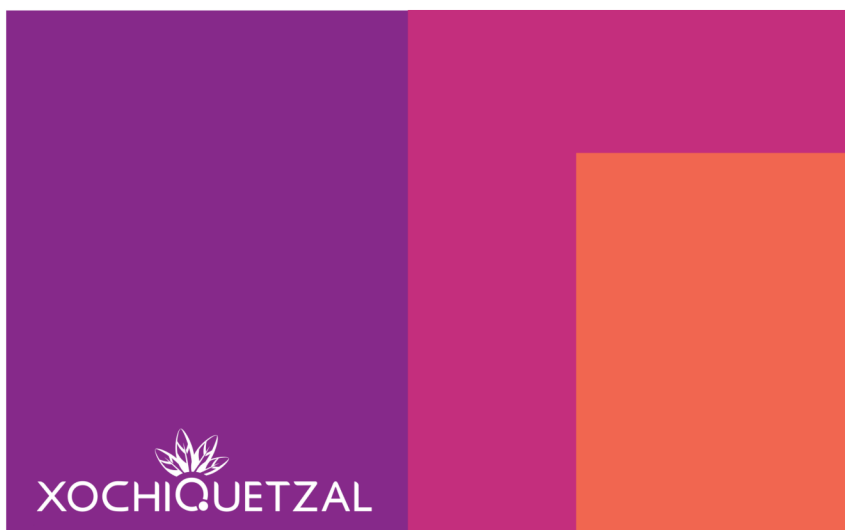




GUÍA DE BUENAS PRÁCTICAS PARA TALLERES COMUNITARIOS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE

Una mirada tsotsil-tseltal

Francisca León Bautista y Martha de Lourdes Pérez Díaz




XOCHIQUETZAL

Primera edición: Mayo 2024

© *Xochiquétzal, Bienestar, Sexualidad y Derechos A. C.*

Edición del texto a cargo de: Liliana My Lai Ramírez Garza

Diseño visual de la guía: Perla Elizabeth Medina Cazales

Co-coordinación de proyecto: Mariana Sánchez Osorio y

Mayra Isel Rodríguez Garza.

Registro: en trámite

Queda prohibida la reproducción o transmisión total o parcial de esta obra, en cualquier forma, electrónica o mecánica, sin la autorización expresa de su titular. En caso de citar alguna información es necesario dar crédito de autoría correspondiente.

Hecho en México

Made in Mexico

ÍNDICE

03

¿QUIÉNES SOMOS?

04

NUESTRA INSPIRACIÓN

05

EL PROPÓSITO DE ESTA GUÍA

06

NUESTRO PROCESO

11

SUMANDO SABERES DE OTRXS TALLERISTAS

14

EXPERIENCIAS Y APRENDIZAJES

15

AGRADECIMIENTOS

¿QUIÉNES SOMOS?

Xochiquétzal es una asociación civil mexicana y feminista que busca impactar en diversos entornos, al brindar una educación sexual integral con intervenciones adecuadas a cada contexto.

Conscientes de que la verdadera transformación comunitaria sólo se logra con la participación activa de las comunidades, dos promotoras originarias de la región de Los Altos de Chiapas están al frente de la co-creación de esta guía. Ellas se formaron como promotoras de salud sexual y reproductiva de las mujeres, bajo el modelo Semillas de Xochiquétzal, Bienestar, Sexualidad y Derechos A. C.



Foto de las promotoras que crearon este documento, del lado izquierdo está Francisca León Bautista, mujer tseltal, originaria de Amatenango del Valle, es Licenciada en Autogestión Sustentable del Territorio y cuenta con un diplomado como Formadora de formadores. Del lado derecho, Martha de Lourdes Pérez Díaz, mujer tsotsil, originaria del municipio de San Andrés Larráinzar, es Licenciada en Psicología y actualmente estudia la Maestría en Sexología Humanista y Acompañamiento de grupos. Ambas miran de frente a la cámara sonriendo, detrás de ellas hay árboles de un bosque

NUESTRA INSPIRACIÓN

¿Por qué trabajar con mujeres adolescentes en Los Altos de Chiapas?

En municipios como San Andrés Larráinzar y Amatenango del Valle, donde las oportunidades y el acceso a la información son escasos, es común encontrar matrimonios y embarazos a muy temprana edad.

- *Para 2020, de las adolescentes entre 12 y 14 años, más de 61,000 estaban casadas, más de 3,100 vivían en unión libre y más de 3,000 habían tenido al menos un hijo.*
- *El 40.9% de las mujeres de Chiapas con 15 años o más señaló haber sufrido violencia durante su infancia.*
- *De 2011 a 2021 se incrementaron todas las formas de violencia —psicológica, física, sexual y patrimonial— hacia las mujeres entre 15 y 17 años que viven en Chiapas. El porcentaje de mujeres que señaló haber sido víctima de violencia sexual pasó del 35.7% en 2011 al 53.6% en 2021.⁽¹⁾*

La problemática que reflejan estas cifras se perpetúa de generación en generación. Esto impulsó a Martha de Lourdes y a Francisca a formarse como promotoras en Educación Integral de la Sexualidad. Ambas crecieron en contextos donde no se habla de salud sexual y reproductiva. Por eso, saben de la urgencia de abordar estos temas con mujeres jóvenes para acercarles herramientas que ellas no tuvieron en su adolescencia.

El embarazo adolescente, así como los matrimonios muy jóvenes, limitan el desarrollo personal y profesional de las mujeres, quienes, ya en pareja, se ocupan exclusivamente de las actividades del hogar y del cuidado de terceros. Las promotoras eligieron trabajar con mujeres adolescentes para contribuir a paliar la situación de vulnerabilidad e incompreensión que sufre esta población por la poca información científica de que dispone sobre sus derechos sexuales y reproductivos, así como del ejercicio de los mismos.

(1) Red por los derechos de las infancias y adolescencias en Chiapas (REDIAS), en 8 datos sobre las niñas y adolescentes en Chiapas, 8 de marzo de 2023.

EL PROPÓSITO DE ESTA GUÍA

La intención principal es acercarnos a las buenas prácticas como acompañantes de grupos que históricamente han sido segregados del acceso a la información clara, objetiva, y que toma en cuenta sus saberes y es conducido con pertinencia cultural.

Por ello, este manual parte de la experiencia y los aprendizajes adquiridos por las promotoras durante su acompañamiento a diversos talleres de educación integral de la sexualidad en los municipios de San Andrés Larráinzar y Amatenango del Valle. El diseño, la selección de técnicas grupales y los materiales estuvieron a cargo de ellas y fueron creados para mujeres adolescentes de entre 14 y 17 años de edad.

Otro propósito es generar reflexiones, preguntas y una mirada curiosa frente al trabajo de talleristas en contextos comunitarios, sin importar su tema de intervención.

La propuesta que aquí presentamos no es exhaustiva; su objetivo no es reunir todas las técnicas grupales y estilos de talleristas, sino hacer una invitación a la mejora continua desde una mirada integradora, ya que quienes reciben los talleres son también co-creadoras/es de los saberes que hacen eco en la comunidad y sus integrantes. Cabe destacar que exploramos formas “vivas” y adaptables de hacer llegar la información, pues están en constante evolución al considerar lo que funcionó y lo que resultó obsoleto al trabajar con las/os participantes.

A continuación, compartimos de manera condensada nuestros hallazgos durante el diseño de los talleres y sus materiales, deseando que sean de provecho para tu práctica.

NUESTRO PROCESO

Es de suma importancia considerar que brindar un taller o acompañamiento en un entorno donde las participantes, no suelen expresar sus emociones, pensamientos y deseos de manera espontánea y donde predominan los silencios o la vergüenza disfrazada de desinterés, es necesario tener en cuenta esta dinámica particular. Por ello, aunque la creación de cualquier taller pudiera parecer muy similar, sin importar el contexto en el que se dé, no es así. Es por eso, que el diseño de nuestros talleres tuvo los siguientes momentos clave.

PRINCIPIOS BÁSE DE TODOS LOS TALLERES

PERSPECTIVA DE GÉNERO + ENFOQUE EN DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS

PREVENCIÓN DEL EMBARAZO ADOLESCENTE
AUTOCUIDADO FÍSICO Y EMOCIONAL
AUTONOMÍA PARA DECIDIR
RELACIONES SALUDABLES
PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES Y LAS NIÑAS
COMUNICACIÓN ASERTIVA

1

REFLEXIÓN

diálogo
empatía
compartires
ideas
punto de encuentro

Primera reunión de equipo para dialogar y definir la **intención emocional y los objetivos de la serie de intervenciones, se reflexiona sobre abordaje empático y con pertinencia cultural**. Se establece la prioridad que es generar un espacio seguro y de confianza para conocer los intereses e inquietudes de las personas

PREGUNTAS ANTES DE CREAR UN TALLER

- ¿Qué necesito para entrar en confianza?
- ¿Qué es para mí un espacio seguro?
- ¿De qué manera me siento cómoda/o para expresar mi opinión sin miedo al juicio?
- ¿Cómo me hubiera gustado que me hablaran de este tema a cierta edad?
- ¿Qué elementos me facilitan el aprendizaje?

Reunión en equipo para **crear un acercamiento horizontal, seguro y de confianza.**

Con herramientas de reflexión personal, se diseña un taller introductorio sobre emociones, reconociendo que éste es un tema central en el abordaje integral de sexualidad y es mayormente aceptado en las comunidades. (el mismo varía de acuerdo al contexto cultural).

2

CREACIÓN TALLER 1

conexión
empatía
formulación
confianza
especificaciones

ESTRUCTURA DE NUESTROS TALLERES

Los siguientes elementos favorecen el aprendizaje y nos permiten alcanzar los objetivos de cada intervención:

- **ACTIVIDADES DE INTEGRACION** para “romper el hielo” y estimular la confianza y la participación activa.
- **TIEMPOS PARA ACUERDOS** de respeto, escucha y confidencialidad.

Por ejemplo: explicar qué es la escucha activa, acordar que todo lo que escuchemos y compartamos en la intimidad del grupo será confidencial, compartir nuestras opiniones en primera persona, evitar emitir juicios sobre lo que otras personas compartan, procurar que todas/os participen sin acaparar la palabra, ser puntuales y preguntar qué otros acuerdos les hacen sentirse seguras/os en el grupo.

- **EXPLORACIÓN DE EXPERIENCIAS** y conocimientos acerca del tema a tratar antes de compartir información para evaluar el punto de partida del grupo.
- **SIMPLICIDAD EN EL ABORDAJE** de la teoría de forma clara, con ejemplos prácticos.
- **TÉCNICAS GRUPALES PARTICIPATIVAS** que faciliten la reflexión en las dimensiones privada y comunitaria.

Por ejemplo: usar la imaginación para situarse en una etapa de su vida que sea relevante para el tema abordado, como la infancia o la adolescencia, y reflexionar sobre lo que nos hubiera gustado saber en ese momento y cómo actuaríamos ahora con las nuevas herramientas que hemos desarrollado. También se puede hacer un autorretrato con la indicación “Ésta/e soy yo cuando me siento segura/o, triste, menstruando, etc.”, dependiendo del tema que se esté tratando, y reflexionar sobre los elementos que observamos en el dibujo y lo que nos comunican sobre nosotras/os mismas/os.

- **ACTIVIDADES DESDE LA COTIDIANIDAD** de las/os participantes para facilitar los aprendizajes y su utilidad en la vida real.
- **CUESTIONAMIENTOS DE CIERRE** que aborden qué aprendieron y cómo se sienten.
- **MEMORIA GENERAL POST CIERRE** que incluya lo que funcionó, los retos y las nuevas ideas para futuros materiales. Puede incluir fotos como evidencia y reflexiones sobre el sentir de las/os talleristas.

3

IMPARTIR TALLER

presencia
observación
apertura
espacio seguro
interacción

Durante la impartición del taller, se **establecen acuerdos grupales**, se utilizan herramientas como **cuestionarios** de conocimientos generales, así como **preguntas anónimas o actividades de dibujo** para que puedan exponer las dudas y temáticas que quisieran conocer.

CONSIDERACIONES DURANTE LOS TALLERES

- *Poner a prueba los materiales y actividades.*
- *Prestar atención al lenguaje no verbal, silencios y risas.*
- *Adaptar las dinámicas de acuerdo a las interacciones.*
- *Improvisar creativamente para estimular la participación.*

Por ejemplo: durante un taller en el que había poca participación, después de preguntarles a las chicas cuál era su música favorita, se las pusimos de fondo mientras realizábamos una manualidad; poco a poco se fueron relajando y empezaron a compartir experiencias y dudas. En otra ocasión, las invitamos a dar su opinión frente al grupo, pero como nadie se animó, les dimos post-its para que se expresaran de forma anónima. Al final, las leímos en voz alta y se dieron cuenta de que más compañeras tenían vivencias similares.

Compartimos otros ejemplos de actividades que recolectamos de experiencias de otras/os talleristas en el siguiente capítulo, página 11.

Reflexión en equipo sobre la impartición del taller; qué funcionó y qué podría mejorarse / cambiarse.

Se dialoga sobre las formas en que las talleristas se apoyan y se sienten acompañadas.

Esto **se repite de manera inmediata después de cada taller** impartido.

4

RETROALIMENTACIÓN

energía interna
percepciones personales
hallazgos como equipo
sentires inmediatos
contención y apoyo
mejoras

CONSIDERACIÓN IMPORTANTE EN LAS RETROALIMENTACIONES

- *Llevar un registro manual o digital con lo que se comparta (notas, seguimiento, tareas, compromisos, etc.)*

5

SISTEMATIZAR

análisis de datos
estrategias adaptadas
secuencia
seguimiento
resultados

Reunión de equipo para analizar todos los elementos, tiempos y dinámicas involucradas y como interactúan entre sí.

Sistematizamos el proceso completo de talleres y los resultados obtenidos, así como la continuidad que tendrá.

Reunión de equipo para diseñar el 2do taller, analizamos los datos obtenidos, analizamos los temas y preguntas para estructurar dentro del taller el abordaje de las mismas y la resolución de sus dudas.

6

DISEÑO TALLER 2

análisis de resultados
temas de interés
estructura
dudas

TEMAS RECURRENTE DE INTERÉS

- Reconocer las emociones
- Plan de vida y toma de decisiones
- Autocuidado y menstruación consciente
- Herramientas menstruales.

Todos nuestros talleres cuentan con perspectiva de género y un enfoque en derechos sexuales y reproductivos, por lo que incluyen los Principios BASE mencionados en la página 06.

7

IMPARTIR TALLER 2

escucha activa
adaptaciones
acuerdos en el grupo
conexión grupal
hilo conductor

Al impartirlo, se analizan las **necesidades y escuchan las inquietudes** que vayan surgiendo en el grupo, por lo que en ocasiones se modifican actividades previstas en el diseño. **Siempre siguiendo los acuerdos y el hilo conductor inicial** planteado en el primer taller.

Reflexión en equipo inmediata al cierre.

*De manera muy orgánica y breve,
diálogos sobre nuestras
experiencias vividas en el taller.*

*La sistematización se realiza
después, puede ser en una
reunión presencial o virtual, o
cada quien escribir sus
observaciones en un documento
compartido.*

8

RETROALIMENTACIÓN

Y SISTEMATIZACIÓN

9

DISEÑO

IMPARTIR

RETRO

***Repetición de los pasos del
proceso las veces que sean
necesarias*** de acuerdo al
número de intervenciones que
tiene el trabajo comunitario.

***Se imparte en equipo el
último taller de la serie y se
hace cierre con el grupo.***

*Se vuelven a realizar algunas
encuestas de conocimientos
y se enfatizan las
actividades de aprendizaje
de todo lo vivido para
compartir en el cierre.*

10

IMPARTICIÓN TALLER FINAL

encuestas
aprendizaje
conclusiones
cierre

11

REFLEXIONES FINALES

***Comienza un nuevo proceso
con una comunidad distinta,***
replicando un sistema que tiene
una base flexible y que se nutre
constantemente con curiosidad
y apertura.

Reunión en equipo para
***homologar, sistematizar y
analizar una vez más el
proceso completo de talleres y
los resultados obtenidos.***

12

MULTIPLICACIÓN

SUMANDO SABERES DE OTRXS TALLERISTAS

Tras recopilar experiencias en espacios comunitarios de otras/os talleristas y cruzar los resultados con nuestra propia vivencia, encontramos algunas de las herramientas de trabajo grupal más efectivas, así como algunos de los obstáculos comunes.

A continuación compartimos esta recopilación.



ATAJOS

Las técnicas favoritas del trabajo grupal

1. ACTIVIDADES DE INTEGRACIÓN / “ROMPE HIELOS”

- a. PRESENTACIÓN: decir su nombre y elegir un animal con el que se identifiquen y explicar por qué, o mencionar una cualidad que tengan y que empiece con la inicial de su nombre.
- b. RELAJACIÓN Y ESTIMULACIÓN DE LA PRESENCIA ACTIVA: hacer ejercicios de respiración y una breve meditación guiada.
- c. GENERACIÓN DE CONFIANZA: en equipos de 4 personas, 1 queda al centro y las demás la rodean tomándose de las manos. La persona del centro camina con los ojos vendados y su equipo la protege de obstáculos.

2. LLUVIA DE IDEAS POR ESCRITO

3. TRABAJO EN EQUIPO

4. DIBUJOS

5. PRESENTACIONES EN EQUIPO

6. PREGUNTAS GENERADORAS DE INTERCAMBIO Y DIÁLOGO

- a. PLANTEAMIENTOS HIPOTÉTICOS: Plantear una situación hipotética que sea relevante para el tema del taller y, en parejas, conversar sobre las maneras en que se podría abordar/resolver la problemática; posteriormente, compartirlas con el grupo; al final, reflexionar sobre qué tan fácil o difícil fue expresar su opinión, escuchar una opinión distinta, sostener su argumento y/o ceder.

7. MANUALIDADES

8. MOVIMIENTO ESPACIAL

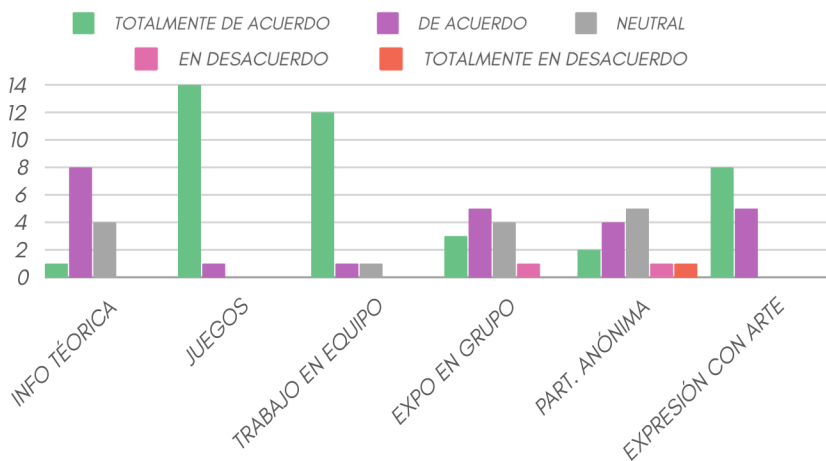
- a. JUEGOS Y ACTIVIDADES que impliquen desplazamiento y/o algún tipo de movimientos

9. ENCUESTAS

10. ACTIVIDADES DE CIERRE

- a. PREGUNTAS escritas frente a grupo:
i. “¿Cómo me siento?, ¿qué aprendizaje me llevo?”
- b. CÍRCULO + UNA PALABRA: Formar un círculo y decir en una palabra cómo me voy del taller; luego, elegir a otra persona para que también comparta su sentir (los turnos se pueden dar lanzando una pelota).
- c. DIBUJOS INTUITIVOS: En un papel grande, cada participante escoge un espacio y dibuja elementos de su aprendizaje; después, pasa al dibujo de otra persona y, tras observarlo, agrega elementos de forma intuitiva. Cuando todas/os lo hayan hecho, observamos la obra final y compartimos sentires.

A continuación, ponemos como referencia la tabla que hicimos a partir de una encuesta realizada a otras/os talleristas en contextos comunitarios, acerca de las técnicas grupales que consideran de mayor o menor utilidad.



OBSTÁCULOS

Las técnicas que no funcionaron

1. VÍNCULOS JERÁRQUICOS

- a. Se refiere a establecer un vínculo jerárquico con quienes asisten al taller.

2. LECTURA DE INFORMACIÓN

Se refiere a concentrarse únicamente en leer la información en lugar de explicar los datos e integrarla con otras actividades.

3. SATURACIÓN TEÓRICA

- a. Se refiere al uso excesivo de información presentada en los talleres en comparación de la cantidad y calidad de ejercicios y dinámicas prácticas.

4. PARTICIPACIÓN ORAL INDIVIDUAL

- a. Se refiere a focalizar a una persona y demandar su intervención verbal en frente de todo el grupo.



REFLEXIONES Y MEJORAS

Algunos hallazgos y consideraciones puntuales

1. ASISTENCIA Y CONTINUIDAD._

- a. Es uno de los retos principales de las/os participantes por factores personales, de dinámica familiar o de trabajo. Esto dificulta la planeación del acompañamiento, pues la asistencia influye en el ambiente, en el tipo de actividades a realizar y en el trabajo en equipo. Además, compromete la riqueza de la intervención y el que las/os participantes puedan verse reflejadas/os en sus pares. Por eso, es indispensable tener en cuenta el contexto y la realidad de la población a la que va dirigido el taller para tomar acciones que contribuyan a garantizar la asistencia. Por ejemplo: se puede ofrecer:

- i. Guardería para infantes,
- ii. Horarios accesibles para personas trabajadoras o estudiantes, y
- iii. Lugar accesible para las/os asistentes.

2. EXPERIENCIA PROPIA._

- a. Recomendamos compartir los temas desde nuestra experiencia personal, mostrando que también nos atraviesan, y por qué es importante para nosotras/os abordarlos, ya que es difícil que el grupo establezca una conexión con el aprendizaje cuando se expone algo forma impersonal, y eso disminuye su disposición a participar.

3. LENGUAJE Y EJEMPLOS COTIDIANOS._

- a. Crea desinterés y distanciamiento hablar desde la teoría, con términos técnicos y sin dar ejemplos en los que la persona pueda identificarse y reconocer la aplicación práctica del tema, reduciendo la efectividad del taller. Es por eso que es tan importante compartir ejemplos con los que se puedan relacionar y utilizar palabras que comprendan fácilmente.

La intención al explorar saberes y prácticas de otrxs talleristas es sumar herramientas, implementar y mejorar la efectividad del acceso al conocimiento, corroborar qué funciona y bajo cuales circunstancias y así poder compartir los hallazgos.

EXPERIENCIAS Y APRENDIZAJES

Ser creadoras/es y facilitadoras/es de un taller es un proceso muy enriquecedor y satisfactorio porque demanda preparación constante, desarrollar habilidades de trabajo grupal, acompañar a las/os participantes y escuchar sus historias, que suelen ser conmovedoras.

Nuestro propósito es seguir en este camino, compartiendo y facilitando talleres que nos permitan reflexionar sobre nuestras realidades para poder transformarlas en lo que nos gustaría vivir.

Dado que cada grupo es particular y aprende de formas distintas, ser talleristas es un proceso de enseñanza-aprendizaje: al tiempo que compartimos herramientas en el taller, también aprendemos. Esto nos permite mejorar nuestras técnicas de facilitación.

Los beneficios que nos ha traído acompañar grupos en nuestras propias comunidades son:

- SATISFACCIÓN al ver cómo, a través de cada encuentro, se fortalecen los vínculos entre las/os participantes y con las/os talleristas cuando se trabaja con un mismo grupo durante cierto tiempo.
- MOTIVACIÓN a seguir, pues es gratificante escuchar que las/os participantes disfrutan de los talleres y se llevan conocimientos útiles.
- RECEPTIVIDAD. Descubrir que, estando entre mujeres, somos más receptivas al hablar de temas tabús
- RESPETO Y COMPRENSIÓN. Confirmar que es más fácil compartir las experiencias al hablar desde el respeto y la comprensión.
- SENSIBILIDAD. Al convertirnos en las acompañantes que nos hubiese gustado tener en nuestra adolescencia.
- EMPATÍA. Acompañar con más empatía al trabajar los temas que nos afectan e interesan de forma personal.

AGRADECIMIENTOS

Damos las gracias a la Telesecundaria 100 María Montessori, en Amatenango del Valle, Chiapas; al Colegio de Bachilleres de Chiapas Plantel 60 (COBACH), en San Andrés Larráinzar; al Fondo Global de Mujeres, y a todas las personas que contribuyeron con su saber en las encuestas.



De izquierda a derecha están Martha de Lourdes Pérez Díaz, Francisca León Bautista y Mariana Sánchez Osorio, las tres sonriendo hacia la cámara. Lourdes carga una caja con materiales, Francis sostiene abrazando unas hojas de rotafolios. De fondo se ve la Telesecundaria 100 María Montessori, en Amatenango del Valle, Chiapas.



www.xochiquetzal.org.mx/



XochiquetzalMX

