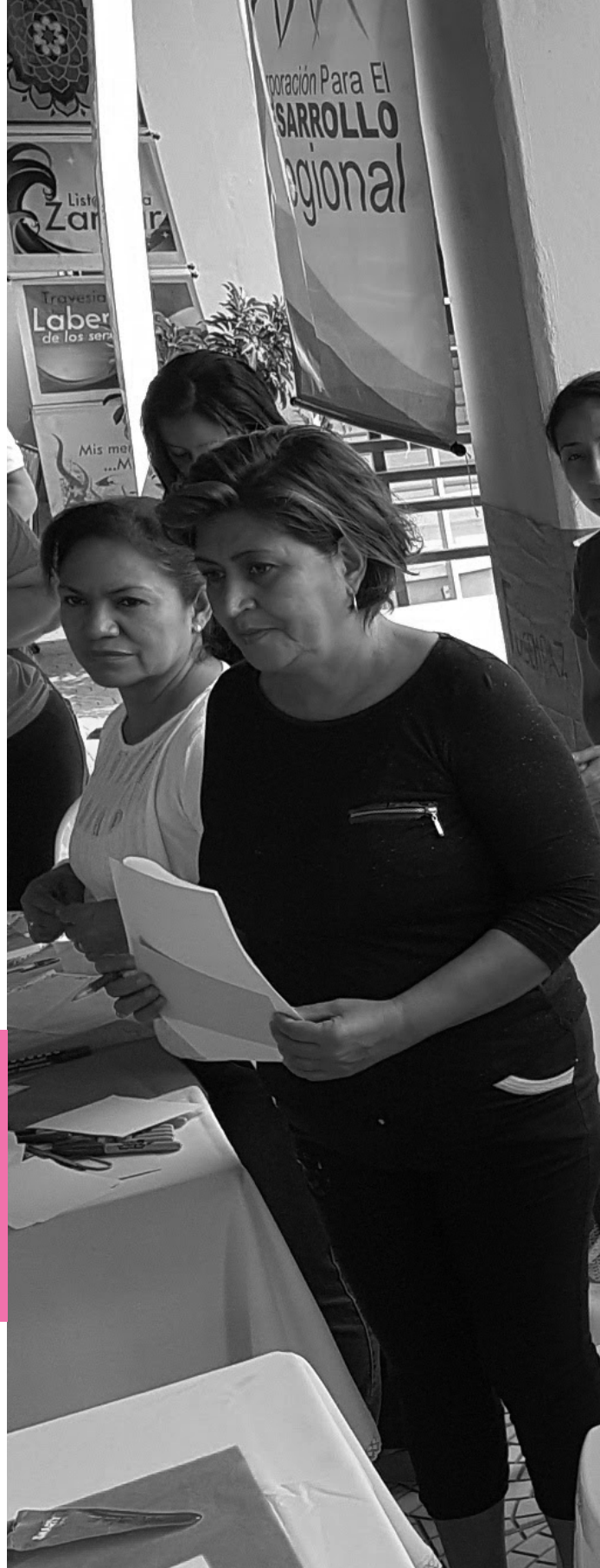
ESTRUCTURA Y RUTA TEMÁTICA Y METODOLÓGICA

La metáfora central que guiará este proceso es la del espiral, que simboliza el proceso de crecimiento y evolución que puede implicar múltiples idas y venidas, pero cada vez desde lugares diferentes, como constantes declaratorias de realidades que se viven de manera compleja sobre las que vamos transformándonos desde adentro y hacia afuera; siempre en movimiento. Desde esta estrategia esperamos la creación de lugares sanadores y de una ética del cuidado de sí mismas y de nuestras comunidades, con la participación y los liderazgos resignificados con el afecto y la sororidad. Esperamos, trascender el dolor de las heridas patriarcales y guerreristas, las heridas de la violencia y el conflicto, la transformación de los daños sobre nuestros cuerpos y nuestros territorios, para construir entornos amorosos con nosotras mismas y con nuestro planeta.

La Triple Espiral o Triskel, la retomamos como un símbolo de movimiento y cambio perpetuo, así como entendemos la propia vida y la fuerza interior que fluye desde adentro y que puede ir y venir y rotar para proteger y arropar la vida como el ejercicio que se juegan los y las defensoras de derechos que van a caminar la Escuela. Representa el perpetuo aprendizaje y la vibración que se sincroniza para alcanzarlo amorosamente, sanando y abriendo puertas para entrar en otros mundos posibles, sin daño.

La siguiente es la estructura que se propone para el desarrollo de la Escuela Política y sus objetivos:

1. PIEL ADENTRO
2. ESPIRAL DE LAS RELACIONES
3. ESPIRAL DE LAS CONSTRUCCIONES POLÍTICAS
4. ESPIRAL DE LA ACCIÓN TRANSFORMADORA



Cada una de las espirales despliega unos aprendizajes que se van tejiendo con los anteriores y los siguientes en un continuo ir y venir de lo individual a lo colectivo, de lo personal a lo organizativo y del pensamiento a la acción. La revisión de la forma de ser y estar en el mundo, y el abordaje de **la política y lo político** nos van a conducir a pensarnos la acción social como una respuesta construida en el camino transitado. La movilización social y la incidencia política son promovidas en todo momento, especialmente al final de la **Triskel o triple espiral.**

PIEL ADENTRO: LA INTERSECCIÓN DEL TRISKEL O LA POTENCIA DE LA FUERZA INTERIOR

Uno de los asuntos claves, dentro del proceso de la Escuela, lo constituye la vitalidad emocional y la salud psíquica de las mujeres y en general de las personas que han vivido y experimentado lo que este sistema patriarcal, capitalista, racista y clasista genera.

En ese sentido, la perspectiva feminista le da forma y sentido político a cuestiones como la autoestima, el desarrollo personal, la autonomía, el cuidado de sí mismas y la autodeterminación de las mujeres, invitándonos a desplegar estrategias para asumir nuestra realidad en este sistema, haciéndonos conscientes de nuestras necesidades y de la necesidad en sí hacernos cargo de ellas, sin postergarlas. Lo anterior nos lleva a desarrollar autoconfianza y a construir un proyecto de vida personal asentado sobre bases de solidaridad mutua y conductas activas de autocuidado.

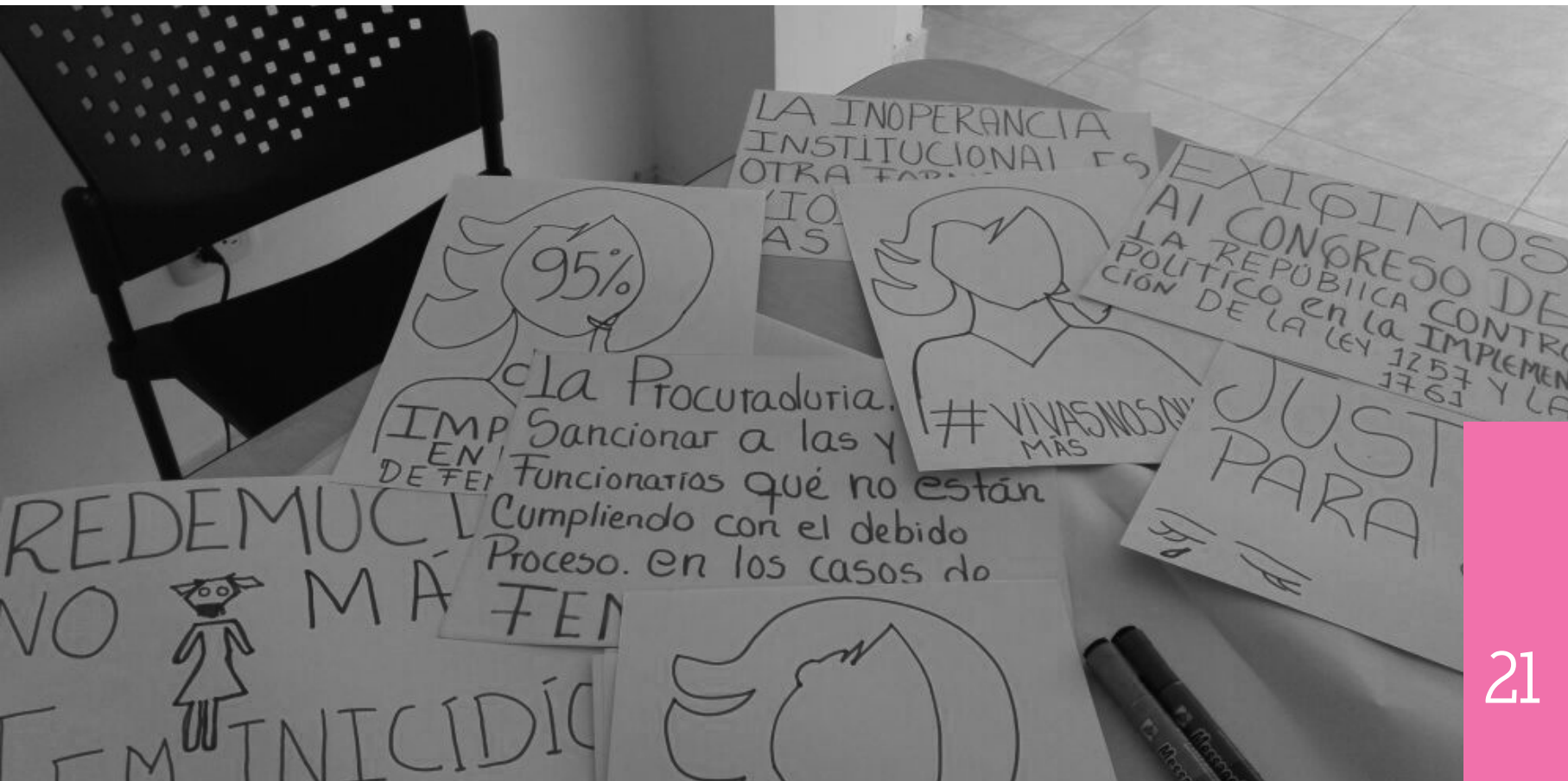
Por otro lado, es importante reconocer que la salud mental ha sido entendida como un "estado" al que las personas llegamos en la búsqueda de cierto equilibrio entre dimensiones que aparecen separadas como lo corporal y lo mental (el cuerpo y la mente) y lo contextual (el contexto) donde tiene lugar la vida de las personas. Esta manera de ver la salud mental, nos atrapa en el falso paradigma que hace que consideremos la salud mental como una especie de fragmento de sí, y una suerte que se consigue a punta de voluntad y no deja que pueda profundizarse en la tramada compleja red de relaciones que se establecen en la construcción de subjetividades, especialmente cuando se trata de las mujeres en este contexto.

Por esta razón, hablar de la salud emocional de las mujeres, desde una perspectiva feminista, implica hablar de un proceso que viene desde la fuerza interior; en la búsqueda de la transformación social y política que le devuelve a las mujeres en la construcción de su subjetividad de lo político, que se juega en la construcción de características sociales, culturales, étnico raciales, de clase y género.

Una mujer "sana" emocionalmente es capaz de reconocerse como una sujeta política de derechos, con un lugar propio que le permite reconocer la diferencia y la alteridad de los y las otras, así como participar activamente en la transformación de sí misma y de la sociedad. Es, además, capaz de darse cuenta de sus dificultades, de juntarse con otras personas y llevar a cabo acciones políticas, consciente de su poder, capaz de reconocer y responder ante la inequidad y la injusticia, construye relaciones con equidad e igualdad en todos sus entornos, construye un lugar no estereotipado para sí misma, imagina otro mundo posible y lo construye en su cotidianidad. Es dueña de su cuerpo y conoce su territorio y lo defiende y es capaz de construir relaciones sororas.

En esta espiral se asumen los siguientes presupuestos con relación a defensores y defensoras:

- Las personas defensoras de derechos humanos que tienen sus propios dolores y heridas atendidas podrán cuidar mejor de las heridas y heridas de los demás.
- Como cuidadores y cuidadoras si logran encontrar su propia voz y son capaces de hablar en contra de la injusticia, serán capaz de permitir que otros hablen por sí mismos también.
- Si poseen su propio sentido de dignidad son capaces de ayudar a otros a encontrar la suya.
- Quienes son capaces de crecer más allá de supuestos negativos sobre ellos mismos podrán ayudar a otros a crecer.
- Si son capaces de romper el silencio y compartir experiencias mutuamente podrán ayudar a otros a encontrar fuentes de apoyo y solidaridad.



OBJETIVOS ESPÉCIFICOS DE ESTA ESPIRAL:

1

Fortalecer la autovaloración, autodeterminación y autoestima como categorías de acción política feminista, claves para la salud emocional de las mujeres y en general de las personas que viven de manera desigual e inequitativa en este sistema patriarcal y capitalista.

2

Continuar en el reconocimiento del sistema patriarcal y sus efectos en la vida de los defensores y defensoras de Derechos Humanos a nivel individual y colectivo.

3

Reconocer las herramientas de sanación y resignificación de las historias que cada persona y cada comunidad tiene en su acervo familiar y cultural.

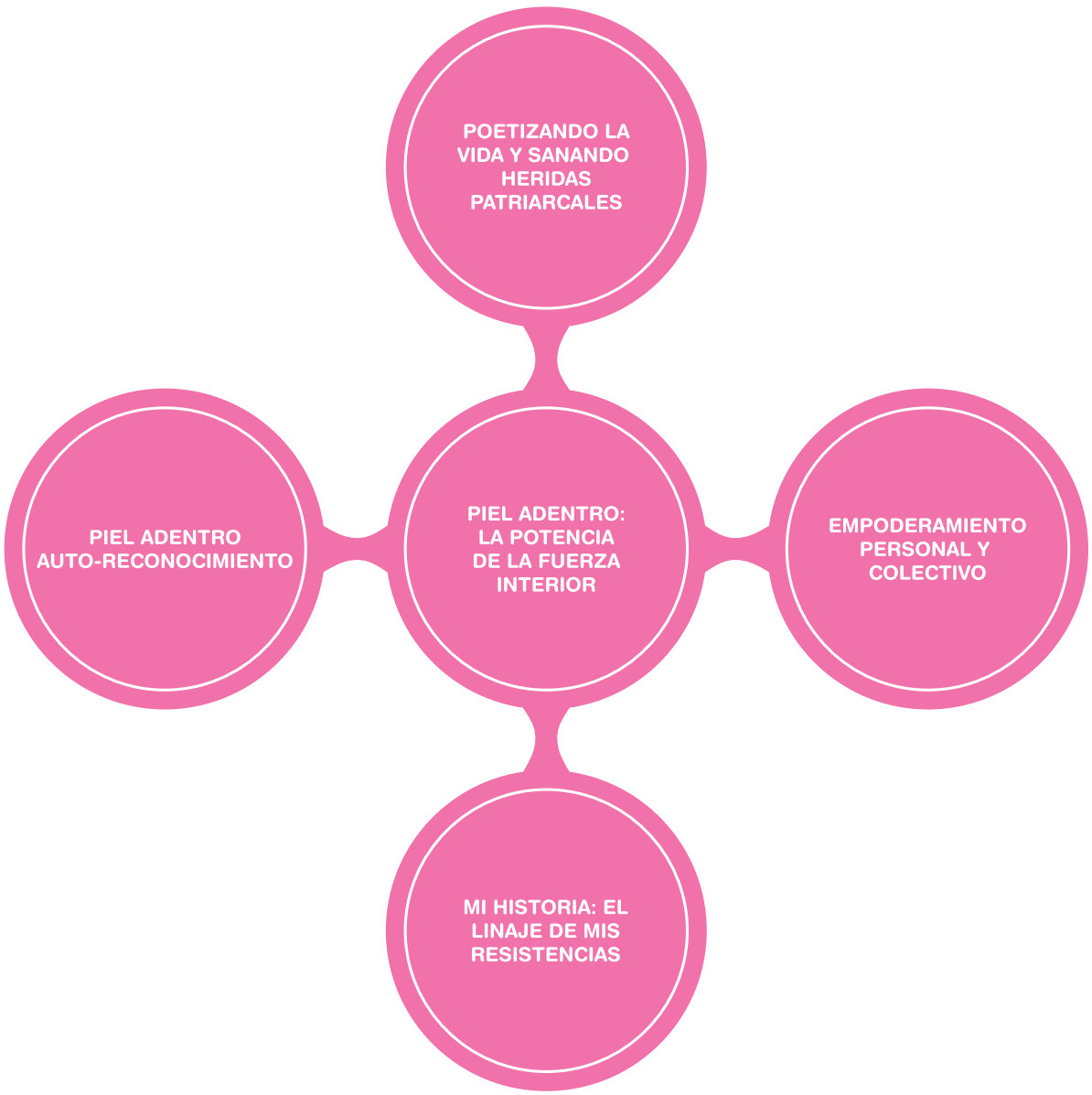
4

Suscitar la observación, escucha y lectura de los modos como cada participante concibe el poder y en qué lugar de su existencia lo ubica, proponiendo un recorrido de develación de los diferentes poderes desde “adentro hacia afuera” y las posibilidades de ejercicio creador y transformador que cada participante despliega en su propia vida.

5

Comprender y apropiarse de la historia de las luchas, rebeldías y posicionamientos de las mujeres como una realidad vital, presente en nuestras vidas personales y colectivas.

GRÁFICO DE INTERDEPENDENCIA ENTRE MÓDULOS QUE INTEGRAN PIEL ADENTRO: LA INTERSECCIÓN DEL TRISKEL O LA POTENCIA DE LA FUERZA INTERIOR



ESPIRAL DE LAS RELACIONES

Nuestra Escuela apuesta y está construida desde una perspectiva feminista. El feminismo es una forma de entender y vivir la vida cotidiana. Es una práctica que cuestiona y transforma tanto la vida pública como nuestras experiencias en la esfera de lo privado. Implica un proceso de cambio personal, de revisión de la propia vida, nuestra forma de verla, de entenderla, de vivirla. Una decisión consciente, una posición política y una filosofía de vida.

Creemos que la ciudadanía plena de las mujeres pasa por la vindicación de la máxima feminista “lo personal es político”. Y que el proceso de construir políticamente otra manera de ser y estar en el mundo está asociado a poder establecer otras relaciones, sobre la base de la equidad y la igualdad.

Desde esta espiral, se camina hacia la revisión profunda de sí mismas y de las propias trayectorias de vida. Se revisan también, las relaciones con nuestro propio cuerpo, con los saberes propios y de otros y otras, con nuestras relaciones afectivas y eróticas, y la forma en la que amamos y somos amadas y amados.

En este trasegar, es clave reconocer los saberes y experiencias vividas, tanto por otras mujeres como por las mismas personas participantes en la lucha por la reivindicación de los derechos individuales y colectivos, desarrollando una reflexión desde el auto–reconocimiento, la autovaloración y la autoestima, como categorías políticas que nos permiten el fortalecimiento como sujetas y sujetos de derechos.

OBJETIVOS ESPÉCIFICOS DE ESTA ESPIRAL:

1

Reconocer la procedencia y el trabajo en el territorio de cada persona participante, socializando sus expectativas e intercambiando saberes y experiencias vividas.

2

Desarrollar una reflexión acerca del auto-reconocimiento como base para el fortalecimiento de sujetas y sujetos de derecho.

3

Comprender el cuerpo como un ensamblaje concreto de relaciones, historias, tejidos y realidades, observando sus contradicciones, tensiones y los mandatos impuestos por el patriarcado y la sociedad de mercado, que necesitan ser transformados

4

Identificar conceptos básicos en relación con el sexo, el género, la identidad de género y la orientación sexual para avanzar en una mirada integral sobre la defensa de los Derechos Humanos que pasa por la no discriminación basada en la diversidad sexual.

5

Desmitificar el amor romántico y entender su papel como uno de los dispositivos culturales que propician las violencias entre los géneros y la violencia contra las mujeres.

GRÁFICO DE INTERDEPENDENCIA ENTRE MÓDULOS QUE INTEGRAN LA ESPIRAL DE LAS RELACIONES

ESPIRAL DE LAS CONSTRUCCIONES POLÍTICAS

Hablar de construcciones políticas implica pensar en procesos mediante los cuales los seres humanos encontramos elementos de análisis y de actuación, para reflexionar y tomar decisiones acerca de cómo deseamos vivir y cómo deseamos resolver los problemas que implica convivir en sociedad en la búsqueda de un mundo mejor.

Significa, entonces, pensar en cómo nos organizamos y tomamos decisiones para alcanzar ciertas condiciones de vida, que desde la Escuela, aseguramos, deben incluirnos a todos y todas, en un camino que permita entender que la conveniencia del bien común, la solidaridad, la justicia social, la democracia participativa, los derechos humanos, la paz, la lucha contra las opresiones del sistema capitalista y patriarcal, y la necesidad de construir y mantener otros mundos posibles es la apuesta permanente.

Por esta razón, esta espiral intenta demostrar que el concepto de desarrollo vertiginoso y agotado en lo económico de un capitalismo despiadado, no conduce a la felicidad ni al equilibrio. Y que además, hace que la forma en la que nos construimos como hombres y mujeres, incluso con los otros seres del planeta, desde la inequidad, la violencia y la desigualdad debe ser sustituida por otras formas de relacionamiento, de organización económica y social y de otras prácticas socioculturales, que le brinden a las personas la posibilidad de constituirse subjetivamente de otra forma.

En el camino de esta espiral, se tiene como objetivo fundamental tanto la posibilidad de generar reflexión crítica sobre las estructuras sociopolíticas y económicas que históricamente han impedido el digno desarrollo humano de los pueblos, especialmente de las mujeres, como el ejercicio de construir escenarios para las acciones propositivas y de reivindicación de los derechos de todos y todas, especialmente de las mujeres y las niñas y otros géneros y disidencias considerados marginales o secundarios, de manera excluyente.

Pretendemos que esta espiral pueda potenciar las capacidades críticas y transformadoras fundamentadas en teorías feministas, que profundicen la conciencia y el accionar estratégico desde un análisis vinculante de la realidad, así como de los intereses y problemáticas de las mujeres y de la comunidad LGTBI en los contextos locales, nacionales y globales.

OBJETIVOS ESPÉCIFICOS DE ESTA ESPIRAL:

1

Identificar la génesis y evolución de la estructura patriarcal y su simbiosis con el capitalismo, el sexismo, el racismo, clasismo y otras formas de opresión sobre las vidas de las mujeres.

2

Analizar las intersecciones de la lucha feminista con otras fuentes de desigualdad como la diversidad sexual, la raza, la etnicidad y la clase.

3

Caracterizar los procesos de reivindicación de Derechos Humanos en el contexto histórico-político en Colombia, con especial énfasis en los logros y desafíos en temas de género, de las mujeres y comunidades LGBTI.

4

Analizar el proceso de paz en Colombia, desde la perspectiva de género, incluyendo la prospectiva de su desarrollo y el papel de las organizaciones sociales.

5

Reconocer el marco normativo que actualmente protege a las mujeres en la búsqueda de una vida libre de violencias y las apuestas por reconocer los efectos sociales y culturales y transformarlos en pro de tales expectativas

6

Identificar las condiciones de posibilidad para pensar masculinidades no patriarcales, que posibiliten otras maneras de relacionamiento entre los géneros y promuevan la equidad en todas las dimensiones de la vida de las mujeres y de las comunidades LGTBI.

GRÁFICO DE INTERDEPENDENCIA ENTRE MÓDULOS QUE INTEGRAN LA ESPIRAL DE LAS CONSTRUCCIONES POLÍTICAS

ESPIRAL DE LA ACCIÓN TRANSFORMADORA

En esta espiral recogemos lo que las comunidades indígenas nos han enseñado acerca de la práctica y la congruencia política en el camino de los aprendizajes: **“la palabra debe estar acompañada de la acción”**. Y partimos del reconocimiento mutuo entre las participantes de la Escuela Política:

Travesía por la Paz con Equidad de Género, y colectivos que en la ciudad le apuestan a la movilización social con diversos focos, desplegando distintos repertorios de activismo desde la creación artística. Empezamos con un encuentro de visibilización e intercambio de expresiones que han abanderado la movilización social desde el artivismo en Cali, creando líneas de fuga, de resistencia y de lucha con un alto sentido ético, político y transformador.

Este ejercicio nos da pistas para que durante esta espiral podamos co-inspirarnos y conspirar juntos en posibles caminos de acción colectiva, creando aperturas con organizaciones de base, instituciones, colectivas de trabajo independiente, estudiantes y en general defensores de derechos para construir apuestas comunes ancladas en el territorio, en la ciudad, en temáticas de interés y en términos generales, en lo que nos duele como feministas en esta ciudad que habitamos. Así las cosas, la **“Acción Transformadora”** es la apertura hacia el andar colectivo de una respuesta unida que recoge la sensibilidad, la reflexividad y el intercambio de saberes permanentes de las otras espirales y despliega oportunidades de movilización social.

Algunas consideraciones presentes en el desarrollo de esta espiral son:

- La acción transforma desde adentro hacia afuera, nos vuelve protagonistas de cambios en la búsqueda de movilizarnos. Por eso es clave llegar a ella después de caminar por reflexiones sobre lo individual y lo colectivo, y sobre lo político que se desprende de lo personal en todos los ámbitos y pliegues de la vida de las personas participantes de la escuela. Antes de movilizarnos es importante conocer el contexto, estar informados e informadas, para hacer propuestas alternativas y críticas.

- La acción transformadora tiene su razón de ser en el apoyo y el bien común, debe responder a intereses sociales y tener fines transformadores, está dirigida al cambio social. Con esto, buscamos visibilizar e incidir políticamente, en las instancias de poder y decisión, para cambiar una realidad injusta y patriarcal.

- Enfrentamos el reto de la participación, y con ello quizás uno de los más importantes de las organizaciones sociales y colectivas, el compromiso sostenido de acompañamiento en una causa o una situación. La participación también implica que pueda pensarse que la movilización es parte de un proceso más amplio, no solo una acción puntual que se agota, sino la posibilidad de seguir compartiendo metas y apuestas comunes. Sin embargo, supone mantener la posibilidad de estar juntes, la motivación y la capacidad para que personas intervengan colectivamente en los asuntos sociales.

- La creatividad implica hoy, ampliar los horizontes de la movilización hacia lo virtual, utilizando las estrategias que los medios alternativos han introducido en los últimos años y que llegan a centenares de personas en todos los lugares.

OBJETIVOS ESPÉCIFICOS DE ESTA ESPIRAL:

1

Generar un espacio de reflexión, acción y participación a partir del intercambio de experiencias locales de las mujeres y organizaciones que promueven la movilización social desde el arte y otras expresiones estéticas, para la promoción y defensa de los Derechos Humanos.

2

Construir e implementar una iniciativa colectiva de movilización social que parta de la identificación de los asuntos que simultáneamente oprimen y violentan la vida de las mujeres y comunidades, mediante acciones de incidencia que hayan sido priorizadas por la Escuela en el desarrollo de la espiral de la Acción Transformadora con los mensajes y estéticas que el grupo decida y construya

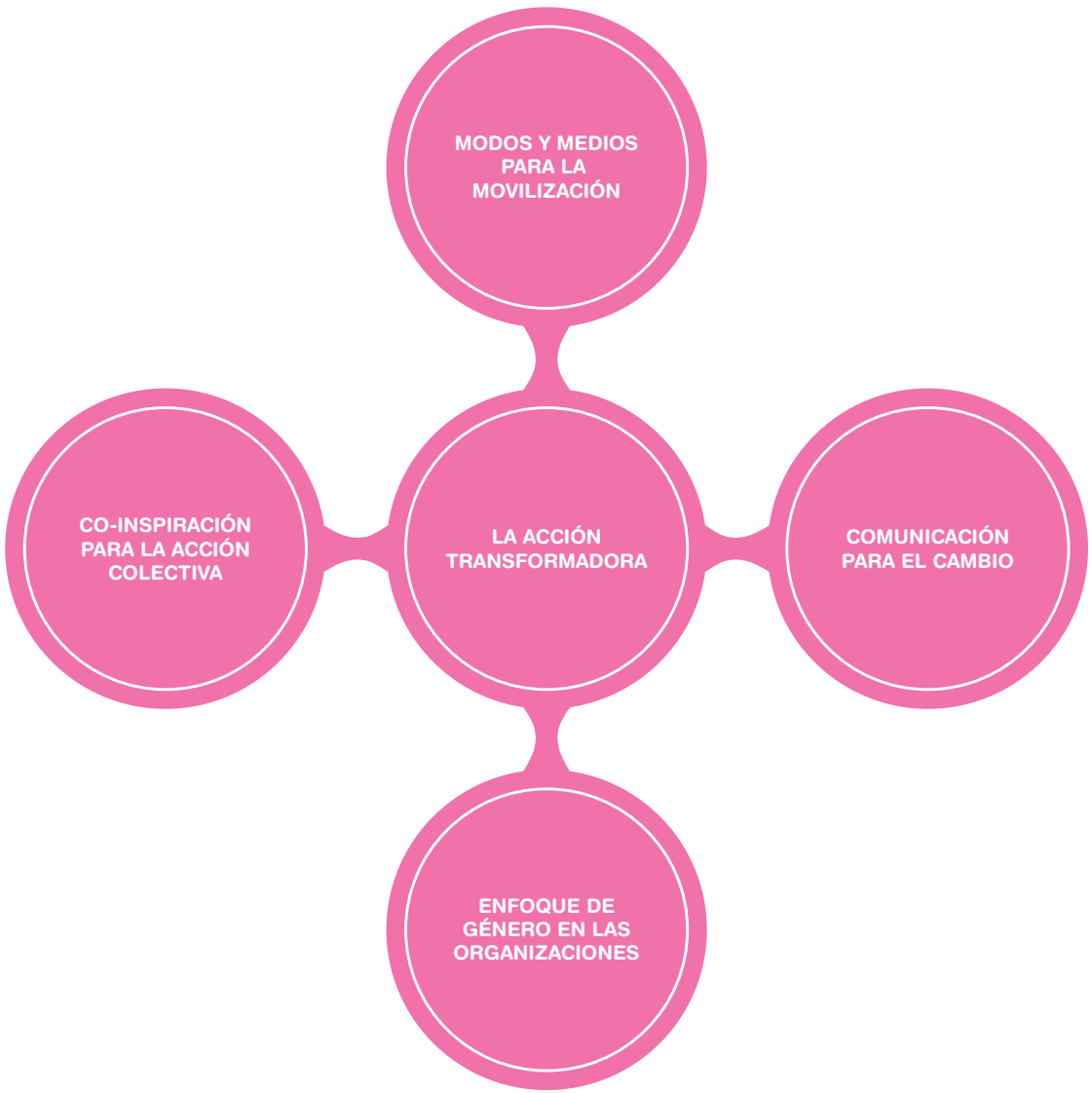
3

Fortalecer las capacidades de las organizaciones en la implementación de estrategias que apoyen el fortalecimiento de la toma de decisiones, las relaciones interpersonales, la distribución de tareas y responsabilidades, así como el apoyo mutuo desde una perspectiva de género.

4

Promover un uso y apropiación con sentido crítico y consciente de medios alternativos como estrategia para la creación de piezas comunicativas que den cuenta del empoderamiento de las mujeres y el ejercicio de su ciudadanía y rechacen el uso discriminatorio y sexista en discursos, imágenes y acciones.

GRÁFICO DE INTERDEPENDENCIA ENTRE MÓDULOS QUE INTEGRAN LA ESPIRAL DE LA ACCIÓN TRANSFORMADORA



DISEÑO, PLANEACIÓN E INFORME POR SESIÓN

El Taller sobre Acuerdos de Paz y Género se llevó a cabo para las Comunas 1, 18, y 20 de la ciudad de Cali. Tuvo una duración de tres horas y la responsable fue María Catalina Gómez.

Objetivos:
propósitos que se pretenden alcanzar en cada sesión y en cada actividad. Son fundamentales para realizar procesos de planificación, evaluación y seguimiento de las jornadas de formación.

Actividades:
Grupo de acciones o dinámicas que permiten cumplir los objetivos definidos para cada módulo.

Técnicas:
Se trata de un procedimiento o instrumento; una herramienta que permite el desarrollo de un proceso, como por ejemplo: la lluvia de ideas, cartografía, observación participante, son algunas de las técnicas más comunes.

Apoyos didácticos:
Ayudas que debe preparar con antelación por ejemplo: Carteles, infografías, videos, formatos, lecturas, etc.

Preparación del lugar: condiciones de ambientación y adecuación que se requieren de lugar.

Materiales y apoyo logístico: conjunto de elementos que son necesarios para la realización de cada actividad. Se trata de insumos tanto para la facilitadora como para la o el participante, con el fin de apoyar el desarrollo de las sesiones.

Técnicas / Herramientas: incorporan ejercicios o contenidos necesarios para desarrollar algunas actividades. Pueden ser tablas, cuadros, orientaciones, casos o descripción de situaciones hipotéticas, diapositivas, textos cortos u otros documentos que incluyen de manera dinámica los contenidos técnicos o conceptuales y sirvan de soporte para la realización de cada actividad.

1. LANZAMIENTO DE LA ESCUELA Y RITUAL DE INICIO.

El Taller de Lanzamiento de la Escuela y Ritual de Inicio se llevó a cabo para las Comuna 1, 18 , y 20 de la ciudad de Cali. Tuvo una duración de cuatro horas y media y las responsables fueron Nancy Faride Arias, Rosa Elvira Castillo, Lilian Cortés Orbes, y María Eugenia Betancur.

El objetivo principal del taller fue:

Presentar el sentido político y las características metodológicas de la propuesta de la Escuela Política dirigida a líderes, lideresas y personas que trabajan con Derechos Humanos en las Comunas 1, 18 y 20.

Y el del ritual fue:

Abrir el espacio de inauguración, con una actividad de integración e intención individual y colectiva de los y las participantes.

El taller comenzó con una exposición magistral, descriptiva y reflexiva, acerca de los Derechos Humanos de las mujeres a través de la Historia, acompañada de una puesta en escena musical entrelazada con fragmentos de poemas, fotografías y pinturas de Owaldo Guayasamín. Todo esto con el fin de sensibilizar y documentar a los y las participantes sobre el sentido formativo y las características metodológicas de la Escuela Política.

Luego, se llevó a cabo un breve ritual en el que se dieron las siguientes instrucciones:

1. Se invitó a las participantes a formar un círculo como recuerdo de la horizontalidad y la importancia de mirarnos a los ojos.

2. Después se les instruyó que tomaran un vela y la prendieran, para así, con la luz, realizar una intención individual de la Escuela y que una representante por comuna realizara la intención colectiva.

3. Se hizo el llamado a unión entre participantes, especialmente a la unión entre las diferentes comunas, para crear una intención común que de fuerza y sentido a participar del espacio de la Escuela Política.

LA NOCHE EN BORRADOR

Los recintos iluminados. Los andenes. La eterna carretera donde cada cinco minutos ruge un motor. Las cordilleras, su tenebrosa vegetación, la mirada acechante de sus monstruos. Los anhelantes precipicios que ni los ojos ni las almas se atreven a soportar.

El eco en el fondo de los pasillos de los hospitales. La fiebre. La huida tras el visitante de otras tierras. La desesperación sobre la cúspide del páramo, dejando mojar los cuerpos las gotitas de niebla.

La dicha cuando la orquesta inaugura la noche.
Y en las cocinas las señoras se esfuerzan para que todo salga bien.
El largo peregrinar con la libreta de teléfonos, sin saber si el número debe ser al fin marcado.

Las ciudades cerradas, sus amores, su bulla. La locura de sus estatuas.

Si, ¡noche de la noche!: deja al fin que en tu alma anide la angustia que nos hermana.

Elvira Quintero

2. DIÁLOGO DE SABERES.

El Taller sobre Diálogo de Saberes se llevó a cabo para las Comuna 1, 18 , y 20 de la ciudad de Cali. Tuvo una duración de cuatro horas y media, y las responsables fueron Norma Lucía Bermúdez, Nancy Faride Arias y Rosa Elvira Castillo.

Para comenzar el desarrollo del taller fue necesario dejar los conceptos claves definidos:

1. **La Educación Popular** es un enfoque pedagógico, filosófico y político que afirma que el conocimiento se construye en diálogo con las demás personas y con todo lo que nos rodea; nadie desconoce todo, nadie sabe todo, todo en la vida se aprende y se desaprende. La educación sirve para aumentar los niveles de conciencia de las personas y las comunidades, y su capacidad de transformar el mundo para hacerlo más justo, más feliz, y equilibrado

2. **El Diálogo** de saberes es la principal herramienta de la educación popular, para la construcción del conocimiento. A partir de las experiencias de cada persona y cada colectivo y en diálogo con otros saberes de otras personas y colectivos, aprendemos y desaprendemos lo que necesitamos para mejorar nuestra vida en cada momento y cada período.

3. **Las Resistencias** son las acciones individuales y colectivas que afirman la vida y despliegan poderes para alimentarla y generan iniciativas para contrarrestar los poderes que amenazan la vida, la diversidad, la justicia, la pervivencia y la felicidad.

Los objetivos del taller fueron:

1. Establecer una conexión vital con los y las participantes que motivara su involucramiento en todo el proceso.

2. Realizar una práctica de reconocimiento de las personas que conformaban el grupo en cada comuna, desde sus talentos e inspiraciones.

3. Presentar las generalidades de los Marcos Conceptual y Metodológico de la Escuela Política.

4. Instalar en la Escuela la noción de **Educación Popular** desde un ejercicio vivencial y ligarlo con las prácticas de resistencia de mujeres y otras comunidades en el planeta.

Para comenzar el desarrollo del taller fue necesario dejar los conceptos claves definidos:

Fuego: representado con una vela o un velón.

Tierra: representada con semillas, plantas o piedras.

Aire: representando con plumas o inciensos.

Agua: con conchas de caracoles, cuencos con agua o frutas jugosas.

En orden de cumplir los objetivos, se realizaron cinco actividades:

1

Bienvenida y presentación de la Escuela: se realizó una exposición magistral de 15 minutos , para esto se utilizó el power point de la triple espiral como apoyo didáctico.

2

Construcción de acuerdos grupales: se organizó una lluvia de ideas donde se pidió a los participantes que propusieran algunos acuerdos de convivencia para sacar el mayor provecho del tiempo invertido en el taller.

3

Presentación del grupo: en esta actividad se presentó el altar central al grupo, con unos significados iniciales de los elementos, y se les pidió que se cuestionen con cuál de los elementos se identificaban ese día y si les gustaría presentarse a partir de él. Después se formaron grupos con un elemento en común y se realizaron presentaciones a partir de dicho elemento compartiendo de una manera creativa sus nombres, de dónde venían y una forma de regalar el elemento al grupo, para lo cual cada grupo tenía una representación física del elemento elegido. Para finalizar la actividad se realizó un círculo de reconocimiento al poder del abrazo de las diversidades.

4

Diálogo de saberes: en la primera parte de esta actividad se realizó una introducción al enfoque de la Educación Popular y a la herramienta del diálogo de saberes para después pedirle a las y los participantes que eligieran y compartieran un aprendizaje que les haya servido en sus vidas.

3. AUTOCONOCIMIENTO.

El Taller sobre Piel Adentro - Autoreconocimiento se llevó a cabo para las Comunas 1, 18 , y 20 de la ciudad de Cali. Tuvo una duración de cuatro horas y las responsables fueron Nancy Faride Arias Castillo, Rosa Elvira Castillo y Norma Lucía Bermúdez.

Para todo esto, las actividades que se realizaron fueron las siguientes:

1. Recuperación de la síntesis de memoria de la sesión anterior, propiciando la participación de todas las personas que asistieron. Se les preguntó por la revisión del material de apoyo entregado en las **PÍLDORAS CONCEPTIVAS.** Y siendo el caso necesario, se aclararon algunas dudas.

2. Se realizó el **Ejercicio de Espejo:** se conformaron parejas. Se dio la instrucción de estar en completo silencio e intentar ser el espejo fiel de la otra persona. Primero una debía ser el espejo de la otra y luego se cambiaban los papeles. Después de esto, se hizo una plenaria con las impresiones de todos todos los participantes sobre el ejercicio.

3. Para el siguiente ejercicio, cada persona debía escoger un sitio del salón en el que se ubicaría. En dicho sitio, la persona debía sentirse cómoda,y poder trabajar, así como luego exponer sus trabajos. Más tarde, se pidió a las participantes acostarse en el piso. Se puso música suave, de meditación. Y, con voz pausada, la facilitadora efectuó una narrativa sobre la importancia de la pregunta filosófica, existencial y política de la especie humana: **¿QUIÉN SOY?** De esta manera se pretendía inspirar a las participantes a mirarse de afuera hacia adentro y de adentro hacia lo desconocido de su ser, auto-descubriéndose y auto-reconociéndose, en una especie de VIAJE **HACIA SÍ MISMA.** Luego, se procedió reconociendo el cuerpo, sintiendo y visualizando cada una de sus partes, las cuales se iban nombrando, pidiéndoles a las participantes hacer conciencia de su peso, características y consistencia, a través de suaves movimientos. Posteriormente se hizo un recorrido por la memoria de la historia de vida como ciclo; desde que se estaba en el útero de la madre, pasando por su nacimiento, primer septenio,

El taller tuvo como objetivos los siguientes:

1. Iniciar un ejercicio autobiográfico que condujera a identificar quiénes somos desde la reflexión individual a la remembranza, la línea de vida y la historia vital de cada quien

2. Ampliar la mirada acerca del reconocimiento de las múltiples dimensiones del sujeto desde una mirada feminista para ampliar las posibilidades de autovaloración y autoestima como acción política.

3. Desarrollar una reflexión acerca del auto -reconocimiento como base para el fortalecimiento de sujetas y sujetos de derechos.

4. Lograr abordar la construcción del reconocimiento de la otra, el otro y lo otro, como requisitos para el buen vivir.

adolescencia, juventud y madurez. Se les pidió que pensaran en sus logros, dificultades, recuerdos impactantes, desafíos, constricciones, etc. Finalmente, se complementó este viaje con las preguntas que Marcela Lagarde nos hace, interpelándonos en su texto **"Autoestima y Feminismo":**

Seguidamente, nos sentamos en el piso, y les pedimos a los y las participantes que definieran con sus palabras la respuesta a la pregunta: ¿quién soy yo? Se compartieron voluntariamente la reflexión y las ideas que acompañan este primer viaje por el autoreconocimiento. Se comentaron principales elementos de la construcción del autoestima como categoría social y política.

4 Para la siguiente actividad se reprodujo el un vídeo de 15 minutos y luego las facilitadoras retomaron las reflexiones sobre autoestima. El vídeo fue el siguiente:

https://www.youtube.com/watch?v=ViYVUDZLTpQ&t=33s

Las reflexiones que se hicieron al respecto giraron alrededor de las siguientes ideas: la relación entre autoestima y belleza física, autoestima y forma de ser, el lugar que nos damos, el reconocimiento de los demás, el autocastigo y auto boicot, la dependencia y la autoestima, el reconocimiento de las propias capacidades y habilidades, la capacidad de disfrute, la autodefensa y autocuidado, el autoengaño y autocrítica amorosa, el mito de la bella y la bestia, entre otros.

Como cierre de este momento se escuchó el audio **FORJANDO LA ARMADURA de RUDOLF STEINER** y se hizo un paneo de opiniones sobre su contenido y mensaje, en torno al ser de cada una de ellas. El audio se puede encontrar en el siguiente link:

https://www.youtube.com/watch?v=sVymVmT3ooo

5 Acto seguido, se propuso una reflexión sobre los que nos conecta entre lo que somos, nuestra procedencia y las multiplicidad de las características y aspectos que nos hacen complejas y diversas, y que están asociadas al contexto social, cultural, económico y político. Para este ejercicio se entregaron hojas para recortar o escribir algunas características que los y las participantes consideraran relevantes sobre sí mismos. Voluntariamente se turnaban para ir narrando en un tiempo de no más de 3 minutos por persona aquello que habían escrito o recortado. E iban colocando sus respuestas en un lugar del espacio escogido. Al final del ejercicio se observaron las similitudes y diferencias entre las y los participantes, los cruces de categorías. Se comentó sobre la complejidad y multiplicidad en la construcción de identidades, sus posibles características fijas y cambios, etc. Las facilitadoras ayudaban a reflexionar sobre la manera cómo estas características les han facilitado u obstaculizado las oportunidades en la vida a las mujeres, y cómo han marcado una diferencia de género en la historia de la humanidad.

6 La última actividad consistió en explicar la técnica de la Línea de Vida, indicando qué es, para qué sirve y cómo se realiza. Habiendo solventado alguna duda del auditorio, a cada persona se le entregó un pliego de papel y marcadores, para que identificara tres hitos en su vida que considerara muy importantes para definir quién es esa persona que es en la actualidad. La idea fue que ubicaran, ahí en su pliego, la foto de sí mismos que trajeron para contarnos acerca de cómo eran y cómo creían que habían cambiado. Las facilitadoras orientaron las preguntas, moderaron las intervenciones y ayudaron a la reflexión sobre la importancia del cambio como posibilidad de autodeterminación, relacionándola con conceptos como: autoestima, conciencia individual y colectiva, posibilidades y constricciones personales, singulares, comunitarias y sociales. Después se leyó el texto de Picolo de la Mirandola: Oración de la dignidad del hombre.

7 Finalmente, se llevaron a cabo el cierre de la sesión y la evaluación.

MATERIAL DIDÁCTICO DE LA SESIÓN

El siguiente texto te utilizó como material didáctico en la sesión 3.

Yo Soy Yo

En todo el mundo no hay nadie como yo.
Hay personas que tienen algo en común conmigo, pero nadie es exactamente como yo.
Por lo tanto, todo lo que surge de mí es verdaderamente mío porque yo sola lo escogí.

Soy dueña de todo lo que me concierne:
De mi cuerpo, incluyendo todo lo que hace; mi mente, incluyendo todos sus pensamientos e ideas; mis ojos, incluyendo las imágenes de todo lo que contemplan; mis sentimientos, sean lo que sean, ira, gozo, frustración, amor, desilusión, excitación; mi boca, y todas las palabras que de ella salen, corteses, tiernas o rudas, correctas o incorrectas; mi voz, fuerte o suave, y todas mis acciones, ya sean para otros o para mí misma.
Soy dueña de mis fantasías, mis sueños, mis esperanzas, mis temores.
Soy dueña de todos mis triunfos y logros, de todos mis fracasos y errores.
Como soy dueña de todo mi yo, puedo llegar a conocerme íntimamente.
Al hacerlo, puedo amarme y ser afectuosa conmigo en todo lo que me forma.
Puedo así hacer posible que todo lo que soy trabaje para mi mejor provecho.
Sé que hay aspectos de mí misma que me embrollan, y otros aspectos que no conozco.

Mas mientras siga siendo afectuosa y amorosa conmigo misma, valiente y esperanzada, puedo buscar las soluciones a los embrollos y los medios para llegar a conocerme mejor.
Sea cual sea mi imagen visual y auditiva, diga lo que diga, haga lo que haga, piense lo que piense y sienta lo que sienta en un instante del tiempo, esa soy yo.
Esto es real y refleja donde estoy en ese instante del tiempo. Más tarde, cuando reviso cuál era mi imagen visual y auditiva, que dije y que hice, que pensé y que sentí, quizá resulte que algunas piezas no encajen. Puedo descartar lo que no encaja y conservar lo que demostró que si encaja. E inventar algo nuevo en vez de lo que descarté.

Puedo ver, oír, sentir, pensar, decir y hacer.
Tengo las herramientas para sobrevivir, para estar cerca de otros, para ser productiva, y para encontrar el sentido y el orden del mundo formado por la gente y las cosas que me rodean.

Soy dueña de mí misma, Y por ello puedo construirme. Yo soy yo y estoy bien.

Virginia Satir

4. CUERPO, CORPORALIDAD Y TERRITORIO.

El taller sobre Cuerpo, Corporalidad y Territorio se llevó a cabo para las comunas 1, 18 y 20. Tuvo una duración de 4 horas, y la responsable fue Rosa Elvira Castillo.

Los objetivos del taller fueron:

1. Comprender el cuerpo como concreciones individualizadas; un ensamblaje concreto de relaciones, historias, tejidos y realidades.
2. Observar las contradicciones y tensiones que mujeres (y hombres) tienen con relación a los cuerpos en el seguimiento de mandatos desde el patriarcado y la sociedad de mercado. (cuerpo domesticado, salvaje y cuerpo mercancía).
3. Entender la corporalidad como conjunto de articulaciones de características, dimensiones y relaciones que pueden ser transformadas por las mujeres.
4. Promover una metodología vivencial que permita la expresión con y desde el cuerpo de las mujeres.

Se realizaron las siguientes actividades:

1. **Primera actividad. Conversatorio con una lluvia de ideas y un intercambio de saberes.**

   Se realizó una recuperación de la memoria de la sesión anterior, propiciando la participación de todas las personas que asistieron. Se les preguntó por la revisión del material de apoyo entregado y se aclararon algunas dudas que surgieron. Este ejercicio permitió hacer un repaso de contenidos de lo trabajado para articularlo como una introducción para esta sesión.

2. **Segunda actividad. Realización de una reflexión guiada, con una técnica de expresión corporal.**

   Un ejercicio mediante el cual se comunicaba al otro lo que más agrada y/o lo que más desagrada del propio cuerpo. En círculo, cada una /uno eligió un gesto o una expresión corporal para transmitir al grupo el agrado o desagrado sin utilizar palabras. El grupo trató de adivinar lo que la persona pretendía expresar. Se conversó sobre la mayoría de las elecciones y sus características. Se conectó con la categoría de cuerpo (lo que somos) y corporalidad (de dónde somos) y con la sesión anterior de auto reconocimiento.

3 **Tercera Actividad:**

Se presentó un video conversatorio, realizado por Alicia Rodenas de 17 años, como introducción al tema de los mandatos que social e históricamente se han dirigido hacia los cuerpos de las mujeres. A continuación se realizó, mediante diapositivas, una presentación de los mandatos y se invitó a una reflexión en silencio sobre éstos para así poder pasar al ejercicio personal en el que se iba a explorarlos.

4 **Cuarta actividad.**

Dividida en dos partes: primero, la realización de un conversatorio donde se abordaron los mandatos en el sentido propuesto por Lagarde. Es decir, como aquellas imposiciones que se han instalado en la mentalidad de las mujeres desde que son niñas y que se han incorporado e interiorizado como propias, pero que en realidad causan rechazo e inseguridad sobre las mismas. Los mandatos interiorizados y llevados a la práctica se convierten en recuerdos del propio cuerpo.

A continuación se prosiguió con la realización de una cartografía corporal representada en:

ⓐ

La elaboración, mediante marcadores y témperas, de un dibujo del propio cuerpo, contando con el apoyo de una compañera para la realización de la silueta.

ⓑ

Reflexión sobre los mandatos que cada una tiene escritos en el dibujo de su cuerpo, conectándolos con lugares específicos. Las ideas que se tienen sobre el propio cuerpo iban en la cabeza, lo que debe sentir y no sentir, iba consignado en el corazón y lo que se ha interiorizado como mandato sobre su actuar y no actuar, en las manos o en los pies. También se podían elegir otras zonas donde se sintiera que un mandato estaba escrito sobre su cuerpo.

ⓒ

Se compartió con el grupo cada una de las cartografías corporales realizadas.

5 **Quinta actividad.**

Se eligió un aspecto que decididamente se quisiera transformar de los mandatos identificados. Sentadas en un círculo, se iba produciendo con los pies un sonido de marcha que sonaba de fondo mientras en ronda se iba gritando el mandato acompañado de un gesto que significaba desprendimiento del cuerpo. Una variante de esto era la posibilidad de trabajo sobre el diario para responder a la pregunta sobre lo suscitado en la jornada y sobre aquellos aspectos que podemos transformar. Se conectó con la cuarta presentación en diapositivas sobre "¿qué cuerpo queremos?"

6 **Sexta actividad. Cierre y evaluación.**

Las facilitadoras recogieron las ideas centrales de la jornada, aplicaron el formato de evaluación y dejaron orientaciones para la próxima jornada.

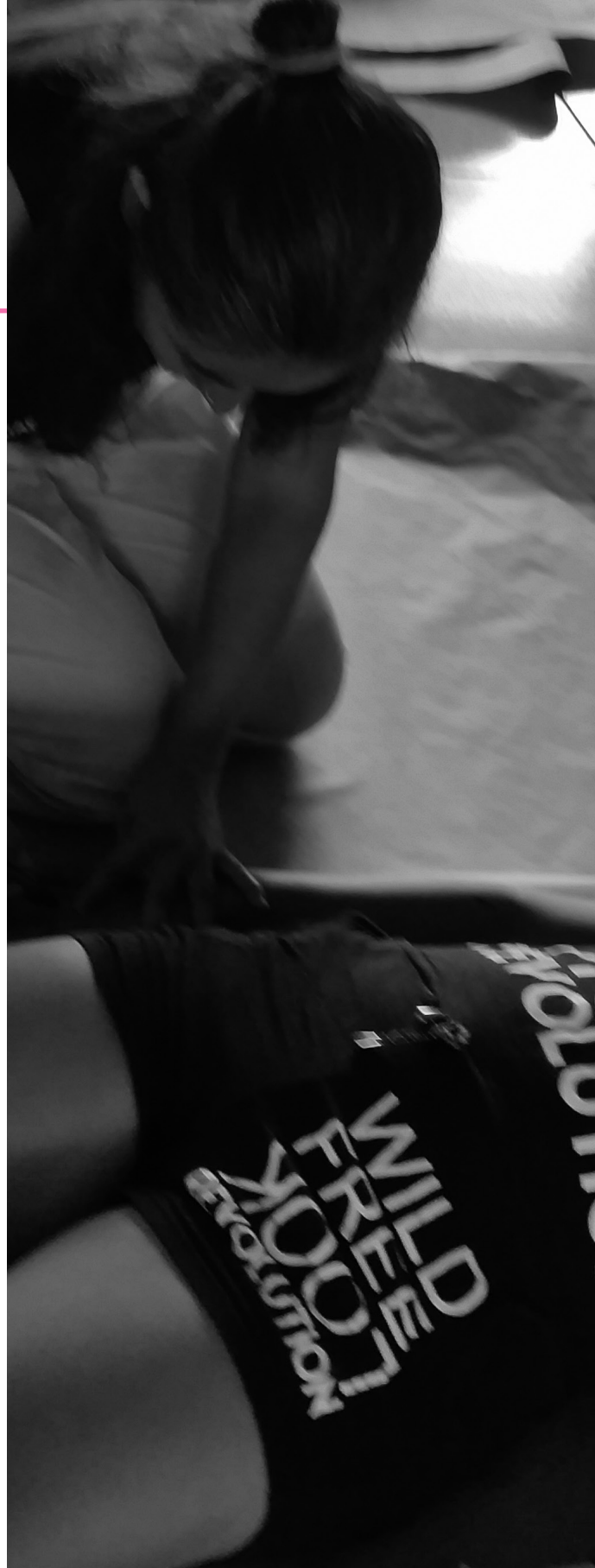
REFLEXIÓN SOBRE EL TALLER.

Uno de los aspectos más importantes de la reflexión sobre el cuerpo se realiza dentro de la formación de la Escuela Política y se ubica en la espiral de las relaciones. Lo constituye la posibilidad de comprender el cuerpo como un lugar donde se ensamblan múltiples relaciones, historias y realidades.
En una sociedad como la nuestra, es importante visibilizar, a través de mecanismos como la Escuela, por ejemplo, las contradicciones y tensiones que especialmente las mujeres vivimos al intentar seguir mandatos que desde el patriarcado y la sociedad del mercado se hacen a nuestros cuerpos, convirtiéndoles en cuerpos domesticados y cuerpos mercancía.

Y es que entender la corporalidad como un lugar donde se juntan características, dimensiones y relaciones que también son causa de opresiones y violencias contra nosotras, es clave para pensarnos también cómo esto puede ser transformado por nosotras mismas.

Es evidente que hoy, nuestros cuerpos se han convertido en objeto de consumo y para el consumo, aceitando muy bien la cadena de producción del capitalismo. En este contexto, las mujeres contamos a partir de la apariencia y de lo que la sociedad espera de nosotras. Esto nos hace incluso a nosotras mismas, a veces, creer que valemos solo si respondemos al estereotipo de belleza, y que tenemos que ser exitosas y progresar desde el tener o parecer. Lo que se impone a nosotras con ayuda de los medios de comunicación para generarnos la homogenización de nuestros comportamientos y costumbres.

Todo lo anterior se da en el contexto de una sociedad patriarcal que hace dóciles los cuerpos de las mujeres, y que nos hace maleables a los ojos de patriarcas, hombres en su mayoría. Desde niñas, estos mandatos se escriben en la piel de las mujeres y performan cuerpos marcados por temores e imposiciones de lo que las mujeres debemos decir, hacer, vestir, oler, tener, saber, pensar, para ser “verdaderas mujeres”.
Una idea que ronda por nuestras vidas, por ejemplo, es que nuestros cuerpos femeninos son carentes, fallidos, desagradables y descontrolados. Y que debemos pasar un buen tiempo de nuestras vidas haciendo



posible que se vean “organizados”, “limpios”, “controlados” y mejorados permanentemente. Quieren que pensemos que necesitamos retardar o esconder el paso del tiempo sobre nosotras, así como también aparecer siempre “agradables” a los ojos de otras personas, generalemente hombres. Se nos invita a quitarnos los pelos de todo el cuerpo, a mantener el cabello alisado, a tener una estricta dieta y peso, a maquillarnos, a vestir como socialmente es estereotipado para una mujer, a evitar que nuestro sexo huela, a mantener silencio, a tener hijos como condición de ser mujer, a ser atractivas para los hombres, a ser complacientes. Esto contrasta con los pedidos y juicios sociales sobre el comportamiento de las mujeres como provocador, promotor de violencias de todo tipo, exagerado y demandante.

Todo lo anterior hace emprender, en muchas mujeres, una larga carrera por satisfacer la mirada de los otros sobre sus cuerpos. La presión social lleva a muchas mujeres a sentirse incompletas, carentes y frustradas por no corresponder con el estándar cambiante y manipulador que el patriarcado y el capitalismo imponen.

Lo anterior nos lleva a preguntarnos: ¿tenemos que obedecer las mujeres a un cuerpo inventado por el mercado, el desarrollo tecnológico y el patriarcado? Cabe preguntarnos también si podemos resistirnos a está loca carrera porque las mujeres nos veamos de cierta manera. Necesitaríamos pensarnos como crear otras formas y configuraciones de nuestras identidades y subjetividades que surjan con autonomía e independencia a rechazar más colonizaciones sobre nuestros cuerpos.

Las mujeres, hoy, podemos construir respuestas y expresiones de ruptura con estas experiencias, pensadas desde nuestras realidades y profundos deseos, con la reflexión y construcción de una mirada crítica de nuestras experiencias y la manera de ordenarnos e interpretarnos a nosotras mismas, desde nosotras y para nosotras y nuestro bien – estar.

El Cuerpo, por Rosa Castillo

5. AMOR, EROTISMO, Y DIVERSIDAD SEXUAL

El Taller sobre Amor, Erotismo, y Diversidad Sexual se llevó a cabo para las Comunas 1, 18 y 20 de la ciudad de Cali. Tuvo una duración de cuatro horas y las responsables fueron Rosa Elvira Castillo y Claudia Ramírez.

Este taller se realizó con el objetivo de identificar conceptos básicos como lo son: sexo, género, identidad de género y orientación sexual. Todo esto, para lograr una mirada integral sobre el tema de la defensa de los Derechos Humanos, el cual tiene como uno de sus pilares la no discriminación basada en la diversidad sexual y/o la condición de género. Además, con el taller se buscaba desde la teoría, abogar por la desmitificación del amor romántico y entender su papel como uno de los dispositivos culturales que propician la violencia de género.

Para esto, entonces, entre las actividades realizadas en el taller, se llevó a cabo inicialmente un diálogo de recordación sobre la sesión anterior, propiciando la participación de todas las personas que asistieron. Se hizo revisión del material de apoyo entregado en las PÍLDORAS CONCEPTIVAS, y se aclararon algunas dudas que surgieron.

Algunos de los conceptos que se trabajaron fueron:

1

El cuerpo como territorio en el que se ponen en operación dispositivos para perpetuar estereotipos de género.

2

Lo que nos gusta y no nos gusta de nosotras y nosotros mismos.

Estos fueron los pasos que se siguieron en el taller:

1. Se realizó, una presentación con diapositivas después de la cual se le pidió a los participantes del taller que respondieran a unas preguntas sobre identidad de género y sexo.

2. Se realizó, una presentación con diapositivas después de la cual se le pidió a los participantes del taller que respondieran a unas preguntas sobre identidad de género y sexo.

3. Más tarde, se realizó un ejercicio de diferenciación entre orientación sexual, estereotipo de género y sexo, y se entregó a cada participante un cuadro para ejercicio individual.

4. Hubo también ejercicios para el reconocimiento del concepto amor romántico, por ejemplo, en productos culturales como la música.

Para todo esto, se utilizaron técnicas como los conversatorios, la reflexión guiada, y las presentaciones magistrales. Teniendo, además, como apoyos didácticos diferentes diapositivas, cuadros teóricos, las píldoras conceptivas y vídeos.

Fue fundamental contar con un salón que tuviera el espacio suficiente para lograr movilidad. Era indispensable que dicho salón estuviera dotado con sillas móviles para garantizar el agrupamiento de la gente en torno a cada actividad propuesta. Para la exposición teórica se utilizó proyección de diapositivas como apoyo. Se buscaba, pues, que los participantes hicieran parte de una jornada activa, en la que la búsqueda por el conocimiento, particularmente en un campo tan teórico como este, no fuese dogmática ni pesada.

6. POETİZANDO LA VİDA Y SANANDO HERİDAS PATRİARCALES

El Taller Poetizando La Vida y Sanando Heridas Patriarcales se llevó a cabo para las Comuna 1, 18 , y 20 de la ciudad de Cali. Tuvo una duración de cuatro horas y las responsables fueron Norma Lucía Bermúdez Gómez y Rosa Elvira Castillo.

Los objetivos del taller fueron:

1. Continuar en el reconocimiento de la cultura (sistema) patriarcal y sus efectos en la vida individual de los defensores y defensoras de Derechos Humanos a nivel individual y colectivo.

2. Reconocer las herramientas de sanación y resignificación de las historias que cada persona y cada comunidad tiene en su acervo familiar y cultural.

Para lograr cumplir dichos objetivos, se realizaron las siguientes actividades en el transcurso del taller:

1. Aproximación a los conceptos de discriminación, estigmatización y exclusión. Discusión ética sobre la diversidad sexual y la defensa de los derechos de todos y todos. Y conceptualización sobre el amor a partir de la frase “el amor es para siempre.”

2. Identificación de heridas patriarcales (renuncias, manipulaciones, sumisiones) que el patriarcado impone en ámbitos políticos, de la familia, del cuerpo y su sexualidad, lo comunitario, la maternidad, la pareja, la economía, entre otros. Seguido de conversación sobre los métodos de sanación aprendidos en la Escuela.

3. Se presentó el concepto de SISTEMA PATRIARCAL como una política de desigualdad, amarrada a sexismo, racismo, clasismo, y machismo, entre otros.

4. Se hicieron grupos para trabajar una pregunta en diversos ámbitos. La pregunta fue:

¿Cuáles son las renuncias, las manipulaciones y las sumisiones que las mujeres viven con relación a lo económico, la vida de pareja, la vida pública o a la participación política, entre otros?

Después, se presentaron los resultados de cada grupo ante todos los participantes del taller y las talleristas. La dinámica consistió en simular una noticia para medios masivos (radial o televisión, por ejemplo). En plenaria se concretaron los aprendizajes básicos.

5. Como ejercicio para continuar la sesión, se llevó a cabo el **mural resiliente - caracola resiliente**, que consistió en identificar las propias resistencias e insurrecciones; las decisiones, los actos, las palabras, entre otros, que rompen, cambian sentidos y cuentan historias diferentes en los ámbitos como el de la familia, el cuerpo y su sexualidad, lo político, lo comunitario, la maternidad, la pareja, la economía, entre otros.

El ejercicio se desarrolló de la siguiente manera:

1. Dibujar o construir un símbolo de mi resiliencia y resistencia en papel de colores. Dejar el símbolo en el mural o en la espiral /caracola para "entregar nuestro símbolo y caminar sobre el tiempo que representa el camino".

2. Conversatorio sobre lo logrado en términos de esas historias alternativas y de rebeldía, que cada una forjó. En el cierre de este momento, se retomó la idea de resaltar tips o saberes con los que salimos de las crisis, con los que se logró decidir o cambiar, con los que se resiste, etc.

6. A continuación se invitó a los y las participantes a hacer parte de un ejercicio de Tai-Chi. Y finalmente se llevó a cabo un ejercicio de poesía en el que los y las participantes debían visualizar y escribir aquello que consideraban que ellos mismos son a partir de sus propias historias de resiliencia.

7. A manera de cierre, con el fin de dinamizar un poco el taller, se propuso hacer un poco de Karaoke. La canciones propuestas para el ejercicio fueron las siguientes:

- Canción Sobrevivire – Gloria Gaynor -
- La Cigarra - Mercedes Sosa -
- María maría - Mercedes Sosa -
- Callejera - Soyla Crew -

Para todo lo anterior se hizo uso de micrófonos, cartulinas, marcadores, tijeras, revistas, música de relajación, un vídeo beam, fotocopias del "Manual Capacitar", y vídeos musicales con letra en pantalla.

MATERIAL DIDÁCTICO DE LA SESIÓN

El siguiente texto te utilizó como material didáctico en la sesión 6.

Canción: Como la Cigarra

En todo el mundo no hay nadie como yo.
Hay personas que tienen algo en común conmigo, pero nadie es exactamente como yo.
Por lo tanto, todo lo que surge de mí es verdaderamente mío porque yo sola lo escogí.

Tantas veces me mataron, tantas veces me morí,
sin embargo estoy aquí resucitando.

Gracias doy a la desgracia y a la mano con puñal, porque me mató tan mal, y seguí cantando.

Cantando al sol, como la cigarra, después de un año bajo la tierra,

igual que sobreviviente que vuelve de la guerra.

Tantas veces me borraron, tantas desaparecí,
a mi propio entierro fui, solo y llorando.

Hice un nudo del pañuelo, pero me olvidé después que no era la única vez y seguí cantando.

Cantando al sol, como la cigarra, después de un año bajo la tierra, igual que sobreviviente que vuelve de la guerra.

Tantas veces te mataron, tantas resucitarás cuántas noches pasarás desesperando. Y a la hora del naufragio y a la de la oscuridad alguien te rescatará, para ir cantando.

Cantando al sol, como la cigarra, después de un año bajo la tierra, igual que sobreviviente que vuelve de la guerra

Maria Elena Walsh

7. CULTURA PATRIARCAL, CAPITALISMO Y NEOLIBERALISMO.

El Taller sobre Cultura Patriarcal, Capitalismo y Neoliberalismo se llevó a cabo para las Comunas 1, 18 , y 20 de la ciudad de Cali. Tuvo una duración de cuatro horas y la responsable fue Nancy Faride Arias Castillo.

Los objetivos del taller fueron:

1. Identificar la génesis y evolución de la Estructura Patriarcal, así como su simbiosis con el capitalismo y el neoliberalismo.

2. Plantear el debate sobre **LA POLÍTICA y LO POLÍTICO** en la estructura económico-social del capitalismo, para así comprender su impacto en la historia de las discriminaciones y privilegios de género en nuestro contexto social.

Para esto, entonces, se realizaron las siguientes actividades:

1. Al llegar al salón, las personas encontraron colgadas en las paredes, por separado, las fichas de un rompecabezas. Cada una de estas piezas contenía diferentes palabras o conceptos, los cuales serían usados posteriormente en la sesión. Para iniciar, la orientadora retomó el sentido de la **Espiral de las Interacciones**, orientando hacia la reflexión sobre los contenidos trabajados en dicha espiral. Se apuntaron en el tablero las expresiones de las participantes y se pusieron en consideración. Se cerró la conversación escuchando la canción **TODO CAMBIA**, como texto que recoge parte de la síntesis de nuestra propuesta por la transformación que debemos suscitar en nosotras mismas para poder inspirar transformaciones en nuestro entorno.

2. Se abrió debate sobre la diferenciación entre la política, la politiquería y la perversión de lo político.

3. Se continuó con la presentación de la nueva espiral sobre las **CONSTRUCCIONES POLÍTICAS.** Presentando, así, sus objetivos, sus contenidos y su sentido. Se retomaron, también, los elementos que las participantes expresaron que han asumido en su vida, para dejar dicho que todas, de alguna manera han asumido una postura política en su vida. Además, se llevó a cabo una presentación de los propósitos de la jornada y la necesaria diferenciación entre dos conceptos nucleares: **LO POLÍTICO Y LA POLÍTICA.**

4. Para facilitar el análisis, se inició desde lo empírico. Se identificó cómo estos conceptos se articulan en la cotidianidad. Y se retomaron los temas que se han trabajado en las jornadas previas con sus experiencias como ciudadanas, como colectivo y como miembros de una comunidad, guiadas a través de las siguientes preguntas: ¿hay diferencias entre los términos “lo político” y “la política”?, ¿de qué manera lo político y la política están presentes en nuestras vidas?, cuando me dicen “la política” ¿qué imágenes asocio?, cuando me dicen “lo político” ¿a qué creo que se refieren?

5. En el tablero se tomó nota de cada aporte que se hizo por parte de los y las participantes. La orientadora retroalimentó estos apuntes, indicando y ejemplificando cómo lo político y la política determinan las condiciones de vida de la población en general. Se retomó la aprobación de la REFORMA TRIBUTARIA como un ejemplo muy actual en Colombia. Se analizó quienes toman esas decisiones, cómo participamos de ellas, cómo afectan nuestro presupuesto, calidad de vida, destino, etc.

6 Se pidió a las y los participantes escoger una pieza de las que encontraron al llegar al salón (aquellas dispuestas en las paredes), las cuales contenían palabras o conceptos que debían aportar para armar el cuerpo del rompecabezas. Al centro del gráfico debían quedar resaltadas la pareja de palabras: **LO POLÍTICO-LA POLÍTICA.** Y alrededor, las palabras:

7. Se le dio al grupo 15 minutos para discutir, preguntar sobre conceptos desconocidos y armar el rompecabezas, aclarando que lo importante no era el resultado sino el proceso y que si no se podía armar completamente, no había problema. La orientadora pidió a las y los participantes que observaran detenidamente el rompecabezas y aclaró conceptos y definiciones de palabras que no conocían. Se compartió la experiencia para percatarnos de la importancia del trabajo en grupo, las actitudes que marcan el ritmo del trabajo, la importancia de la organización y coordinación, la importancia del escucharnos y la del reconocer las habilidades de cada quien. La reflexión apuntó a mirarnos desde el papel que cada una jugó, caracterizando cómo éste facilitó el proceso. Acompañadas de las imágenes que se proyectaron con las diapositivas, nos basamos en el concepto de desarrollo humano y retomamos la mirada sobre la indiferencia del común de la gente respecto a la política y a lo político.

8. Se escuchó la canción: **LA VIDA NO VALE NADA**, como motivadora de la reflexión sobre lo que significa nuestro interés por lo político y la política, para luego provocar una conversación con algunos de los clásicos de la teoría política: desde Aristóteles, pasando por Maquiavelo, llegando a Paolo Freire y terminando con Chantal Mouffe a través de la exposición magistral apoyada en diapositivas.

9. Finalmente se introdujo el tema de Ciudadanía y Democracia, que tiene que ver con la validación de la existencia desde el momento del nacimiento a lo largo de la vida. Una característica del conversatorio, fue que siempre se motivó la opinión y se fueron situando las intervenciones en contexto de nuestra realidad nacional.

10. Cerramos con la canción: **HONRAR LA VIDA**, para dejar dicho que la lucha es indeclinable, y se llevó a cabo la evaluación escrita de la sesión.

Para todo lo anterior se hizo uso de fichas de rompecabezas gigantes, diseñadas y recortadas con palabras clave; cinta de enmascarar; diapositivas y un proyector de Video Beam.

8. DEMOCRACIA, CIUDADANÍA, Y FEMINISMOS

El Taller sobre Democracia, Ciudadanía, y Feminismos se llevó a cabo para las Comuna 1, 18 , y 20 de la ciudad de Cali. Tuvo una duración de cuatro horas, y la responsable fue Rosa Elvira Castillo.

1

El reconocer la democracia como una construcción social histórica. Entiendo que dicha construcción social, camina hacia la realización de un modelo político, en el cual las personas formadas como sujetos políticos hacen uso de su capacidad para decidir y mantener una forma de organización social.

2

Reconocer en el feminismo una propuesta de construcción de sujeto político, que aporta y lucha por ponerle fin a todas las opresiones del sistema patriarcal y capitalista. Buscando así, las transformaciones necesarias para hacer efectiva la igualdad y los derechos de todas las personas.

3

Analizar las intersecciones de la lucha feminista con otras fuentes de desigualdad como la diversidad sexual, la raza, la etnicidad, y la clase.

4

Promover el derecho a la ciudad y la vivencia de una ciudadanía plena para las mujeres diversas en raza, étnica, clase, diversidad sexual, nivel educativo, procedencia, y en general a mujeres indígenas, negras, populares, académicas, etc., y las comunidades LGTBI.

Para esto, entonces, se inició la sesión recuperando la síntesis de memoria de la sesión anterior, aclarando cualquier duda que surgía en el momento sobre los conceptos tratados. Algunos elementos que se habían trabajado anteriormente y que fueron de apoyo para ésta sesión fueron:

1. La necesidad de reflexionar lo político y la política en la vida de cada persona.
2. El rescate de la ética en el ejercicio político.
3. La ética en el servicio como su motor principal.

Por otro lado, se conversó sobre los elementos que se pudieron identificar en la Estructura Patriarcal y su simbiosis con el capitalismo y el neoliberalismo. Planteando el debate de la política y lo político en la estructura económico-social del capitalismo, para la comprensión de su impacto en la historia de las discriminaciones y privilegios de género.

En un segundo momento del taller, se hizo una presentación con fotografías que hablaban sobre situaciones de violencia producidas por el odio y el miedo; situaciones que como consecuencia han constituído crímenes asociados a raza /etnia, clase, orientación sexual, religión, identidad de género, etc.

Seguido a esto, se abrió el diálogo sobre las fotografías con historias de discriminación y violencia, con el fin de provocar la pregunta sobre la humanidad de todas las personas: se cuestionó si todas las personas merecen o no un trato digno y si es normal este asunto del odio y el temor por la diferencia.

Durante el ejercicio se hizo énfasis en cómo actúan las desigualdades y su expresión simultánea sobre aquellos que se presentan en la sociedad capitalista como la diáspora desde la marginalidad. Se hizo, además, la lectura de Belli “Los Portadores de Sueños” y se escuchó una canción feminista para introducir como el
feminismo se ha interrogado estos asuntos y propone hacerse cargo de ellos. Finalmente, se presentó una línea de tiempo del feminismo y de sus corrientes.

Las conclusiones centrales de esta segunda parte fueron:

1. Las corrientes feministas surgen como respuesta a un momento y una opresión determinada histórica y socialmente.
2. El feminismo perfecciona la democracia, puesto que reivindica no sólo derechos individuales y colectivos, sino que además reconoce como necesarias todas las igualdades.

MATERIAL DIDÁCTICO DE LA SESIÓN

El siguiente texto te utilizó como material didáctico en la sesión 8.

Los Portadores de Sueños

En todas las profecías está escrita la destrucción del mundo.
Todas las profecías cuentan que el hombre creará su propia destrucción.
Pero los siglos y la vida que siempre se renueva engendraron también una generación de amadores y soñadores.
Hombres y mujeres que no soñaron con la destrucción del mundo, sino con la construcción del mundo de las mariposas y los ruiseñores.

Desde pequeños venían marcados por el amor, detrás de su apariencia cotidiana guardaban la ternura del sol de medianoche.

Las madres los encontraban llorando por un pájaro muerto y más tarde también los encontraron a muchos muertos como pájaros.
Estos seres cohabitaron con mujeres traslúcidas y las dejaron preñadas de miel y de hijos verdecidos por un invierno de caricias.

Así fue como proliferaron en el mundo los portadores de sueños.

Fueron atacados ferozmente por los portadores de profecías habladoras de catástrofes.
Los llamaron ilusos, románticos, pensadores de utopías dijeron que sus palabras eran viejas y, en efecto, lo eran porque la memoria del paraíso es antigua en el corazón del hombre. Los acumuladores de riquezas les temían y lanzaban sus ejércitos contra ellos, pero los portadores de sueños todas las noches hacían el amor y seguía brotando su semilla que no solo portaba sueños sino que los multiplicaban y los hacían correr y hablar.
De esta forma el mundo engendró de nuevo su vida como también había engendrado a los que inventaron la manera de apagar el sol.

Los portadores de sueños sobrevivieron a los climas helados.
“Son peligrosos”, imprimían las grandes rotativas.
“Son peligrosos”, decían los presidentes en sus discursos “Son peligrosos”, murmuraban los artífices de la guerra. “Hay que destruirlos”, imprimían las grandes rotativas

“Hay que destruirlos”, decían los presidentes en sus discursos
“Hay que destruirlos”, murmuraban los artífices de guerra.
Los portadores de sueños conocían su poder, por eso no se extrañaban.

También sabían que la vida los había engendrado para protegerse de la muerte que anuncian las profecías.
Y por eso defendían su vida, aún con la muerte.

Por eso cultivaban jardines de sueños y los exportaban con grandes lazos de colores.
Los profetas de la oscuridad se pasaban las noches y días enteros vigilando los pasajes y los caminos buscando estos peligrosos argamentos que nunca lograban atrapar porque el que no tiene ojos para soñar no ve los sueños ni de día ni de noche.

Y en el mundo se ha desatado un gran tráfico de sueños que no pueden detener los traficantes de la muerte; por todas partes hay patentes con grandes lazos que sólo esta nueva raza de hombres puede ver la semilla de estos sueños no se puede detectar porque va envuelta en rojos corazones en amplios vestidos de maternidad donde piececitos soñadores alborotan los vientres que los albergan.

Dicen que la tierra después de parirlos desencadenó un cielo de arco iris y sopló de fecundidad las raíces de los árboles. Nosotros sólo sabemos que los hemos visto, sabemos que la vida los engendró para protegerse de la muerte que anuncian las profecías.

G. Belli

9.DERECHOS HUMANOS.

El Taller sobre Derechos Humanos se llevó a cabo para las Comuna 1, 18 , y 20 de la ciudad de Cali. Tuvo una duración de cuatro horas, y la responsable fue Martha V. Burbano.

Los objetivos del taller fueron:

1. Desarrollar una conciencia sensible y preocupada sobre los Derechos Humanos de las mujeres, las niñas y las personas con orientación e identidad sexual diversa.

2. Ensayar formas de insertar la temática de los Derechos Humanos en la vida cotidiana.

3. Establecer los obstáculos que se presentan para el goce y disfrute de Derechos Humanos y los caminos de superación.

Los conceptos claves fueron:

1. **Derechos Humanos:**

   Los Derechos Humanos son aquellas libertades, facultades, o reivindicaciones relativas a bienes primarios o básicos que incluyen a toda persona, por el simple hecho de su condición humana, para la garantía de una vida digna, sin distinción alguna de etnia, color, sexo, idioma, religión, orientación sexual, identidad de género, opinión política o de cualquier otra índole, origen nacional o social, posición económica, nacimiento o cualquier otra condición.

2. **Dignidad humana:**

   Este derecho a la dignidad humana comprende tres aspectos fundamentales:

   a. La autonomía o la posibilidad de elegir un plan de vida para desarrollarse según la determinación de las personas.

   b. La existencia de condiciones físicas que le permitan a una persona establecer su autonomía.

   c. La no renuncia a los principios de integridad física e integridad moral.

Según lo anterior, toda persona es libre de elegir cómo quiere vivir. Es decir que nadie puede humillarlo ni atacarlo simplemente por la forma en que ha decidido vivir. Lo anterior es importante recordarlo porque en toda vulneración se recurre a este derecho porque afecta la forma de vivir de una persona. El secuestro, la no atención médica, el cobro injusto de un valor económico, la detención arbitraria, la falta al debido proceso, constituyen faltas a la dignidad humana.
La Corte Constitucional, mediante la sentencia Sentencia T-881/02, ha determinado que el Derecho a la vida digna y dignidad humana en Colombia debe regirse por lo siguiente: **la dignidad humana entendida como autonomía o como posibilidad de diseñar un plan vital y de determinarse según sus características (vivir como se quiera vivir).**

3 **Derechos Humanos de las Mujeres:**

La igualdad de género está en el centro mismo de los Derechos Humanos y los valores de las Naciones Unidas. Un principio fundamental de la Carta de las Naciones Unidas, aprobada por los dirigentes del mundo en 1945, es "**derechos iguales para hombres y mujeres**" y la protección y el fomento de los Derechos Humanos de las mujeres como responsabilidad de todos los Estados. Sin embargo, millones de mujeres del mundo entero siguen siendo víctimas de la discriminación:

ⓐ La discriminación económica y social se traduce en opciones vitales más reducidas y más pobres para las mujeres, lo que las hace más vulnerables a la trata de personas.

ⓑ La violencia de género afecta por lo menos al 30% de las mujeres del mundo.

ⓒ A las mujeres se les niegan sus derechos a la salud sexual y reproductiva.

ⓓ Las defensoras de los Derechos Humanos son relegadas al ostracismo por sus comunidades, que las consideran una amenaza a la religión, el honor o la cultura.

ⓔ La función esencial que las mujeres desempeñan en la paz y la seguridad suele pasarse por alto, así como los peligros específicos que afrontan en las situaciones de conflicto.

4 Defensores y defensoras de Derechos Humanos.

¿Qué hacen los defensores de los Derechos Humanos?

Estas personas se esfuerzan por promover y proteger los derechos civiles y políticos y por lograr la promoción, la protección y el disfrute de los derechos económicos, sociales y culturales.
Los defensores abordan cualesquiera problemas de Derechos Humanos, que pueden comprender desde las ejecuciones sumarias hasta la tortura, la detención y prisión arbitrarias, la mutilación genital de las mujeres, la discriminación, las cuestiones laborales, las expulsiones forzadas, el acceso a la atención sanitaria o los desechos tóxicos y su impacto en el medio ambiente. Los defensores actúan en favor de Derechos Humanos tan diversos como el derecho a la vida, la alimentación y el agua, el nivel más alto posible de salud, una vivienda adecuada, un nombre y una nacionalidad, la educación, la libertad de circulación, entre otros.

¿Quién puede ser defensor de los Derechos Humanos?

No existe una definición concreta de quién es o puede ser defensor de los Derechos Humanos. En la Declaración sobre los defensores de los Derechos Humanos, se hace referencia a “los individuos, los grupos y las instituciones [que contribuyen] a la eliminación efectiva de todas las violaciones de los Derechos Humanos y las libertades fundamentales de los pueblos y los individuos”.

El paso a paso metodológico fue el siguiente:

TIEMPO ESTIMADO	ACTIVIDADES	TÉCNICAS	APOYOS DIDACTICOS	MATERIALES Y REQUERIMIENTOS LOGISTICOS
30 min	Bienvenida y motivación para la participación en la jornada.	Construcción de Mural de Saberes e inquietudes.	Ninguno.	Papel Kraf. Tarjetas de cartulina y papel. Marcadores. Cinta de enmascarar.
1 hr	Trabajo en Grupo: ejercicio central para iniciar la reflexión	"Dime qué lees, qué juegas y qué ves".	Revistas. Prensa. Películas.	Revistas. Prensas. Carátulas de películas que estén en cartelera. Listado de la parrilla de televisión RCN – Caracol.
1 hr 30 min	Conversatorio sobre: conceptos, Derechos Humanos, derecho a la vida digna, ¿quién es un defensor de Derechos Humanos? Y escenarios y participación e incidencia política.	A partir de los trabajos realizados y expuestos por el grupo, además de un apoyo en una presentación en Power Point, se llegó a definiciones y conceptos.	Material elaborado por el grupo en los puntos anteriores y presentación en Power Point.	Video Beam. Fotocopias. Declaración Universal de los Derechos Humanos. Un libro de la Constitución Política Colombiana.
30 min	Retroalimentación, evaluación y cierre	Plenaria.	Aplicación de formatos de evaluación.	Fotocopias de formatos.

10. ACUERDOS DE PAZ Y GÉNERO

El Taller sobre Acuerdos de Paz y Género se llevó a cabo para las Comunas 1, 18, y 20 de la ciudad de Cali. Tuvo una duración de tres horas, y la responsable fue María Catalina Gómez.

Como objetivo general, el Taller sobre Acuerdos de Paz y Género, tuvo el reconocer en el Acuerdo Final del Gobierno colombiano con las FARC-EP una estrategia con enfoque de género que posibilita la reconciliación y la implementación de acciones concretas para la construcción de una paz con justicia social, estable y duradera.

En esta sesión se buscó lograr la apropiación de los contenidos del Acuerdo Final, en particular del enfoque de género plasmado en el mismo. Para esto, se hizo lectura en detalle del concepto de enfoque de género descrito en el Acuerdo:

De este modo, los objetivos específicos que se plantearon para el taller fueron los siguientes:

1. Conocer el Proceso de Paz construído entre el Gobierno Nacional y las FARC-EP, sus etapas, contenidos y dificultades. Así como invitar a la reflexión sobre la importancia del Acuerdo y los cambios que éste propone.

2. Identificar las características particulares del enfoque de género plasmado en el Acuerdo Final y en los decretos reglamentarios logrados hasta el momento.

3. Reconocer los alcances y limitaciones para la implementación de los Acuerdos con el enfoque de género, así como los retos que estos traen para las mujeres y las organizaciones.

4. Identificar la incidencia política que tiene la ciudad en los ejercicios de implementación de los Acuerdos con el enfoque de género, en particular la participación mediante la organización social.

5. Promover el pensamiento crítico sobre creencias e imaginarios que obstaculizan la participación en el Proceso de Paz.

Píldora conceptiva:

“Igualdad y enfoque de género: reconocimiento de las mujeres como ciudadanas autónomas, sujetos de derechos que, independientemente de su estado civil, relación familiar o comunitaria, tienen acceso en condiciones de igualdad con respecto a los hombres a la propiedad de la tierra y proyectos productivos, opciones de financiamiento, infraestructura, servicios técnicos y formación, entre otros; atendiendo las condiciones sociales e institucionales que han impedido a las mujeres acceder a activos productivos y bienes públicos y sociales. Este reconocimiento implica la adopción de medidas específicas en la planeación, ejecución y seguimiento a los planes y programas contemplados en este Acuerdo para que se implementen teniendo en cuenta las necesidades específicas y condiciones diferenciales de las mujeres, de acuerdo con su ciclo vital, afectaciones y necesidades.”

El paso a paso metodológico fue el siguiente:

TIEMPO ESTIMADO	ACTIVIDADES	TÉCNICAS	APOYOS DIDACTICOS	MATERIALES Y REQUERIMIENTOS LOGISTICOS
9:00 am 10:00 am	Presentación de las y los participantes mediante la identificación de experiencias de violencia de género y de experiencias de resistencias frente a las mismas, en el contexto del conflicto armado.	Dinámica grupal para anudar las violencias y desanudarlas mediante las resistencias.	TEJIDO HUMANO	Lana
10:00 am 11:30 am	Presentación de la sesión. Presentación sobre el Proceso de Paz y los seis puntos del Acuerdo, además de presentación sobre el concepto de "enfoque de género" en el Acuerdo.	Presentación magistral con intervención de las y los participantes. Previo a cada apartado se buscó que las y los participantes dieran ideas sobre lo que creían que era el contenido de éste, con el propósito de abordar los mitos y realidades del Acuerdo logrado	Presentación en Power Point	Portátil Video beam USB
11:30 am 12:15 pm	Debate sobre los alcances y las limitaciones del Acuerdo, visto a través de la experiencia de vida en la ciudad	Intervenciones de las y los participantes sobre la sesión. Presentación de video sobre cada uno de los puntos.		Portátil. Video Beam.
	Evaluación verbal y escrita de la actividad. Se solicitó a dos compañerxs que comentaran brevemente sus impresiones con relación a la sesión del día. Se llevó a cabo la evaluación escrita para su diligenciamiento.	Ideas síntesis / Preguntas / Evaluación.	Formato evaluación.	Fotocopias.

BESO DE LA VİDA

Salgo
De este vacío cavernoso
De esta fisura.

Partida por una vida
En ropa de otros
E'lla, sospechosa
Revestida de sacrificio,
Domesticada
Por lobos.

Deseo
Es el viento que levanta mi ala
Regresa mi aliento, jadeo de aire
Rompiendo superficie desde abajo
De mi piel.

Helen Dixon

11. MASCULINIDADES NO PATRIARCALES

El Taller sobre Masculinidades No Patriarcales se llevó a cabo para las comunas 1, 18 y 20. Tuvo una duración de cuatro horas, y el responsable fue Gustavo Adolfo Calle Quintero.

El taller tuvo como objetivo principal:

Brindar elementos para la comprensión de la construcción social de las masculinidades y su relación con modelos hegemónicos, y con modelos basados en la equidad, el cuidado y la no violencia.

Y como objetivos específicos, nos encontramos los siguientes:

1. Analizar aspectos inherentes a la construcción de las identidades, roles de género, y relaciones de poder en la formación y desarrollo de las masculinidades.

2. Confrontar mitos sobre actitudes y comportamientos sociales y culturales de violencia o ejercicios opresivos de la masculinidad.

3. Facilitar que los y las participantes reflexionen en torno al ejercicio y la vivencia de masculinidades no patriarcales, a nivel personal, familiar y social-comunitario.

Los **conceptos** claves tratados fueron:

1. Se entienden las **Masculinidades** como los discursos, comportamientos, ámbitos, símbolos, características e intereses asignados a los hombres (asignación cultural de género) y la interiorización que estos hacen de todo aquello en sus diversas concepciones y prácticas de vida (identidad de género), en contextos específicos, sociales, culturales e históricos.

2. **La Masculinidad Hegemónica**, o según la denominación de Conell (1995) "formas hegemónicas de masculinidad", tiene que ver con una serie de discursos, frases, actitudes, gestos, símbolos, rituales y características que construyen un ideal de cómo un ser humano que nace con pene y testículos debe ser y comportarse, y está representada en la figura del hombre blanco, heterosexual, que ejerce distintas formas de poder (económico, político, racial, violento, racional, entre otros) con estéticas y características físicas dominantes. Dicho modelo que se impone como "único" y "universal", se configura como un modelo colonial de ser hombre, proviene de las estructuras centrales en la sociedad (económico, político y cultural), y se transmite y legitima a través de la familia, la escuela, las relaciones de pares, las instituciones y los medios de comunicación.

3. **Las Masculinidades No Hegemónicas** son todas aquellas masculinidades que no cumplen con la norma heterosexual, racista, clasista, estética, física y/o corporal hegemónica; o que siendo heterosexuales (afros, indígenas, mestizos o blancos) no cumplen con la norma hegemónica de ser hombre en sus otras características.

El taller se desarrolló de la siguiente manera:

Primero se llevó a cabo la presentación de las personas asistentes y del facilitador. Seguido por la explicación de los objetivos y metodología de la jornada.

Luego se realizó el ejercicio Transitando Lenguajes, el cual consistió en hacer dos círculos con las personas asistentes; uno externo y otro interno, ubicándose de frente entre parejas. Luego, el círculo interno se mueve hacia la izquierda, en la medida en que cambian de pareja, establecen diferentes tipos de contacto: de las manos con los ojos cerrados y en silencio, de los ojos sin contacto físico y en silencio. Al final comparten cómo se sintieron con cada uno de los contactos que se dieron entre mujeres, entre hombres y entre mujeres y hombres, reflexionando sobre las barreras existentes y las posibilidades de vivenciar dichas experiencias, y su relación con la cultura en la que vivimos.

Acto seguido se realizó una introducción a los arquetipos de la masculinidad, haciendo referencia a los más conocidos: Rey, Guerrero, Mago y Amante. Posteriormente cada participante, haciendo uso del instructivo “Los mandatos de la masculinidad”, identificó características de los arquetipos presentes en lo que ellos mismos aprendieron y vivieron en su infancia, adolescencia/juventud y adultez, y los impactos que eso tuvo en sus vidas. Quienes quisieron compartieron sus experiencias en plenaria. A partir de allí se realizó una reflexión sobre los mandatos de la masculinidad y sobre los conceptos de identidades sexuales e identidades de género. Posteriormente, a través de la lectura compartida de un extracto del cuento “Sueño y Piel”, cuyos personajes solo tienen las letras iniciales de sus nombres, se reflexionó acerca de si era posible identificar las identidades sexuales y de género de los personajes. Dicha reflexión permitió introducirse al

concepto de masculinidades. Y, para finalizar éste momento se abordó el concepto de masculinidad hegemónica y se generó una reflexión sobre la manera como la masculinidad hegemónica representa también un mandato en los hombres y en las mujeres de sectores históricamente excluidos y discriminados.

En el **último momento** práctico del taller, se inició con la realización de la actividad lúdico-reflexiva "Todos y todas cabemos". Posteriormente se hizo referencia al origen y desarrollo de colectivos y movimientos que promueven masculinidades no hegemónica en el mundo y en Colombia, y a los criterios que se deben tener en cuenta en espacios o ejercicios de reflexión y promoción de masculinidades no patriarcales, a nivel personal y colectivo. Al final se invitó a los y las participantes a plantear alternativas para promover masculinidades no violentas y equitativas, a través de dos preguntas: **¿qué pienso que puedo hacer?**, y **¿dónde y cómo lo puedo hacer?** Como ejemplos de iniciativas de promoción de masculinidades no violentas y equitativas se presentó un material en video que invita a construir caminos de esperanza, aún en medio de las condiciones más adversas, optando por otros valores que se alejen de los que alimentan lo que se conoce como el orgullo o la honra masculina.

Finalmente se aplicó una evaluación a los participantes.

Para todo lo anterior, el tallerista se apoyó de una presentación en Power Point y un Vídeo Beam. Se mostraron, además, videos como los referenciados abajo:

''Sentir es cosa de Hombres'':

https://www.youtube.com/watch?v=GuX4a_4gJ1w

''Mi Futuro es Hoy, Masculinidades'':

https://www.youtube.com/watch?v=begCSfdUiPE

''El llamado, Old Spice'':

https://www.youtube.com/watch?v=kRGhTOVsshA

''Hombres presos por violencia doméstica hablan sobre sus crímenes'':

https://www.youtube.com/watch?v=58KwHNndQH8

''Y Qué! Hombres Reacciona Ecuador - El Machismo es Violencia!'':

https://www.youtube.com/watch?v=QJOM6gZrhWg

Viejos

Hombres necios que acusáis
a la mujer sin razón,
sin ver que sois la ocasión
de lo mismo que culpáis:

si con ansia sin igual
solicitáis su desdén,
¿por qué queréis que obren bien
si las incitáis al mal?

Cambatís su resistencia
y luego, con gravedad,
decís que fue liviandad
lo que hizo la diligencia.

Parecer quiere el denuedo
de vuestro parecer loco
el niño que pone el coco
y luego le tiene miedo.

Queréis, con presunción necia,
hallar a la que buscáis,
para pretendida, Thais,
y en la posesión, Lucrecia.

¿Qué humor puede ser más raro
que el que, falto de consejo,
él mismo empaña el espejo,
y siente que no esté claro?

Con el favor y desdén
tenéis condición igual,
quejándoos, si os tratan mal,
burlándoos, si os quieren bien.

Siempre tan necios andáis
que, con desigual nivel,
a una culpáis por crüel
y a otra por fácil culpáis.

¿Pues como ha de estar templada
la que vuestro amor pretende,
si la que es ingrata, ofende,
y la que es fácil, enfada?

Mas, entre el enfado y pena
que vuestro gusto refiere,
bien haya la que no os quiere
y quejaos en hora buena.

Dan vuestras amantes penas
a sus libertades alas,
y después de hacerlas malas
las queréis hallar muy buenas.

¿Cuál mayor culpa ha tenido
en una pasión errada:
la que cae de rogada,
o el que ruega de caído?

¿O cuál es más de culpar,
aunque cualquiera mal haga:
la que peca por la paga,
o el que paga por pecar?

Pues ¿para qué os espantáis
de la culpa que tenéis?
Queredlas cual las hacéis
o hacedlas cual las buscáis.

Dejad de solicitar,
y después, con más razón,
acusaréis la afición
de la que os fuere a rogar.

Bien con muchas armas fundo
que lidia vuestra arrogancia,
pues en promesa e instancia
juntáis diablo, carne y mundo.

Sor Juana Inés de la Cruz

12. NO VİOLENCİAS CONTRA LAS MUJERES

El Taller sobre No Violencias Contra las Mujeres se llevó a cabo para las comunas 1, 18 y 20 de la ciudad de Cali. Tuvo una duración de cuatro horas, y la responsable fue Claudia Cecilia Ramírez Cardona.

El objetivo general del taller fue:

Compartir con las personas participantes herramientas para cualificar sus conocimientos y capacidades de exigibilidad de derechos. Esto, a partir de la reflexión sobre sus experiencias personales, y el conocimiento sobre la temática de las violencias contra las mujeres como una construcción cultural en el marco del sistema socio sexual patriarcal

Y los objetivos específicos fueron:

1. Identificar la problemática de la violencia de género contra las mujeres.
2. Conocer la normatividad y rutas de prevención, protección y atención a las mujeres víctimas de violencias.
3. Conocer estrategias de prevención y autoprotección frente a la violencia.

Para poder cumplir con dichos objetivos, en el taller se realizaron las siguientes actividades, apoyados en las siguientes técnicas y material:

TIEMPO ESTIMADO	ACTIVIDADES	TÉCNICAS	APOYOS DIDACTICOS
Momento 1: Llegada. Hilo conductor. 30 minutos	Recuperación de la síntesis de memoria de la sesión anterior sobre masculinidades.	Conversatorio/Lluvia de ideas. Intercambio de saberes. Pregunta sobre lo acontecido. Respuestas del auditorio.	Tablero
Momento 2: Lo público - Lo privado. 40 minutos	Se hizo la siguiente afirmación: "La ropa sucia se lava en casa". Luego se pidió a las personas participantes que se ubicaran en un lugar determinado del salón según su acuerdo o no con dicha afirmación. Cada grupo que se conformó eligió una persona que hiciera la defensa de la posición del grupo. Se presentó una reflexión sobre lo público y lo privado para contextualizar las violencias contra las mujeres como un asunto de interés público. Presentación del video: "Por qué las víctimas no se van"	Intercambio de saberes, conocimientos, percepciones e imaginarios. Presentación de video.	http://www.ted.com/talks/leslie_morgan_steiner_why_domestic_violence_victims_don_t_leave?language=es
Momento 3: Modalidades de iolencias contra las mujeres. 40 minutos	Se organizaron grupos y se pidió que en cada grupo las personas participantes describieran una experiencia vivida o conocida de violencia contra las mujeres. Se pidió que identificaran los tipos de violencia que se presentaron. Se hizo una presentación sobre tipos de violencia según la ley 1257 de 2008.	Trabajo en grupo. Presentación magistral. intercambio de saberes.	

TIEMPO ESTIMADO	ACTIVIDADES	TÉCNICAS	APOYOS DIDACTICOS
Momento 4: Ruta de atención a las violencias contra las mujeres 30 minutos	Presentación del video: "La última gota". Las tejedoras http://vimeo.com/110662425 Se hizo una presentación sobre la ruta de atención a las violencias contra las mujeres, contextualizandola sobre la realidad de su implementación.	Presentación de video. Presentación magistral.	http://vimeo.com/ 110662425
Momento 5: qué puedo hacer yo 40 minutos	Se organizaron grupos y se pidió que las personas participantes narraran entre sí los recursos y acciones de afrontamiento que han tomado frente a situaciones de violencia de género contra las mujeres. Se recogieron las experiencias y se complementaron con otros recursos de afrontamiento no identificados. Se hizo la presentación del video: Conductas que identifican un maltratador	Trabajo en grupo Presentación de video.	https://www.youtube.com /watch?v=XGuXkwsiJ-Q
Momento 6: Cierre y evaluación 20 minutos	La facilitadora recogieron las ideas centrales de la jornada, aplicaron el formato de evaluación y dejaron orientaciones para la próxima jornada	Lluvia de ideas	

DE BIENES DESTITUIDAS

De bienes destituidas,
víctimas del pundonor,
censuradas con amor,
y sin él desatendidas;
sin cariño pretendidas,
por apetito buscadas,
conseguidas, ultrajadas;
sin aplausos la virtud,
sin lauros la juventud,
y en la vejez despreciadas.

Margarita Hickey

13. EMPODERAMİENTO

El Taller sobre Piel Adentro - Empoderamiento se llevó a cabo para la comuna 18. Tuvo una duración de cuatro horas, y las responsables fueron Norma Lucía Bermúdez y María Constanza Llanos.

Los objetivos del taller fueron:

Suscitar la observación, escucha y lectura de los modos como cada participante concibe el poder y en qué lugar de su existencia lo ubica. Proponiendo así, un recorrido de develación de los diferentes poderes desde “adentro hacia afuera” y las posibilidades de ejercicio creador y transformador que cada participante despliega en su propia vida.

Para esto, se llevaron a cabo las siguientes actividades:

1. Se comenzó la sesión con quince minutos de meditación.

2. En plenaria, y a partir de escuchar a las participantes sobre lo que asocian con la palabra “poder” y los modos de relación que ubican con el poder, se pidió al grupo que se dividiera en dos. A un grupo se le pidió que representara con sus cuerpos el poder piramidal o la pirámide del poder. Y al otro, que representara uno o varios tipos de poder que hubieran identificado que esté más relacionado con el “hacer junt@s”, la colaboración, la sinergia, la solidaridad y lo colectivo circular. Cada grupo preparó su escultura y luego la representó en plenaria. Había un tercer grupo de “escuchas” que se creó para anotar frases clave que surgen en los grupos durante la preparación y en la puesta en escena. A este grupo de “escuchas” se le pidió especial atención a las frases y expresiones relacionadas con tener, creer, saber y poder propiamente. Al final se hizo un compartir respecto a la experiencia. Para cerrar, se abrió el conversatorio sobre los tipos de poder: el poder sobre suma cero y los otros poderes. Se utilizó como texto de apoyo el de Magdalena León sobre poder y empoderamiento de las mujeres.

3 Más tarde, se hizo la presentación un video, cuyo link es el siguiente:

https://www.youtube.com/watch?v=f0HGOzMD3JU&t=685s

Posteriormente se abre un conversatorio. Invitando a las y los participantes a ubicar en cada uno de ellos mismos el poder que ejercen y el "hacia dónde" lo dirigen, haciéndose preguntas como:

¿Cuánto de ello está centrado en generarse a sí mismo como la mujer/hombre que desea habitar en su cuerpo?

¿En qué ámbitos de su vida lo despliega?

¿Es por partes o es una conexión permanente?

4 Finalmente se llevó a cabo una meditación de cierre y la correspondiente evaluación.

14. ENCUENTRO DE EXPERIENCIAS DE ARTIVISMO

El Taller sobre Encuentro de Experiencias de Artivismos se llevó a cabo para las comunas 1, 18 y 20. Tuvo una duración de cuatro horas y las responsables fueron Norma Lucía Bermúdez y Rosa Castillo

El objetivo del taller fue:

Establecer un espacio de reconocimiento mutuo entre las participantes de la Escuela Política: Travesía por la Paz con Equidad de Género, y colectivos que en la ciudad le apuestan a la movilización social con diversos focos, desplegando distintos repertorios de activismo desde la creación artística.

La actividad inició con cuatro estaciones en las que diferentes colectivos expusieron su arte. Entre las exposiciones se pudieron apreciar: fotografías, videos y símbolos de su caminar por el mundo del artivismo.
Los grupos expositores fueron:

El grupo de asistentes circuló de “Puerto en Puerto” escuchando de cada colectivo lo que le motiva y cuáles son los repertorios de sus acciones colectivas. Luego, llegaron al puerto de la Escuela, donde la coordinadora explicó la experiencia de ésta. Además, personas que participan en la Escuela desde las Comunas narraron sus experiencias, sus motivaciones y transformaciones a partir de su participación en la Travesía por la Paz y la Equidad de Género.

Acto seguido, en círculo, las y los participantes se conectaron con los cuatro elementos, con el momento presente y con la riqueza de sumar sus pasos a las resistencias de este mundo a través de la creatividad individual y colectiva.

Después, en el auditorio, las y los participantes se dispusieron para conocer o reconocer otras cuatro experiencias de Artivismo:

El Colectivo Sopa de Piedra con su experiencia de Teatro del Oprimido

El Teatro La Máscara con su Laboratorio Teatral

El grupo de Mujeres de la Casa Cultural el Chontaduro

El colectivo de HipHop Soyla Crew

Finalmente, se motivó al público y a los colectivos presentes a reaccionar a lo que pasó en la mañana desde tres preguntas:

¿Qué me llevo del día?
¿Qué quiero preguntar o proponer a quienes están haciendo artivismo en Cali?
¿A qué invito?Circularon valoraciones muy positivas y emotivas del Encuentro.

Se lanzó la propuesta de que el Colectivo Estanislao Zuleta incorpore a la Chilindrina o a la Chimoltrufia como símbolos de la defensa de lo público y el derecho a la ciudad.
Se lanzaron varias invitaciones a articular acciones en torno a la condena a las violencias y feminicidios, al 25 de noviembre.

Se hicieron invitaciones a participar en el conversatorio con la jurisgenerista en CDR, a participar en los Carnavales de la Luz de Instinto de Vida.
En general, quedó en el ambiente la necesidad y la dicha de articular acciones para transformar la situación de odio, polarización, pobreza y violencias y avanzar en la construcción de otros mundos posibles, necesarios y existentes.

15. CONSPIRACIÓN DE ACCIONES COLECTIVAS

El Taller sobre Conspiración de Acciones Colectivas se llevó a cabo para las comunas 1, 18 y 20. Tuvo una duración de cuatro horas y la responsable fue Norma Lucía Bermúdez Gómez.

El objetivo de este taller fue:

Empezar a aterrizar el camino recorrido en la sensibilidad y construcción de saberes, para diseñar colectivamente una o más acciones que interpelen la esfera pública de la ciudad con los mensajes y estéticas que el grupo decida y construya.

Para alcanzar dicho objetivo se llevaron a cabo las siguientes actividades:

TIEMPO ESTIMADO	ACTIVIDADES	TÉCNICAS	APOYOS DIDACTICOS	MATERIALES Y REQUERIMIENTOS LOGISTICOS
15 min	Hilo conductor y anuncios parroquiales.	Las coordinadoras de la Escuela repasaron lo vivido en la Jornada de Artivismos y presentaron el cronograma de finalización de la Escuela.	Ninguno.	Papel Kraf. Tarjetas de cartulina y papel. Marcadores. Cinta de enmascarar.
15 min	Aprestamiento mental, emocional y energético para la sesión.	Saludo de las 7 direcciones.	Saludo Maya a las 7 direcciones.	PC Portátil. Parlantes para amplificación de sonido.
2 hr	Construcción conceptual de acción colectiva.	El acueducto Se instaló una metáfora de la construcción colectiva de un acueducto, el cual debía proveer de agua a un pueblo que quedaba a una distancia mayor que los tramos de material que teníamos. Adicionalmente en el grupo hubo personas con diversidades funcionales y el requisito era que fueran incluidas en la obra. Se abría la bocatoma y si no se alcanzaba la meta, se permitía que el grupo deliberara y empezara de nuevo. En plenaria se reflexionó sobre el ejercicio y su similitud con el trabajo en equipo y las acciones colectivas.	Píldoras conceptivas	Espacio abierto. Una tarjeta de cartulina por integrante de grupo. 3 tapaojos.
30 min	Inspiraciones de acciones colectivas en nuestro territorio.	Presentación del video: “que se callen las metrallas que quiero oír un bolero”. Plenaria sobre sentí- pensamientos. Se dejó el cuestionario o el formato para las movilizaciones sociales: lo que queremos decir y a quién queremos decírselo.	https://www.youtube.com/watch?v=vefCybloeO4	PC Portatil Parlantes para amplificación de sonido. Video Beam.
30 min	Evaluación y compromisos.	Plenaria.	Cuestionario.	Fotocopias

16. MENSAJES, MODOS Y MEDIOS PARA LA MOVILIZACIÓN

El Taller sobre Mensajes, Modos y Medios para la movilización se llevó a cabo para las comunas 1, 18 y 20. Tuvo una duración de cuatro horas y la responsable fue Norma Lucía Bermúdez Gómez.

El objetivo del taller fue el siguiente:

Avanzar en el diseño participativo de una o más acciones colectivas que interpelen la esfera pública de la ciudad con los mensajes y estéticas que el grupo decida y construya.

La movilización social es una herramienta de participación y autogestión que puede servir a una comunidad para transformar patrones, conductas o comportamientos sociales que obstaculizan el bienestar o el acceso a los Derechos Humanos de la población. También es una herramienta que sirve para incidir en las instancias de poder de acción y de decisión, en busca de justicia y bienestar colectivo.

Una estrategia de movilización social que pretenda impulsar cambios en las estructuras de la problemática de la violencia de género, debe lograr cuestionar y resignificar imaginarios colectivos alrededor de esta violencia. Con este fin, debe desarrollar un proceso de análisis, discusión y detección de los imaginarios relacionados con la problemática que se pretende abordar con la estrategia.
En el diseño de una estrategia de movilización social, se deben reconocer y analizar los contextos sociales, políticos, culturales, económicos y, así mismo, el contexto de las violencias de género, del grupo meta de la estrategia. Con la información sobre los contextos se debe también analizar el impacto de la estrategia, antes, durante y después de su implementación, con el fin de evitar daños o efectos negativos.

El taller comenzó con círculos de conversación para los que se usó música suave. Luego se hizo mención a los aspectos más importantes de la jornada previa, para así seguir con la proyección de un video:

https://www.youtube.com/watch?v=İb04lD-XKsg

y se invitó a los y las participantes a comentar los aspectos adicionales a tener en cuenta para la planeación de acciones no violentas.

La siguiente actividad fue una **Feria de Ideas**: acuerdos de concertación y acción de foco a priorizar para la planeación de acciones no violentas. La actividad consistió en una conexión del saludo con las condiciones de la acción colectiva no violenta. Se pidió a cada persona que se conectara con sus dueles:

Lo que nos duele:

Se comentó y decidió en cuál violencia de las que sufren las mujeres debía focalizarse nuestra movilización social de este noviembre de 2017.

Se tuvieron en cuenta los siguientes criterios para la priorización:

- ¿Qué violencias es necesario visibilizar?
- ¿Cuál requiere una atención urgente?
- ¿Cuál afecta más a las mujeres, las adolescentes, y las niñas?
- ¿Por cuál de estas violencias no se ha hecho nada en el territorio?

Se agruparon las violencias que fueron prioritarias, por ejemplo : las violencia contra las mujeres, violencias contra niñas y niños (feminicidios infantiles), el abuso sexual, discriminación por razones de género, falta de oportunidades laborales para las mujeres, burocracia e insensibilidad en las rutas de atención a las violencias, violencia simbólica, masculinidades violentas, feminicidios, su impunidad y la indiferencia social, así como también el amor como sinónimo de violencias.

Luego, se llevó a cabo un Conversatorio sobre Imaginarios Públicos: una vez decidida la violencia, se analizó cuáles son los imaginarios o creencias que la justifican o normalizan.

- ¿Cuáles creencias están en la base de la violencia elegida?
- ¿En qué lugares se crean y se recrean esos imaginarios?
- ¿En qué lugares se evidencian?
- ¿Hay actores individuales y colectivos que encarnan más esas creencias?

Más tarde, comenzó un trabajo en grupos, el cual consistió en preguntarse a quién hablarle y qué decirle. Después de releer los imaginarios, se preguntó con qué sectores trabajaríamos para mover un poco estos imaginarios. Se eligieron y priorizaron los más importantes: sector educativo, hombres, mujeres, instituciones y servidores públicos, periodistas, sacerdotes y pastores. Posteriormente, se dividieron en subgrupos de acuerdo al sector al que se iba a dirigir la movilización y desde los subgrupos se desarrollaron reflexiones y una lluvia de ideas acerca de qué les diríamos, y cómo se los diríamos. Todo esto se expuso en plenaria en la recta final del taller.

El taller terminó, como de costumbre, con la respectiva evaluación.

17. TOKIO: COMUNICACIÓN PARA EL CAMBIO

El Taller sobre Comunicación para el Cambio se llevó a cabo para las comunas 1, 18 y 20. Tuvo una duración de cuatro horas y los responsables fueron Melisa Paz Gómez y Emanuel Giraldo Betancur.

El objetivo principal del taller fue:

Ofrecer algunas herramientas teóricas y prácticas para analizar y realizar piezas audiovisuales (imágenes, sonido, videos).

Y los objetivos específicos fueron:

1. Reconocer los diferentes usos de los medios alternativos y los medios tradicionales.

2. Explorar los diferentes programas para la creación de piezas publicitarias destinadas a los medios alternativos.

El taller tuvo una base teórica explorada desde la dinámica de presentación magistral y participación activa, en la que se navegó por conceptos como las **cogniciones sociales, las representaciones, la comunicación, la educación popular, y los medios masivos.** Todo esto con el fin de aportar las herramientas básicas necesarias para que los participantes lograran hacer un mejor análisis de imágenes de cualquier tipo, pero especialmente para nutrir la mirada crítica con respecto a la publicidad.

Los autores que se utilizaron para esto fueron mayormente: Mario Kaplún, Stuart Hall, Van Dijk y Paulo Freire.

Adicionalmente se utilizaron conceptos de Marcela Lagarde para darle al contenido del taller una perspectiva de género.

Con la base teórica, entonces, se prosiguió al análisis comparativo de diferentes imágenes, entre ellas algunas de publicidad, una pintura de la artista colombiana Débora Arango y un par de imágenes de las campañas a la presidencia de Donald Trump y Dilma Rousseff. Estas últimas abogando por comparar las diferencias en la imagen que pudieran estar relacionadas a los roles de género de ambos candidatos.

A continuación, se introdujo a los y las participantes al tema de los medios masivos a través de los cuales se hace difusión de imágenes y mensajes. Y se hizo una diferenciación entre estos, los medios alternativos y los nuevos medios. Entendiendo los nuevos medios como posibles medios alternativos a los que cualquier ciudadano podría tener acceso y por medio de los cuales se puede hacer difusión masiva de información sin mayor restricción.

Finalmente, se inició la parte práctica del taller, en donde se le mostró a las y los participantes diferentes tipos de herramientas que se pueden usar para la difusión de mensajes en medios alternativos. La idea se centró en conocer sitios web en los que fuese posible crear piezas publicitarias como flyers, GIFs y vídeos de manera rápida y fácil que se pudieran subir a redes sociales tales como Facebook, Twitter o Instagram.

Las páginas tratadas fueron:
wwww. Canva.com
wwww. gifmaker.me

Los participantes se dividieron en varios grupos de a tres personas y una vez el grupo terminaba su pieza publicitaria, ésta se exponía frente a todos. Se concluyó que además de las piezas que se produjeron, los participantes sentían gran interés por aprender a hacer edición rápida de vídeo por lo que se concretó una próxima sesión práctica en la que se enseñe esto, usando programa de edición gratuitos.

18. AUTOCUİDADO

El Taller sobre Autocuidado tuvo una duración de nueve horas, se llevó a cabo en el Club de trabajadores del SENA y las responsables fueron Dora Lucia Lancheros Perico y Rosana Morales Herrera.

Objetivo general

Ayudar a las participantes a ampliar la comprensión acerca del cuidado emocional y el riesgo de desgaste como resultado de su función. Promoviendo el reconocimiento acerca de los contextos y manifestaciones del agotamiento. Todo esto, con el fin de identificar y fortalecer estrategias individuales y grupales.

El taller se llevó a cabo de la siguiente manera:

1. Se comenzó con una pequeña bienvenida y un discurso de apertura.
2. Durante 15 minutos se explicaron los objetivos del taller, las expectativas y los acuerdos a realizar para el desarrollo del mismo.

Los acuerdos sugeridos fueron los siguientes:

1. El respeto por la palabra del otro y de la otra. La pretensión no fue llegar a consensos sino visibilizar diferentes puntos de vista sin temor a ser juzgado.
2. Disposición de escucha. Este punto incluía escucha corporal (actitud), apagar celulares y evitar conversaciones simultáneas en la sala.
3. Fue importante ser respetuosos; además se solicitó que ninguno de los temas personales tratados en la sesión fuese a salir de ese espacio como pacto de confidencialidad.
4. Se acordaron los horarios de inicio, refrigerios, almuerzo y salida.

3 a

Actividad de inicio: Técnica Canasta revuelta o pelota con nombres.

Se pidió al grupo hacer un círculo alrededor de la facilitadora, y que en voz alta cada participante dijera su nombre. Dichos los nombres, la facilitadora escogió a una persona y le dijo en voz alta: TORONJA. De inmediato la persona seleccionada tuvo que decir el nombre de la persona que se encontraba ubicada a su costado derecho. Del mismo modo, cuando la facilitadora decía la palabra NARANJA la persona seleccionada debía decir el nombre de quien está a su costado izquierdo. La persona seleccionada tenía 5 segundos para decir el nombre solicitado. Si no lo hacía en este tiempo o decía un nombre que no correspondía, debía salir del juego.

También estaba la opción de decir en voz alta CANASTA REVUELTA y todo el grupo debía cambiar de lugar. La persona que había sido seleccionada pasaba al centro a ocupar el lugar de la facilitadora, y ella iba al lugar donde estaba sentada la persona.

b

Ejercicios de activación y desbloqueo corporal

Se llevó a cabo una caminata en diferentes velocidades, moviendo y activando distintas partes del cuerpo. Luego, al encontrarse con una pareja, las y los participantes debían:

1. Describirse con las palabras “yo soy”.
2. Decir “yo me muestro”, y mostrarlo corporalmente sin hablar.
3. Luego decir “los demás me ven”, y mostrarlo con palabras y cuerpo.

4 Esta parte del taller tuvo una duración de 30 minutos. Consistía en escribir en una hoja una respuesta a las siguientes preguntas:

1	2	3	4
¿Qué me motivó a vincularme como defensor/a de DDHH?	¿Cómo debería ser como Defensora de DDHH? Hacer listado de mandatos.	¿En qué modelos me he basado para hacer mi labor? ¿En qué ideologías o teorías?	¿Qué características he tenido que sacar de mí misma para mostrar al mundo que soy Defensora de DDHH y poder ejercer esa labor? ¿Cómo lo muestro?

5 **Evaluación de Autocuidado de Portnoy**

Lectura de las 38 afirmaciones de la escala de Autocuidado de Dennis Portnoy. Cada persona debía responder (1, 2, 3) según fuera cierta esa afirmación en su vida actual. Al final se contaba la frecuencia de respuestas y si la persona contestaba a más de 15 afirmaciones con 1 (siempre verdadero), significaba que esa persona era más susceptible al desgaste emocional por empatía y al burnout.

6 **Actividad reconocimiento del agotamiento emocional**

Introducir el tema a partir de las preguntas: ¿Qué le aporta a sus organizaciones y colectivos que sus miembros trabajen individual y colectivamente el autocuidado?, ¿por qué es y ha de ser una estrategia política en las organizaciones y movimientos por los derechos humanos? y ¿por qué consideran importante incorporar la perspectiva de género en la estrategia de autocuidado de las organizaciones y movimientos? Los y las participantes debían reflexionar sobre estas preguntas y recuperar los conocimientos que tenían sobre burnout y el desgaste emocional por empatía.

Más tarde, se hizo una presentación magistral, por parte de la facilitadora, sobre los elementos centrales del tema: una breve presentación del marco teórico del síndrome de burnout, el desgaste emocional por empatía o fatiga por compasión. Dicha presentación incluía: las diferencias y similitudes entre ambos, los factores de riesgo a nivel personal, los factores de riesgo en el ámbito laboral, administrativo y contextual que inciden en su aparición y desarrollo; algunas manifestaciones y señales de desgaste en las personas y equipos que trabajan con víctimas, los mecanismos de defensa grupal y el marco legal.

7 **Construcción de máscaras**

Cada persona debía construir una máscara que reflejara su estilo/modelo de ser Defensora de DDHH. Se ponían a disposición del grupo materiales como: octavos de cartulina, vinilos, pinceles, colores, marcadores, escarcha, colbón, hilo elástico, cinta de enmascarar, cosedora, tijeras, entre otros.
Una vez terminada las máscaras se las debían poner y caminar por el espacio con ellas para ver cómo es su forma de relación con las personas, con quién se relaciona, de quién huye, qué partes de sí misma debe ocultar para sostener esa máscara, qué partes se exacerban, cómo es su relación con la familia y en otras redes sociales con esta máscara.
Luego de algunos minutos debían parar, cerrar los ojos y tomar conciencia de lo que les pasó en el ejercicio.

⑧ **Danzando con la máscara y su polaridad.**

Este ejercicio consistía en hacer la escultura corporal de esa polaridad que representa la máscara y ponerle un nombre al personaje. Luego, caminar unos pasos hacia el frente y representar con el cuerpo la polaridad opuesta, ponerle un nombre e ir pasando de una polaridad a la otra, hasta llegar a la integración, a la síntesis.
Acto seguido, se hizo una reflexión individual en el cuaderno: ¿cómo me sentí en cada polaridad?, ¿en cuál siento más limitaciones?, ¿con cuál fluyo más?, ¿en qué contextos y con qué personas aparece cada polaridad?, ¿a quiénes me acerco y a quiénes rechazo en cada polaridad?, ¿qué me da miedo, de dónde viene cada polaridad?
Finalmente, los y las participantes debían compartir en parejas, realizando escucha activa, diferenciando lo obvio y lo imaginario. Para luego, definir una actividad en concreto para escuchar la voz de esa polaridad que casi no escucho, y por la cual estoy sobrecargada.

⑨ **Cierre de la jornada.**

La facilitadora realizó una actividad corporal de cierre que permitía liberar tensiones suscitadas. Se entregó a cada persona dos post-it de colores distintos, en los cuales debían anotar de qué se dieron cuenta (reflexiones personales), y qué aprendieron (del taller, del grupo).

19. LABORATORIO-TALLER DE CREACIÓN NARRATIVA PARA LA MEMORIA Y LA PAZ

El Taller sobre Creación Narrativa para la Memoria y la Paz tuvo una duración de ocho horas y los responsables fueron Melisa Paz Gómez y Edward Ortiz Valencia.

El taller tuvo como objetivo el explorar y visibilizar relatos de construcción de memoria del conflicto en Colombia. Todo esto, desde la voz de personas defensoras de Derechos Humanos en/de la ciudad de Cali, con el fin de reinventar y resignificar dichos relatos, para así continuar aportando al ejercicio de reconciliación y reparación del Proceso de Paz.

El taller se llevó a cabo de la siguiente manera:

1. **Presentación** de las y los invitados a la participación en el proyecto Memorias para la Paz. Dicha presentación tuvo una participación espontánea, con el fin de revelar información básica sobre cada uno de los participantes, que permitiera conocer algunos de sus datos claves de identificación, trayectoria e intereses.

2. Acto seguido, se hizo una **socialización de la propuesta** del taller “Memorias para la Paz”, utilizando para esto una presentación en Power Point.

3 Luego, se invitó a los y las participantes a hacer parte de un conversatorio/ intercambio de experiencias de vida. Esto con el fin de activador discursos en sinergia con las preguntas orientadoras del taller, y los relatos autobiográficos.

Las preguntas fueron:

1	2	3	4
¿Cómo has vivido el conflicto desde tu casa, la calle, la escuela, la comunidad, la vida?	¿Qué has hecho para resistir y re-existir como defensora o defensor de Derechos Humanos?	¿Cómo ves este nuevo escenario de paz y cómo te ves a ti mismo o a ti misma en él?	¿Qué aspectos consideras que deben mantenerse o promoverse en otros actores (como los institucionales) para continuar tu ejercicio como defensora y defensor de Derechos Humanos?

4 Para continuar, se organizaron mesas de trabajo con la meta de comenzar el **ejercicio de escritura,** entendiendo dicho ejercicio como sanador y liberador. Después de una hora y media de escritura con estilo libre, se llevó a cabo una socialización parcial de los resultados de los textos desarrollados. Finalmente se hizo una lluvia de ideas sobre acuerdos para la continuidad y cierre del proceso inicial del taller, al igual que el envío y reenvío de textos corregido, así como el proceso de edición y corrección de estilo de los mismo.

5 Una vez acordado todo lo anterior, el equipo editorial hizo lectura de algunos de los textos con el fin de definir un estilo definitivo para el libro en el que se recopilarán. Del mismo modo, se hizo una selección de algunas frases medulares de cada uno de los textos, para que estas sean resaltadas en la diagramación.

6 Acto seguido, se conversó sobre acuerdos que debían hacerse con relación a la profundidad editorial, la revisión gramatical, la legibilidad de los textos, concisión de los textos, entre otros.

7 Para terminar se hizo la recopilación de los 25 textos editados.
z

Pequeñez

Es cosa tan pequeña nuestro llanto;

son tan pequeña cosa los suspiros…

Sin embargo, por cosas tan pequeñas

vosotros y nosotras nos morirnos.

Emily Dickinson

20. LABORATORIO-TALLER DE FOTOGRAFÍA PARA LA MEMORIA Y LA PAZ

El Taller sobre Fotografía para la Memoria y la Paz tuvo una duración de dieciséis horas y el responsable fue Juan Pablo Marín.

Tuvo como objetivo general:

Propiciar que los y las Defensoras de Derechos Humanos tengan la posibilidad de narrar sus historias y experiencias vitales, así como su visión del mundo a través del recurso de la fotografía como estrategia para crearse a sí mismos a través de la imagen y su expresión.

Los objetivos específicos fueron:

1. Reconocer la importancia de ser nosotros mismos los protagonistas de la reconstrucción del tejido social.
2. Contribuir desde la imagen a la memoria colectiva de nuestro país.
3. Fomentar una cultura de paz basada en el diálogo creativo y la conciencia de nuestra historia.

Los pasos metodológicos del taller fueron los siguientes:

TIEMPO ESTIMADO	ACTIVIDADES	TÉCNICAS	APOYOS DIDACTICOS	MATERIALES Y REQUERIMIENTOS LOGISTICOS
30 min	Presentación de las y los invitados a la participación en el proyecto Memorias para la Paz.	Participación espontánea de cada una y cada uno para revelar información básica que permita conocer datos claves de identificación, trayectoria, intereses, entre otros.	Música suave	Sonido
30 min	Socialización de la propuesta del taller "Memorias para la Paz".	Presentación magistral de la propuesta	Presentación Power Point Memorias para la Paz	PC - Parlantes para amplificación de sonido, video Beam
1 hr	PENSANDO EN IMÁGENES	Se tomó como insumo las producciones textuales para concebir las imágenes fotográficas. Las personas participantes tuvieron un acercamiento a lo fotográfico a través del retrato. Para estimularlos a la reflexión sobre cómo se ven a sí mismos, se les interrogó sobre sus vivencias asociadas al conflicto, su contexto y cuáles son sus proyecciones en el trabajo como defensor o defensora.	Ambientación Preguntas orientadoras	PC - Parlantes para amplificación de sonido, video Beam
12 hr 30 min	CREACIÓN DE FOTOGRAFÍAS	Se acordó con las personas participantes el lugar y la hora para realizar las fotografías pensadas en la fase anterior. Algunas fotos se tomaron en el taller de fotografía, otras en las organizaciones y otras en la sede de CDR el día destinado para este fin.	Equipo fotográfico	PC - Parlantes para amplificación de sonido, video Beam Papel y lapiceros, marcadores
1 hr	Socialización de fotografías y priorización.	Conversación con la gente sobre sus fotos y posible selección conjunta para la publicación. Selección definitiva y trabajo de ajustes.	Fotografías	PC, video beam, correo electrónico, llamadas telefónicas
30 min	Entrega de fotografías definitivas de las 27 Personas participantes del presente proyecto.	Envío y entrega de fotos definitivas para la publicación	Fotografías	Fotocopias, PC, Internet.

21. AUTOCUIDADO

El Taller sobre Autocuidado tuvo una duración de ocho horas y la responsable fue Paola Andrea Dradá Salazar.

El objetivo general del taller fue:

Contribuir a las participantes a ampliar la comprensión acerca del cuidado emocional y el riesgo de desgaste como resultado de su función. Promover el reconocimiento acerca de los contextos y manifestaciones del agotamiento, con el fin de identificar y fortalecer estrategias individuales, grupales.

Los objetivos específicos fueron:

1. Identificar, reconocer y validar manifestaciones individuales y colectivas del riesgo de agotamiento emocional.
2. Reconocer y validar prácticas de autocuidado individual y relacional.
3. Fortalecer el valor y sentido del cuidado y del cuidado mutuo.

Para esto se llevaron a cabo las siguientes actividades:

1. **Presentación del taller.** Se presentaron la metodología y el enfoque gestáltico, haciendo una breve descripción y aproximación al trabajo qu se desarrollaría. Seguido de la presentación y construcción de acuerdos con el grupo.

2. **Presentación del grupo.** Para esta actividad, se llevó a cabo el “juego de la selva”.

3. **El cuerpo en movimiento.** El cuerpo tiene una estrecha relación con las emociones, en él se expresan no solo dolores físicos sino emocionales, por ello la exploración fue orientada a identificar las necesidades a través de la conciencia corporal, sensibilizando y movilizando emociones. La respiración, el juego corporal y la relajación fueron nuestras herramientas de exploración.

4. **La escucha activa.** Esta es un componente sanador y una habilidad que podemos desarrollar, la cual nos permite entrar en contacto con nosotras mismas y con el entorno, desarrollar la escucha activa nos acerca a: evitar interpretaciones, juicios interrupciones, expectativas o fantasías, percibir al otro como es y no como quisiera que fuera, en esa medida empezamos a escuchar desde nuestro propio silencio.

5. **Moldeando la experiencia.** Fue un encuentro con la arcilla, material que favorece contactar con experiencias profundas e integrar la experiencia vivida a lo largo de la jornada.

6. **Cierre del taller.**

Para llevar a cabo este taller se tuvieron en cuenta los siguientes requerimientos:

1. Asistir con ropa cómoda.
2. No uso de celular durante las actividades.
3. Disposición para el encuentro.
4. Un tapete o colchoneta por persona.

La PAZ con
Justicia Social
Está + Cerca
Si Se EDUCA
con Equidad
de GÉNERO
Peligro el Machismo Mata
Que la PAZ NO Nos Quite La Vida
Nada Justifica la violencia contra las Mujeres
El amor no es sufrimiento
La casa y la escuela tienen que ser Espacios SEGUROS

Corporación para el Desarrollo Regional
Forum Syd. Centro Sueco de Ong´s para el Desarrollo
Solidaridad Práctica y fondos de la Agencia de Cooperación Sueca (ASDİ)

Proyecto:
Construcción de la paz con un enfoque de género:
Por una cultura de paz y respeto por los derechos humanos de todos y todas
Santiago de Cali.

Solidaridad Práctica y fondos de la Agencia de Cooperación Sueca (ASDİ)
Joanna Castro
Responsable de Proyectos para África y América Latina.

Corporación para el Desarrollo Regional
Martha Viviana Burbano
Directora

Maria Eugenia Betancur Pulgarín
Coordinadora de Proyecto

Rosa Elvira Castillo Vélez
Asistente social – Escuela Política

Colectivo de Mujeres Pazcificas.
Comité académico

David Villegas
Diagramación e ilustración

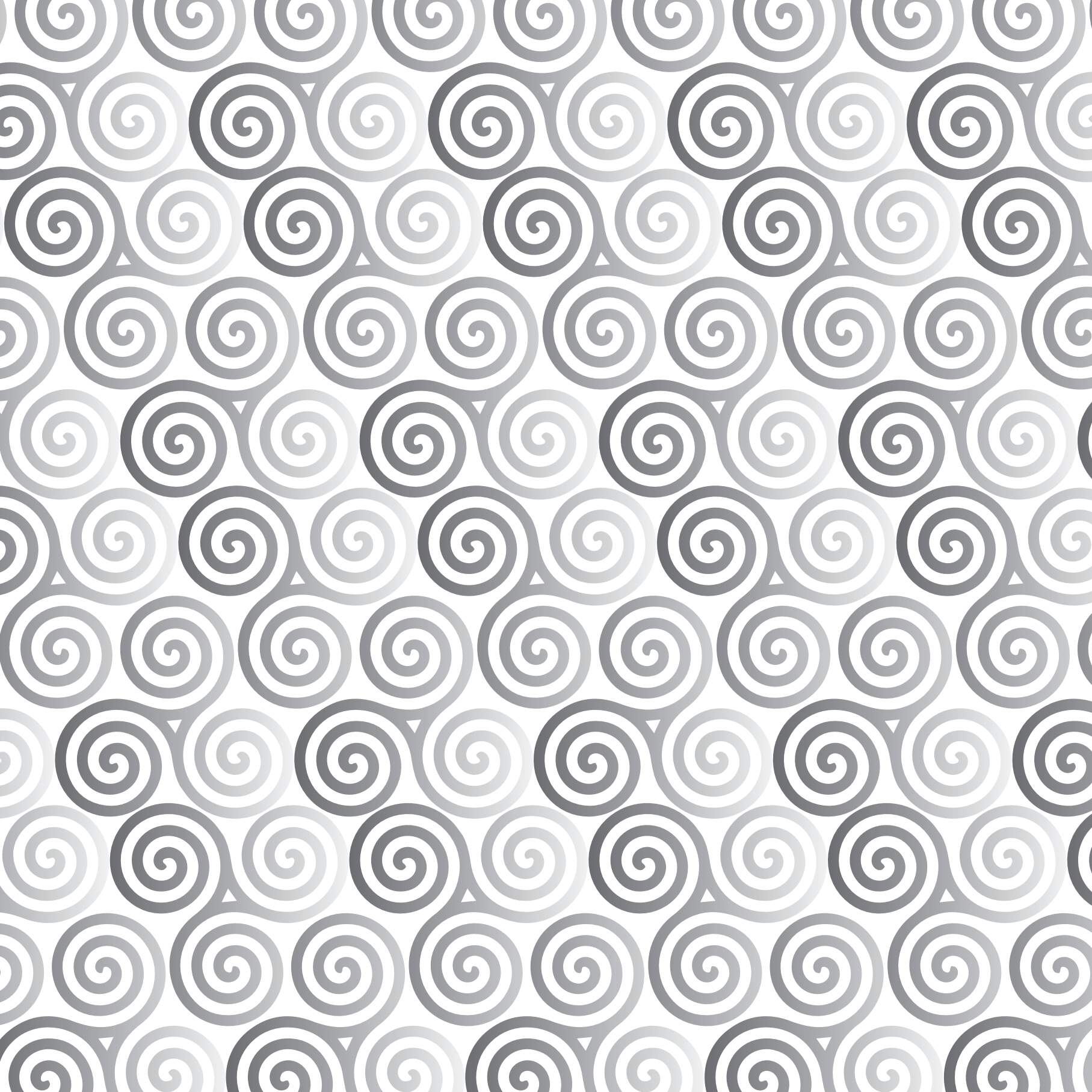
Melisa Paz Gómez
Coordinación editorial

Agradecimiento especial a las y los facilitadoras/es de la Escuela Política:

Nancy Faride Arias Castillo.
Norma Lucia Bermúdez
Rosa Elvira Castillo Vélez
Claudia Cecilia Ramírez Cardona
Martha Viviana Burbano
Maria Catalina Gómez Dueñas
Gustavo Adolfo Calle
Emanuel Giraldo Betancur.
Melisa Paz Gómez
Maria Constanza Llanos Torres
Paola Andrea Dradá Salazar
Dora Lucia Lancheros Perico
Rosana Morales Herrera
Juan Pablo Marín García

Con el apoyo de:
Universidad Cooperativa de Colombia, sede Cali
Corporación AVRE
José Antonio Malaver Cardeño – PHD filosofía y psicoanálisis Paris 8
Colegio José Holguín Garcés
Institución Educativa Juana de Caicedo y Cuero
Fundación Carvajal
Campaña Instinto de Vida.

ISBN 978-958-59932-0-4



Travesía por la Paz

Este libro se hace con dos propósitos, uno pedagógico y otro político. Pretendiendo construir conocimiento de manera colectiva, así como facilitar la réplica de la experiencia de las personas que participaron en la Escuela Política de Mujeres: Travesía por la Paz y Equidad de Género. La idea es que lo vivido a través de las actividades, ejercicios, las conclusiones y los resultados de este viaje conceptual, metodológico y emocional, no se queden solo en las manos de quienes colaboramos y participamos, sino que puedan esparcirse y generar cambios favorables en la vida de mujeres y hombres líderes, y a su vez en las organizaciones y comunidades de dichos hombres y mujeres.

ISBN 978-958-59932-0-4

FORUMSYD

Solidaridad Práctica
Por un mundo sostenible y solidario

Corporación Para El Desarrollo Regional

Escuela Política de Mujeres Pazíficas