

**BIENVENIDAS-OS-E
S**

**ESCUELA POLITICA
TRAVESÍA
POR LA PAZ**



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.

Universidad Cooperativa de Colombia

**AUTO ESTIMA.
AUTODETERMINACION
Y
EMPODERAMIENTO
COMO CATEGORÍAS
POLÍTICAS**

LINEA DE VIDA

**PERSPECTIVA DE
GÉNERO**

**CONCEPTOS CLAVE.
Sesion 3**

ACUERDOS



MOMENTOS DE LA JORNADA



ESPIRAL DE LAS RELACIONES: AUTOESTIMA-EMPODERAMIENTO Y AUTODETERMINACIÓN

OBJETIVOS:

- Desarrollar una reflexión acerca de la Autoestima, el empoderamiento y la Autodeterminación como categorías políticas desde la perspectiva de Género.
- Realizar la línea de vida como un ejercicio de autoreconocimiento.
- Identificar procesos de autodeterminación en la línea de vida personal.



“Afirmo que en mí habitan voces múltiples, que estoy conectada a mis ancestros, a los misteriosos recorridos del alma.

(...)

Decreto que en la valoración de las diferencias está el éxito de la tarea colectiva, del arte de sumar en familia, en sociedad y en humanidad.

(...)

Las siete.

**HILO CONDUCTOR:
EVALUANDO LA JORNADA
ANTERIOR Y
PRESENTandonos**

RECONOCIENDO LAS REFLEXIONES GENERADAS EN LA TAREA:

- **¿Qué luchas históricas por la defensa de sus derechos han protagonizado mis ancestras y ancestros?.**



- AGUA
- AIRE
- TIERRA
- FUEGO



Energías arquetípicas que tienen su efecto en nuestro ser, nuestra conciencia y forma de entender el mundo.

**LOS CUATRO ELEMENTOS PARA LA VIDA:
NUESTROS DERECHOS ANCESTRALES.**

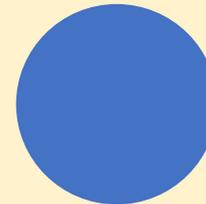
CONCEPTOS PENDIENTES

Referencia webgrafía



El modelo de pensamiento en espiral es el modelo de pensamiento de los pueblos originarios, es una alternativa complementaria al modelo de pensamiento lineal diseñado por el racionalismo europeo, y la filosofía positivista, causante del modelo mental existente en el mundo occidental por los últimos 300 años.

El pensamiento en espiral busca establecer una cultura de los derechos individuales y colectivos, una real concepción de la libre determinación de los pueblos. Las primeras Naciones son portadoras de una ciencia tradicional, desconocida en el mundo occidental, pero que es totalmente complementaria con el conocimiento científico contemporáneo.





El modelo en espiral permite generar y compartir conocimientos y experiencias colectivamente, y en cada contexto tanto los individuos como el colectivo se desarrollan simultáneamente. En un modelo en espiral, el conocimiento y los procesos históricos pueden comenzar en cualquier punto de la espiral y nunca tendrán un fin.

A manera de complemento.....

- **La autoestima actúa como el sistema inmunológico del psiquismo:** posibilitándonos sobrevivir a los fracasos y desilusiones , negarse a los abusos, expresar dudas, tolerar cierta soledad.
- De dos modos se obtiene el reconocimiento:
 - por conformidad (ser como los demás) = Aceptación social.**
 - por distinción (sintiendo que los demás valoran esa diferencia) = Riesgo a la exclusión.**
- La autoestima contiene varios aspectos: confianza en nuestra capacidad de pensar, aprender, elegir y tomar decisiones adecuadas y convicción en nuestro derecho a ser reconocidos por los demás y por nosotros-as mismos-as.

TRABAJO INDIVIDUAL

TODO CAMBIA

Mercedes Sosa

Cambia lo superficial
cambia también lo profundo
cambia el modo de pensar
cambia todo en este mundo

Cambia el clima con los años
cambia el pastor su rebaño
y así como todo cambia
que yo cambie no es extraño

Cambia el mas fino brillante
de mano en mano su brillo
cambia el nido el pajarillo
cambia el sentir un amante

Cambia el rumbo el caminante
aunque esto le cause daño
y así como todo cambia
que yo cambie no extraño

Cambia todo cambia
Cambia todo cambia

Cambia el sol en su carrera
cuando la noche subsiste
cambia la planta y se viste
de verde en la primavera

Cambia el pelaje la fiera
Cambia el cabello el anciano
y así como todo cambia
que yo cambie no es extraño

Pero no cambia mi amor
por mas lejos que me
encuentre
ni el recuerdo ni el dolor
de mi pueblo y de mi gente

Lo que cambió ayer
tendrá que cambiar mañana
así como cambio yo
en esta tierra lejana

Cambia todo cambia
Cambia todo cambia

DEFINIENDO MIS PROPÓSITOS EN ESTA EXPERIENCIA VITAL

MANDALA DE LOS PROPÓSITOS PERSONALES

**EN LO MICRO-PERSONAL:
PROPOSITOS CONMIGO MISMA**

**EN LO MACRO-GLOBAL
MIS APUESTAS y
LUCHAS POR DERECHOS**



**EN LO MESO-COMUNITARIO:
PROPOSITOS EN
MIS RELACIONES Y VINCULOS**

ELEMENTOS CONCEPTUALES

AUTODETERMINACIÓN.

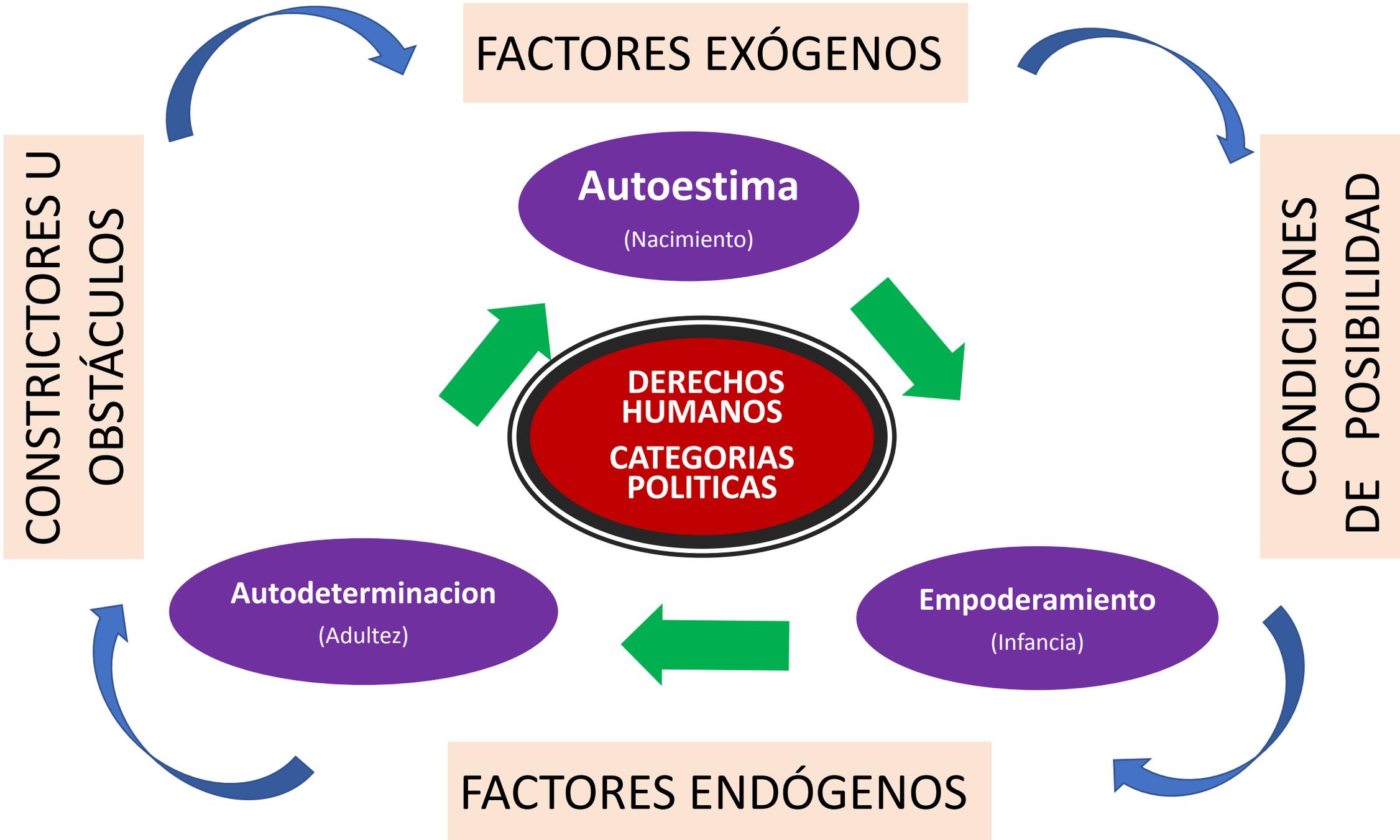
- Es la capacidad que todos poseemos de orientar la propia acción a partir de la experiencia y reflexión propias; la capacidad de decidir sobre los asuntos que nos son propios, nuestro destino, nuestro proyecto de vida. Su resultado es el enriquecimiento del espacio en el que se desenvuelve la libertad personal. .
- La individualidad y la autodeterminación son conquistas personales; cada uno-a de nosotros-as nos tenemos que crearnos-parirnos a nosotros mismos. Exige deconstruirnos y reconstruirnos. Desaprender, aprender, reaprender.
- Para muchas personas esta situación se convierte en una carga excesiva: lo que para UNAS es una liberación, PARA OTRAS puede ser un peso.



EMPODERAMIENTO

DESDE LA PERSPECTIVA DE GÉNERO

Proceso en el cual las mujeres, en contextos en desventaja por barreras estructurales de género, adquieren y refuerzan sus capacidades, estrategias y protagonismo, individual, y colectivamente, para alcanzar una vida autónoma Y DIGNA.





**DERECHOS
HUMANOS,
DIGNIDAD Y
AUTOESTIMA**

Vinculados al derecho a la libertad y autonomía, en dicho proceso hay un elemento importante como es el **DERECHO A LA INTIMIDAD: Nadie será objeto de interferencias arbitrarias en su vida privada, su familia, su domicilio o su correspondencia, ni de ataques a su honra ni a su reputación. Toda persona tiene derecho a la protección de la ley contra tales interferencias o ataques.**

Con el alma en vilo

Teresa Parody

Aunque parezca muy repetido
Creo en la vida en todo sentido,
Amo el profundo y bello destino
De la pureza que no murió
Creo en el ángel de la poesía
Y en las canciones comprometidas
Que defendemos de la osadía
De los que atontan a la razón
Amo las flores por florecidas
Y los umbrales de la alegría
Y la paciencia bien entendida
Del corazón

No me detengo porque me apunten
Con titulares que me destruyen,
Y aunque parezco andar en las nubes,
Piso la tierra con decisión.
Si es que me caigo de la azotea
Siempre hay amigas que me remiendan
Las averías que acaso quedan
Con tanta cosa que uno perdió.

Creo en la fuerza de la ternura
Y en las proezas de mis locuras,
No me molesto si se me ríen
De la ilusión

Ando con el alma en vilo
Pero no padezco de otro mal mayor
Claro, que me cuesta un poco
Convencerme a diario que así está mejor
Siento que aún puedo ser inocente
Pese a la insidia de alguna gente
Con otros muchos que por valientes
Han elegido siempre el amor
Mientras me dure la vida, creo
Que habré de andar con los mismos
sueños
Y aunque me quedan no pocos miedos,
Ni así me muevo de lo que soy
Busco mirarme en los parecidos
Y hombro con hombro con ellos sigo
Amando el cielo.... que compartimos,
Créanmelo

Es el relato de la vida de una persona escrita por ella misma. Es una obra personal ya que es el propio autor el encargado de expresar los pormenores de uno o varios aspectos de su vida.

AUTOBIOGRAFÍA



LÍNEA DE VIDA



Imagen de Gustav Klimt

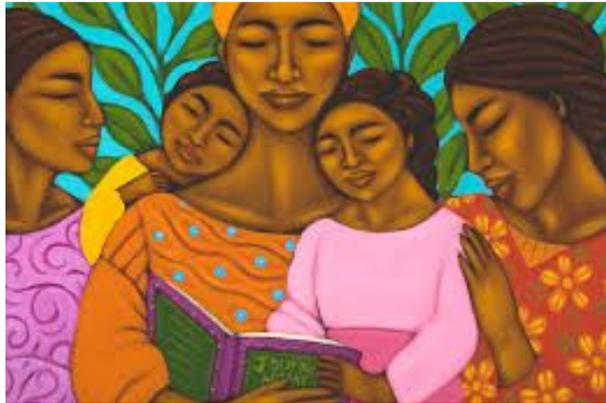
Esquema o tabla temporal donde se disponen los **HITOS** o **ACONTECIMIENTOS** mas importantes de la auto-biografía: el nacimiento, la escuela, el nacimiento de hermanos, algún episodio traumático o también algún muy buen recuerdo, cambios de escuela, de trabajo, de vivienda, la boda, los hijos, las muertes de seres queridos. Aquello relevante al sentir de quien lo expresa.

LINEA DE VIDA. EJERCICIO PERSONAL

- Elijo mi representación simbólica.
- Defino tiempos. Defino Hitos.
- REFLEXIONO:
- Mis raíces: ¿De dónde vengo (al inicio del pasado) y por qué estoy aquí? (tiempo presente)
- ¿Qué he dejado de ser? . ¿Qué he conquistado? ¿Quien estoy siendo?

**PLENARIA
CONCLUSIONES
PROVISIONALES**

ENCUESTA



EVALUACION DE LA JORNADA