

Universitat de les Illes Balears



Empoderamiento de mujeres víctimas de violencias machistas de las  
zonas rurales del Departamento de Antioquia (Colombia):  
Talleres "Unidas Somos Más"

AUTORA: DANIELA MARITZA ÁLVAREZ MEJÍA:

Memoria del Trabajo Fin de Máster  
Máster Universitario en Políticas de Igualdad y Prevención de la Violencia de Género  
Curso Académico 2019 - 2020

Fecha: 11/09/2020

Firma del/a autor/a:

Nombre Tutor/a del Trabajo:

Rosabel Rodríguez Rodríguez

Firma tutor:

Aceptado por la Directora del  
Máster Universitario en Políticas  
de Igualdad y Prevención de la Violencia  
de Género.

Firma:

## **“Talleres Unidas Somos Más”**

### **ÍNDICE**

|   |               |
|---|---------------|
| <b>1. Resumen.....</b>                                    | <b>Pág.3</b>  |
| <b>2. Introducción.....</b>                               | <b>Pág.4</b>  |
| 2.1 Planteamiento del problema.....                       | Pág.4         |
| <b>3. Justificación.....</b>                              | <b>Pág.9</b>  |
| <b>4. Objetivos.....</b>                                  | <b>Pág.11</b> |
| 4.1 Objetivo General.....                                 | Pág.11        |
| 4.2 Objetivos específicos.....                            | Pág.12        |
| <b>5. Marco teórico.....</b>                              | <b>Pág.13</b> |
| 5.1 Conceptos empoderamiento, autoestima y autonomía..... | Pág.13        |
| 5.2 Tipos de violencia.....                               | Pág.16        |
| 5.3 Situación de las mujeres en Colombia y Antioquia..... | Pág.19        |
| 5.4 Leyes, organizaciones y asociaciones.....             | Pág.19        |
| 5.5 Cifras relevantes de VCM.....                         | Pág.22        |
| <b>6. Aspectos Relevantes de la VDG.....</b>              | <b>Pág.23</b> |
| 6.1 Aspectos económicos.....                              | Pág.24        |
| 6.2 Aspectos Educación y Analfabetismo.....               | Pág.24        |
| 6.3 Aspectos Autonomía Económica.....                     | Pág.25        |
| <b>7. Propuesta Metodológica.....</b>                     | <b>Pág.27</b> |
| 7.1 Intervención grupal.....                              | Pág.27        |
| 7.2 Programación.....                                     | Pág.29        |
| 7.3 Técnicas grupales.....                                | Pág.30        |
| 7.4 Planificación de talleres.....                        | Pág.31        |
| 7.5 Temporalización.....                                  | Pág.42        |
| 7.6 Participantes.....                                    | Pág.43        |
| <b>8. Recursos.....</b>                                   | <b>Pág.43</b> |
| 8.1 Recursos Humanos.....                                 | Pág.43        |
| 8.2 Recursos didácticos.....                              | Pág.43        |
| 8.3 Recursos espaciales.....                              | Pág.44        |
| 8.4 Recursos financieros.....                             | Pág.44        |
| <b>9. Evaluación.....</b>                                 | <b>Pág.44</b> |
| <b>10. Conclusiones.....</b>                              | <b>Pág.47</b> |
| <b>11. Bibliografía.....</b>                              | <b>Pág.51</b> |
| <b>12. Anexos .....</b>                                   | <b>Pág.54</b> |

## **“Talleres Unidas Somos Más”**

### **1. RESUMEN**

El objetivo de este trabajo es identificar y fomentar las capacidades propias de las mujeres rurales, con el fin de tratar de mejorar situaciones de violencia, desigualdad y actitudes patriarcales, utilizando como estrategia el empoderamiento para que ellas logren recuperar el control de su vida a nivel social, personal y familiar y logren tomar sus propias decisiones, capacitándolas en reforzar su autoestima y seguridad en sí mismas, donde se trabaje su participación social, económica y comunitaria, con el fin de ayudarlas a que se sientan más fuertes y lleguen a transformar y tomar las riendas de su porvenir.

Así pues, el objetivo es promover un programa para mejorar la participación e incrementar el empoderamiento de las mujeres que han sido vulneradas, excluidas y discriminadas en los ámbitos de la ruralidad. Tiene que ver con el fortalecimiento de sus propias capacidades de vida. Para ello se debe trabajar desde una visión con perspectiva de género la cual nos ayude a palear las desigualdades y discriminaciones que han sobrellevado a lo largo de su historia las mujeres, haciendo acciones que mejoren el tejido social de sus territorios. Tratando de transformar su autoestima, su autonomía personal y su identidad, en aras de desarticular paradigmas y modelos que han sido naturalizados, como lo son los roles tradicionales de género desempeñados a lo largo de las vidas tanto de las mujeres y hombres en la sociedad.

En este trabajo, se logra vislumbrar el impacto que tienen las violencias machistas en el empoderamiento y participación de las mujeres rurales del Departamento de Antioquia (Colombia). Para ello es necesario tener presente que la violencia de género es una problemática social de acuerdo a la cultura patriarcal y machista en la que hemos socializado en nuestras familias y en la sociedad, donde la representación de las mujeres esta vincula a la inferioridad y la subordinación, lo que permite la reproducción de sesgos androcéntricos, posicionando a los varones en el espacio público y a las mujeres en lo doméstico y en el privado. Pese a ello, las mujeres han tenido que sobrellevar diferentes violencias, en especial la sexual y la física. Esto debido, entre otros factores determinantes al conflicto armado que ha sufrido Colombia en los últimos 60 años. Convirtiendo el cuerpo de las mujeres en un espacio de poder e instrumentalización sexual.

# “Talleres Unidas Somos Más”

## 2. INTRODUCCION

### 2.1 Planteamiento del problema

*“Empoderada, cada mujer la primera satisfactoria de sus necesidades y defensora de sus intereses, y la principal promotora de su sentido de la vida, de su desarrollo y enriquecimiento vital, de sus libertades y de su placer”.*

*Marcela Lagarde*

Las mujeres a lo largo de su vida, han sido subordinadas y discriminadas dentro de un sistema patriarcal, donde las relaciones de poder y de la fuerza han predominado por un gran sector de la sociedad civil, culturalmente los hombres antioqueños tienen una connotación de ser los que mandan, los dueños y señores de tierras, cargos políticos y jefes absolutos del hogar. En cambio, el papel de las mujeres ha estado sumergido en todo lo contrario, son las encargadas de proveedoras de los alimentos y las responsables de los hijos/a, como también de obedecer a sus maridos, ser sumisas. Además, las relaciones de poder implican que una de las partes en este caso los varones sean los mayores privilegiados del poder no solo en lo privado si no en lo público.

En relación al (PNUD) Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo, las mujeres que habitan en el sector rural sufren una triple discriminación: por ser mujeres en una sociedad marcada por el machismo y relaciones patriarcales, por vivir en el campo en condiciones peores en relación con los habitantes urbanos, y porque el conflicto se ensaña de manera aguda con ellas por su condición de madres, jefes de hogar, desventajas para ubicarse dignamente en la sociedad (PNUD, 2011.Pag 13).

Las mujeres en Colombia han experimentado durante siglos la subordinación y las múltiples discriminaciones, esto debido a las condiciones desiguales focalizadas en las zonas rurales de los diferentes municipios del Departamento por su cercanía latente con el conflicto armado colombiano y por el hecho de ser mujeres. Lo cual ha privilegiado a los varones en la construcción de patrones y estereotipos sobre la visión de cómo deben o no funcionar lo social, cultural y económico sobre todo como deben de comportarse en su ámbito familiar.

## **“Talleres Unidas Somos Más”**

Esta problemática social, se agudiza debido a la naturalización de los roles de género que deben desempeñar tanto los hombres como las mujeres en un espacio determinado de la sociedad. Lo que conlleva a que las mujeres tengan menos posibilidades de participar activamente de los diferentes escenarios sociales y por consiguiente que sus capacidades de empoderamiento se limiten.

Antes de focalizarnos en el contexto de la realidad de las mujeres en el ámbito rural, al mismo tiempo las violencias sistémicas que han enfrentado a lo largo de la historia es importante conocer algunos datos de Colombia.

De acuerdo con los datos del PNUD, Colombia es un país al noroccidente de América del Sur, rico de muchas formas. Con una amalgama de especificidades étnicas y regionales que conllevan prácticas sociales, cosmovisiones y culturas distintas que son reconocidas y protegida por la Constitución de 1991, una de las más progresistas del mundo. "Colombia es un Estado social de derecho, organizado en forma de República unitaria nacional, descentralizada, con autonomía de sus entidades territoriales, democrática, participativa y pluralista, fundada en el respeto de la dignidad humana, en el trabajo y la solidaridad de las personas que la integran y en la prevalencia del interés general", según lo señala en artículo 1 de la misma (CPC, 2016). Además de ello, se trata de un país pluricultural y multilingüe, con población blanca y mestiza: 87 etnias indígenas, 3 grupos diferenciados de población afrocolombiana y el pueblo ROM o gitano; en el que se hablan 64 lenguas amerindias y donde, si bien el castellano es el idioma oficial de Colombia, la Constitución reconoce que las lenguas indígenas son también oficiales en sus territorios (PNUD, 2016.Pag 1).

También creemos que es importante mencionar algunos aspectos del Departamento de Antioquia tales como su ubicación al noroeste de Colombia, y el hecho de ser reconocido como el sexto departamento más extenso de Colombia con una distribución territorial que refleja nueve subregiones y su capital Medellín. La violencia en este territorio fue determinante para la estructura social y política de los habitantes. En la década de los 80 se vivieron dos fenómenos concomitantes que afectaron de manera profunda la sociedad antioqueña: por un lado, la crisis del modelo industrial, y por otro, el surgimiento del poder del narcotráfico. La economía paralela desestabilizó por completo las estructuras sociales y la mafia impuso la ley del terror. En 1991, la ciudad de Medellín rompió todos

## **“Talleres Unidas Somos Más”**

los récords mundiales de homicidios. El primer período se destaca en Antioquia por la participación de las guerrillas, específicamente las FARC-EP. Para esta fase las acciones armadas de los paramilitares eran escasas y se desarrollaban esencialmente en Antioquia, donde se les relacionaba con bandas criminales o mafias del narcotráfico. (Nieto et al., 2015. Pág. 15).

Por otra parte, el Departamento de Antioquia los municipios tienen una realidad marcada por los bajos niveles de cohesión económica y política, su explotación de los recursos naturales resulta inadecuada y la tecnificación en sus actividades agropecuarias es escasa, generando una capacidad empresarial y una competitividad laboral debilitada. Es un contexto de pobreza generalizado que limita la calidad de vida, los niveles de bienestar y las oportunidades de los habitantes de estas comunidades. Pero, son las mujeres las pobres de los pobres, pues su inmersión en la economía es limitada, su participación social se reduce principalmente al espacio privado y su actividad económica no es plenamente reconocida (Arroyave, 2012 pág. 7).

La historia de Colombia en los últimos sesenta años ha estado marcada por el conflicto armado. En sus inicios, la desigual repartición de la tierra y la falta de espacios para la participación política dieron cabida al uso de la violencia y la lucha armada. Un método que en los años siguientes se fue reforzando con la irrupción del narcotráfico, el narcoterrorismo, la presencia de nuevos actores políticos y armados en un contexto de lucha revolucionaria, la Guerra Fría y la guerra contra el terrorismo que han ido transformando el conflicto en su razón de ser y métodos de subsistencia. Además de ellos los grupos armados han justificado el uso de la violencia por considerarla el único método para poder transformar la sociedad y con la intención de no permitir cambios considerados como ilegítimos. Así pues, la fractura creada por las desigualdades, el uso de la violencia y la lucha por el poder han marcado las dinámicas sociales y políticas que han tenido lugar en Colombia desde que se instauró la República (S. XIX) hasta el día de hoy, cuando Colombia abre un nuevo capítulo en su historia con los actuales procesos de paz (Ribera, 2014 pag,1).

De la misma manera, en Colombia se han presenciado por varias décadas peligrosas y extendidos episodios de guerra y violencia, vinculadas al conflicto armado interno, convirtiéndose en un fenómeno y un problema social altamente complejo para todos los

## **“Talleres Unidas Somos Más”**

habitantes especialmente para la población femenina, siendo ellas las víctimas de este flagelo en las zonas rurales y urbanas del país; especialmente en la pobreza y la discriminación por su condición de vulnerabilidad. Durante el último lustro Colombia ha mantenido la desigualdad en la estructura económica, siendo el segundo país más inequitativo de América Latina y el séptimo del mundo (Universidad Nacional de Colombia, 2018 Pág. 1).

El fenómeno de las violencias contra la mujer se agrava en países en conflicto como Colombia. Los efectos de la violencia contra la mujer y de la violación de sus derechos humanos en tal contexto los experimentan mujeres de todas las edades. Son víctimas de actos de amenazas, asesinato, terrorismo, torturas, desapariciones involuntarias, esclavitud sexual, violaciones, abuso sexual, embarazos, abortos forzados etc. Datos oficiales indican que más de 400.000 mujeres han sido víctimas de homicidio en el marco del conflicto armado, y hay más de 57.000 mujeres víctimas de desplazamiento forzado. Entre 1995 y 2011, la violencia en el conflicto armado ha generado el desplazamiento interno de más de 2.700.000 mujeres (cerca de 6% de la población total del país y el 51% del total de personas desplazadas). 15,8% de las mujeres desplazadas declaran haber sido víctimas de violencia sexual (ONU Mujeres, Colombia. Pág. 1).

Con base a la anterior contextualización de Colombia, es importante resaltar que las violencias históricamente han impactado negativamente, a las mujeres rurales. Donde sin lugar a dudas el impacto que genero la violencia del conflicto armado en el estado acarreo múltiples violaciones de los derechos humanos de niñas y de las mujeres rurales, como lo fueron las violencias sexuales, psicológicas y físicas enmarcándose la discriminación, la subordinación y la opresión como muestra magna del control y poder ejercido sobre el cuerpo de las mujeres a manos de los hombres.

Ante este panorama en el Departamento de Antioquia, las mujeres han tenido que sobreponerse a situaciones de violencia y discriminaciones. En especial, las violaciones sexuales que han tenido que padecer las mujeres en las comunidades rurales del Departamento, por parte de bandas criminales y grupos armados de las zonas. Debido a estas representaciones de poder y sometimiento a convertido a las mujeres rurales en un instrumento sexual. Estas acciones han influido en los desplazamientos forzado y en las desarticulaciones de sus familias, como también en la ruptura de sus identidades, daños

## **“Talleres Unidas Somos Más”**

y heridas psicológicas y emocionales. Lo cual conlleva a su vez a la invisibilización de sus capacidades como sujetos clave del desarrollo no solo familiar sino también de sus territorios. Además de esto han tenido que experimentar la violencia de género en un escenario machista con una cultura patriarcal, donde la representación de las mujeres esta vincula a la inferioridad y la subordinación, lo que permite la reproducción de sesgos androcéntricos, posicionando en un espacio de privilegios a los hombres y a las mujeres en un espacio más invisible el doméstico-privado.

En este contexto, el objetivo de este trabajo es visualizar las desigualdades y violencias que han sobrepuesto las mujeres y las niñas a lo largo y ancho del escenario rural antioqueño, para después poder llegar, a través de un trabajo personal y colectivo, intentar potenciar sus capacidades y habilidades, favoreciendo a su participación y empoderamiento social, familiar y político. Identificando las luchas que han tenido que trasponer, se les ayuda a ganar voz en su toma de decisiones como también de su autonomía.

### **3. JUSTIFICACIÓN**

Las mujeres rurales en Colombia están expuestas a factores de vulnerabilidad por el hecho de ser mujeres, hecho derivado de un contexto donde predomina una mentalidad y unas conductas de género patriarcales, generando una sistematización de la discriminación y exclusión para las vidas de las mujeres. Asimismo, las conductas establecen una repartición desigual de las oportunidades y de los recursos en el ámbito familiar y comunitario, reproducción estereotipos y roles del papel tradicional que deben ocupar las mujeres en dichos ámbitos. Estas circunstancias, además, hacen que las mujeres rurales se ubiquen en un lugar visible y vulnerable, exponiéndolas a situaciones de violencia social e intrafamiliar (Cuaderno del Informe de Desarrollo Humano Colombiano, 2011 Pág. 31).

Así pues, la mujer rural es “toda aquella que sin distingo de ninguna naturaleza e independientemente del lugar donde viva, su actividad productiva está relacionada directamente con lo rural, incluso si dicha actividad no es reconocida por los sistemas de información y medición del Estado o no es remunerada” (DPC, 2014, pág 13). Sin embargo, es necesario tener en cuenta que el papel de la mujer rural no debe estar

## **“Talleres Unidas Somos Más”**

estrictamente ligado a las actividades del campo pues con ello solamente se analizaría desde un enfoque netamente económico, sin tener presente los factores sociales, culturales e históricos que configuran su diversidad.

Según las proyecciones de población de 2018-2023 el Departamento Administrativo Nacional de Estadística (DANE), afirma que el total de mujeres rurales en los centros poblados y rurales dispersos de Antioquia es de 671.362 para el año en curso 2020.

De acuerdo con los estudios elaborados por la (OMS) Organización Mundial de la Salud, en Colombia indican que la violencia sexual es utilizada con frecuencia por parte de los grupos armados al margen de la ley para desarticular liderazgos femeninos y generar terror en las comunidades.

Por otro lado, esta problemática de la violencia sistemática contra las mujeres, se han naturalizado durante mucho tiempo, donde los factores como el género, etnia y edad son elementos fundamentales para entender la naturaleza y las consecuencias de las guerras, las cuales solo en las últimas dos o tres décadas se han venido reconociendo. Además, naturalizar la violencia de género tiene dos ejes fundamentales: el primero causado por un discurso universal de igualdad que elimina las diferencias sociales y el segundo por la infravaloración de las violencias que sufren las mujeres y las consecuencias que estas implican.

Por consiguiente, es indispensable visualizar esta realidad y problemática social que se vive en Colombia, específicamente el Departamento de Antioquia, sobre la grave situación de violencia y la discriminación que viven las mujeres rurales de los diferentes municipios, debido a los múltiples factores del sistema social patriarcal e histórico y cultural que lo salvaguarda, y donde las esferas y espacios políticos, económicos y sociales han sido ocupados especialmente por los varones.

Así mismo, este trabajo indica que no solo se trata de que las mujeres se incorporen y se empoderen de sus fortalezas y capacidades frente a las desigualdades sociales y así no sigan siendo excluidas y discriminadas; se pretende es generar una reestructuración de la forma de percibir e interpretar el contexto y la vida rural donde están sumergidas las mujeres y niñas, en aras de mitigar las injusticias y distinciones sociales, políticas y

## **“Talleres Unidas Somos Más”**

económicas las cuales se deben enfrentar en su día a día. Por ende, las actividades a desarrollar en esta intervención tienen lugar a estrategias participativas y de concertación para transformar y empoderar a las mujeres en lograr estados de poder y al mismo tiempo el control de sus vidas y el de sus comunidades. Promoviendo la igualdad efectiva entre los colectivos y el cumplimiento de los derechos humanos.

Para alcanzar los objetivos del trabajo, se procurará fortalecer sus más sentidas habilidades como agentes transformadoras de su territorio. De esta forma contribuir a mejorar las relaciones interpersonales en cuanto a su participación activa y segura frente a la toma de sus propias decisiones. Para ello es indispensable que sean conscientes y reflexionen acerca del valor y de lo importante que son, no solo para el sustento y el cuidado de sus familias, sino en cuanto al desarrollo, el crecimiento y la transformación de un tejido social fuertemente androcéntrico. Es por ello, que pretendemos sumar a su empoderamiento para que ellas logren rescatar el control de su vida profesional, personal y social. Puntualmente capacitarlas en los talleres **“Unidas somos más”**, pretendemos guiar e instruir en el aprendizaje, ayudando a recuperar su autoestima, su autonomía y participación donde lleguen a transformar y modificar condiciones y situaciones patriarcales y machistas que aún continúan arraigadas en nuestra sociedad.

Por último, se persigue fortalecer las habilidades de las mujeres rurales, mediante su empoderamiento, es decir, se busca beneficiar su autoestima y autonomía frente a sus roles y responsabilidades frente a la estructura familiar tradicional y que en la actualidad se continúa perpetrando posturas patriarcales en los territorios Antioqueños. Mediante la elaboración y la ejecución de los talleres formativos y de sensibilización, se espera que se incremente el interés y se visualicen cambios significativos frente a una sociedad igualitaria con las mismas oportunidades para mujeres y hombres.

## **4. OBJETIVOS**

### **4.1 Objetivo general del trabajo**

Fomentar las habilidades y capacidades de las mujeres rurales, empoderarlas en la toma de decisiones, reforzando su autoestima y seguridad en sí mismas. A partir de este objetivo esperamos conseguir que se sientan más fuertes y lleguen a transformar su vida

## **“Talleres Unidas Somos Más”**

social y de sus familias, mejorando sus situaciones de violencia, desigualdad y las actitudes patriarcales en las que viven.

### **4.2 Objetivos específicos**

- Identificar posturas y actitudes patriarcales en las mujeres rurales, en con fin de generar estrategias pedagógicas encaminadas a desnaturalizar comportamientos y acciones que alimentan las desigualdades y las violencias contra las mujeres rurales.
- Promover la reflexión sobre del uso del lenguaje sexista, en los espacios sociales y familiares.
- Estimular los procesos educativos, que visualicen las habilidades y capacidades de las mujeres rurales, para la gestión de su empoderamiento en la transformación de sus conductas, principalmente de su autoestima.
- En la medida de lo posible aumentar la participación y la toma de decisiones, frente a las dinámicas familiares, sociales, económicas y políticas, en aras de que contribuya a mejorar la participación igualitaria entre las mujeres y hombres.

## **5. MARCO TEORICO**

Hemos visto mediante la construcción del trabajo, como la labor de las mujeres rurales ha estado invisible en la sociedad, en la cual su papel y participación a estado enfocada en las labores domésticas y en el campo mediante actividades relacionadas con la seguridad alimenta un ejemplo de ellos son las huertas caseras. Lo anterior enmarcado a los roles tradicionales y estereotipos de género donde se posiciona a las mujeres en tareas y responsabilidades de crianza y el sustento emocional de sus familias, sumándole la debilidad y sumisión frente a las relaciones de poder.

Por esta razón el objetivo del trabajo es continuar fortaleciendo estos grupos poblaciones del Departamento de Antioquia (Colombia) como lo son las mujeres rurales, partiendo desde la experiencia vivida en campo en algunos de los municipios del mismo, donde

## **“Talleres Unidas Somos Más”**

queda aún mucho por hacer, por construir, por empoderar en estos territorios que, si bien han llegado entidades y asociaciones a trabajar y apalear situaciones de desigualdad social, como también las violencias que han tenido que sobreponerse no solo por los diferentes actores del conflicto sino también a manos de sus esposos, es importante que en la medida de lo posible consigamos aumentar su participación social, la confianza en ellas mismas y su autonomía.

Es por ello, que este proyecto pretende ser un aliado estratégico y a su vez una apuesta para el fortalecimiento en la inserción social y comunitaria de las mujeres campesinas del Departamento de Antioquia, en situaciones de violencia machista, mediante el empoderamiento desde una visión con perspectiva de género, que nos ayude apalear las desigualdades y discriminaciones que han sobrellevado a lo largo de su historia las mujeres, haciendo acciones que mejoren el tejido social de sus territorios.

### **5.1 Conceptos importantes: Empoderamiento, autoestima y autonomía**

De acuerdo a los datos extraídos de la Gobernación de Antioquia en el año 2013 específicamente de la Secretaria de la mujer, el **empoderamiento** es un instrumento, pedagógico y político que busca convertir a las mujeres en protagonistas de su propio desarrollo a fin de hacer más eficaz la lucha contra la pobreza, por la igualdad y la equidad social. Además, también es una estrategia para el ejercicio pleno de los derechos, fortaleciendo los procesos de toma de conciencia, acceso, uso, disfrute de los recursos personales y sociales para el desarrollo humano; al acceso y actuación afirmativa en los espacios de poder y de toma de decisiones y en este sentido es un potente instrumento de transformación personal y colectivo. (Londoño, A., 2003. Pág 9).

Cuando nos referimos al **empoderamiento** de las mujeres en el ámbito económico, se pretende contribuir a la igualdad de género, mediante la eliminación de la pobreza y el incremento económico incluyendo de manera definitiva a las mujeres. De acuerdo con la ONU Mujeres, la visión que tiene sobre dicho empoderamiento económico se respalda en tres criterios fundamentales en los derechos de las mismas, transformación, participación e impacto. “Las mujeres han de poder transformar sus propias vidas así como sus comunidades y sociedades y los mercados o actividades económicas en las que participan; han de poder participar en los procesos y espacios que afectan su

## “Talleres Unidas Somos Más”

independencia económica (mercado laboral, mercados de productos y servicios y los eslabonamientos globales de dichos mercados); y han de poder tener impacto dentro de sus hogares, en la comunidad y sobre la legislación y políticas (incluyendo los presupuestos públicos) que afectan su autonomía económica” (ONU Mujeres, Empoderamiento económico, pág 1).

En definitiva, el **empoderamiento** busca el desarrollo pleno de las mujeres mediante el reconocimiento de sus capacidades y habilidades, en aras de transformar su espacio personal, familiar y social, mejorando así la toma de decisiones, como una de las herramientas esenciales para aumentar la autonomía, la autoestima, la participación y el control del poder de sí mismas.

Así pues, el **empoderamiento** busca fortalecer la incorporación de las mujeres en el campo, ayudándoles en mejorar la toma de decisiones y su participación activa, de la mano de la autonomía ya que promueve la libertad para decidir por sí misma, de acuerdo a la conciencia, lo que más conviene en términos de desarrollo humano personal y social y esto incluye la toma de decisiones sobre la participación, organización y movilización social, económica, política y cultural. “Es decir, a su capacidad de actuar libremente y sin ser objeto de manipulación o instrumentalización.” (Londoño, A., 2003. Pág 20).

Por otra parte, la **autoestima**, en palabras de Marcela Lagarde, es el conjunto de experiencias subjetivas y de prácticas de vida que cada persona experimenta y realiza sobre sí misma. Contiene las emociones, los efectos y los deseos fundamentales sentidos sobre sí mismas, sobre la propia historia, los acontecimientos que nos marcan, las experiencias vividas y también las fantaseadas, imaginadas y soñadas. La autoestima es una dimensión de la auto identidad marcada por todas las condiciones sociales que configuran a cada mujer y, de manera fundamental por las condiciones de género. Es por ello que, nuestra autoestima se ve afectada por la opresión de género y es experimentada en la cotidianidad como la discriminación, la subordinación, la descalificación, el rechazo, la violencia y el daño, que cada mujer experimenta en grados diversos durante su vida (Lagarde, 2000 Pág. 27).

La **autoestima** como experiencia de vida, se fundamenta esencialmente en la forma de cómo vivimos y convivimos y está estrechamente ligada a como percibimos nuestra

## “Talleres Unidas Somos Más”

apariciencia y a su vez la importancia que le damos a nuestras vidas, lo anterior incide respecto a la manera de comunicarnos y socializar con los demás especialmente de las personas que han crecido con estereotipos patriarcales y roles de género tradicionales, donde la apariencia física de las mujeres es cuestionada y señalada por los varones.

Por otro lado, integrando la teoría de la autora, la **autonomía** es “histórica en el sentido de que forma parte de procesos históricos, pero debe ser analizada históricamente a partir de las condiciones de cada sujeto en la sociedad, en la cultura y en el poder; tanto en los procesos sociales como en los espacios simbólicos. La autonomía es también un hecho simbólico que se fundamente en el lenguaje con el hecho de plantear la necesidad de la autonomía” (Lagarde, 2000, pág. 10).

Se puede decir, por tanto, que los anteriores conceptos encaminan a que las mujeres alcancen su propia **autonomía**, esencialmente a “cambios culturales que permitan transformar aspectos de la identidad de género que sustentan la división sexual del trabajo y que avalan y reproducen la subordinación de la mujer en los ámbitos privado y público. Avanzar a una mayor igualdad de género y autonomía de la mujer implica una distribución más equitativa del tiempo de trabajo que mujeres y hombres destinan al trabajo productivo y reproductivo, pero también modificar las relaciones de poder que se reproducen en todas las instituciones de la sociedad” (Bravo, 2009, pág. 1).

Esto quiere decir que la **autonomía**, es la capacidad de facilitar escenarios y condiciones más equitativas e igualitarias con las mismas posibilidades y derechos para las mujeres y los hombres. En este sentido, es necesario avanzar en un proceso de igualdad de género para ambos sexos, y así intentar ayudarlas a superar situaciones de subordinación que históricamente han permeado sus vidas, y como estas realidades han impedido no solo el avance de una buena calidad de vida, sino también las desventajas que han tenido en el acceso al mercado de trabajo y a los recursos que por derecho se les han vulnerado. Es necesario que las mujeres logren recuperar el control de sus vidas y contar con recursos económicos los cuales contribuyan a mejorar su autonomía y su empoderamiento.

Concluyendo, se pretende subrayar la importancia de esta realidad de las mujeres, y como a lo largo de la historia la socialización ha sido una fuente indispensable de la construcción social de la autoestima y la autonomía de las mujeres en los espacios de la

## **“Talleres Unidas Somos Más”**

sociedad. Por lo demás, hace que lo productivo sea valorado socialmente como más importante y lo reproductivo como menos, dónde lo primero es remunerado y lo segundo no, generando disparidad y exclusión entre mujeres y hombres. Por tanto, es indispensable tener presente que la libertad de la autonomía económica se logra cuando generemos nuestros propios ingresos económicos y que a su vez estos nos suministren nuestras necesidades básicas, generando así una desvinculación afectiva acompañada de una auto realización, la cual les brinde mayor seguridad en sí mismas en la toma de decisiones. Asimismo, esta realidad ha estado fuertemente marcada en las familias y hogares Antioqueños, donde las mujeres se sienten subvaloradas y atadas por parte de sus parejas y/o esposos, por el hecho de no aportar dinero, ya que muchas de ellas no trabajan porque sencillamente ellos se lo impiden, además de los cuidados ya sea de sus hijos/as o personas dependientes más las tareas de la casa.

### **5.2 Tipos de violencia contra las mujeres rurales**

El asunto de las violencias ejercidas hacia las mujeres rurales específicamente la violencia sexual, física, psicológica, simbólica, doméstica y económica son perpetuadas históricamente en parte por los actores armados, pero en su mayoría de manos de su ex o parejas sentimentales; fenómeno que flagela la vida de las mujeres afectando a sus familias, generaciones y a su contexto social. Estas violencias nacen de la discriminación que persiste en nuestra sociedad patriarcal contra las mujeres.

Las mujeres rurales están sumergidas a varios tipos de violencias una de ellas es la física la cual se manifiesta mediante golpes, bofetadas, puñetazos, marcas visibles o invisibles, estas agresiones son realizadas principalmente por sus maridos y/o compañeros sentimentales. Otra violencia es la psicológica mediante el uso de palabras para menoscabar, humillar y despreciar a la mujer lo cual para ellas es igual de grave que la violencia física. La violencia sexual es otro tipo de violencia está dirigida al uso obligatorio de mantener relaciones sexuales, por tanto, ellos consideran que los cuerpos de las mujeres son de su propiedad y que ellas deben de estar dispuesta al momento que el marido deseo tener relaciones. A todo lo anterior cabria otro tipo de violencia presente en las mujeres rurales, la domestica, que consiste en la doble jornada de trabajo no remunerado que están expuestas a estos escenarios cultural que se continúa reproduciendo de generación en generación debido a los estereotipos patriarcales y machistas. Lo

## **“Talleres Unidas Somos Más”**

anterior sitúa a la mujer en un lugar de inferioridad, promoviendo la perpetuación de comportamientos violentos y agresivos por parte de los hombres y dejan a las mujeres en un estado desfavorable para vivir con violencia.

Las situaciones mencionadas se ven relacionadas a la dependencia económica y afectiva de las mujeres, las cuales inciden significativamente en su participación y toma de decisiones en todos los ámbitos de la sociedad. Situaciones que se agudizan a un más cuando existen hijas y/o hijos de por medio, debido a que piensan que ellos podrían sufrir si se separan de sus maridos, otro motivo que determina dicha dependencia es el hecho de mantener una familia y no ser señaladas o discriminadas ya sea por sus familiares o la sociedad.

Ahora bien, en base a las violencias ejercidas por el conflicto armado en Colombia, especialmente en el Departamento de Antioquia, el cuerpo de la mujer está marcado por la instrumentalización en la guerra, y a partir de ello la mujer deja de ser sujeto para transformarse en objeto y ser deshumanizada, aspecto que para Zelditch (2001) se constituye en la fuente primaria de todo proceso anulativo. Ajustando este planteamiento al conflicto armado, es posible afirmar que la mujer desplazada se re-institucionaliza en la pedagogía del arma (ser-arma o mujer como arma de guerra); en la medicina a través del control sexual, cuando son obligadas a abortar y a ser un objeto sexual (Sayago, 2011). Para los grupos armados la mujer al ser portadora de la vida es también, la reguladora de la reproducción social de la ideología bélica a través de sus hijos, por ello el control de su sexualidad es una estrategia de contención del ejercicio de la libertad (Torres, Barreño, Berbesi y Sierra, 2010). De suyo en los escenarios de conflicto el cuerpo de muchas mujeres es tomado como instrumento de guerra, siendo abusado por diversos actores que lo toman como objeto de libre uso e intercambio (Andrade, Redondo y Rodríguez, 2017 pag.6).

Por otro lado, las violencias machistas son múltiples, en el 55% de los casos las mujeres resultaron lesionadas, en el 6% de los casos hubo herida o quebradura de algún hueso y en el 2.2% de los casos hubo aborto. No obstante, la gravedad de la violencia sobre la vida, la seguridad y la integridad de las mujeres el 83% de las mismas no acudió a ningún servicio de salud y de las que acudieron sólo el 7.4% recibió alguna información acerca de los servicios de protección y justicia. En algunas regiones del Departamento preocupa

## **“Talleres Unidas Somos Más”**

de manera especial algunas formas de violencia sexual como la prostitución infantil, el comercio y el turismo sexual y las violaciones como arma de guerra (Londoño, A., 2003. Pág 31).

Es importante realizar un análisis diferencial y de género, frente a la problemática sobre la violencia que han cargado las mujeres rurales en sus territorios o escenario los cuales históricamente fueron y son dominados aun por figuras masculinas. Cabe resaltar que son grandes los avances en materia de políticas y leyes a favor de estas reivindicaciones feministas, aún existen muchas brechas socioculturales y políticas que continúan perpetuando e invisibilizando la labor de las mujeres en los espacios económicos, sociales, familiares y políticos.

### **5.3 Situación de las mujeres en Colombia y Antioquia**

En este apartado es importante mencionar que a pesar de todos los esfuerzos que se empiezan a llevar a cabo desde el Gobierno a diferentes niveles desde estrategias para apalear las desigualdades de género hasta ejecutar herramientas en materia legislativa con la vinculación y el apoyo de organizaciones y asociaciones las cuales contribuyan a mejorar situaciones de vulnerabilidad en los diferentes espacios de los territorios, la realidad es que aún no son suficientes. No basta con elaborar leyes y aprobarlas, sino que se debe conseguir visualizar las realidades sociales que permita el seguimiento y una evaluación crítica y reflexiva de las situaciones relacionadas a las discriminaciones, como también las acciones y posturas androcéntricas de las estructuras de poder que aún se continúan reproduciendo. Así pues, que ayuden a impulsar y realizar propuestas que vayan encaminadas a diseñar medidas las cuales representen las necesidades de las mujeres de forma articulada e integral. Es por ello que es de gran importancia priorizar acciones que vayan encaminadas al fortalecimiento y empoderamiento de dichas poblaciones que han enfrentado persistentemente la discriminación limitando el privilegio pleno de sus derechos y libertades.

En definitiva, la realidad de las mujeres campesinas es “(...) necesario estudiarla en el contexto de la familia rural y diferenciar la situación de jornaleras o trabajadoras de empresas agrícolas y, las mujeres como productoras al interior de la unidad familiar campesina.”

## **“Talleres Unidas Somos Más”**

### **5.4 Leyes, organizaciones y asociaciones**

Según la ONU Mujeres, Colombia ha dado pasos importantes para contribuir a la igualdad de género y el empoderamiento de las mujeres, pero a pesar de estos avances se continúa visualizando una brecha significativa en el contexto social. Algunas de los pasos que ha dado Colombia para alcanzar dicha igualdad es haber ratificado todos los tratados internacionales vigentes sobre derechos humanos y derechos de las mujeres, y ha hecho un progreso significativo en el desarrollo de leyes para promover la igualdad de género y garantizar los derechos humanos de las mujeres. Algunos ejemplos son los Lineamientos de la Política Pública para la Equidad de Género para las Mujeres y el Plan Integral para garantizar a las mujeres una vida libre de violencias aprobados en 2012, y la Ley de Víctimas y Restitución de Tierras, aprobada en 2011, con disposiciones importantes sobre la igualdad de género, así como la Ley 1257 “por la cual se dictan normas de sensibilización, prevención y sanción de formas de violencia y discriminación contra las mujeres,” de 2008 y la Ley 1719 “por la cual se adoptan medidas para garantizar el acceso a la justicia de las víctimas de violencia sexual, en especial la violencia sexual con ocasión del conflicto armado”, de 2014 (ONU mujeres, las mujeres en Colombia, 2016 pág. 1).

Para el disfrute pleno de los derechos de las mujeres rurales cuentan con un respaldo legislativo si bien a menudo carecen de información para su respectivo seguimiento y evaluación para tomar las medidas correspondientes. A continuación, se hace referencia a algunas de estas leyes que intentan acaparar las necesidades de las mujeres de una forma integral.

Debido a la lucha e iniciativas de organizaciones de mujeres y a la serie de problemáticas de las campesinas, Colombia expide el 14 de enero de 2002 la ley 731 “(...) por la cual se dictan normas para favorecer a las mujeres rurales”. En el informe de la Asociación de Mujeres Afrocolombianas AMUAFROC, dicha ley “(...) aparece como una medida afirmativa que propende por la equidad entre hombres y mujeres rurales para reducir la brecha de calidad de vida entre lo rural y lo urbano” (AMUAFROC, 2012).

De igual manera, el informe de la Asociación de Mujeres Afrocolombianas (AMUAFROC, 2012) expresa que en el año 1984 se formula en Colombia la primera

## **“Talleres Unidas Somos Más”**

política Nacional sobre mujeres campesinas por el consejo Nacional de Política Económica y Social plasmada en el documento CONPES 2109. Seguidamente la política de Desarrollo Rural Integrado DRI en sus propósitos define el de “(...) impulsar acciones que propicien una posición más equitativa de la mujer campesina, como parte del mejoramiento del nivel de vida familiar.”

En el caso de algunas de las legislaciones de Antioquia está el Plan de Desarrollo Departamental 2012-2015 “Antioquia la más educada”, una de sus líneas estratégicas, es la Línea 4 identificada como: Inclusión social, que busca facilitar el acceso a las oportunidades para alcanzar un desarrollo humano integral a partir del reconocimiento de las garantías y derechos a los habitantes de Antioquia sin discriminación por territorio de habitación, base familiar, raza, sexo, edad, religión, orientación sexual o condición, para contribuir a cerrar la brecha entre las regiones y los grupos poblacionales. Como también el Consejo Departamental para la Política Social y la Equidad, se encuentra dividido en Consejos Temáticos de acuerdo con el Decreto 2636 de 2012, uno de estos es el de Población Incluida, coordinado por la Secretaría de Participación y en la cual participa la Secretaría de las Mujeres. Desde allí se gestionó la aprobación de la Ordenanza 11 de 2015 que incorpora el enfoque diferencial integral den las políticas departamentales. (Observatorio de Asuntos la Mujer y Género de Antioquia. 2015.Pag 12,24)

Al mismo tiempo en el informe para las mujeres de la Gobernación de Antioquia, mediante la Secretaria de Equidad de Género, ilustra desde el año 1996, el Movimiento Social de las mujeres en el Departamento, a través del Consejo Consultivo de políticas públicas para la mujer, impulsó la presentación de las Agendas Ciudadanas de Mujeres, con elementos diagnósticos y estrategias como parte del ejercicio ciudadano para estimular el posicionamiento político del tema de las mujeres en los municipios y en el Departamento. El aporte del movimiento por la paz y la resolución política de conflictos de la Ruta Pacífica-Mujeres de Negro y de las Madres de la Candelaria, ha sido reconocido por el gobierno departamental como importante a la causa de la democratización social. En el Departamento de Antioquia la consolidación de la Secretaría de Equidad de Género para las Mujeres, es parte de un proceso reciente de sensibilización social acerca de la necesidad de potenciar los esfuerzos institucionales para incorporar activamente a las mujeres, en especial a las mujeres pobres a la corriente

## **“Talleres Unidas Somos Más”**

del desarrollo, estimulando su protagonismo y su autogestión y el ejercicio de ciudadanía plena. (Londoño, A. 2003. Pág 16).

Además, en 1994 la Ley 60 considera a las mujeres jefas de hogar y a las mujeres víctimas de la violencia y en estado de desprotección como beneficiarias para la titulación de terrenos. En este mismo año es definida la Política para el Desarrollo de la Mujer Rural, normativa que pretende fortalecer la atención a las mujeres rurales dándole continuidad a los lineamientos de 1984. Seguidamente la norma de reforma agraria de 1998 posibilita la titulación de la tierra de la pareja a mujeres campesinas mayores de 16 años. (García, D. 2012).

Por consiguiente y en relación al Primer informe sombra expone:

Los avances en materia de legislación en Colombia sobre la autonomía económica de las mujeres se evidencian a través de la Ley 1496 de 2011, que busca garantizar la igualdad salarial entre hombres y mujeres, así mismo el Decreto 4463 de 2011, que propone la creación del “Programa de equidad laboral con enfoque diferencial y de género para las mujeres” y la ley 1413 de 2010 o ‘ley de la economía del cuidado’ que hace referencia al trabajo no remunerado realizado en el hogar, mantenimiento de la vivienda, cuidados de otras personas del hogar o de la comunidad y el mantenimiento de la fuerza de trabajo remunerado. (Primer Informe Sombra específico de mujeres rurales y campesinas en Colombia (2019, pág. 9)

Por último, y en base al Informe Sombra sostiene que:

(...) El pasado 20 de noviembre de 2018 el gobierno colombiano se abstuvo de firmar la Declaración de Naciones Unidas sobre los derechos de los campesinos, las campesinas y otras personas que trabajan en las áreas rurales” en el Tercer Comité de la Asamblea General de las Naciones Unidas, situación que evidencia la falta de voluntad y reconocimiento como sujetos de derechos a las mujeres campesinas y rurales y más aún cuando este tipo de Declaraciones están acordes a la Constitución Nacional y a los desarrollos que ha hecho la jurisprudencia de la Corte Constitucional. (Primer Informe Sombra específico de mujeres rurales y campesinas en Colombia, 2019, pág. 10)

## **“Talleres Unidas Somos Más”**

### **5.5 Cifras relevantes de violencia contra las mujeres**

Asimismo, los reportes y estudios del informe anteriormente mencionado. Resaltar que, según a las cifras del Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses (2017), en el año 2016 fueron asesinadas 138 mujeres y 2.161 víctimas de violencia intrafamiliar en el área rural. Además de ello, y según el Global Witness, Colombia es el tercer país con mayor número de asesinatos de lideresas/es y defensoras/es ambientales en el mundo (2018). A pesar de la creación de la Comisión Intersectorial de Garantías para las Mujeres Lideresas y Defensoras de los DD. HH. Encargada de garantizar la efectiva implementación del Programa Integral, entre el 1 de enero de 2016 y el 14 de mayo de 2018 han sido asesinados 385 defensoras/es de derechos humanos en Colombia, de los cuales 56 eran Mujeres. (Primer Informe sombra específico de mujeres rurales y campesinas en Colombia.2019, pág.14)

Las cifras con mayor actualidad en materia de crímenes en contra de los y las líderes sociales en Colombia, los registra el Instituto de Estudios para el Desarrollo y la Paz (Indepaz), que indica que el año 2019 cerró con la cifra de 250 líderes y lideresas sociales asesinadas en Colombia, los Departamentos que más sufrieron este flagelo de crímenes contra defensores de derechos humanos fueron Antioquia, Cauca y Nariño.

Con los datos anteriores y el progreso de políticas públicas para los derechos de las mujeres, sigue habiendo desafíos para su correcta aplicación, como lo demuestran las cifras no solo de las barreras laborales de género, sino además de los espacios económicos y políticos, sino también de las violencias contra las mujeres en los últimos años.

## **6. ASPECTOS RELEVANTES DE LA VIOLENCIA GÉNERO**

En este apartado es importante mencionar algunos aspectos que han influido de manera directa o indirecta en el aprendizaje e interiorización de creencias, comportamientos, valores y actitudes establecidos de acuerdo a las relaciones con otras personas y a los mandatos sociales de lo que está bien o no socialmente. Así pues, la socialización de mujeres y hombres se ha impartido de manera diferente en base a un contexto machista y patriarcal, donde los roles de género son la consecuencia de una sociedad que impone

## **“Talleres Unidas Somos Más”**

barreras a las mujeres por el hecho de serlo, ubicándolas en un ámbito privado debido a la socialización impartida por la educación.

### **6.1 Aspectos económicos**

El análisis sobre la economía que tiene aportes significativos en el país, y el mercado del trabajo doméstico y el cuidado no remunerado los cuales han sido desempeñados históricamente y culturalmente por las mujeres en este caso las mujeres rurales de Colombia. Donde además se anula la “visión sistémica de la economía” que incorpore los cuidados, la asistencia de los demás, la reproducción de la vida, brindando condiciones sanas para las mujeres, las cuales son las encargadas de sostener dichas estructuras. Adicional a ello se evidencia la persistencia de una precariedad y discriminación que continúa aislando y por lo tanto no aceptando las contribuciones que realizan las mujeres a la economía de sus comunidades, pueblos, municipios y departamentos; generando que se reproduzcan acciones y actitudes androcéntricas sobre el desarrollo de sus regiones no solo en temas económicos sino también en lo social y político.

Según las cifras del DANE del año (2017), el valor económico del trabajo doméstico y de cuidado no remunerado en Colombia en 2017 fue de 185.722 millones de pesos, cantidad superior al valor agregado bruto de las actividades económicas más relevantes de la economía colombiana a precios corrientes de 2017, con una participación de 20,0 % del Producto Interno Bruto (PIB). (Primer Informe Sombra de mujeres rurales y campesinas en Colombia. 2019. Pag.10)

Como se puede observar en el Departamento de Antioquia las mujeres rurales cumplen un papel importante e indispensable en la economía de las familias. Contribuyen de manera directa a las tareas y responsabilidades que enmarca a lo domestico, como también a los cuidados y socialización de las hijas e hijos de personas dependientes o con algún tipo de enfermedad.

### **6.2 Educación y analfabetismo**

Ahora bien el Informe, explica que en las zonas rurales del país persisten altas tasas de analfabetismo debido al precario acceso a la educación. De acuerdo con la TCNA, se

## **“Talleres Unidas Somos Más”**

evidencia que 12,8 % de las mujeres mayores de 15 años en área rural dispersa no saben leer ni escribir, quienes han logrado acceder al sistema educativo tienen en promedio 6,9 años de educación y el motivo de abandono escolar, en la mayoría de los casos, se debe a compromisos relacionados con el cuidado en el hogar. (Primer Informe Sombra de mujeres rurales y campesinas en Colombia 2019.PAg.18)

De igual manera, en el caso de las mujeres y niñas campesinas de los municipios de Colombia en especial de Antioquia, las situaciones de vulnerabilidad y discriminación en cuanto acceso de recursos, se le suma otro factor de desigualdad, los roles tradicionales adicionando barreras en la vida de las mujeres en cuanto a su participación y su autonomía frente a la toma de decisiones. “La educación de las niñas, jóvenes y mujeres rurales en términos de disponibilidad reproduce estereotipos patriarcales y de género que afectan los contenidos curriculares, la autonomía y los derechos de las niñas. Además, el acceso a la educación se ve afectado por las falencias de cobertura y manutención, mientras que la calidad de esta acentúa que las mujeres jóvenes se mantengan relegadas al ámbito privado y de cuidado de la familia”. (Primer informe sombra específico de Mujeres Rurales y Campesinas en Colombia. 2019. Pág 18).

Por consiguiente, en el caso de las mujeres rurales tienen más bajos niveles de escolaridad que las mujeres urbanas, más altas tasas de fecundidad, bajos niveles de participación y toma de decisiones sobre los procesos productivos, las inversiones son escasas y su trabajo no suele ser valorado en términos económicos como sí lo es el trabajo del hombre rural. A pesar de su acceso desigual a los recursos de desarrollo rural, las mujeres rurales juegan un rol importante en el desarrollo de sistemas de producción en pro de una agricultura sostenible. (Londoño, A. 2003, Pág 27)

### **6.3 Autonomía Económica**

Para las mujeres la autonomía económica significa liberarse de los mandatos y roles tradicionales de género, que tengan la capacidad de decir por sí mismas, logrando la transformación de su propia identidad y que esta no dependa de la aprobación o aceptación de la sociedad. Es decir, las mujeres deben alcanzar la independencia económica, disfrutando y empoderándose de su libertad, de sus decisiones, acciones y proyectos, con el fin de propiciar cambios significativos para sus vidas y la de sus

## **“Talleres Unidas Somos Más”**

familias. Además, esto contribuye a mejorar las condiciones de discriminación y exclusión social.

Así pues, la autonomía económica de las mujeres, busca la articulación entre el acceso al empleo digno y la protección social para mujeres adultas y jóvenes, la igualdad entre hombres y mujeres para quienes tienen una actividad económica o un empleo y la estructuración de una economía y un sistema del cuidado que disminuya la carga de trabajo no remunerado socialmente atribuido a las mujeres, y reparta de forma más equitativa entre hombres y mujeres las tareas destinadas al bienestar de los niños y niñas, personas mayores o enfermas, y de la población en general.

Partiendo de los datos suministrados por el Observatorio de género, la tasa de desempleo notoriamente expresa que afecta más a las mujeres que a los hombres, en 2011, 10,3 mujeres de cada 100 mujeres económicamente activas se encontraban desempleadas; en 2013, aumentó a 11,6 esta misma relación. En contraposición a los hombres que pasaron en 2011 de ser 6,7 desempleados por cada 100 hombres económicamente activos a disminuir a 6,3 en esta misma relación en 2013. La brecha de desempleo entre hombres y mujeres en 2011 fue de 3,6 pt. y en 2013 aumentó a 5,3 pt. siendo en todo caso, desfavorable para las mujeres. (Observatorio de Asunto de Mujeres y Género. 2019.pag.127)

## **7. PROPUESTA METODOLÓGICA**

### **7.1 Propuesta de intervención grupal con mujeres rurales del Departamento de Antioquia víctimas de violencia machista**

En el actual proyecto de intervención mediante el desarrollo de talleres grupales llamados **“Unidas Somos Más”**, pretendemos generar posibilidades que alimenten nuestros objetivos de facilitar experiencias de vida positivas que proporcionen mejorar la toma de decisiones y la autoestima de las mujeres que han experimentado episodios machistas en el transcurso de sus vidas.

En los talleres grupales **“Unidas Somos Más”**, se intentará brindar confianza, seguridad y apoyo como herramientas donde ellas logren identificar comportamientos, actitudes,

## **“Talleres Unidas Somos Más”**

palabras y posturas machistas, que, debido a nuestra socialización androcéntrica y patriarcal se nos ha ido interiorizado de generación a generación, y donde además son aceptadas y naturalizadas por la sociedad. Dichas acciones continúan permeando las desigualdades y las discriminaciones hacia las mujeres. Por tanto, queremos promover procesos educativos de la mano de la participación, proporcionando herramientas las cuales encaminen la gestión de su empoderamiento, la seguridad en sí mismas y la toma de sus propias decisiones. Contribuyendo así a mejorar las relaciones igualitarias entre mujeres y hombres.

Esta propuesta de intervención, es importante en cuento al despertar de las mujeres rurales del Departamento de Antioquia, que son o han sido víctimas de violencia machista, ayudándoles a contemplar una visión más amplia de las barreras, los estereotipos, la subordinación, los roles de género y la discriminación que han tenido que sobreponerse a lo largo de sus vidas, pero también invitarlas a que no sientan culpables por permitir esta serie de atropellos e injusticias que solo ha sido producto de una sociedad enferma regida por estructuras patriarcales.

Previamente a la implementación del proyecto de intervención grupal, se brindará en un primer momento un encuentro con la finalidad de socializar las diferentes temáticas y objetivos de proyecto, como también el desarrollo de cada sesión. Es importante resaltar en este espacio el papel protagónico que tiene cada mujer que conforma el grupo, donde de manera voluntaria podrán opinar que temas les gustarían que se vieran durante cada encuentro. Además, enfatizar que el rol de la facilitadora del proyecto será el de acompañar, escuchar, respetar sus experiencias de vida y guiar de la mejor manera posible el desarrollo de sus habilidades y capacidades de cada mujer participante. Asimismo, concientizarlas de lo valioso que tendrá este espacio para expresar sus ideas y experiencias más sentidas y, de la importancia que simboliza la auto aceptación a pesar de todas las heridas y sucesos vividos, y de lo valioso que es apropiarse y gestionar el control de sus propias vidas.

De igual manera, mediante la dinámica expreso una idea que tendrá lugar el día del encuentro de socialización del proyecto, cada una de las participantes de manera individual, en la libreta que se les entregará como material y el cual deberán llevar a cada sesión, escribirán sus expectativas y deseos que tienen, en base a lo proporcionado por la

## **“Talleres Unidas Somos Más”**

facilitadora, es importante resalta que esta actividad que se realizara en cada uno de los encuentros, su gran objetivo es socializar cada uno de los aportes de las mujeres al finalizar el cierre del proyecto, además tendría como finalidad poner en la mesa las expectativas y así conocer acerca del cumplimiento o no de los objetivos y cuáles pueden ser las acciones de mejora tanto para el proyecto como para la facilitadora. Por último, se acordará las normas de cada uno de los encuentros, es decir, los horarios, deberes, responsabilidades... entre otros.

Los contenidos de cada sesión, se articularán en base a los cuatro objetivos específicos del proyecto, los cuales van encaminados hacia el logro del objetivo general. Es relevante señalar, que se dictaran diferentes temas en cada una de las sesiones, orientadas a empoderarlas en la toma de decisiones, reforzando su autoestima y seguridad en sí mismas.

### **7.2 Programación**

Las sesiones del proyecto de empoderamiento a las mujeres víctimas de violencias machistas, consta de una sesión por semana, durante dos meses. Se propone que sea el día martes de 4 a 6 de la tarde, la idea es que sea un horario flexible y el cual no interfiera en las actividades familiares o del trabajo doméstico. Se realizarán 9 sesiones, suponiendo un total de 18 horas, donde el primer encuentro será el de socialización y para finalizar la última sesión haremos un acto simbólico como parte de la clausura del proyecto, lo anterior con la finalidad de llevar acabo los talleres de intervención grupal con las mujeres.

- En la primera sesión, se les dará a conocer la metodología del taller en que consiste y cuál será su interés, exponiéndoles que será un encuentro dinámico y flexible donde ellas son las protagonistas y podrán expresar y argumentar los temas que para ellas serian relevantes o de importancia debatir. En un segundo momento se llevarán a cabo dos actividades de presentación (rompe hielo), en aras de estimular y promover un clima de confianza en el grupo de mujeres participantes.

## “Talleres Unidas Somos Más”

| Hora         | Actividad                                    |   |
|--------------|--|---|
| 4:00         | Saludo Bienvenida-<br>Actividad de confianza | <p><b>Construcción frase del día</b><br/>(La cual saldrá de lo aprendido en la jornada, será transversal durante cada jornada).</p> |
| 4:30 – 4: 35 | Presentación de la actividad                 |   |
| 4:35 – 5:20  | Tema central                                 |   |
| 5:20 – 5:35  | El Cofre Mágico                              |   |
| 5:35 – 5: 50 | Lecturas                                     |   |
| 5:50 – 6:00  | Conclusiones de la sesión<br>(frase del día) |   |

- Seguidamente en el segundo encuentro, se trabajará el tema principal enfocado en el objetivo identificar posturas y actitudes patriarcales en las mujeres, mediante los temas como ha sido la historia de las mujeres rurales, estereotipos, roles de género, socialización diferencial de género, además de trabajar e interpretar conceptos claves de identidad personal como lo son (Que es la autoestima, autoconocimiento, autoimagen, autocuidado, autonomía económica e independencia emocional).
- En las próximos tres encuentros, nos reuniremos para dar a conocer los tipos de violencias machistas que han permeado a las mujeres rurales, el ciclo de las violencia física, psicológica, económica simbólica y doméstica, y cuáles son las consecuencias que estas acarrearán para el desarrollo y la participación de las mujeres. Posteriormente se abordará un tema crucial para comprender e interpretar el origen de este fenómeno, hablaremos de la identidad de género y de cómo podemos entre todas desnaturalizar los estereotipos y roles que no han inculcado desde pequeñas y así poderles ayudar a estimular sus habilidades y capacidades que muchas de ellas desconocen o sencillamente no se las reconocen, donde logren mejorar su auto gestión de su empoderamiento, las cuales lleven a trascender en la toma de decisiones y de su seguridad en sí mismas. En el último encuentro de ese mes la sesión estará encaminada, a que entre todas podamos identificar como el lenguaje sexista de los medios de comunicación siguen alimentando y perpetuando la discriminación y las

## **“Talleres Unidas Somos Más”**

desigualdades, en los distintos espacios de la sociedad como lo es lo público y privado.

- El segundo mes nos adentraremos a fortalecer nuestra autoestima, para ellos realizaremos varios ejercicios, con el fin de conocer el nivel de donde tenemos nuestra autoestima y cómo podemos lograr recuperarla, además de plasmar nuestros sueños y proyectos más sentidos dándonos el lugar que nos merecemos sintiéndonos las protagonistas de nuestra propia historia. Para ello tendremos otro espacio con el fin de fortalecer y mejorar las habilidades de comunicación, haciendo valer sus derechos y recursos, como también sus proyectos y sus propias decisiones, las cuales les permitan aumentar su autoestima y la seguridad en sí mismas en relación a los espacios sociales, familiares económicos y políticos.
- En el último taller, lo asignaremos en tres momentos, el primero para socializar cada una de las expectativas y deseos que cada mujer escribió en la libreta en cada una de las sesiones, en base a la actividad del cofre mágico realizado en los 9 encuentros, en el segundo espacio a modo voluntario las mujeres que deseen expresar y abrirnos un poco sus vidas, nos contarán su historia de alguna situación o episodio de violencia que han sufrido en cualquier ámbito de sus vidas. por último, se realiza un compartir mediante una comida elaborada por las mujeres, y cerramos con la lectura de un poema, por último palabras de agradecimiento de la facilitadora y de mujeres.

### **7.3 Técnicas grupales**

La implementación del programa se realizará para mejorar la seguridad en la toma de decisiones y la autoestima de las mujeres, se llevará a cabo mediante diferentes técnicas de dinamización, así mismo, ejercicios individuales que nos ayuden a generar reflexión a todo el grupo de mujeres, además de incentivar su participación activa, la cual contribuya a mejorar su empoderamiento y confianza en sí mismas.

Se desarrollarán dos actividades transversales la primera es el “cofre mágico”, donde en cada sesión depositaran cualidades y fortalezas de sí mismas, lo cual les ayudara a mejorar situaciones emocionales, familiares y profesionales. La segunda es “la construcción de la frase del día” como cierre de todas las sesiones, las cuales darán cuenta de lo aprendido

## “Talleres Unidas Somos Más”

analizando cuan valiosas e importantes son para sí mismas. Las demás actividades tendrán lugar de acuerdo a la metodología y temáticas de trabajo seleccionadas para cada una de las sesiones, compaginando con las dinámicas grupales de confianza, como lo son debates, exposiciones, lecturas o poemas, conversatorios, collages, dibujos y lluvia de ideas, fortaleciendo su autoconfianza y creando vínculos entre ellas mismas, mejorando la empatía y la sororidad entre las mujeres participantes.

### 7.4 Planificación de talleres

| <b>Presentación: del proyecto, conozcámonos entre todas</b> |   |   |               |
|---|---|---|---------------|
| <b>1 Sesión</b>   |   |   |               |
| <b>Actividades</b>  | <b>Desarrolloejecuc</b>   | <b>Herramientas</b>   | <b>Tiempo</b> |
| <b>1.1</b> El origen de mi nombre                           | Dinámica grupal de confianza: consiste en generar empatía, adicionalmente ayuda a mejorar los lapsos y vínculos de las mujeres participantes. Se forma un círculo para visualizarnos al momento de contar el origen de nuestro nombre, cada mujer contara si lo sabe en 1 minuto y 30 segundos máximo, una breve historia (el origen de su nombre, quien se lo puso etc.) | Ninguno   | 30 m          |
| <b>1.2</b> Presentación en parejas                          | Dinámica grupal de confianza: en parejas las mujeres tendrán un pequeño dialogo y se contarán 5-10 minutos ¿qué es lo que más te gusta hacer? ¿cuál es tu comida preferida? ¿algo que te identifique? ¿que no te gusta? Posteriormente cada una presenta a su compañera al grupo.   | Ninguno   | 25 m          |
| <b>1.3</b> Socialización del proyecto a las mujeres         | La facilitadora encargada de dictar los talleres a las mujeres, socializa las temáticas y actividades que ayudan a fortalecer la toma decisiones y su autoestima  | Marcadores.<br>Papel periódico (kraft).                           | 10 m          |
| <b>1.4</b> El cofre mágico                                  | Dinámica de autoestima: las mujeres escribirán en una hoja de papel sus cualidades o valores cada una de las sesiones, para luego introducirlas en el   | Lapiceros.<br>Hojas blancas.<br>Cofre decorado alusivo a imágenes | 10 m          |

## “Talleres Unidas Somos Más”

|   |   |   |      |
|---|---|---|------|
|   | cofre mágico el cual este día se les presentara.  | de autoestima y empoderamiento.               |      |
| <b>1.5</b> Cierre, conclusiones y frase del día | El cierre de la jornada consiste en hacer una lluvia de ideas para la construcción de la frase del día, de acuerdo con lo visto en el día, de manera voluntaria las mujeres expresaran una frase o palabra la cual se escribirá en el papel con el fin de elegir al final la frase del día. | Marcadores.<br>Hojas papel periódico (kraft). | 10 m |

**Objetivo:** identificar posturas y actitudes patriarcales, en con fin de generar estrategias pedagógicas encaminadas a desnaturalizar comportamientos y acciones que alimentan las desigualdades y las violencias contra las mujeres rurales.

### 2 Sesión

| Actividad  | Desarrollo   | Herramientas  | Tiempo |
|--|--|---|--------|
| <b>2.1</b> Adornemos nuestros nombres  | Dinámica expresiva: en un cuarto de cartulina cada mujer dibujara de manera creativa su nombre, adornándolo con algo significativo para ellas, después se colgarán en forma de mural en el espacio donde estaremos compartiendo las actividades, con el fin de visualizarlos y que ellas se sientan las protagonistas del espacio. | Cartulina de colores.<br>Marcadores de colores.<br>Cinta.<br>Chinchas.<br>Cuerda para enlazar el mural. | 20 m   |
| <b>2.2</b> Socialización de género ¿ Cómo nos educaron para ser mujeres y ser hombres? | En un primer momento explicación teórico-práctica mediante ejemplos claros de socialización de género, luego en grupos de 3 o 4 personas se repartirán tarjetas de colores y de acuerdo a la experiencia del grupo escribirán como se nos han enseñado y transmitido de como tenemos que ser las mujeres y los hombres.            | Ordenador.<br>Marcadores.<br>Bolígrafos.<br>Cinta.<br>Cartulinas de colores.                            | 45 m   |
| <b>2.3</b> Conceptos importantes   | Explicación teórico-práctica la facilitadora llevara previamente en una urna las definiciones de los conceptos: autoestima, autonomía,   | Urna con lista de conceptos.<br>Marcadores.<br>Bolígrafos.  | 20 m   |

## “Talleres Unidas Somos Más”

|                                     |   |   |      |
|-------------------------------------|---|---|------|
|                                     | empoderamiento, auto reconocimiento, autocuidado, autoimagen, auto aceptación pero sin el nombre de los conceptos, para que por grupos de 3 a 4 mujeres saquen de la caja dos hojas y posteriormente las lean y analicen, para luego ser socializadas al resto del grupo y nos cuenten a que palabra pertenece la definición seleccionada | Folios.   |      |
| <b>2.4</b> El cofre mágico          | Dinámica de autoestima: las mujeres escribirán en una hoja de papel sus cualidades o valores cada una de las sesiones, para luego introducirlos en el cofre mágico el cual este día se les presentará.  | Lapiceros y hojas blancas.<br>Cofre decorado alusivo a imágenes de autoestima y empoderamiento. | 10 m |
| <b>2.5</b> Lectura para reflexionar | Se realiza la lectura “el derecho a quererse”.<br>Comentarios de las mujeres si lo desean   | Documento para la lectura   | 10 m |
| <b>2.6</b> Cierre y frase del día   | El cierre de la jornada consiste en hacer una lluvia de ideas para la construcción de la frase del día, de acuerdo con lo visto en el día, de manera voluntaria las mujeres expresarán una frase o palabra la cual se escribirá en el papel con el fin de elegir al final la frase del día  | Marcadores.<br>Hojas papel periódico (kraft).   | 15 m |

**Objetivo:** identificar posturas y actitudes patriarcales, en con fin de generar estrategias pedagógicas encaminadas a desnaturalizar comportamientos y acciones que alimentan las desigualdades y las violencias contra las mujeres rurales.

### 3 Sesión

| Actividad                            | Desarrollo  | Herramientas           | Tiempo |
|--------------------------------------|---|------------------------|--------|
| <b>3.1</b> Expresando nuestro sentir | La facilitadora llevará previamente una tabla donde se muestran en la primera columna los ejemplos de violencia que se realizan sobre las | Folios.<br>Bolígrafos. | 15 m   |

## “Talleres Unidas Somos Más”

|  |  |  |             |
|--|--|--|-------------|
|  | <p>mujeres y en la segunda tabla sus consecuencias, el grupo se dispone en mesa redonda para que todas podamos ver y participar de la dinámica, luego las mujeres serán las encargadas de unir de acuerdo las parejas a lo que corresponda el tipo de violencia con su respectiva consecuencia.</p>  |  |             |
| <p><b>3.2</b> Video autoestima</p>   | <p>Se proyecta el video de los cuatro pilares para cuidar tu autoestima del autor Walter Riso, posteriormente se abrirá un pequeño debate sobre qué opinan del video y cuáles de los cuatro pilares aplican o cuales les faltan por poner en marcha.</p>   | <p>Mesa<br/>Ordenador.<br/>Cañón de proyección.</p>  | <p>15 m</p> |
| <p><b>3.3</b> Relaciones de poder y el ciclo de violencia contra las mujeres -Consecuencias.</p> | <p>La facilitadora llevara previamente al encuentro varios ejemplos reales de tipos de violencias ejercidas hacia las mujeres, con la finalidad que el grupo identifique a qué tipo de violencia pertenece, generando un debate donde se trabajaran los conceptos teóricos y los conocimientos previos de las mujeres, guiando a una reflexión consiente y responsable de estas situaciones.</p> | <p>Marcadores.<br/>Papel periódico (kraft).<br/>Cinta.<br/>Folios con ejemplos.</p>                        | <p>50 m</p> |
| <p><b>3.4</b> El cofre mágico</p>  | <p>Dinámica de autoestima: las mujer escribirá en una hoja de papel sus cualidades o valores cada una de las sesiones, para luego introducir las en el cofre mágico el cual este día se les presentara.</p>  | <p>Lapiceros.<br/>Hojas blancas.<br/>Cofre decorado alusivo a imágenes de autoestima y empoderamiento.</p> | <p>10 m</p> |
| <p><b>3.5</b> Lectura para reflexionar</p>   | <p>Se realiza la lectura “yo soy yo”<br/>Comentarios de las mujeres si lo desean</p>   | <p>Lectura.</p>  | <p>10 m</p> |
| <p><b>3.6</b> Cierre y frase del día</p>   | <p>El cierre de la jornada consiste en hacer una lluvia de ideas para la construcción de la frase del día, de acuerdo con lo visto en el día, de</p>   | <p>Marcadores.<br/>Hojas papel periódico (kraft).</p>  | <p>15 m</p> |

## “Talleres Unidas Somos Más”

|  |   |  |  |
|--|---|--|--|
|  | manera voluntaria las mujeres expresaran una frase o palabra la cual se escribirá en el papel con el fin de elegir al final la frase del día. |  |  |
|--|---|--|--|

| <b>Objetivo:</b> identificar posturas y actitudes patriarcales, en con fin de generar estrategias pedagógicas encaminadas a desnaturalizar comportamientos y acciones que alimentan las desigualdades y las violencias contra las mujeres rurales. |  |  |        |
|--|--|--|--------|
| <b>4 Sesión</b>  |  |  |        |
| Actividad  | Desarrollo   | Herramientas   | Tiempo |
| <b>4.1</b> Floreciendo   | Para el ejercicio de autoestima:<br>Cada mujer tomará dos hojas de color que desee y construirá una especie de flor, donde escribirán en cada petado una cualidad positiva de ellas, con el otro folio elaboran el tallo en el cual escriben su nombre como base sólida de una buena autoestima. Posteriormente cada mujer socializaran su trabajo con las demás compañeras.               | Folios de colores o hojas iris.<br>Marcadores de colores.                    | 20 m   |
| <b>4.2</b> Identidad de género desnaturalizando estereotipos.  | Se conforman dos grupos, el grupo A realizara a modo de lluvia de ideas un listado de cómo nos han enseñado a socializar a mujeres y hombres. El grupo B también realizara una lluvia de ideas plasmando las características y creencias consideradas femeninas y masculinas, generando en la socialización un conversatorio para desnaturalizar de los estereotipos de género difundidos. | Dos pliegos de cartulina.<br>Folios.<br>Marcadores.<br>Bolígrafos.<br>Cinta. | 30 m   |
| <b>4.3</b> roles de género y desigualdades entre hombres y mujeres.  | En grupos de 4 mujeres realizaran un cuadro comparativo, llamado “que se nos dicen que debemos de ser y hacer las mujeres y los hombres” plasmando las diferencias de roles que generan debate y   | Folios.<br>Bolígrafos.<br>Cinta.   | 30 m   |

## “Talleres Unidas Somos Más”

|                                    |   |   |      |
|------------------------------------|---|---|------|
|                                    | analizar el origen de las desigualdades de género.  |   |      |
| <b>4.4</b> El cofre mágico         | Dinámica de autoestima: las mujeres escribirán en una hoja de papel sus cualidades o valores cada una de las sesiones, para luego introducirlos en el cofre mágico el cual este día se les presentará.  | Lapiceros.<br>Hojas blancas.<br>Cofre decorado alusivo a imágenes de autoestima y empoderamiento. | 10 m |
| <b>4.5</b> Lectura Autoestima      | Cuento sobre aceptarse “la manía de la rana rockera” Comentarios de las mujeres si lo desean.   | Cuento  | 10 m |
| <b>4.6</b> Cierre y frase del día. | El cierre de la jornada consiste en hacer una lluvia de ideas para la construcción de la frase del día, de acuerdo con lo visto en el día, de manera voluntaria las mujeres expresarán una frase o palabra la cual se escribirá en el papel con el fin de elegir al final la frase del día. | Marcadores.<br>Hojas papel periódico (kraft).   | 15 m |

**Objetivo:** Promover la reflexión sobre el uso del lenguaje sexista, en los espacios sociales y familiares.

### 5 Sesión

| Actividades   | Desarrollo  | Herramientas           | Tiempo |
|---|---|------------------------|--------|
| <b>5.1</b> El bazar de los sueños   | Dinámica que permite generar emociones de bienestar en las mujeres, cada una escribirá en un folio un sueño personal que les mueva sus fibras más íntimas, posteriormente cada mujer compartirá con el grupo su sueño y porque este es tan importante para sus vidas. | Folios.<br>Bolígrafos. | 15 m   |
| <b>5.2</b> El lenguaje sexista en los medios de comunicación y los spots publicitarios. | Explicación teórico-práctica, la facilitadora previamente llevará al encuentro imágenes de ejemplos de anuncios y publicidad sexista y, posteriormente con los aportes teóricos, las mujeres realizarán un  | Folios.<br>Bolígrafos. | 40 m   |

## “Talleres Unidas Somos Más”

|   |  |   |      |
|---|--|---|------|
|   | análisis comparativo de los personajes femeninos y masculinos de los anuncios y spots publicitarios, con el fin de generar al final un conversatorio y la reflexión del tema.  |   |      |
| <b>5.3</b> Lista de palabras-identifiquemos el lenguaje sexista | De manera individual escribirán en un folio y se les pedirá a cada mujer que recuerden anuncios de televisión, donde ellas identifiquen que se transmite un lenguaje sexista en base a la información del anterior ejercicio, también si han tenido alguna experiencia donde se hayan sentido cosificadas o discriminadas en alguna situación o espacio ya sea de sus comunidad o familia, Posteriormente se formara una especie de collages donde cada mujer saldrá al frente, para pegar y exponer lo elaborado ya sea una palabra o una situación de televisión o vivida. | Papel periódico (kraft).<br>Marcadores.<br>Bolígrafos.<br>Folios.<br>Cinta.                       | 35 m |
| <b>5.4</b> El cofre mágico                                      | Dinámica de autoestima: las mujeres escribirá en una hoja de papel sus cualidades o valores cada una de las sesiones, para luego introducirlas en el cofre mágico el cual este día se les presentara.  | Lapiceros.<br>Hojas blancas.<br>Cofre decorado alusivo a imágenes de autoestima y empoderamiento. | 10 m |
| <b>5.5</b> Lectura de artículo                                  | El artículo del autor Borja Vilaseca: las 7 claves para iniciarte en el autoconocimiento “Si tú cambias, todo cambia” Comentarios de las mujeres si lo desean.   | Artículo  | 10 m |
| <b>5.6</b> Cierre y frase del día.                              | El cierre de la jornada consiste en hacer una lluvia de ideas para la construcción de la frase del día, de   | Marcadores.<br>Hojas papel periódico (kraft).   | 15 m |

## “Talleres Unidas Somos Más”

|  |   |  |  |
|--|---|--|--|
|  | <p>acuerdo con lo visto en el día, de manera voluntaria las mujeres expresaran una frase o palabra la cual se escribirá en el papel con el fin de elegir al final la frase del día.</p> |  |  |
|--|---|--|--|

**Objetivo:** Estimular los procesos educativos, que visualicen las habilidades y capacidades de las mujeres rurales, para la gestión de su empoderamiento en la transformación de sus conductas, principalmente de su autoestima.

### 6 Sesión

| Actividades                                       | Desarrollo  | Herramientas  | Tiempo      |
|---|---|---|-------------|
| <p><b>6.1</b> Expresemos nuestros capacidades</p> | <p>Las mujeres de manera libre y autónoma, deben traer para esta sesión, una manualidad elaborada por ellas mismas, con el fin de identificar y mostrar cuáles son sus capacidades, luego se expone lo que cada una elabora y se realizara una especie de trueque para intercambiar los productos y así interactuar y conocer el trabajo de todas las mujeres.</p>          | <p>Trabajo de manualidad elaborado por las mujeres.</p>       | <p>30 m</p> |
| <p><b>6.2</b> recuperando nuestra Autoestima</p>  | <p>La facilitadora previamente llevara un cuestionario llamado ¿cuánto me valoro como mujer? Las mujeres tendrán que rellenar con una “X” la opción donde ellas se sientan identificadas, esto ayudara a medir el grado de autoestima que tiene cada mujer. Anexo 1 cuestionario A.</p>   | <p>Folios cuestionario A</p>                                  | <p>15 m</p> |
| <p><b>6.3</b> Nivel de mi autoestima</p>          | <p>Cada mujer escribirá mínimo 4 valores o cualidades positivos que poseen, luego se abrirá un debate y se les pregunta lo siguiente: ¿cómo se sintieron? ¿se les fue difícil encontrar valores? ¿En algún momento de sus vidas se habían tomado el momento para escribirse o decirse algo positivo ustedes mismas? ¿ Es posible aceptarse y quererse tal y como somos?</p> | <p>Folios.<br/>Bolígrafos.<br/>Cartulina.<br/>Marcadores.</p> | <p>30 m</p> |
| <p><b>6.4</b> Mi proyecto de vida,</p>            | <p>Teniendo en presente lo visto en las sesiones anteriores, cada mujer plasmara 2</p>  | <p>Folios.<br/>Bolígrafos.</p>                                | <p>15 m</p> |

## “Talleres Unidas Somos Más”

|                                    |   |   |      |
|------------------------------------|---|---|------|
| plasmemos metas y sueños           | o 3 metas o sueños a nivel personal y profesional que deseen conseguir, este ejercicio se lo llevaran para sus casas y tendrán la tarea de leérselo a sus familias, con la finalidad que involucren a los miembros de su familia en el proceso.   |   |      |
| <b>6.5</b> El cofre mágico         | Dinámica de autoestima: las mujeres escribirán en una hoja de papel sus cualidades o valores cada una de las sesiones, para luego introducirlas en el cofre mágico el cual este día se les presentará.  | Lapiceros y hojas blancas.<br>Cofre decorado alusivo a imágenes de autoestima y empoderamiento. | 10 m |
| <b>6.6</b> Lectura                 | Se realiza la lectura “ Mirándome de otra manera” Comentarios de las mujeres si lo desean.  | Lectura.  | 10 m |
| <b>6.7</b> Cierre y frase del día. | El cierre de la jornada consiste en hacer una lluvia de ideas para la construcción de la frase del día, de acuerdo con lo visto en el día, de manera voluntaria las mujeres expresarán una frase o palabra la cual se escribirá en el papel con el fin de elegir al final la frase del día. | Marcadores.<br>Hojas papel periódico (kraft).   | 15 m |

**Objetivo:** Estimular los procesos educativos, que visualicen las habilidades y capacidades de las mujeres rurales, para la gestión de su empoderamiento en la transformación de sus conductas, principalmente de su autoestima.

### 7 Sesión

| Actividad                               | Desarrollo  | Herramientas   | Tiempo |
|---|---|--|--------|
| <b>7.1</b><br>Reconozcamos lo invisible | De manera individual cada mujer escribirá en una hoja todas las diferentes actividades que desempeñan a lo largo del día, seguidamente dibuja en una cartulina un árbol donde escribirán en la raíz la lista con cada una de las actividades del día a día, posteriormente se pegan al frente todos los árboles de las mujeres, donde de manera colectiva las mujeres identificarán cuáles serían las cualidades y conocimientos que se requieren para realizar las labores enunciadas, y por último, se anotarán en las hojas del árbol para completarlo, la | Cartulina de color blanco.<br>Marcadores de colores.<br>Cinta. | 40 m   |

## “Talleres Unidas Somos Más”

|  |   |   |      |
|--|---|---|------|
|  | facilitadora cierra el tema con la lectura de cada árbol.   |   |      |
| <b>7.2</b> Haciendo valer lo reproductivo, lo rural y lo productivo. | Explicación teórico-práctica la facilitadora dará a conocer el tema división sexual del trabajo y los tres tipos que existen, como también ejemplos de estos y que consecuencias traen para las mujeres, luego se genera un conversatorio donde de manera voluntaria las mujeres nos contarán su experiencia de su doble jornada, también se hablara las posibles causas de salud física psicológica y mental que esto acarrea para ellas.  | Folios del tema división sexual del trabajo.  | 35 m |
| <b>7.3</b> El cofre mágico   | Dinámica de autoestima: las mujer escribirá en una hoja de papel sus cualidades o valores cada una de las sesiones, para luego introducirlas en el cofre mágico el cual este día se les presentara.   | Lapiceros.<br>Hojas blancas.<br>Cofre decorado alusivo a imágenes de autoestima y empoderamiento. | 10 m |
| <b>7.4</b> Acceso a recursos y oportunidades.                        | Se hace la lectura llamada “la mujer maravilla”. En base a la lectura, cada una de las mujeres va a realizar un paralelo donde escribirá cuales son las tareas y responsabilidades de su pareja, las de sus hijos/as y las de ella, además de responder a las siguientes preguntas ¿se sintieron identificadas con la lectura? ¿qué has sentido al escuchar la lectura? ¿crees que estas situaciones pueden cambiar? ¿cómo? ¿porque crees que las mujeres se nos asigna el rol de cuidadoras? Por último se socializan las respuestas de las que deseen hacerlo y se sientan cómodas. | Lectura.<br>Folios.<br>Bolígrafos.  | 20 m |
| <b>7.5</b> Cierre y frase del día.                                   | El cierre de la jornada consiste en hacer una lluvia de ideas para la construcción de la frase del día, de acuerdo con lo visto en el día, de manera voluntaria las mujeres expresaran una frase o palabra la cual se escribirá en el papel con el fin de elegir al final la frase del día.   | Marcadores.<br>Hojas papel periódico (kraft).   | 15 m |

## “Talleres Unidas Somos Más”

| <p><b>Objetivo:</b> En la medida de lo posible aumentar la participación y la toma de decisiones, frente a las dinámicas familiares, sociales, económicas y políticas, en aras de que contribuya a mejorar la participación igualitaria entre las mujeres y hombres.</p> |   |  |             |
|--|---|--|-------------|
| <p><b>8 Sesión</b></p>   |   |  |             |
| Actividad  | Desarrollo  | Herramientas   | Tiempo      |
| <p><b>8.1</b><br/>Recuperemos la toma de nuestras decisiones</p>   | <p>Previamente la facilitadora explica el tema, además de resalta la importancia de fortalecer nuestra toma de decisiones en aras de mejorar nuestra autonomía y la seguridad en nosotras mismas. Seguidamente las mujeres se forman en parejas para realizar la actividad, donde abra una lista de preguntas que cada una deberá realizarse a la otra y tomar nota de estas, para luego socializarlas con las demás compañeras.</p> <p>1 ¿cómo suelen tomar las decisiones?<br/>                 2 ¿Tu pareja te controla tu dinero?<br/>                 3 ¿Le pides permiso a tu pareja o a tus hijos/as para salir con tus amigas/os?<br/>                 4 ¿Si te quieres comprar una prenda de vestir, prefieres tener la aprobación de tu pareja?<br/>                 5 ¿Te sientes insegura contigo mismas si- no y por qué?<br/>                 6 ¿Te aceptas tal y como eres?</p> <p>Luego la pareja que desee compartir el ejercicio con las demás compañeras lo podrá hacer.</p> | <p>Lista de preguntas.<br/>                 Bolígrafos.<br/>                 Folios blancos.</p>   | <p>20 m</p> |
| <p><b>8.2</b> Habilidades comunicativas</p>  | <p>Dinámica grupal: cada una de las mujeres de manera consiente, asertiva y participativa, elabora dos carteles, el primero indicando sus cualidades y habilidades, y el segundo cartel dirigido a una compañera del grupo resaltando también sus habilidades y cualidades, al final cada mujer leerá en voz alta sus dos carteles.( el trabajo es libre así que lo pueden decorar como lo deseen)</p>  | <p>Cartulina.<br/>                 Marcadores.<br/>                 Colores.<br/>                 Pinturas.<br/>                 Pinceles.</p> | <p>30 m</p> |
| <p><b>8.3</b> El cofre mágico</p>  | <p>Dinámica de autoestima: las mujer escribirá en una hoja de papel sus cualidades o valores</p>  | <p>Lapiceros y hojas blancas.</p>  | <p>10 m</p> |

## “Talleres Unidas Somos Más”

|                                       |   |   |      |
|---------------------------------------|---|---|------|
|                                       | cada una de las sesiones, para luego introducirlas en el cofre mágico el cual este día se les presentara.   | Cofre decorado alusivo a imágenes de autoestima y empoderamiento. |      |
| <b>8.4</b><br>Emprendimiento y género | En la sesión anterior la facilitadora les comunica a las mujeres que se piensen una idea de emprendimiento, algo que les guste hacer ya sea manual, pastelería, postres entre otras que les llame la atención. En esta sesión se hará un bazar donde cada mujer tendrá un espacio para promocionar sus productos, al final entre ellas podrán intercambiar o comprar lo que les llame de atención de sus compañeras | Productos elaborados por cada mujer.                              | 45 m |
| <b>8.5</b><br>Conclusiones y cierre   | El cierre de la jornada consiste en hacer una lluvia de ideas para la construcción de la frase del día, de acuerdo con lo visto en el día, de manera voluntaria las mujeres expresaran una frase o palabra la cual se escribirá en el papel con el fin de elegir al final la frase del día.   | Marcadores.<br>Hojas papel periódico (kraft).                     | 15 m |

| <b>Clausura del programa Unidas Somos más- Acto simbólico por parte de las mujeres</b> |   |                     |               |
|--|---|---------------------|---------------|
| <b>9 Sesión</b>  |   |                     |               |
| <b>Actividad</b>   | <b>Desarrollo</b>   | <b>Herramientas</b> | <b>Tiempo</b> |
| <b>9.1</b><br>Socialización El cofre mágico  | Nos disponemos en círculo para hacer la lectura de las cualidades y valores resaltadas por cada una de las mujeres, se les pregunta cómo se sintieron escribiéndolas, se fue difícil, también si las sesiones fueron de ayuda para identificar algunas de ellas.  | Cofre mágico.       | 15 m          |
| <b>9.2</b> Narración de historias de vida de las mujeres                               | ¿Abran dos momentos, el primero de forma voluntaria nos contarán ¿que pensé al inicio de la primera sesión?, ¿cómo me sentí en el transcurso de las sesiones? y ¿qué me llevo? Se hace un círculo con el fin de que todas podamos participar, En el segundo momento tres mujeres que deseen voluntariamente contarnos su historia de vida, será valiosa e | Ninguno.            | 40 m          |

## “Talleres Unidas Somos Más”

|  |   |          |      |
|--|---|----------|------|
|  | importante para el resto de participantes, escuchándoles respetuosamente.   |          |      |
| <b>9.3</b> Compartir                   | Compartimos un rato alegre, con música, se elabora entre todas se prepara la comida y se toman las fotos de despedida.  | Comida.  | 50 m |
| <b>9.4</b> Lectura de poema            | Se realiza la lectura del poema “Yo soy yo, tú eres tú” Fritz Perls, comentarios si las mujeres desean.   | Poema.   | 10 m |
| <b>9.5</b><br>Agradecimientos y cierre | La facilitadora ofrece unas palabras de agradecimiento, por la participación, respeto y asistencia de las mujeres a cada una de las sesiones, se elige a una mujer para que ofrezca también unas palabras de agradecimiento al grupo. | Ninguno. | 5 m  |

## “Talleres Unidas Somos Más”

### 7.5. Temporalización

Como ya se socializó anteriormente, durante el encuentro previo antes de iniciar los talleres con las mujeres participantes, se pondrá en consenso si es viable para ellas el día elegido por la facilitadora, ya que se pensó en el horario de 4 a 6 pm los días martes, en un primer momento porque a esa hora están relativamente libres de sus tareas y responsabilidades del día, además es una buena hora porque sus esposos o parejas han llegado de realizar las actividades del campo y se pueden ocupar del cuidado de las que tengan niñas o niños pequeños, también se pensó en el día martes, para que no quede ni muy al inicio y tampoco al final de la semana, ya que por lo general los días miércoles en los municipios es el día de salir al pueblo, ya sea a vender sus productos o hacer la compra.

De acuerdo a la planificación de los horarios y el día de las sesiones, pretendemos asegurar la asistencia de cada una de las mujeres vinculadas al proyecto, teniendo en cuenta sus necesidades y responsabilidades individuales y familiares, adicionalmente facilitar un espacio y un ambiente agradable, armónico y de confianza el cual implique en un primer momento su participación activa y, por otro lado, empoderarlas en la toma de decisiones, para que se sientan más fuertes y recuperen la seguridad en sí mismas.

Los talleres grupales iniciaran los meses de marzo y abril, teniendo cuenta que no es tiempo de cosecha para la mayoría de los municipios de Antioquia. Serán 8 sesiones realizadas una cada semana, durante dos meses consecutivos, cada una de dos horas de duración, los días martes de 4 a 6 de la tarde.

**El cronograma** de las actividades a desarrollar se ilustrará de la siguiente manera:

| Meses    | Febrero | Marzo |   |   |   | Abril |   |   |   |
|----------|---------|-------|---|---|---|-------|---|---|---|
| Semanas  | 4       | 1     | 2 | 3 | 4 | 1     | 2 | 3 | 4 |
| Taller 1 | •       |       |   |   |   |       |   |   |   |
| Taller 2 |         | •     |   |   |   |       |   |   |   |
| Taller 3 |         |       | • |   |   |       |   |   |   |
| Taller 4 |         |       |   | • |   |       |   |   |   |
| Taller 5 |         |       |   |   | • |       |   |   |   |

## “Talleres Unidas Somos Más”

|          |  |  |  |  |  |   |   |   |   |
|----------|--|--|--|--|--|---|---|---|---|
| Taller 6 |  |  |  |  |  | • |   |   |   |
| Taller 7 |  |  |  |  |  |   | • |   |   |
| Taller 8 |  |  |  |  |  |   |   | • |   |
| Taller 9 |  |  |  |  |  |   |   |   | • |

### 7.6. Participantes

La población a la cual van dirigidas las intervenciones por medio de los talleres de autoestima y empoderamiento, es a mujeres rurales del Departamento de Antioquia, en un rango de edades de 25 a 50 años de edad, para un máximo de asistencia de 20 mujeres.

## 8. RECURSOS

### 8.1 Recursos Humanos

Profesional de trabajo social especializada en el (Máster de políticas de Igualdad y la Prevención de la Violencia de Género), facilitadora del proyecto “**Unidas Somos Más**”.

Precisa así mismo, una/un profesional en psicología específicamente para las sesiones 3 y 9, pero es importante aclarar que si la profesional requiere de tiempo y disposición podrá asistir a las sesiones que desee con la trabajadora social. De igual manera se requiere el apoyo el equipo interdisciplinario del área social de la entidad.

### 8.2 Recursos Didácticos

Material disponible de las casetas comunales (sillas, mesas y pizarra). Los y las facilitadoras deberán aportar computador y si es posible un parlante o altavoz para los sonidos de algunas presentaciones que lo requieran. Además, en cada sesión las lecturas correspondientes a cada actividad y listados de asistencia para llevar un registro de la asistencia de las mujeres de cada encuentro.

Material para los talleres y dinámicas grupales: (folios, marcadores, cartulina de varios colores, cinta, bolígrafos, cofre decorado, pinturas, pinceles, hojas de papel periódico (kraft), etc.)

## **“Talleres Unidas Somos Más”**

### **8.3 Recursos Mobiliarios**

Pretendemos que dichas actividades grupales se lleven a cabo en la caseta comunal de cada vereda o en su defecto en un aula de clase del Institución Educativa de la vereda, siempre y cuando el rector de la misma nos autorice el espacio. La mayoría de estas zonas cuenta con sillas y mesas para realizar las actividades manuales de las sesiones, además de tener una pizarra para las exposiciones de los carteles y murales que las mujeres elaboraran en el transcurso de los encuentros. La mayoría de los salones comunales son amplios, luminosos y con ventanas grandes para tener una buena aireación y que las mujeres estén cómodas, facilitando la escucha y la comunicación entre todas.

### **8.4 Recursos financieros**

Los materiales para las actividades de las 9 sesiones tendrán un costo aproximado de ciento veinte mil pesos (\$120.000, aproximadamente unos 30 €).

En cuanto al costo de recursos humanos, tanto la trabajadora social como la psicóloga hacen parte de la plantilla financiera de la entidad a cargo de ejecutar dicho programa.

## **9. EVALUACIÓN**

El propósito de la evaluación es medir la eficacia del programa, además de analizar si las metas propuestas se cumplieron, identificando aspectos y dificultades de mejora las cuales nos puedan servir en nuestras próximas intervenciones, también donde se logre evidenciar acciones y logros positivos obtenidos en el desarrollo de las actividades.

Dicha evaluación se llevará a cabo en varios momentos de ejecución del programa:

**Evaluación Inicial:** Esta tiene como objetivo principal conocer posturas y actitudes machistas que tenga naturalizadas las mujeres en base a su socialización, para ello realizaremos un cuestionario (ver anexo 2, Cuestionario B), tanto al inicio como al final del programa, con el fin de analizar si las mujeres en este proceso de identificar y de aprendizaje mediante los talleres han logrado ver más allá y tener un despertar de

## **“Talleres Unidas Somos Más”**

conciencia e introspección que les ayude a desnaturalizar dichos comportamientos que continúan siendo un referente de desigualdad en nuestra sociedad.

Por otro lado, como elemento clave utilizaremos las dinámicas grupales de confianza, las cuales generen empatía, integración, seguridad y participación en las mujeres, para ellos es indispensable la conexión, asertividad y observación de las facilitadoras durante las primeras sesiones. De este modo nos permite tomar acciones de mejora para las siguientes sesiones de los talleres del programa.

**Evaluación continua:** se llevará a cabo en cada una de las sesiones y estará a cargo en un primer momento por la facilitadora encargada, recopilando en su diario de campo aspectos importantes y claves que se vayan dando en el transcurso de las actividades. Por otra parte, en un segundo momento se hará con la participación de las mujeres, mediante el cierre de cada sesión, el cual consiste en hacer una lluvia de ideas para la construcción de la frase del día, con la finalidad de que ellas se puedan expresar, lo que más le haya llamado la atención de la jornada. Finalmente, el grupo interdisciplinario social encargado del desarrollo del programa se reunirán semanalmente, para socializar los logros y oportunidades de mejora, en aras de tomar acciones que fortalezcan el proceso formativo.

**Evaluación final:** Tiene como objetivo principal, evidenciar el cumplimiento de los objetivos trazados durante el desarrollo del programa, de igual manera, valorar el grado de satisfacción del mismo por las mujeres involucradas en el proceso.

Así pues, se evaluará el nivel de participación frente a las decisiones y a las dinámicas personales y familiares, de acuerdo a los ejercicios realizados en los talleres, los cuales tienen como finalidad ayudarles aumentar la toma de sus propias decisiones, además de conocer si ha mejora sus habilidades comunicativas frente a las dificultades o desacuerdos en el ámbito de su familia o de su entorno; para ello, realizaremos una autoevaluación en la última sesión la cual nos tomara aproximadamente 10 minutos para responder, cada mujer responderá a las siguientes preguntas:

1. ¿Has intentado expresar alguna situación, gestos o palabras que no te haya gustado durante estos dos meses, ya sea por parte de su pareja o de tus hijos/as?

## **“Talleres Unidas Somos Más”**

2. ¿Tuviste alguna iniciativa de expresarle una palabra o sentimiento de amor a tu hija/o?
3. ¿Has realizado alguna actividad durante estos dos meses que no hayas realizado por falta de tiempo o tal vez porque a tu pareja no le gusta?
3. ¿Mediante las dinámicas de confianza de los talleres unidas somos más, sientes que te ayudo hablar en público para mejorar y fortalecer tu seguridad en ti misma?
4. ¿Que tal te parecido?

Por último, se realizará una evaluación sobre el grado de satisfacciones de las mujeres frente a la metodología, empatía, manejo del grupo y asertividad de las actividades y ejercicios propuestas por la facilitadora encargada. Para ellos haremos un pequeño paréntesis en la sesión # 8, donde la facilitadora en una hoja de papel periódico la cual pegará al frente para que las mujeres visualicen los resultados que arrojaran las siguientes preguntas: ¿Cómo se sintieron frente a las dinámicas de confianza les gusto sí o no? y por qué? ¿Para ustedes consideran adecuada y pertinente los temas escogidos por la facilitadora? ¿La facilitadora tuvo buen manejo tanto de las temáticas como del tiempo acordado? ¿Qué aspectos positivos se llevan de los talleres Unidas somos más?

La evaluación final también tiene como finalidad, medir los indicadores obtenidos durante cada sesión los cuales serían:

- Indicadores cuantitativos: se medirá en este indicador el número de asistentes en cada sesión y el número total de sesiones elaboradas.
- Indicadores cualitativos:
- Autoevaluación.
- Cuestionario
- La empatía percibida por las facilitadoras en cada una de las actividades.
- El grado de satisfacción de las mujeres con respecto a las sesiones (evaluación).
- El nivel de autogestión de cada mujer frente a la toma de decisiones.
- Las facilitadoras en base a los resultados de las actividades de los talleres, con los cuales esperamos conseguir fortalecer la seguridad en sí mismas, además podrán evidenciar si ayudo a mejorar su empoderamiento en la toma de sus decisiones.

Los instrumentos los cuales se utilizarán para medir los indicadores son:

- Registro de asistencias en cada sesión.

## **“Talleres Unidas Somos Más”**

- Diario de campo por parte de las facilitadoras.
- Los resultados del Cuestionario A sobre la dinámica recuperando nuestra autoestima, llamada ¿Cuánto me valoro como mujer? La cual desarrollaran las mujeres en la sesión seis.
- Las frases que se construyan al final de cada sesión que darán cuenta de lo aprendido por las mujeres al final de las actividades.
- Se realizará una autoevaluación por parte de las dos facilitadoras encargadas de ejecutar el programa, en aras de analizar el cumplimiento de los objetivos de cada taller, además indagar la efectividad de las actividades, sus tiempos, asistencia de las mujeres, su participación, el aumento del nivel de su autoestima, fortalezas y oportunidades de mejorar que nos puedan servir como referente para una segunda intervención.
- Es importante también contar con la valoración del equipo interdisciplinario, el cual es el encargado del seguimiento y supervisión del programa.

### **10. CONCLUSIONES**

Se puede concluir que las violencias a las que han estado expuestas las mujeres rurales durante décadas en Colombia, tienen importantes consecuencias a nivel emocional y psicológico que, inciden directamente en su autoestima, empoderamiento y la toma de decisiones de las mujeres. Dichos factores de vulnerabilidad son ocasionados por el hecho de ser mujeres, hecho derivado de un entorno donde predomina una cultura y unas conductas de género patriarcales, generando una sistematización de la discriminación y exclusión para las vidas de las mujeres.

De esta manera, podemos indicar que las violencias ejercidas hacia las mujeres han sido una problemática social de grandes dimensiones que afectan gravemente la integridad y la vida de las mujeres y, aunque en la actualidad se esté visualizando y reconociendo este fenómeno, quedan aún muchos desafíos y retos respecto a la veracidad y credibilidad al momento de cuestionar la información por parte de las mujeres en los episodios que ellas han pasado por parte de sus parejas, como también las sanciones que se deberían aplicar a estas personas por causar trastornos y resultados nefastos para la salud mental y física de las mujeres. Todo esto, se debe a las desigualdades de género en una sociedad

## **“Talleres Unidas Somos Más”**

androcéntrica y patriarcal, donde aún se continúa invisibilizando a las mujeres, mediante el uso del poder, el sometimiento y el dominio de los hombres hacia el colectivo femenino.

Las violencias hacia las mujeres, específicamente la causada por su pareja de sexo masculino, tiene un uso directamente instrumental, el cual es la dominación y subordinación como una estrategia de control hacia las mujeres, con el fin de fortalecer su poder y el androcentrismo frente a las esferas familiares, sociales y políticas, acciones que minimiza la gravedad sobre las consecuencias que acarrearán las agresiones, golpes y maltratos ya sean físicos o psicológicos para las mujeres.

Por todo ello, la elaboración de los talleres “**Unidas somos más**”, como una iniciativa de intervención social por parte de la trabajadora social, dirigido a las mujeres que han sufrido o son víctimas de violencia machista en los diferentes espacios o contextos de las áreas rurales del Departamento de Antioquia, con el fin de fortalecer sus capacidades, estimulando su autoestima, además de lograr su empoderamiento, la toma de sus propias decisiones y su confianza en sí mismas. De manera que ellas puedan retomar el dominio de su vida personal y social con autonomía, libertad e independencia. Por tanto, la importancia de llevar a cabo los ejercicios planteados, los cuales les proporcionen herramientas necesarias para generar cambios significativos en sus conductas, actitudes, comportamiento y sus emociones, mediante las actividades de confianza y de reflexión consigamos un nivel de empatía con las demás mujeres del grupo, que están pasando por situaciones o procesos similares al nuestro, compartiendo y escuchando las experiencias colectivas, sintamos un apoyo mutuo, el cual nos ayude a ser mujeres resilientes a trascender y superar dichos episodios de violencia, como también detectar y prevenir posibles situaciones de maltrato.

El objetivo principal de las intervenciones con mujeres en escenarios de violencia de género, es estimular y contribuir a fortalecer los procesos de empoderamiento, logrando desnaturalizar y de-construir los patrones machistas y patriarcales impuestos o enseñados por nuestra sociedad, que afectan significativamente la vida personal, social y familiar de todas las mujeres. En definitiva, las actividades planteadas mediante las intervenciones grupales, permitiendo que las mujeres desarrollen habilidades y capacidades comunicativas, además de recuperar y valorarse a sí mismas, evidenciando cambios

## **“Talleres Unidas Somos Más”**

positivos en su autoestima y su empoderamiento en la toma de decisiones. Así mismo, se intenta que las mujeres encuentren un espacio donde puedan compartir sus propias experiencias y al mismo tiempo escuchar a las demás compañeras, sintiendo que no están solas y que comparten las mismas situaciones de maltrato, creando redes de apoyo y una gran empatía entre sí mismas.

Este trabajo intenta ser una reflexión sobre la autoestima y el empoderamiento en la toma de decisiones, teniendo presente las situaciones vividas o experimentadas por las mujeres, para ello la importancia de los talleres “Unidas somos más”, pero siendo conscientes que no será suficiente, pero si enriquecedor para su proceso individual, donde esperamos conseguir que se sientan más fuertes y valiosas.

Por consiguiente, será necesario implementar otras medidas que apoyen y refuercen la gestión realizada a los anteriores talleres, como podría que se elija una lideresa del grupo, la cual será la encargada de convocar cada dos meses a las mujeres para que estas se reúnan en el lugar que ellas elijan y compartan un refrigerio o un café, y puedan tener un espacio para conversar y compartir, con el fin de generar apoyo mutuo y sororidad entre ellas. También cabe la posibilidad de conformar un grupo de apoyo donde logren articularse hasta tal punto de reunirse cada mes a realizar actividades enfocadas a continuar fortaleciendo y mejorando su autoestima y empoderamiento. Además, es importante intentar mantener en el tiempo estos talleres, teniendo como referente el grado de satisfacción de las mujeres y, con el objetivo principal de continuar fomentando sus habilidades que les siga ayudando a fortalecer su autoestima y la seguridad en sí mismas, además de la necesidad de continuar generando reflexión, aprendizaje y empatía entre las mujeres rurales del Departamento de Antioquia.

Para finalizar, es indispensable asegurar el cumplimiento de los objetivos planteadas en este TFM, teniendo la certeza de que estos serán valiosos y necesarios para el proceso de las participantes como también para las personas a cargo de la implementación de los talleres. Así como propiciar en el momento de la narración un espacio armónico y de empatía, donde allí cada mujer mediante la narración de su historia de vida de manera voluntaria, nos abrirá esa parte de sus vidas, en, que quizá nunca se atrevieron a expresar con nadie, por temor de ser señaladas o juzgadas, garantizando este momento un lugar de confianza, apoyo mutuo y de sororidad entre todas las mujeres.

## **“Talleres Unidas Somos Más”**

Me gustaría a nivel personal expresar lo valioso e importante que fue para mí, el paso a paso de este TFM, ya que mi trabajo como trabajadora social y mi experiencia durante varios años en función del fortalecimiento de las comunidades rurales de los diferentes municipios de Antioquia, donde he tenido el privilegio de encontrarme con gente maravilloso, la cual ha dejado no solo enseñanzas y aprendizajes significativos para mi vida, sino también un gran cariño y afecto, amistades que hasta el día de hoy siguen intactas; es por ello, que la construcción de los talleres “Unidas somos más”, es una firme ratificación del amor y empatía que tengo por estas comunidades en especial las mujeres, jóvenes y niñas que se unieron a los procesos educativos donde tuve la fortuna de acompañarlas, seres con un gran corazón y un alto sentido de resiliencia, debido a la serie de situaciones las cuales tuvieron que sobrellevar durante muchos años y que actualmente se siguen evidenciando en estos territorios. Así pues, espero que esto sea un grano más de arena que deposite para continuar haciendo y ejerciendo lo que más me apasiona el tejido social de las comunidades más vulnerables.

## “Talleres Unidas Somos Más”

### 11. BIBLIOGRAFIA

Arroyave, A. (2012). Políticas de Igualdad de Género en el Departamento de Antioquia. *Forum*, Vol.1 (No 2) 389-409.

[https://pdfs.semanticscholar.org/374b/589043fd9e69a8c9c45022e307ba29ffeb46.pdf?\\_ga=2.156951864.2047230978.1598357351-1568771015.1598357351](https://pdfs.semanticscholar.org/374b/589043fd9e69a8c9c45022e307ba29ffeb46.pdf?_ga=2.156951864.2047230978.1598357351-1568771015.1598357351)

Andrade, J.; Alvis, L.; Redondo, M.; y Rodríguez, L. (2017). La vulnerabilidad de la mujer en la guerra y su papel en el posconflicto. *AGO:USB, Vol. 17 (No. 1)*, 290-308.

<https://www.semanticscholar.org/paper/La-vulnerabilidad-de-la-mujer-en-la-guerra-y-su-en-Salazar-Barranco/95da8ebe92a8438db90c78ae1f50d2e2eedc426b>

Bravo, R. (2009) Avances y desafíos en torno a la autonomía económica de las mujeres. Ponencia presentada en el Panel “Avances y desafíos en torno a la autonomía económica de las mujeres” *Seminario Género en el Poder: el Chile de Michelle Bachelet*. . (Pp.1). Observatorio Género y Equidad.

Constitución Política de Colombia 1991(CPC). (2016). *Normatividad*. Bogotá D.C: Corte Constitucional Consejo Superior de la Judicatura Centro de Documentación Judicial -CENDOJ Biblioteca Enrique Low Murtra- BELM.

Cuaderno del Informe de Desarrollo Humano Colombiano (2011). Mujeres Rurales Gestoras de Esperanza. (2011). Mujeres Rurales Gestoras de Esperanza. PNUD Bogotá, Colombia.

<https://europa.eu/capacity4dev/public-gender/documents/mujeres-rurales-gestoras-de-esperanza>

Defensoría del Pueblo Colombia. (2014). *El conflicto armado y el riesgo para la mujer rural*. (Pag.13). Bogotá D.C, Colombia: Torre Gráfica Limitada.

Departamento Administrativo Nacional de Estadística (DANE), *Censo Nacional de Población y Vivienda* (2018). Colombia.

## “Talleres Unidas Somos Más”

<https://www.dane.gov.co/index.php/estadisticas-por-tema/demografia-y-poblacion/proyecciones-de-poblacion>

II Encuentro de programa EUROSOCIAL+ Confianza y Cohesión Social (2019). *Autonomía económica de las mujeres*. (Pp,2). Cartagena de Indias, Colombia. Gobierno de Colombia, Unión Europea.

García, D. (2012, 28 de febrero). *Ley de mujeres rurales y política pública e incidencia de las organizaciones*. Asociación de mujeres Afrocolombianas AMUAFROC. <https://amuafroc.wordpress.com/2012/02/28/ley-de-mujer-rural-politica-publica-e-incidencia-de-las-organizaciones/>

Lagarde, M. (2000). *Claves feministas para el poderío y la autonomía de las mujeres*. Madrid: Horas y Horas.

Londoño, A. (2003) Secretaria de Equidad de Género para las Mujeres, Gobernación de Antioquia. *Políticas de Equidad de Género para las Mujeres Departamento de Antioquia*. Medellín: 2.000 ejemplares.

Nieto,P., Kopp, M., Isaza, M., Martínez, L.M., Casas, V.A., Castañeda, J.C., Arboleda, J.C., Otálvaro, E., Hernández, C.A. (2015). Contexto Histórico y social de Departamento de Antioquia, Subregiones: Urabá y Oriente, Medellín. *Hacemos Memoria, Estrategia para la formación de Periodistas en Memoria Histórica*. <http://hacemosmemoria.org/wp-content/uploads/2015/11/Contexto-Antioquia-Uraba-Oriente-Med.pdf>

Observatorio de Asuntos de Mujer y Género de Antioquia. (2015). *Situación de las mujeres del Departamento de Antioquia*. <https://mujeresantioquia.gov.co/sites/default/files/observatorio/educacion/informes/situaciondelasmujeresenantioquia.pdf>

ONU Mujeres (ss). Las mujeres en Colombia. *Situación de los derechos de las mujeres en Colombia*. <https://colombia.unwomen.org/es/onu-mujeres-en-colombia/las-mujeres-en-colombia>

## **“Talleres Unidas Somos Más”**

ONU Mujeres México (ss). *Empoderamiento económico de las mujeres.*

<https://mexico.unwomen.org/es/nuestro-trabajo/empoderamiento-economico>

Primer informe sombra específico de Mujeres Rurales y Campesinas en Colombia. (2019). *Presentado a la 72ª sesión del Comité de la Convención para la Eliminación de todas las formas de discriminación contra la mujer-CEDAW.*

<https://www.semillas.org.co/apc-aa-files/5d99b14191c59782eab3da99d8f95126/2.4-informesombramujeresruralescolombia.pdf>

Programa de Naciones Unidas para el Desarrollo (2016). *Informe sobre Desarrollo Humano.*

<https://www.co.undp.org/content/colombia/es/home/countryinfo.html>

Ribera, J. (2014). *Conflicto en Colombia: Antecedentes Históricos y Actores.* CIDOB.

[https://www.cidob.org/publicaciones/documentacion/dossiers/dossier\\_proceso\\_de\\_paz\\_en\\_colombia/dossier\\_proceso\\_de\\_paz\\_en\\_colombia/conflicto\\_en\\_colombia\\_antecedentes\\_historicos\\_y\\_actores](https://www.cidob.org/publicaciones/documentacion/dossiers/dossier_proceso_de_paz_en_colombia/dossier_proceso_de_paz_en_colombia/conflicto_en_colombia_antecedentes_historicos_y_actores)

## “Talleres Unidas Somos Más”

### 12. ANEXOS

#### ANEXO 1: CUESTIONARIO A

| <b>¿ Cuánto me valoro como mujer?</b>  |                |                         |              |
|--|----------------|-------------------------|--------------|
|  | <b>Siempre</b> | <b>En<br/>ocasiones</b> | <b>Nunca</b> |
| Me acepto tal y como soy?  |                |                         |              |
| Tomo mis propias decisiones  |                |                         |              |
| Me gusto con mis fortalezas y debilidades  |                |                         |              |
| Me cuesta hablar en publico  |                |                         |              |
| Haces respetar tus ideas y proyectos   |                |                         |              |
| Has dejado de hacer o decir cosas por otras personas                             |                |                         |              |
| Expreso mis pensamientos   |                |                         |              |
| Necesitas la aprobación o el permiso de tu pareja para realizar alguna actividad |                |                         |              |
| Me siento importante para mi familia y para mi misma                             |                |                         |              |
| Me siento segura de sí misma   |                |                         |              |
| Tengo la capacidad para describir mis cualidades, habilidades y valores          |                |                         |              |
| Me siento feliz cuando me miro al espejo   |                |                         |              |
| Te sientes insegura frente a las criticas  |                |                         |              |
| Temes a equivocarte  |                |                         |              |
| Te críticas a ti misma   |                |                         |              |

**“Talleres Unidas Somos Más”**

**ANEXO 2: CUESTIONARIO B**

| <b>Actitudes y comportamientos machistas</b>   | <b>Siempre</b> | <b>En ocasiones</b> | <b>Nunca</b> | <b>Porque</b> |
|--|----------------|---------------------|--------------|---------------|
| Para quien es la carne más grande en la casa?  |                |                     |              |               |
| Las tareas y responsabilidades de la casa son equitativas entre mujeres y hombres de tu casa?        |                |                     |              |               |
| Los horarios para llegar de la calle son iguales o diferentes para las mujeres y hombres en tu casa? |                |                     |              |               |
| Le pides permiso a tu pareja para salir a una reunión, cita médica o ir donde tus familiares?        |                |                     |              |               |
| Tienes relaciones sexuales con tu pareja solo porque el quiere?                                      |                |                     |              |               |
| Recibes ayuda para el cuidado de los hijos/as  |                |                     |              |               |
| Sientes y crees que si tu pareja te revisa el celular es normal?                                     |                |                     |              |               |
| Tu pareja suele cuestionar o criticar tu apariencia física, lo ves normal?                           |                |                     |              |               |