

CUARTO ENCUENTRO Cuidado del otro y la otra	
Docente / facilitador(a)	
Pregunta generadora	¿Cómo son los procesos de comunicación que tenemos en nuestra vida cotidiana? ¿Cómo desde cada uno de esos elementos cuido de mis relaciones en los diferentes espacios que habito?
Capacidad / Competencia	Construir o identificar las maneras de cuidar nuestras relaciones a través de la comunicación desde cada una de las pieles que nos identifican. Identidad y autoestima, empatía y respeto.
Sesiones / Duración	Una sesión de una hora y media.
Temas, problemas o conceptos específicos	<p>“Se trata del cuidado natural asumido conscientemente de modo reflejo como valor, interiorizado de forma deliberada y hecho actitud y proyecto de vida. Transformamos lo que es de la naturaleza en propósito personal, social y planetario, por lo tanto, en algo que depende de nuestra voluntad y de nuestra libertad, transformándose así en un hecho cultural. Entonces, cuidemos atenta y conscientemente de todo, de nuestras palabras, de nuestros gestos, de nuestros pensamientos, de nuestros sentimientos y de nuestras relaciones, para que sean buenos para nosotros y para los demás (Boff, El cuidado necesario, 2012)”.</p> <p>La idea del cuidado del otro en Leonardo Boff toma un papel fundamental, puesto que, este nos plantea establecer un diálogo liberador basado en la paz y el amor. Esta idea, tal como el autor la desarrolla, debe llevarnos a reforzar la importancia de desmontar las estructuras patriarcales y por tanto de dominación, en tanto, la relación entre hombres y mujeres ha de ser equitativa para que pueda ser liberadora.</p> <p>En esta dimensión de la ética del cuidado, la comunicación es clave para poder construir una relación basada en los principios de</p>

respeto y valoración del otro o la otra. Los procesos de comunicación en nuestra vida cotidiana muchas veces están distorsionados por rumores, estereotipos, prejuicios, etc, que nos impiden empatizar y escuchar al otro/a y que acaban desarrollando daño o conflictos. Por lo tanto, aprender a comunicarnos desde el respeto, a identificar y evitar los rumores y visibilizar aquellos mandatos y estereotipos de género que dificultan nuestra comunicación y la elección de nuestra forma de vida preferida son pasos claves para el cuidado del otro.

La comunicación se relaciona también con la forma en la cual construimos nuestra identidad. Los mensajes y la manera en la cual estos se comunican nos van haciendo que consideremos deseables o apropiados unos atributos de la identidad y negativos otros. En este proceso, los mandatos de género tienen una gran influencia, ya que el proceso de educación y construcción de identidad es diferente para niños y niñas. Es por tanto también importante identificar cómo la comunicación tiene efectos en la forma en la cual construimos nuestra identidad y cómo podemos transformar la manera de comunicarnos para construir relaciones más pacíficas y que nos aporten bienestar.

En la sesión se trabajará la idea de identidad en relación a estos procesos de comunicación. Nuestra identidad está compuesta de múltiples elementos, en diferentes dosis. Estos elementos los hemos ido adquiriendo o cultivando a partir de nuestra experiencia, de nuestra pertenencia a ciertos grupos (religiosos, familiares, étnicos...) los lugares de dónde venimos o que habitamos. Cada persona es única porque tiene estos elementos en unas proporciones y combinaciones diferentes al resto y al mismo tiempo, estos componentes de nuestra identidad nos unen con otras personas, incluso con aquellas que consideramos nuestros enemigos. Esta es una concepción de la identidad que ayuda mucho a desmontar la idea de enemigo y que nos conecta hasta con las personas que consideramos opuestas a nosotras, porque son tantos los elementos que conforman nuestra identidad que es posible que siempre encontremos algún punto de unión o en común con el otro/a a partir del cual construir. Se recomienda que para esta reflexión sobre la identidad la facilitadora vea el video de Identidades Asesinas de Amin Maalouf, en el siguiente enlace: <https://www.youtube.com/watch?v=pLZPsiM203Q>

	<p>A lo largo de toda la sesión se combinarán ejercicios prácticos con reflexiones colectivas, en las cuales se reproducirá la esencia de los círculos de diálogo, invitando a las personas participantes a hablar por rondas, a escuchar cuando las otras personas hablan y a dar la oportunidad de permanecer en silencio si no se desea participar.</p> <p>Importante: Para facilitar el ejercicio y que se comprenda lo que queremos que en cada uno se haga, se recomienda que la facilitadora prepare uno o dos ejemplos para cada cosa que explique y al mismo tiempo, que realice los ejercicios simultáneamente, para que también pueda compartirlos y tenga lugar un intercambio más horizontal y cercano.</p>		
Momento	Descripción	Materiales	Tiempo
Previo al encuentro	<p>Unos días antes de la sesión se llamará a los NNA líderes y lideresas para:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Preguntarles cómo están y poder alimentar la conexión que vayamos generando con ellos/as. Esto es importante en la construcción de confianza y deberemos en estas llamadas individuales a NNA tener una muy buena escucha para poder detectar cómo están yendo, cómo se sienten, qué dificultades o aspectos positivos están encontrando en los retos. Así, podremos ir adaptándonos y haciendo cambios en el proceso de ser necesario. - Recordarles el día, hora y método de conexión de nuestro encuentro. - Decirles que en la aplicación de Class Dojo (o en whats app si en la aplicación no se puede subir) tienen un video “Todo empezó sin querer”. Deberán verlo antes de la sesión y responder de manera escrita en la actividad a estas preguntas: ¿Recuerdas de los rumores que se escuchaban en el patio del colegio durante los descansos?, ¿los rumores a quienes afectan?, ahora que estamos en casa ¿qué rumores escuchas sobre el covid-19?, ¿todavía llegan a ti rumores sobre tus compañeras y compañeros? 	<p>Cuento antirumores ‘todo empezó sin querer’: https://www.youtube.com/watch?v=827G6s3yqok (Enviaremos el video descargado para que no tenga problemas de ingresar al enlace en caso de tener un paquete de datos reducido o si es posible, lo</p>	(antes del encuentro)

	<ul style="list-style-type: none"> - Decirles en la llamada los materiales que necesitaremos en la sesión: diario, lapiceros, lapiceros de colores, el celular con batería. 	colgaremos en la aplicación de Class Dojo, en el mismo lugar o actividad donde luego deberán responder las preguntas)	
Conexión	<p>Cada encuentro iniciará informando a los/as NNA que vamos a grabar la sesión porque en este proceso es muy importante lo que ellos/as digan y no queremos perdernos nada, pero esta grabación será totalmente confidencial y no la compartiremos con nadie, solo se quedará en el equipo.</p> <p>Se iniciará el encuentro preguntando a los y las NNA cómo han pasado este tiempo desde nuestro último encuentro y pidiendo que compartan algo que les haya llamado la atención al realizar el reto del mes pasado: puede ser algo que hayan sentido, que hayan aprendido, que les haya gustado o que no.</p> <p>Adicional a esto tratemos de recordar los acuerdos colectivos que establecimos el encuentro de sintonía, de manera que podamos recordarlos y tenerlos siempre presentes.</p>		10 Minutos
Desarrollo	<p>¿Cómo lo digo? (tomado de la cartilla Jugar para tomarnos enserio la paz, p. 65)</p> <p>Para dar inicio a este momento vamos a comunicarle a los y las integrantes que vamos a hacer un ejercicio de entonación con la frase “<i>las niñas son unas chismosas y los niños unos indisciplinados</i>” y que vamos a tratar de decirlo individualmente de las siguientes maneras:</p> <p>-Como lo diría un hombre</p>	Cartilla Jugar para Tomarnos enserio la paz	30 Minutos

	<ul style="list-style-type: none">-Como lo diría una mujer-Con voz de ultratumba-Con tristeza-Como lo diría un profe-Como lo diría un niño o niña pequeño-Muy rápido <p>Cuando acabemos el ejercicio, preguntemos a los y las participantes, ¿cómo se sintieron?, y abramos un momento para reflexionar sobre la cantidad de entonaciones y formas en las que se puede decir o manifestar la misma frase, por lo que pensar en cómo hablamos a las demás personas es muy importante en la comunicación, tratar de poner el énfasis en que hay ciertas entonaciones que se creen son de mujer y otras de hombre, ¿qué paso cuando les pedimos que lo dijeran como hombres y como mujeres? ¿Por qué pensamos eso? ¿Es que de verdad todas las mujeres hablan siempre de esa forma y los hombres también? ¿Y cómo nos sentimos con la frase que hemos dicho? ¿Es verdad o tiene matices porque no todas las niñas ni todos los niños son iguales?</p> <p>Se profundizará más en la conversación preguntando, ¿cuántas veces hemos dicho o escuchado palabras que nos ofenden o nos hieren como si fuera chistoso?, cuántas veces nos hemos detenido a pensar ¿cómo digo aquello que estoy pensando sin que resulte hiriente, ofensivo o irrespetuoso para el otro y la otra?</p> <p>¿Qué digo? (Tomado del ejercicio propuesto por María en la transferencia de</p>		<p>40 Minutos</p>
--	--	--	-----------------------

	<p><i>Comunicación no violenta).</i></p> <p>Comunicar a los y las demás lo que estoy pensando de manera respetuosa, no solo requiere que empleemos un tono de voz adecuado, sino que implica que me detenga a pensar cuáles son las palabras adecuadas para expresar el mensaje de la manera más clara posible sin generar daño en la otra persona.</p> <p>Por ejemplo, los rumores casi siempre se susurran de oído a oído, pero en la mayoría de los casos, resultan estar compuestos por palabras poco cuidadosas e irrespetuosas o el mensaje se distorsiona al pasar de persona a persona. ¿Los rumores a quiénes afectan?, ¿cómo afectan? Se generará una conversación para reflexionar sobre estas preguntas en relación al video que hemos visto para comprender los efectos que tienen los rumores en las personas y en las relaciones.</p> <p>Comunicarnos de manera asertiva y constructiva puede parecer muy complejo al inicio, se irá haciendo más sencillo con su uso en el tiempo, nos ayudará a incorporar palabras nuevas a nuestro vocabulario, además que nos permitirá transmitir las ideas de manera clara y concreta al otro y a la otra, evitando confusiones, disgustos, y riñas innecesarias, o pensemos, ¿cuántas veces nos ha pasado que trato de hablar con mis amigos y amigas algo que me disgusta, pero lo que digo se ve malinterpretado y terminamos de pelea?</p> <p>Situaciones como estas suceden con mayor frecuencia en la virtualidad, herramientas como wpp y fb se prestan mucho para ‘malinterpretaciones’, entonces qué tal si en vez de</p>	<p>Bitácora y lapicero</p>	<p>15 Minutos</p> <p>10 Minutos</p>
--	--	----------------------------	---

culpar al otro o la otra porque no me entiende, yo me tomo un momento para pensar ¿qué le quiero decir? ¿qué palabras voy a usar?, y ¿cómo lo voy a decir?

Para ejemplificar este punto, invitamos a los y las participantes a que nos mencionen frases que son usadas en la cotidianidad, o que escuchaban mucho en la escuela que les generaban o generan disgusto. *(Será muy importante que la asesora pedagógica este atenta y anote a las frases que cada uno y cada una vayan mencionando)*. Anotadas las frases tratemos de ‘darles la vuelta’ buscando las palabras adecuadas para decirlas de manera respetuosa, cuidando al otro y la otra.

Para ejemplificar la dinámica podemos utilizar la frase: ‘ese grupo de estudiantes siempre tiene malas calificaciones’. ¿Cómo lo decimos de otra manera? Podemos decir que hay un grupo de estudiantes que tiene más dificultades en algunas materias, o que ha tenido mayores dificultades con algunas clases lo que se ha visto reflejado en malas calificaciones. Aquí será importante distinguir aquellos mensajes que se pueden decir de otra forma y que podemos reformular y aquellos otros que definitivamente tienen la intención de hacer daño y que, por tanto, debemos preguntarnos si al decirlos no estamos agrediendo al otro/a.

Como podemos ver en el ejemplo, buscar una manera más adecuada y respetuosa de enunciar lo que pienso, puede llevarme además a buscar soluciones, en este caso podemos continuar preguntándonos ¿qué está sucediendo que ese grupo presenta dificultades con las clases?, ¿podemos ayudar a cambiarlo?, etc. *(En este momento permite también hablar*

de forma muy breve sobre su rol de reeditores con los equipos a los que les realizarán las réplicas, ya que nos invita a dejar de lado los calificativos como 'es que no me escuchan' 'no entienden' 'les va mal', etc., para convertirlos en preguntas que nos permitan encontrar soluciones a los retos que como reeditor me estoy encontrando con mi equipo)

Reflexión sobre los estereotipos de género.

Los mensajes que rondan alrededor de las mujeres son diferentes que los que les llegan a los hombres. Vamos ahora a decir cada uno/a un mensaje que se les da en las familias y colegios a los chicos en relación a lo que pueden y no pueden hacer y un mensaje se les da a las chicas. Una vez hayamos construido una lista de frases o expresiones, cada uno deberá escoger uno y decir: Y... ¿estos mensajes qué efectos tienen? ¿Nos limitan de hacer ciertas actividades? ¿Nosotros también decimos esas frases?

La idea es reflexionar acerca de los roles y estereotipos de género y de cómo estos tienen efectos negativos porque nos impiden realizar unas u otras cosas (en función de si somos chicos o chicas) y nos hacen que nos perdamos de la diversidad humana. Esto nos muestra cómo lo que comunicamos y la forma en que lo hacemos tiene un impacto en las maneras en las cuales actuamos y nos definimos. Por tanto, es importante decir las cosas de tal manera que no generemos un daño, sino que podamos alimentar las relaciones y cuidar al otro.

Explicación del reto del mes

Evaluación	<p>Baúl del cuidado</p> <p>La evaluación se hará a través de un recurso simbólico que es el baúl del cuidado. Cada encuentro, al terminar, se les preguntará: ¿Qué aprendizajes y sensaciones de la sesión quieres guardar en el baúl del cuidado? Unas cuatro o cinco personas podrán compartir su aprendizaje y a todos/as les pediremos que, al terminar la sesión, escriban el aprendizaje en Class Dojo (en la actividad destinada para ello), de manera que así todos/as llenemos el baúl del cuidado.</p>		5 Minutos
Recursos	<ul style="list-style-type: none"> • Diario • Lapiceros • Lápices de colores • Plataforma o medio para la conexión • Llamadas de convocatoria previa hecha de manera individual con cada participante. • Recargas de celular. • Video del cuento antirumores “Todo empezó sin querer” • Video “Correr como una chica) para enviar al terminar la sesión. https://www.youtube.com/watch?v=pQishDaKLdM 		
Bibliografía y otros recursos			