

Solidaridad

TALLER SENSIBILIZACIÓN RECONOCIÉNDOME SOY CAPAZ DE RECONOCER AL OTRO



Objetivos

- Reconocer la importancia de trabajar en familia y proponer acciones concretas de reconocimiento por el trabajo que cada uno de los integrantes aporta al hogar, teniendo en cuenta la distribución de cargas (énfasis en las mujeres).
- Generar conversaciones sobre las relaciones que se dan entre los diferentes integrantes de la familia en la cultura cafetera colombiana.
- Proponer acciones para mejorar la participación de las mujeres con el fin de lograr una distribución justa de las responsabilidades y los beneficios de la producción de café.



Descripción de las actividades

HISTORIA Y REFLEXIÓN GRUPAL

Se centra en la importancia de la presencia femenina en el hogar.

EJERCICIO LIBRE DE PINTURA

Esta actividad busca que los participantes reflexionen sobre la importancia del rol de cuidado y cohesión familiar que tienen las mujeres.

1. Se solicita a los participantes que cierren sus ojos y piensen en la figura que les brindó protección y cuidado durante su infancia.
2. Después del ejercicio de relajación, a cada integrante se le entrega una hoja de bloc y témperas o marcadores de colores para que plasmen en un dibujo los sentimientos del momento anterior.
3. Se invita a los participantes a que expongan sus dibujos en un sitio del salón. A través de la metodología de la marcha silenciosa, cada uno descubrirá semejanzas y diferencias con el resto de los dibujos.

DINÁMICA DEL RELOJ

Con el fin de reconocer y visibilizar el trabajo que tanto hombres como mujeres llevan a cabo en la finca cafetera, se proponen las siguientes actividades:

1. Se conformar dos grupos de trabajo, uno de hombres y uno de mujeres.
2. A cada grupo se le entrega la figura del reloj para que hagan un listado de las actividades que desarrollan durante un día típico en la finca, de acuerdo con las horas del reloj. El grupo de hombres reflexiona sobre las acciones de las mujeres y viceversa.
3. Cada grupo comparte los resultados del ejercicio y se identifican los puntos en común y las diferencia

EJERCICIO CON LAS TARJETAS DE RECONOCIMIENTO PERSONAL

Esta actividad permite desarrollar la empatía a través de una mayor comprensión en la relación interpersonal con el otro.

1. Se invita a los asistentes a organizarse en parejas. Cada uno selecciona una tarjeta con la característica que más representa a su pareja. En un ejercicio personal, cada uno le regala la tarjeta a su pareja diciendo por qué considera que esa emoción, habilidad o característica lo representa.
2. Después, en plenaria, algunos participantes comparten cómo se sintieron durante el ejercicio.

COMPROMISOS DEL TALLER

El facilitador entrega a cada uno de los asistentes una cajita mágica para que la decore y escriba un mensaje de reconocimiento y autorreconocimiento a la mujer, utilizando como recurso los aprendizajes del taller y los compromisos o acciones de cambio que realizarán en su vida cotidiana sobre las relaciones de género.

ACTIVIDAD DE APLICACIÓN

1. En familia socializan los compromisos de la cajita mágica y diseñan de manera conjunta un plan de acción, al menos con tres actividades, como el siguiente:

Actividad ¿Qué se hará?	Fecha ¿Cuándo se hará?	Responsable ¿Quién lo hará?	Recursos ¿Con qué se hará?	Observaciones

2. La dinámica del reloj se realiza con todos los integrantes de la familia, tratando de distribuir de la manera más justa las actividades que tanto hombres como mujeres ejecutan en el hogar y en la finca cafetera.
3. Guarde los resultados de estas dos actividades en su bitácora de liderazgo para la vida.